

Os pacientes internados na Unidade de Terapia Intensiva (UTI) do Hospital Santa Rita, instituição mantida pela Afecc, passaram a contar, desde outubro de 2021, com a Higiene do Sono. Trata-se de um protocolo com normas bem definidas para proporcionar cuidado personalizado no que diz respeito à garantia do repouso adequado ao paciente para que ele possa obter melhorias no tratamento proposto.

Um repouso adequado, informa Gabriel Rangel, Coordenador médico da UTI do Hospital Santa Rita, possibilita um sono também adequado, trazendo conforto para o paciente, contribuindo para a sua recuperação e auxiliando no tratamento clínico. Reduz, inclusive, as chances de delirium e possibilita uma melhor adesão ao tratamento multidisciplinar.

Outro benefício da Higiene do Sono é a melhoria do vínculo do paciente com seus familiares e a equipe assistencial, ressalta Rangel.

Entre as normas estabelecidas pelo Protocolo de Higiene do Sono, constam: Medidas Ambientais (como apagar luzes dos boxes após 22h, fechar as cortinas antes de apagar as luzes), Medidas Pessoais (oferecer troca de fraldas até 22h e orientar o paciente para que, após esse horário, solicite a troca. Dessa forma, ele não será incomodado desnecessariamente; oferecer chá até às 22h), Medidas de Segurança (a partir das 22h, realizar aferição de sinais vitais à distância, por meio do monitor, e ajustar medicações para evitar acordar o paciente), Ajustes de Medicação (avaliar a conciliação de drogas para o sono e verificar, diariamente, a qualidade do sono do paciente).

Importante ressaltar que essas medidas são aplicadas apenas aos pacientes estáveis e cujo quadro clínico permitem.

RESULTADO - A Gerente das Unidades Intensivas do Hospital, Bruna Fernandes Cellin, acrescenta que os pacientes que atendem aos critérios definidos para a aplicação do Protocolo de Higiene do Sono têm as portas dos leitos identificadas com placa específica e informação no prontuário feita por meio de prescrição médica. Dessa forma, esclarece ela, a equipe multidisciplinar atende às orientações descritas para cada paciente. O Protocolo é personalizado.

O resultado, acrescenta Graziella Veloso, Diretora Assistencial do Hospital Santa Rita, vem sendo bastante satisfatório, com os pacientes apresentando melhoras no que diz respeito ao plano terapêutico proposto, uma vez que o projeto visa otimizar a assistência para aquilo que, de fato, importa para o paciente naquele momento.

O bom resultado da Higiene do Sono está levando a equipe assistencial do Hospital a estudar a viabilidade de ampliar a abrangência do Protocolo para todas as áreas de internação do Santa Rita, por entender que a preservação do sono, bem como as medidas assistenciais ajustadas, fazem parte de um plano terapêutico que resulta no restabelecimento, mais rápido e eficaz, da saúde do paciente.

*Fonte: Hospital Santa Rita*

**Fonte:** Anahp, em 07.12.2022