

Qualidade de vida do sono e estresse em militares do exército brasileiro

Robles-Mengoa, M.G.¹; Moro-Alves, M.L.¹; Pucciarelli, M.G.R.¹; Cardoso, J.F.¹; Almeida, A.L.P.F.¹; Soares, S.¹

¹Departamento de Prótese e Periodontia, Faculdade de Odontologia de Bauru, Universidade de São Paulo.

O objetivo desse trabalho foi comparar e correlacionar, através de questionários, a qualidade de vida (SF-36), qualidade subjetiva do sono (PSQI), e a escala de estresse percebido (PSS), entre Militares de Carreira (MC) e Militares Temporários (MT) do Exército Brasileiro. Os questionários Short Form Health Survey - 36 (SF-36), Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) e Perceived Stress Scale (PSS), foram utilizados para a avaliação. O estudo foi desenvolvido no 37º Batalhão de Infantaria Leve - Lins-SP, em 183 militares. A análise estatística comparou (test-t) os MC e MT na avaliação da qualidade de vida (SF-36), PSQI e PSS, e também uma correlação (rho de Spearman) entre os questionários nos grupos, considerando o valor $p \leq 0,05$. Nos resultados 128 participantes eram MT e 55 MC. Houve diferença nos grupos MC e MT no domínio “Capacidade Funcional” ($p < 0,001$) com valores menores para MC, e não existiram diferenças entre os grupos nos índices PSQI e PSS. No teste de correlação entre a qualidade de vida com os 8 domínios no SF-36, PSQI e PSS observou-se correlação significativa para os MC nos domínios: “Limitações por aspectos físicos” (PSQI $r = -0,29$ /PSS $r = -0,29$), “estado geral de saúde” (PSQI $r = -0,34$ / PSS $r = -0,30$), “vitalidade” (PSQI $r = -0,63$ /PSS $r = -0,47$), “aspectos emocionais” (PSQI $r = -0,57$ / PSS $r = -0,37$), “dor” (PSQI $r = -0,26$), e para os MT em “capacidade funcional” (PSQI $r = -0,25$ /PSS $r = -0,17$), “estado geral de saúde” (PSQI $r = -0,31$ / PSS $r = -0,28$), “vitalidade” (PSQI $r = -0,31$ /PSS $r = -0,28$), “aspectos emocionais” (PSQI $r = -0,24$ / PSS $r = -0,34$), “dor” (PSQI $r = -0,22$). Quando se correlacionou o PSQI com a escala de PSS, observou-se correlação positiva significativa (MC $r = 0,46$ / MT $r = 0,31$). Concluímos que quanto a qualidade de vida (SF-36), a correlação com a qualidade subjetiva do sono (PSQI) e a escala de estresse percebido (PSS), nos militares é inversamente proporcional. Já quando correlacionamos PSQI e PSS, foi possível observar associação.