

O Horário do Silêncio na UTIN: avanços e desafios encontrados na literatura

Arthur Motta Junior
Célia Aparecida Becker Bauer
Bruna Almeida³

RESUMO

Este artigo tem como objetivo avaliar a questão da humanização da assistência em saúde nas Unidade de Terapia Intensiva Neonatal (UTIN), com a implementação do horário do soninho. Medida esta que tem como objetivo diminuir ruídos dentro das UTIN's e proporcionar aos pacientes e seus responsáveis um ambiente mais calmo e acolhedor.

PALAVRAS-CHAVE: Hora do Silêncio; Recém-nascido; UTIN

A humanização em serviço de saúde representa um conjunto de iniciativas que visa a produção de cuidados em saúde capaz de conciliar a melhor tecnologia disponível com promoção de acolhimento e respeito ético e cultural ao paciente. (REICHERT; LINS; COLLET 2007)

A organização do cuidado aos recém-nascidos prematuros e considerados de alto risco, vem sendo estruturada ao longo do tempo com a tecnologia, conhecimento e todo o aparato disponível. Desde então, houve uma crescente evolução tecnológica que modificou, substancialmente, a ecologia dessas unidades, transformando-as em um ambiente caótico com altos níveis de pressão sonora (NPS), luminosidade ininterrupta e ritmo de trabalho intenso. Essa situação ambiental compromete de maneira significativa a saúde dos pacientes e da equipe de trabalho, conforme Cardoso et al descrevem.

A exposição ao excesso de ruído, iluminação e manipulação pode fazer com que o organismo do RN apresente diferentes respostas como hipóxia, liberação de hormônio adrenocorticotrófico (ACTH), adrenalina liberada na corrente sanguínea, vasoconstrição, aumento da frequência cardíaca, dilatação pupilar, aumento da pressão arterial e intracraniana, e elevação do consumo de oxigênio e do gasto energético. Tais alterações podem ocasionar um retardo no ganho de peso e complicações que podem prolongar o período de internação além dos riscos de um prognóstico desfavorável (CARDOSO, CHAVES, BEZERRA, 2010).

O compromisso dos profissionais de saúde com o menor agravo possível levou as equipes a buscarem alternativas para minimizar esses efeitos, sendo amplamente adotado o “horário do silêncio”. Diante deste cenário realizamos uma breve revisão

bibliográfica sobre o “horário do silêncio” e seus efeitos na redução dos NPS em unidades de cuidados intensivos neonatal.

Reforçando a importância de ações que reduzam os efeitos negativos advindos dos ruídos nas UTIN, o cuidado desenvolvimental foi introduzido na década de 1980, como estratégia para mudar as condições ambientais da UTIN visando o bem-estar e segurança do neonato, tendo como objetivos centrais: respeitar o ritmo do RN, ¹controlando o manuseio pelos cuidadores e modulando ou atenuando as respostas do neonato aos cuidados. Assim, foi desenvolvida nas UTIN o horário do silêncio (quiet-time) como uma estratégia que consiste em: redução da luminosidade, do ruído, e a manipulação mínima do RN, durante determinados períodos do dia, a fim de proporcionar melhores condições ambientais para o repouso dos neonatos (SANTOS et al., 2015).

Os estudos de campo realizados evidenciam resultados positivos, quando comparados aos horários com todos os equipamentos, atendimentos e procedimentos funcionando simultaneamente. A pesquisa de Rocha et al teve como resultado: *“A redução de decibéis obtida com o “horário do soninho” neste estudo, embora ainda não seja satisfatória, proporcionou uma diminuição de cerca de 28,5% nos níveis de pressão sonora.”*

Na escala logarítmica de medição de ruído em decibéis por Santos et al, em 2015 exemplificam os resultados encontrados em outros estudos como o de Souza, KMO & Ferreira, onde foram adotados os horários do silêncio e mensurado os valores NPS na unidade. O consenso dos estudos mostram unanimidade sobre o efeito benéfico durante os períodos de silêncio, "horário do soninho", os valores de NPS estão dentro dos limites recomendados pela legislação nacional e internacional para o interior das incubadoras que constituem o microambiente do neonato, perdurando até trinta minutos após o horário do silêncio.

-
- ¹ Trabalho apresentado para a disciplina de Produção e Inovação Científica da Faculdade Laboro realizada no dia 14 de abril de 2022
 - Aluno do MBA Auditoria, Planejamento e Gestão em Saúde /, e-mail: arthur.m.junior95@gmail.com
 - Aluno do MBA Auditoria, Planejamento e Gestão em Saúde /, e-mail: cabbauer@gmail.com
 - Orientadora do trabalho. Professora da Faculdade Laboro. Mestra em Comunicação. e-mail: professorabruna.almeida@gmail.com

No entanto, os níveis de ruído, fora do "horário do soninho" ainda estão distantes do ideal preconizado. Assim, indicam a eficácia do "horário do soninho" na redução do NPS e a necessidade de outras intervenções para melhorar o perfil acústico do microambiente.

Jordão (2016) elencou em sua tese de dissertação de mestrado os trabalhos relevantes desenvolvidos evidenciando a necessidade de adoção de várias estratégias para minimizar os NPS dentro da UTIN.

Sugerem-se a implementação de programas educativos para todos os profissionais, elaboração e implementação de guidelines e a utilização de protetores auriculares no RN, como estratégias para melhorar o ambiente, lembrando sempre o objetivo maior do cuidado ofertado: manter a vida e entregar o neonato a família para o seu crescimento normal. Para verificação e estímulo ao desenvolvimento destas práticas sugerimos auditorias frequentes de NPS e discussão dos resultados com a equipe para melhoria da qualidade.

Referência Bibliográfica:

REICHERT AP da S, LINS RNP, COLLET N. Humanização do Cuidado da UTI Neonatal. Rev. Eletr. Enferm. [Internet]. 6º de setembro de 2009 [citado 5º de maio de 2022];9(1). Disponível em: <https://revistas.ufg.br/fen/article/view/7148>

SOUZA, Katia & FERREIRA, Suely: Assistência Humanizada em UTI Neonatal: os sentidos e as limitações identificadas pelos profissionais de saúde. Ciênc. Saúde coletiva 15 (2). Mar 2010. Disponível em: [SciELO - Brazil - Assistência humanizada em UTI neonatal: os sentidos e as limitações identificadas pelos profissionais de saúde](#)

SANTOS, Bruna et al: Efeito do "horário do soninho" para redução de ruído na unidade de terapia intensiva neonatal. Escola Ana Nery 19 (1). Jan-Mar 2015. Disponível em: [SciELO - Brazil - Efeito do "horário do soninho" para redução de ruído na unidade de terapia intensiva neonatal](#)

CARDOSO, Maria Vera Lúcia Moreira Leitão; CHAVES, Edna Maria Camelo; BEZERRA, Maria Gorette Andrade. Ruídos e barulhos na unidade neonatal. Revista Brasileira de Enfermagem; 63(4). Ago 2010. Disponível em: [SciELO - Brazil - Ruídos e barulhos na unidade neonatal](#)

Rocha,AD; Sá P.M; Bonotto D; Reis,C; Costa, A.C.C; “Horário do soninho”: uma estratégia para reduzir os níveis de pressão sonora em uma unidade de terapia intensiva neonatal, Revista Enfermagem em Foco. Fev 2020. Disponível em: [“Horário do Soninho”: uma estratégia para reduzir os níveis de pressão sonora em uma unidade de terapia intensiva neonatal | Rocha | Enfermagem em Foco \(cofen.gov.br\)](#)

JORDÃO, M.M. Estratégias para a redução dos ruídos na unidade neonatal: Uma construção coletiva da enfermagem. 2016. 124p. Dissertação (Mestrado Profissional) Disponível em:

<https://repositorio.ufsc.br/bitstream/handle/123456789/175864/347143.pdf?sequence=1&isAllowed=y>