

Resumo

Intrudução: O sono é um estado fisiológico caracterizado pela redução da consciência, diminuição das atividades motoras e retardo no metabolismo. A privação do sono, mesmo que parcial, afeta o equilíbrio e, dessa forma, compromete a saúde do indivíduo. **Objetivo:** Baseado nessa premissa este trabalho tem por objetivo avaliar o perfil do sono de preceptores médicos de um ambulatório escola da cidade de Porto Velho. **Metodologia:** A pesquisa ocorreu no primeiro semestre de 2024 onde a população pesquisada foram os preceptores médicos que atuam na instituição onde os mesmos foram abordados e após assinarem o Termo de consentimento livre e esclarecido, responderam um questionário previamente elaborado. **Resultados:** No total 40 indivíduos participaram do presente estudo, observa-se o predomínio de participantes do sexo feminino (55%) e os 45% restantes, homens. Ao analisarmos o resultado do questionário Índice de Qualidade de Sono de Pittsburgh, passado na amostra, nota-se que dos 40 preceptores entrevistados, somente 13 (32,5%) apresentaram sono adequado e 27 (67,5%), apresentaram sono inadequado. **Conclusão:** a população estudada possui uma qualidade de sono ruim de acordo com PSQI-BR, mas que está dentro dos parâmetros dos profissionais da área da saúde analisados em outros estudos.

Palavras-Chave: sono; sonolência; preceptores.

Autores: César Sales da Silva, Gabriel Nedo de Moraes, Salmom Costa Menezes, Vitor Carvalho de Souza, Arlindo Gonzaga Branco Junior