



ISSN: 2230-9926

Available online at <http://www.journalijdr.com>

IJDR

International Journal of Development Research

Vol. 11, Issue, 11, pp. 51787-51790, November, 2021

<https://doi.org/10.37118/ijdr.23285.11.2021>



RESEARCH ARTICLE

OPEN ACCESS

QUALIDADE DO SONO EM ADOLESCENTES VÍTIMAS DE VIOLÊNCIA: UMA REVISÃO DA LITERATURE

Bruna Lucena Borges^{*1}, Giovanna Burgos Souto Maior², Dayanne Karla de Carvalho¹, Maria Luiza Feitosa Bandeira de Oliveira¹ and Viviane Colares³

¹Aluna de Graduação em Odontologia da Faculdade de Odontologia de Pernambuco (FOP/UPE), Recife –PE; ²Msc, Aluna de Doutorado em Odontopediatria na Faculdade de Odontologia de Pernambuco (FOP/UPE), Recife –PE; ³Msc, Phd, Professora Associada da Faculdade de Odontologia de Pernambuco (FOP/UPE) e da Universidade Federal de Pernambuco (UFPE)

ARTICLE INFO

Article History:

Received 25th August, 2021

Received in revised form

14th September, 2021

Accepted 19th October, 2021

Published online 28th November, 2021

Key Words:

Sono, Adolescentes.

Violência, Hábitos

*Corresponding author:

Bruna Lucena Borges

ABSTRACT

Com relação aos hábitos de sono, os adolescentes apresentam, normalmente, um atraso no horário de dormir e de acordar, além de que, pela idade, encontram-se mais suscetíveis a eventos que agravam a má qualidade de sono, dentre eles, a violência. Foi realizada uma revisão integrativa da literatura, na qual foi utilizada a estratégia PECO, através da questão norteadora: “Qual a qualidade do sono de adolescentes vítimas de violência?”. Foram utilizados os seguintes descritores controlados: para população “adolescent”; “teen”; para exposição “violence”; “domestic violence”; “child abuse”; e, para o desfecho, os descritores “sleep”, “Circadian rhythm”. O processo de busca foi realizado por meio do PubMed. Como critérios de inclusão dos artigos, foram considerados estudos que avaliaram a qualidade do sono de adolescentes de 10 a 19 anos vítimas de qualquer tipo de violência, publicados em artigos científicos nas línguas: inglês, português e espanhol, sem limite de tempo. Artigos de revisão da literatura foram excluídos. Na seleção dos artigos, pode-se observar que todos apresentam relação positiva entre o sono e violência. Exposição a estressores de vida, incluindo violência, são associadas às reações de medo que podem fazer com que os adolescentes se tornem hipervigilantes.

Copyright © 2021, Brunna Lucena Borges et al. This is an open access article distributed under the Creative Commons Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

Citation: Brunna Lucena Borges, Giovanna Burgos Souto Maior, Dayanne Karla de Carvalho, Maria Luiza Feitosa Bandeira de Oliveira and Viviane Colares. “Qualidade do sono em adolescentes vítimas de violência: Uma revisão da literatura”, *International Journal of Development Research*, 11, (11), 51787-51790.

INTRODUCTION

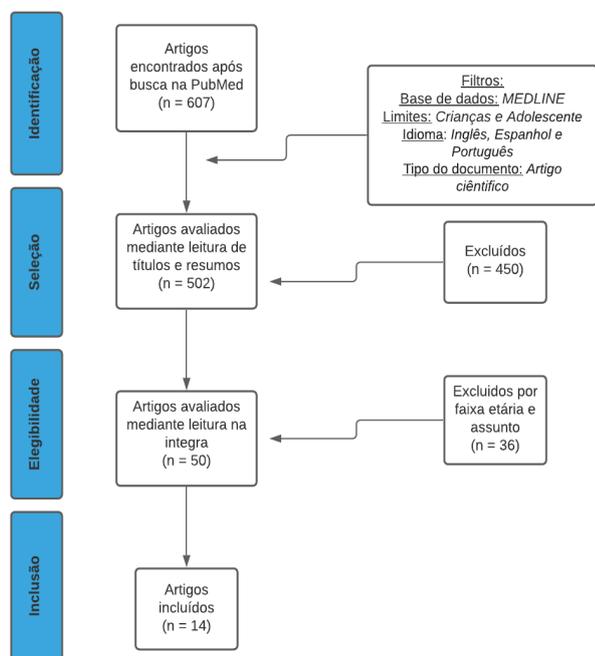
A adolescência é um período marcado por grande maturação e desenvolvimento físico, psicológico e social, no qual os adolescentes precisam lidar com situações de mudanças que, muitas vezes, geram estresse e ansiedade. Em relação aos hábitos de sono, os adolescentes apresentam, normalmente, um atraso no horário de dormir e de acordar, decorrente das alterações biológicas, assim, são mais suscetíveis à privação de sono (CROWLEY, 2018). Blake e colaboradores (2017) afirmam que 53% dos adolescentes dormem menos de 8 horas por noite, e que 36% deles relatam dificuldades em adormecer. Um sono saudável é aquele que possui qualidade e quantidade suficiente para manter um estado de vigília durante o dia. Uma má qualidade de sono traz uma resposta imediata, em relação à queda no rendimento no dia seguinte, provocando sonolência diurna, flutuação no humor, lentidão de raciocínio, mau desempenho escolar e predisposição a acidentes (HALL; GUYTON, 2017). Wamsernanney, Chesher (2018), em estudo feito com adultos, indicaram que

a presença de comprometimento do sono pode ser influenciada por aspectos do trauma sofrido no passado, mostrando que a repercussão da violência na infância e na qualidade do sono não se restringe a juventude, ela perdura até a vida adulta, trazendo efeitos deletérios duradouros. O ambiente é um importante fator protetivo ou de risco para as questões relacionadas ao sono, dependendo dos fatores sociais que os adolescentes estejam sujeitos, tais como: agressividade, ansiedade, violência, acidentes, abuso de substâncias e comportamentos de risco mais acentuados (FELDEN *et al.*, 2015). Assim, crianças expostas a traumas demonstraram desenvolver distúrbios do sono na adolescência. No Brasil, estima-se que um em cada seis jovens que vivem em bairros caracterizados por violência, habitação precária, lixo e vandalismo relatam problemas de sono em comparação com um em cada dez jovens vivendo em condições mais favoráveis de ambientes sociais (SINGH e KENNEY, 2013; ZAJAC, *et al.*, 2020). Pode-se dizer, portanto, que o suporte social é de suma importância nesta fase da vida. Para adolescentes em situação de vulnerabilidade social, vítimas de violência, as casas de

acolhimento constituem meio de promover e proteger a saúde desses jovens, auxiliando no enfrentamento das transformações associadas a esta fase, além do suporte social, que pode colaborar no processo desenvolvimento psicossocial dos adolescentes, tais como, os processos de autoestima e identidade, (WANG, *et al.*, 2017; SILVA, *et al.*, 2016). Dessa forma, este trabalho tem o intuito de fazer uma revisão a respeito do impacto da violência sofrida pelo adolescente na qualidade de sono.

MATERIAIS E MÉTODOS

Foi realizada uma revisão integrativa da literatura, por meio da construção de cinco etapas: 1. Elaboração da pergunta norteadora; 2. Estratégia para busca na literatura; 3. Seleção dos trabalhos que compuseram a amostra da revisão; 4. Análise crítica dos estudos incluídos e; 5. Síntese e discussão dos resultados; Utilizou-se a estratégia PECO (BRASIL, 2014), acrônimo no idioma inglês e que, em português, corresponde aos seguintes elementos: P – população: adolescentes de 10 a 19 anos; E – exposição: violência; C – comparação: que, neste caso, não se aplica; O – desfecho: qualidade do sono. A questão norteadora elaborada, então, foi: “Qual a qualidade do sono de adolescentes vítimas de violência?”. Para tanto, selecionou-se, no MeSH Database, os seguintes descritores controlados: para população “adolescent”; “teen”; para exposição “violence”; “domesticviolence”; “child abuse”; e para o desfecho os descritores “sleep”, “Circadian rhythm”. Assim, chegou-se à seguinte estratégia de busca: (((teen*) OR (adolescent*))) AND (((Violence) OR (Domesticviolence)) OR (Child Abuse)) OR (Child sexual abuse.))) AND (((Sleep) OR (circadian rhythm))). O processo de busca foi realizado por meio do PubMed. As publicações foram inseridas no software Mendeley para o gerenciamento e a última consulta às publicações foi realizada em setembro de 2020. Como critérios de inclusão dos artigos, foram considerados estudos que avaliaram a qualidade do sono de adolescentes de 10 a 19 anos vítimas de qualquer tipo de violência, publicados em artigos científicos nas línguas: inglês, português e espanhol, sem limite de tempo. Artigos de revisão da literatura foram excluídos. (Figura 1)



Fonte: Autoras (2021)

Figura 1. Fluxograma

RESULTADOS

Seguidos os passos do método de busca estabelecido, foram encontrados quatorze artigos que preenchiam os critérios de inclusão do estudo (Quadro 1), e a maioria tratava de estudos longitudinais.

Como desfecho, obteve-se resultados confirmando que a violência, o trauma e os abusos na infância interferem na qualidade do sono dos adolescentes.

DISCUSSÃO

Na seleção dos artigos, pode-se observar que todos apresentam relação positiva entre o sono e a violência. Assim, indivíduos são suscetíveis a permanecer alerta vigilante dependendo dos fatores de risco do ambiente em que vivem. Exposição a estressores de vida, incluindo violência, são associadas às reações de medo que podem fazer com que os adolescentes se tornem hipervigilantes, em vez de relaxados. Dessa forma, a exposição à violência pode interferir no sono através de reações de estresse (LEPORE, *et al.*, 2013). O abuso infantil, por exemplo, em intervalos de tempo mais longos, acarreta problemas do sono tardiamente, afetando, além da adolescência, também a idade adulta (OKADA *et al.* 2018). O jovem que vive em situação de violência tem a qualidade do sono prejudicada, pois, com a violência, vem o sofrimento psicológico, muitas vezes manifestado como estresse pós-traumático e sentimentos de desesperança, que têm sérias consequências para o sono (UMLAUF *et al.* 2015). Segundo WAMSER-NANNEY *et al.* (2018), aproximadamente 70% das crianças experimentará pelo menos um evento traumático, enquanto que a The National Sleep Foundation (2006) relata que 45% dos adolescentes não dormem o suficiente nas noites dos dias que têm atividade escolar e que os alunos do último ano do ensino médio têm uma média de 11,7 horas de sono por semana (UMLAUF *et al.* (2015).

Especificamente maus-tratos na infância podem aumentar o risco de desfechos psiquiátricos, o que, por sua vez, aumenta a vulnerabilidade aos distúrbios do sono (CECIL *et al.* 2015). Além disso, a frequência de sonhos ruins e pesadelos aumenta significativamente com a gravidade dos maus-tratos, seguindo um gradiente de dose-resposta (WAMSER-NANNEY *et al.* 2018; CECIL *et al.* 2015). Com relação às condições sócio-econômicas, UMLAUF *et al.* (2015) observaram que a pobreza interfere na qualidade do sono. Ao comparar jovens mais desfavorecidos com os que vivem em condições econômicas mais favoráveis, os autores observaram que o sono dos mais vulneráveis foi prejudicado. A exposição à violência afeta o sono dos mais desfavorecidos, pois eles convivem com estresse, falta de um ambiente silencioso e confortável, gritos, assim como com conflitos entre polícia e pessoas da comunidade. Essa teoria foi reforçada por HALL BROWN *et al.* (2016) e LANGEVIN *et al.* (2019), os quais verificaram que o ambiente caótico e perigoso gera ansiedade nos jovens e distúrbios do sono. KLIEWER *et al.* (2019) e HEISSEL *et al.* (2018) afirmam que crianças expostas a recentes incidentes de violência ou eventos constantemente violentos têm pior desempenho nas avaliações acadêmicas e problemas de saúde. O abuso sexual é um dos maiores fatores que geram distúrbios do sono a longo prazo, sendo primordial a avaliação e o acompanhamento para toda a vida (HALL BROWN *et al.*, 2016; NOLL *et al.*, 2006). Esse tipo de violência acaba sendo mais grave por acontecer dentro da própria casa, causado, muitas vezes, por uma figura de autoridade, que deveria protegê-la. Além disso, o abuso ocorre durante a noite e no quarto, onde deveria ser o lugar e horário de descanso, assim, a segurança durante o sono é altamente comprometida. O tipo de violência mais encontrado entre os artigos selecionados foi a do tipo comunitária (HALL BROWN *et al.*, 2016; LANGEVIN *et al.*, 2019). Ao considerar gênero, observa-se que meninas expressam mais medo e preocupações sobre ser vítima de violência comunitária. Dessa forma, preocupações com a segurança pode trazer um estado psicológico e fisiológico de excitação que torna difícil obter um sono de alta qualidade, pois existe uma ligação entre segurança e sono. Dormir e excitação/estado de vigilância são processos contraditórios, logo, a preocupação com a segurança pode interferir na iniciação do sono, e, assim, reduzir a quantidade total de horas dormidas, e demonstra que o sentimento de insegurança emocional media conexões entre a exposição a violência e sono (BAGLEY *et al.*, 2016, UMLAUF *et al.* 2015). WAMSER-NANNEY *et al.* (2018), OKADA *et al.* (2018) e CECIL *et al.* (2015) afirmam que traumas infantis

Quadro 1. Distribuição dos estudos selecionados

AUTORES	PAÍS	TIPO DE ESTUDO	AMOSTRA (n)	IDADE (anos)	AValiação DO SONO	TIPO VIOLÊNCIA	CONCLUSÃO
NOLL <i>et al.</i> , 2006	Taiwan	longitudinal	147	6 a 16	Questionário Perguntas de autoavaliação e Questionário de História de Abuso do Responsável pelo Caso (CAHQ; Trickett <i>et al.</i> , 2001)	Abuso sexual	Jovens abusados sexualmente relataram taxas significativamente maiores de distúrbios do sono do que os demais e além da depressão, transtorno pós traumático
LEPORE <i>et al.</i> , 2013	EUA	longitudinal	498	12,8	Entrevista e escrita expressiva (Lepore e Smyth 2002)	Violência comunitária	A exposição a violência influencia no sono, e com isso, há uma queda no rendimento escolar
MCPHIE <i>et al.</i> , 2014	Canadá	longitudinal	73	15,9	Questionário Childhood Trauma Questionnaire (CTQ; Bernstein <i>et al.</i> , 1994)	Maus-tratos na infância	Destacam a importância de indagar sobre comportamentos relacionados ao sono dos jovens, ao bem-estar infantil e à necessidade de auxílio psicológico
CECIL <i>et al.</i> , 2015	Austrália	transversal	193	18,87	Triagem e formulários	Maus-tratos na infância	Positiva, abuso emocional e sexual durante a infância fez contribuições específicas para distúrbios do sono no momento da avaliação
UMLAUF <i>et al.</i> , 2015	EUA	transversal	263	14 e 15	Questionário Mobile Youth Survey longitudinal (MYS;	Diversos tipos	Sugerem que a exposição à violência tem efeito negativo sobre o sono dos adolescentes, especialmente para o sexo feminino
SPILSBURY <i>et al.</i> , 2016	EUA	longitudinal	65	8 a 16	Questionário (Questões abertas)	Violência interpessoal	O ambiente que a criança dorme influencia na sua qualidade de sono
HALL BROWN <i>et al.</i> , 2016	EUA	transversal	4.043	13 a 18	Entrevista (Dados coletados nas residências dos participantes)	Agressão sexual e violência comunitária	Estratégias de tratamento abrangentes devem incluir avaliação de distúrbios do sono em jovens expostos a trauma, particularmente aqueles com sintomas elevados de transtorno de estresse pós traumático
BROWNLOW <i>et al.</i> , 2016	EUA	longitudinal	61	13 a 18	Entrevista Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais(4 ^o ed., Texto rev. ; DSM-IV-TR ; American Psychiatric Associação, 2000)	Abuso Sexual	Faz-se necessário tratar os distúrbios residuais do sono no transtorno de estresse pós traumático
BAGLEY <i>et al.</i> , 2016	EUA	transversal	252	15,79	Questionário	Violência comunitária	Maiores preocupações com a violência na comunidade estão ligadas a níveis mais baixos de relatórios subjetivos e baseados em actigrafia da qualidade do sono, especialmente para meninas
OKADA <i>et al.</i> , 2018	Japão	transversal	273	9,9 ± 3,2 anos	Entrevista com um breve questionário	Abuso infantil	Crianças abusadas com problemas emocionais e comportamentais tiveram uma incidência significativamente maior de distúrbio de sono, e esta incidência foi particularmente alta entre aqueles com comportamento anti-social e comportamento depressivo
WAMSER-NANNEY <i>et al.</i> , 2018	EUA	longitudinal	276	6 a 18	Prontuários (Banco de dados)	Eventos traumáticos	Quanto mais cedo se começa o trauma maior a perspectiva de ter problemas de sono
HEISSEL <i>et al.</i> , 2018	EUA	longitudinal	82	14,9	relógio Acti-64 e coleta salivar	Violência comunitária	Crianças que são expostas a violência têm menos tempo de sono e são mais dispostas a ter distúrbios do sono
LANGEVIN <i>et al.</i> , 2019	Canadá	longitudinal	315	14 a 18	Questionário (Perguntas padronizadas e elaboradas por profissionais de saúde)	Violência Interpessoal	Experiências de violência interpessoal, mais especificamente o abuso sexual, foram associados a distúrbios do sono e a problemas mentais
KLIEWER <i>et al.</i> , 2019	EUA	transversal	107	13 a 17	Questionário	Diversos tipos	Adolescentes que testemunharam ou tiveram experiências violentas têm um maior risco de ter distúrbios do sono

Fonte: Autoras (2021)

podem influenciar no tratamento e no distúrbio do sono, pois, além da violência física, há também a violência psicológica, como agressões verbais, que podem causar consequências maiores, como a revitimização, podendo perpetuar os problemas de sono por toda vida. Durante a adolescência, o cérebro ainda está em desenvolvimento, como o córtex pré-frontal, responsável pelo funcionamento executivo. O sono parece desempenhar um papel importante durante os períodos de maturação do cérebro e, sendo o sono privado durante a adolescência, pode ter sérias implicações para o desenvolvimento de importantes áreas do cérebro responsáveis para habilidades de pensamento e raciocínio de ordem superior (MCPHIE et al.; 2014). Dessa forma, sabe-se os efeitos que a violência pode causar na adolescência, porém ainda são necessários mais estudos para descrever o mecanismo dos efeitos permanentes no cérebro no decorrer da vida.

CONCLUSÃO

A repercussão da má qualidade de sono na vida do indivíduo, na infância e adolescência merece um olhar especial por estar relacionado a uma série de fatores que interferem diretamente no desenvolvimento físico, cognitivo e emocional. A violência pode ser considerada um dos fatores de risco para desenvolver distúrbios do sono, comprometendo o bem-estar físico e psicológico dos jovens, fazendo-se necessária a promoção da segurança e prevenção da vitimização pela violência. Assim, atividades educativas e preventivas em escolas, organizações comunitárias e promoção de ações políticas devem ser priorizadas, a fim de favorecer a qualidade do sono e colaborar com a qualidade de vida e desenvolvimento dos adolescentes.

Agradecimentos: Ao Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico -CNPq, através do Programa Institucional de Bolsa de Iniciação Científica - PIBIC, pelo apoio e incentivo à pesquisa. E a minha orientadora e co-orientadora, Viviane Colares e Giovana Burgos, por todo o suporte.

REFERÊNCIAS

- Bagley, E., et al. Community violence concerns and adolescent sleep. *Sleep health*, EUA, v. 2, p.57-62, 2016
- Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Ciência, Tecnologia e Insumos Estratégicos. Departamento de Ciência e Tecnologia. DIRETRIZES METODOLÓGICAS- Elaboração de Revisão sistemática e Metanálises de estudos observacionais comparativos sobre fatores de risco e prognóstico. /Ministério da Saúde, 2010
- Blake, M. et al. The sense Study: Treatment Mechanisms of a Cognitive Behavioral and Mindfulness-Based Group Sleep Improvement Intervention for At-Risk Adolescents. *Sleep*, Oxford, v. 1, n. 40, 2017.
- Brownlow, J., et al. Influence of Sleep Disturbance on Global Functioning After Posttraumatic Stress Disorder Treatment. *Journal of traumatic stress*, EUA, v. 20, p.515-521, 2016.
- Cecil, C., et al. Distinct Mechanisms Underlie Associations Between Forms of Childhood Maltreatment and Disruptive Nocturnal Behaviors. *Developmental neuropsychology*, Australia, v.40, p.181-199, 2015.
- Crowley, J., et al. An update on adolescent sleep: new evidence informing the perfect storm model. *Journal Of Adolescence*, v. 67, p. 55-65, agosto 2018.
- Felden, E., et al. Fatores sociodemográficos e imagem corporal em adolescentes do ensino médio. *Ciênc. saúde coletiva* [online], Florianópolis SC, vol.20, n.11, p.3329-3337, 2015.
- Hall Brown, T., et al. Trauma exposure and sleep disturbance in a sample of youth from the National Child Traumatic Stress Network Core Data Set. *Sleep health*, EUA, v.2, p.123-128, 2016.
- Hall, J.; Guyton, A. Guyton & Hall tratado de fisiologia médica. 13. ed. Rio de Janeiro: Elsevier, 2017. 1176 p.
- Heissel, J. et al. Violence and Vigilance: The Acute Effects of Community Violent Crime on Sleep and Cortisol. *Child development*, EUA, v.89, p 323-331, 2018.
- Kliwer, W., et al. Community Violence Exposure, Sleep Disruption, and Insulin Resistance in Low-Income Urban Adolescents. *International journal of behavioral medicine*, EUA, v.26, p.437-442, 2019.
- Langevin, R., et al. Sleep problems and interpersonal violence in youth in care under the Quebec Child Welfare Society. *Sleep medicine*, Canada, v.56, p. 52-56, 2019.
- Lepore, S., et al. Violence exposure, sleep disturbance, and poor academic performance in middle school. *Journal of abnormal child psychology*, EUA, v.41, p.1179-1189, 2013.
- Mcphe, M., et al. Psychological distress as a mediator of the relationship between childhood maltreatment and sleep quality in adolescence: results from the Maltreatment and Adolescent Pathways (MAP) Longitudinal Study. *Child abuse & neglect*, Canada, v.38, p.2044-2052, 2014.
- National Sleep Foundation. (2006). *Sleep in America poll: America's sleepy teens*. Washington, DC: National Sleep Foundation.
- Noll, J., et al. Sleep disturbances and childhood sexual abuse. *Journal of pediatric psychology*, Taiwan, v.31, p.469-480, 2006.
- Okada, M., et al. Association of sleep with emotional and behavioral problems among abused children and adolescents admitted to residential care facilities in Japan. *PloSone*, Japão, v.13, p. 1-14, 2018.
- Passos, M., et al. Reliability and validity of the Brazilian version of the Pittsburgh sleep quality index in adolescents. *J Pediatr*, v. 93, p. 200-6, 2017.
- Silva, A.; Melo, O.; Mota C. Suporte Social e Individuação em Jovens de diferentes configurações familiares. *Centro de Psicologia da Universidade do Porto*, Porto, Vol. 24, n. 4, p.1311-1327, 2016.
- Singh, G.; Kenney, M. Rising prevalence and neighborhood, social, and behavioral determinants of sleep problems in US children and adolescents, 2003-2012. *Sleep Disord*, vol 2013, 15 p, 2013.
- Spilbury, J., et al. Sleep Environments of Children in an Urban U.S. Setting Exposed to Interpersonal Violence. *Behavioral sleep medicine*, EUA, v.14, p.585-601, 2016.
- Umlauf, M., et al. The effects of age, gender, hopelessness, and exposure to violence on sleep disorders symptoms and daytime sleepiness among adolescents in impoverished neighborhoods. *Journal of youth and adolescence*. v.44, p.518-542, 2015.
- Wamser-Nanney, R.; Chesher, R. Trauma characteristics and sleep impairment among trauma-exposed children. *Child Abuse Negl.*, v. 76, p. 469-79, 2018.
- Wang, Y., et al. Sleep patterns and their association with depression and behavior problems among Chinese adolescents in different grades. *PsyCh Journal*, Australia, v. 6, p. 253- 262, 2017.
- Zajac, L., et al. Trajectories of sleep in Child Protective Services (CPS)-referred children predict externalizing and internalizing symptoms in early childhood. *Child Abuse & Neglect*, Newark, v. 103, p. 1-10, maio 2020.
