



SONO E DORES MUSCULOESQUELÉTICAS EM ADOLESCENTES DURANTE A TRANSIÇÃO DO ENSINO REMOTO PARA O PRESENCIAL: UM ESTUDO TRANSVERSAL

**Karina Vieira dos Santos¹, Nicolý Lira Alves Alcantara Pinheiro², Juliany
Gonçalves Luciano³, Gedan Ferreira dos Santos⁴, Joyce Maria Leite e
Silva⁵**

Há uma maior tendência de indivíduos com qualidade de sono ruim terem maiores níveis de dor musculoesquelética. O objetivo dessa pesquisa é analisar a associação entre dor musculoesquelética e qualidade de sono em adolescentes de 15 a 17 anos. É uma pesquisa epidemiológica de corte transversal. Refere-se a um estudo guarda-chuva com amostragem do tipo não probabilística por convite realizada no município de Iguatu-CE. Participaram da pesquisa 157 alunos, sendo 113 (72%) do sexo feminino e 44 (28%) do sexo masculino, matriculados regularmente no ensino médio. A pesquisa foi realizada através de questionário online feitos no *Google Forms*®. Foi utilizado o software JASP para análise dos dados, realizada estatística descritiva para apresentação do perfil sociodemográfico da amostra, teste de *t* independente para comparação da intensidade de dor entre os sexos e qualidade do sono e intensidade de dor, bem como o teste Qui-quadrado para associação da qualidade de sono e presença de dor musculoesquelética, admitindo $\alpha < 0,05$. Como resultados, foram encontrados que o sexo feminino possui nível de dor maior que o sexo masculino $t(155)=3,211$, $p < 0,002$; enquanto não houve diferença significativa quando comparado a qualidade de sono com intensidade de dor $t(155)= -1,825$; $p=0,070$) e não houve associação da qualidade de sono com dor $X^2(1) = 0,599$; $p=0,439$. Desta forma, um achado importante do estudo foi sobre dor crônica não incapacitante, onde grande parte da amostra relatou sentir dor musculoesquelética há mais de 3 meses. Por fim, de acordo com os objetivos do estudo não houve associação da qualidade de sono e prevalência de dor, mas sim uma tendência de indivíduos que relatou ter qualidade de sono ruim ter elevados níveis de dor. O estudo contribui em forma de alerta e conscientização sobre qualidade de sono e dor musculoesquelética, como também sobre a mudança do ensino remoto para o presencial pode afetar os adolescentes, tanto psicologicamente como na vida social. Por ser um estudo transversal, não foi possível acompanhar as respostas a longo prazo, portanto sugere-se que haja mais estudos sobre a temática.

Palavras chaves: Dor Musculoesquelética. Sono. Adolescentes.

¹ Universidade Regional do Cariri, email: karina.vieira@urca.br

² Universidade Regional do Cariri, email: nicoly.alves@urca.br

³ Universidade Regional do Cariri, email: juliany.luciano@urca.br

⁴ Universidade Regional do Cariri, email: gedan.ferreira@urca.br

⁵ Universidade Regional do Cariri, email: Joyce.leite@urca.br