

UNICESUMAR - CENTRO UNIVERSITÁRIO DE MARINGÁ

CAMPUS CURITIBA

CENTRO DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS E DA SAÚDE

CURSO DE GRADUAÇÃO EM ODONTOLOGIA

**ASSOCIAÇÃO ENTRE BRUXISMO, QUALIDADE DE SONO E
PRESENÇA DE DESGASTES DENTAIS EM POLICIAIS MILITARES
DO BATALHÃO DE RONDAS OSTENSIVAS DE NATUREZA
ESPECIAL (RONE) NO MUNICÍPIO DE CURITIBA/PR**

ANA PAULA CALDAS RIETOW

MARIA CECÍLIA ULBRICH

CURITIBA – PR

2024

ANA PAULA CALDAS RIETOW

MARIA CECÍLIA ULBRICH

**ASSOCIAÇÃO ENTRE BRUXISMO, QUALIDADE DE SONO E
PRESENÇA DE DESGASTES DENTAIS EM POLICIAIS MILITARES
DO BATALHÃO DE RONDAS OSTENSIVAS DE NATUREZA
ESPECIAL (RONE) NO MUNICÍPIO DE CURITIBA/PR**

Artigo apresentado ao curso de graduação em Odontologia da UniCesumar – Centro Universitário de Maringá como requisito parcial para a obtenção do título de bacharel(a) em Odontologia, sob a orientação do Prof. Ms. Flávia Vetter.

CURITIBA – PR

2024

FOLHA DE APROVAÇÃO
ANA PAULA CALDAS RIETOW
MARIA CECÍLIA ULBRICH

ASSOCIAÇÃO ENTRE BRUXISMO, QUALIDADE DE SONO E
PRESENÇA DE DESGASTES DENTAIS EM POLICIAIS MILITARES
DO BATALHÃO DE RONDAS OSTENSIVAS DE NATUREZA
ESPECIAL (RONE) NO MUNICÍPIO DE CURITIBA/PR

Artigo apresentado ao curso de graduação em Odontologia da UniCesumar – Centro Universitário de Maringá como requisito parcial para a obtenção do título de bacharel(a) em Odontologia sob a orientação do Prof. Ms. Flávia Vetter.

Aprovado em: ____ de _____ de ____.

BANCA EXAMINADORA

Prof. Me. Flávia Vetter - UniCesumar

Prof. Me. Matheus André Muller - UniCesumar

Prof. Dra. Mariana Machado Teixeira de Moraes Costa - UniCesumar

**ASSOCIAÇÃO ENTRE BRUXISMO, QUALIDADE DE SONO E
PRESENÇA DE DESGASTES DENTAIS EM POLICIAIS MILITARES
DO BATALHÃO DE RONDAS OSTENSIVAS DE NATUREZA
ESPECIAL (RONE) NO MUNICÍPIO DE CURITIBA/PR**

Ana Paula Caldas Rietow

Maria Cecília Ulbrich

RESUMO

O bruxismo é um fenômeno clínico de grande relevância, considerado uma das parafunções mais prejudiciais do sistema estomatognático, especialmente por causar lesões dentárias. A amostra deste estudo foi composta por 76 policiais do sexo masculino, integrantes da RONE-Curitiba/PR, com o objetivo de investigar possíveis correlações entre bruxismo, estresse e qualidade do sono. Os dados coletados foram organizados e apresentados em tabelas e gráficos, o que facilitou a análise e a interpretação das associações observadas. Os resultados do exame clínico revelaram que 60 (79%) dos participantes apresentaram algum grau de desgaste dentário, enquanto 21% não exibiram sinais de desgaste, destacando a relevância do bruxismo entre os policiais analisados. Esse quadro parece ser intensificado pelas exigências e peculiaridades da profissão, o que sugere que o estresse no ambiente de trabalho pode ter um papel fundamental no desenvolvimento e agravamento do bruxismo. Com base nesses achados, é possível concluir que a abordagem para o manejo do bruxismo deve ser abrangente, contemplando estratégias para redução do estresse, suporte psicológico, ajustes na carga horária de trabalho e a criação de um ambiente profissional mais saudável. Ressalta-se, ainda, a necessidade de mais pesquisas sobre o tema, especialmente no contexto dos policiais da RONE, cuja rotina de alta pressão e jornadas extenuantes pode estar intimamente relacionada ao desenvolvimento do bruxismo. Os resultados encontrados indicam a importância de um aprofundamento nesse campo de estudo, a fim de proporcionar intervenções mais eficazes e direcionadas para essa população.

Palavras-chave: Bruxismo. Estresse. Polícia.

**ASSOCIATION BETWEEN BRUXISM, SLEEP QUALITY AND THE PRESENCE
OF DENTAL WEAR IN MILITARY POLICE OFFICERS FROM THE SPECIAL
NATURE OSTENSIVE PATROL BATTALION (RONE) IN THE MUNICIPALITY
OF CURITIBA/PR**

ABSTRACT

Bruxism is a clinical phenomenon of great relevance, considered one of the most harmful parafunctions of the stomatognathic system, especially because it causes dental damage. The

sample of this study consisted of 76 male police officers, members of the RONE - Curitiba/PR, with the aim of investigating possible correlations between bruxism, stress and sleep quality. The data collected was organized and presented in tables and graphs, which facilitated the analysis and interpretation of the associations observed. The results of the clinical examination revealed that 60 (79%) of the participants showed some degree of tooth wear, while 21% showed no signs of wear, highlighting the relevance of bruxism among the police officers analyzed. This situation seems to be intensified by the demands and peculiarities of the profession, which suggests that stress in the work environment may play a fundamental role in the development and worsening of bruxism. Based on these findings, it is possible to conclude that the approach to managing bruxism should be comprehensive, including strategies to reduce stress, psychological support, adjustments to the workload and the creation of a healthier professional environment. There is also a need for more research on the subject, especially in the context of RONE police officers, whose high-pressure routine and strenuous working hours may be closely related to the development of bruxism. The results found indicate the importance of delving deeper into this field of study in order to provide more effective and targeted interventions for this population.

Keywords: Bruxism. Stress. Police

1 INTRODUÇÃO

O bruxismo é um fenômeno clínico muito significativo, sendo também considerado uma das mais prejudiciais entre todas as parafunções do sistema estomatognático, causando lesões dentárias. A Academy of Prosthodontics, definiu o bruxismo não como um hábito não funcional, um hábito oral involuntário que consiste em ranger, cerrar, ou apertar os dentes em movimentos mandibulares não funcionais, o que pode levar ao desenvolvimento de um trauma oclusal (QUARESMA et al., 2017).

A American Academy of Sleep Medicine (antiga American Sleep Disorders Association) (AASM) classificou o bruxismo noturno como uma parassonia do sono: “um distúrbio do sono que não é uma anormalidade dos processos responsáveis pelo sono e estado de vigília em si, mas sim um fenômeno indesejável que ocorre durante o sono” (LOBBEZOO & NAEJE, 2001).

Dentre os fatores patofisiológicos, o bruxismo tem sido relacionado a distúrbios do sono, alterações químicas cerebrais, uso de certos medicamentos, drogas e de fumo, consumo de álcool, bem como tem sido relacionado a fatores genéticos (LEHTINEN et al., 1994; LA VIGNE et al., 1996; LOBBEZO & NAEJE et al., 2001).

Pensando no trabalho do policial militar, não é difícil deduzir que se trata de uma categoria profissional bastante vulnerável à produção de sofrimento psíquico, uma vez que o exercício deste trabalho é marcado por um cotidiano em que a tensão e os perigos estão sempre presentes, ou seja, estão expostos diariamente a um contexto de risco. As exigências desse contexto vivido permanentemente nas ruas, somam-se àquelas relacionadas à forma como o trabalho está organizado, marcado por um alto rigor prescritivo e alicerçado em um sistema de disciplina e vigilância também permanentes (DANTAS et al., 2010).

Segundo Spode & Merlo (2004) apud Pinheiro & Farikoski (2016), o exercício da profissão de policial leva esses indivíduos a enfrentarem diariamente contingências de muito desgaste psicológico, pois precisam estar sempre prontos para proteger a sociedade, atentos para perceber qualquer situação de perigo e agir de forma preventiva, sem que haja perda do controle da situação, aborda também, questões relacionadas à carga física e mental que permeiam este contexto. De acordo com o autor, quando o peso psíquico do trabalho aumenta, ele acaba se tornando fonte de tensão e desprazer, resultando em fadiga e outras patologias.

2 OBJETIVO GERAL

O objetivo do estudo é investigar a presença e a associação do bruxismo e a qualidade de sono dos policiais militares lotados do batalhão de Rondas Ostensivas de Natureza especial (RONE) no município de Curitiba, Estado do Paraná.

Além disso, será avaliada a correlação entre o bruxismo, estresse e a presença de desgastes dental, a incidência de bruxismo nos participantes da pesquisa e análise da qualidade de sono dos participantes.

3 MATERIAL E MÉTODOS

Propõe-se um estudo transversal experimental do tipo caso-controle com uma amostra de 76 (Gráfico 1) profissionais atuantes na Corporação do batalhão de Rondas Ostensivas de Natureza Especial (RONE) da Polícia Militar na Cidade de Curitiba-PR.

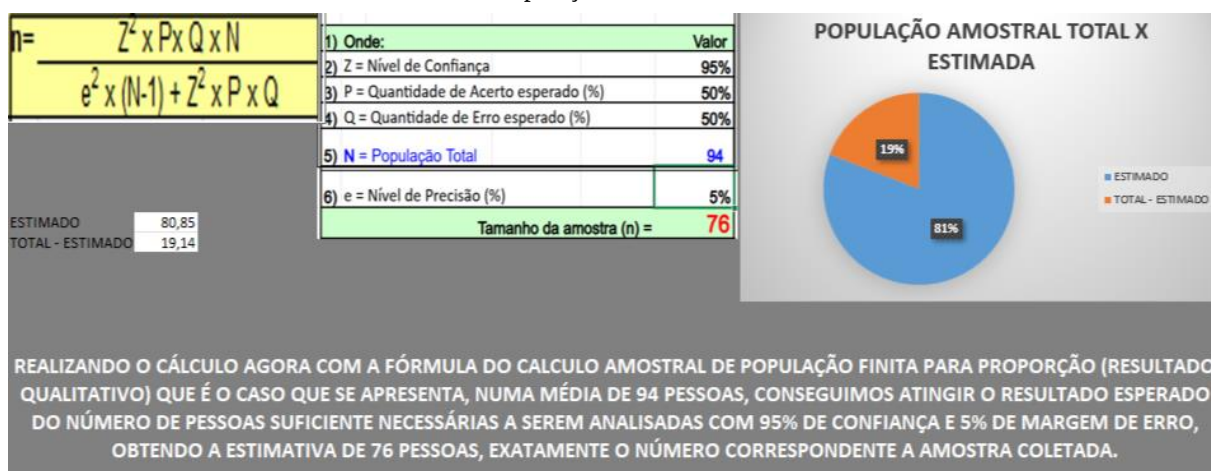
Esta abordagem permitirá examinar uma amostra da população em um único momento no tempo, fornecendo uma visão instantânea das relações entre as variáveis investigadas. Esta escolha metodológica ajudará a obter uma compreensão abrangente das características e comportamentos da população-alvo em um determinado ponto no tempo.

Todos os participantes da pesquisa assinaram ao Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) e serão informados sobre os objetivos em todas as etapas do estudo. Experimento com população definida, ou seja, um grupo delimitado por um certo número de pessoas, cujo mesmo objetivo é atingir uma margem de erro de 5%, o resultado mostra que serão necessárias 76 pessoas.

O gráfico representa a porcentagem de pessoas que seriam necessárias para compor 76 pessoas, levando em consideração uma população total de 200 pessoas. 68% do gráfico descreve a quantidade da amostra de 76 pessoas necessárias para obter o resultado desejado enquanto 32% seriam as pessoas que poderiam ficar de fora do experimento pois não seria necessário para fins do objetivo, somando as duas percentagens o total de pessoas soma 200 pessoas.

O motivo da utilização do cálculo amostral de proporcionalidade seria o objetivo de estudo que é a quantidade de pessoas necessárias, se alinha com o cálculo, pois serão dois grupos, o que a tese se prova, e o que contraria a tese, tendo assim um melhor resultado usando este método. O gráfico mostra-se o mais adequado para o experimento, mostrando que já tem uma população definida, o cálculo amostral por proporcionalidade alcança o tamanho (Gráfico 1).

Gráfico 1 - População Amostral Total x Estimada



Foram incluídos na pesquisa os participantes que correspondam aos seguintes critérios:

- Critérios de inclusão: pacientes adultos de ambos os sexos pertencentes a Organização Militar estudada;
- Critérios de exclusão: policiais que não aceitem participar da pesquisa ou desistam nodecorrer de sua realização.

Foram verificadas as seguintes variáveis:

- Presença de bruxismo autorrelatado;
- Correlação entre a presença de bruxismo e distúrbio do sono;
- Realização de exame clínico para observação de desgaste incisal, para posterior correlação com o bruxismo.

Após a coleta de dados, as informações serão distribuídas em planilhas descritivas e gráficos informativos (Excel® for Windows 2010).

4 REVISÃO DE LITERATURA

4.1 ASPECTOS GERAIS SOBRE BRUXISMO

O bruxismo é uma condição caracterizada pelo ranger ou apertar dos dentes, que pode ocorrer durante o dia ou durante o sono. Ele pode ser classificado em bruxismo do sono e bruxismo de vigília, ambos associados a diferentes fatores de risco e consequências. (LOBBEZOO et al., 2018).

A exposição a situações de estresse crônico pode levar a um aumento na atividade do sistema nervoso autônomo, resultando em tensão muscular, incluindo os músculos mastigatórios, o que pode resultar em um quadro de bruxismo. (LOBBEZOO et al., 2018).

Bruxismo do sono (LOBBEZOO et al., 2018):

1. Não é considerado hábito parafuncional;
2. Inconsciente/involuntário;
3. É considerado distúrbio do sono;
4. Fator de risco de pouca expressão para dor.

Bruxismo de Vigília (LOBBEZOO et al., 2018):

1. Consciente/mecânico/voluntário;
2. É considerado um hábito parafuncional;
3. É um hábito que pode ser removido;
4. Fator de risco de grande expressão para dor;
5. Bruxismo de Vigília: Ocorre durante a vigília (acordado).

4.2 BRUXISMO E O TRABALHO POLICIAL

A sintomatologia do bruxismo é ampla e não ocorre de modo uniforme em todas as pessoas. Mesmo aquelas que relatam ter bruxismo, podem passar a vida sem queixas, exceto pelo barulho causado pela fricção entre os dentes, afetando o parceiro de quarto. (CARVALHO et al., 2008).

Em um estudo, observou-se que cerca de 8% dos adultos que rangem semanalmente os dentes durante o sono, 4% deles também tinham desconforto muscular na mandíbula ao acordar, necessidade de tratamento dentário e ainda perturbavam o sono do parceiro (OHAYON et al., 2001).

O diagnóstico precoce é importante para reduzir as consequências desta atividade parafuncional. Protocolo de tratamento do médico deve ser dirigido no sentido de reduzir o stress psicológico e tratamento dos sinais e sintomas, uma vez que o bruxismo não pode ser permanentemente eliminado. Deve-se optar por terapia conservadora, com controle reversível e não invasivo, bem como um acompanhamento contínuo. Devido à sua etiologia multifatorial, o tratamento do bruxismo deve envolver profissionais como pediatras, psicólogos, dentistas pediátricos e otorrinolaringologistas. (NAHAS-SCOCATE et al., 2014).

O estudo feito por Carvalho et al (2008) avaliou a prevalência de bruxismo em vigília e noturno estresse emocional, e a associação entre si, em policiais militares. O estudo foi realizado na cidade de São Paulo com uma mostra final de 394 policiais do sexo masculino. O bruxismo foi diagnosticado pela presença de facetas de desgaste dental, alinhado e associado com a presença de um dos seguintes sinais ou sintomas: autorrelato de ranger os dentes; sensibilidade dolorosa dos músculos masseter e temporal e desconforto na musculatura da mandíbula ao acordar. Os resultados mostraram uma prevalência de bruxismo de 50,2% e uma prevalência de estresse emocional de 45,7%. Nenhuma associação significativa foi encontrada entre estresse emocional e o tipo de trabalho, ou entre o bruxismo e atividade de trabalho, mas os autores concluíram que o estresse emocional foi associado com o bruxismo, independentemente do tipo de trabalho feito pelo policial. (CARVALHO et al., 2020).

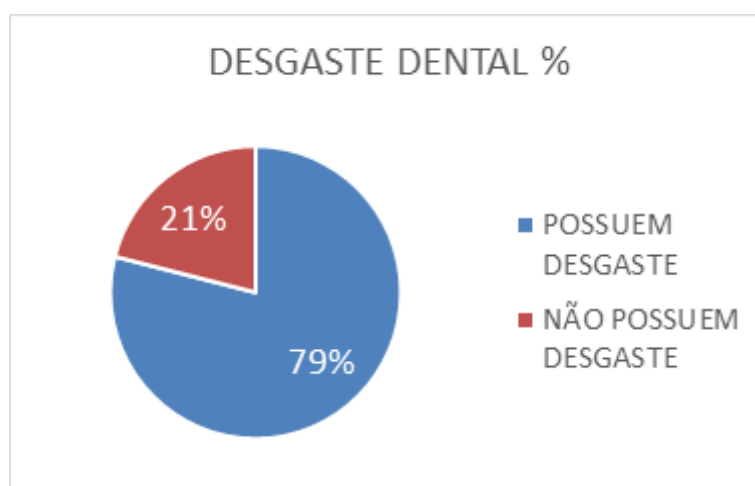
5 RESULTADOS

Esta pesquisa foi conduzida com a aplicação de dois questionários pelas autoras desenvolvidos especificamente para o estudo, visando investigar o bruxismo associado ao estresse no ambiente de trabalho policial, além de abordar aspectos relacionados à qualidade do sono. Complementarmente, aplicou-se o questionário de Qualidade do Sono de Pittsburgh, desenvolvido por Buysse et al. (1989) e validado no Brasil, em população adulta, por Bertolazi et al. (2011). O questionário de Qualidade do Sono de Pittsburgh é um instrumento validado e amplamente reconhecido, para avaliação detalhada da qualidade do sono entre os participantes.

A amostra foi composta por 76 policiais do sexo masculino, integrantes da RONE, e os dados coletados foram organizados com o intuito de identificar potenciais correlações entre as variáveis estudadas. Os resultados obtidos são apresentados em tabelas e gráficos, facilitando a análise e interpretação das associações observadas.

Os resultados indicam que o bruxismo não é apenas uma condição comum entre esses policiais, mas também pode ter consequências significativas para sua saúde bucal, levando a um desgaste dental acentuado. A associação entre o bruxismo e o desgaste dental em dentes específicos sugere a importância de abordar essa condição de maneira preventiva, principalmente em profissões de alto risco, como a policial (Gráfico 2).

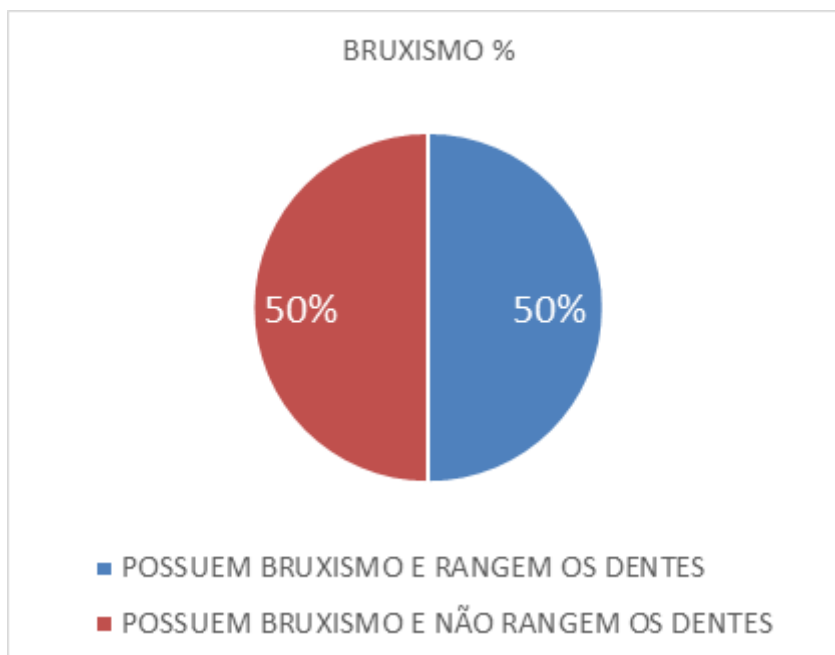
Gráfico 2 - Porcentagem de desgaste dental entre os policiais da RONE. Curitiba, 2024



Fonte: As Autoras (2024).

De acordo com o exame clínico realizado, pode-se observar que 60 (79%) dos participantes possuem algum nível de desgaste dentário e 21% não apresenta nenhum nível de desgaste dentário, o que pode ser visto no gráfico 01, evidenciando a relevância do bruxismo entre os indivíduos analisados, possivelmente intensificada pelas exigências específicas de sua profissão.

Gráfico 3 - Prevalência de Bruxismo entre os policiais da RONE. Curitiba, 2024

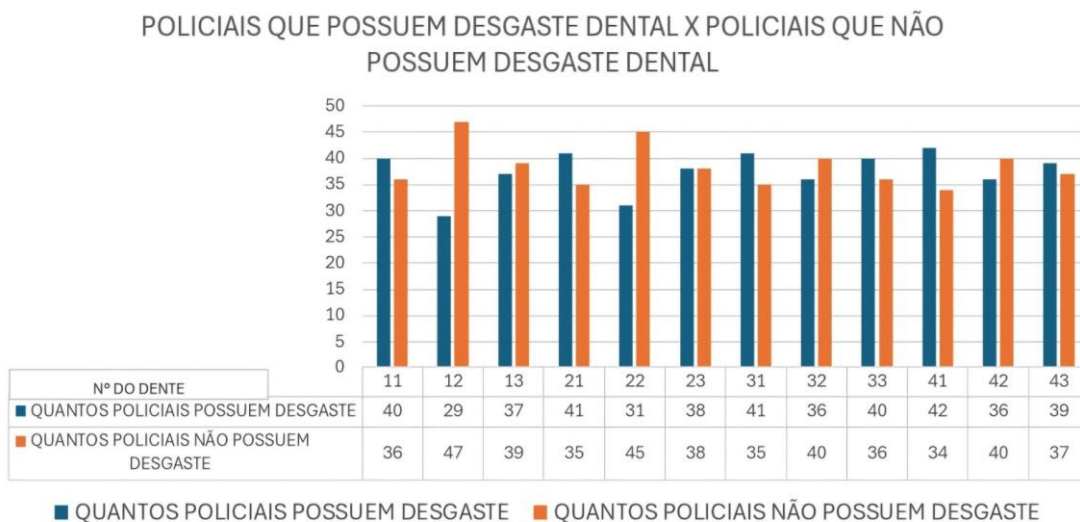


Fonte: As Autoras (2024).

No gráfico acima, referente ao bruxismo, observa-se que (38) 50% dos policiais da RONE apresentam essa condição, com muitos relatando hábitos de ranger ou apertar os dentes, especialmente durante ou após o trabalho. Esse dado ressalta a associação do bruxismo com situações de estresse ou tensão intensas, frequentemente vivenciadas na rotina policial.

No gráfico 4, pode-se observar uma discriminação detalhada da presença de desgaste dental em cada dente, classificando-os entre “Quantos Policiais Possuem Desgaste” e “Quantos Policiais Não Possuem Desgaste”. Em ordem decrescente, os dentes como o 41, 21, 31, 11, 33, 43, 23, 32, 42, 22 e 12, esses dados reforçam a correlação entre o bruxismo e o desgaste dental, sobretudo em dentes anteriores, que são mais vulneráveis ao impacto gerado pelo ranger de dentes.

Gráfico 4 - Prevalência de desgaste incisal entre os policiais da RONE. Curitiba,.



Fonte: As Autoras (2024).

Os dados coletados pelo Questionário 01 revelam uma situação de estresse crônico e privação de sono, grande maioria dos participantes 65 (86%) dormem menos de 8 horas por noite, o que sugere uma quantidade de sono insuficiente para uma boa recuperação física e mental. Essa falta de sono pode estar associada a uma rotina de trabalho exigente e potencialmente prejudicial à saúde e ao desempenho (Tabela 1).

Tabela 1: Resultados da aplicação do Questionário 1, referente a qualidade do sono dos policiais da RONE

Perguntas Questionário 1	Resposta	Resultado	Porcentagem
1) Qual é a duração média do seu sono por noite?	Menos que 8 horas	65	86%
	8 horas	11	14%
	Mais que 8 horas	0	0%
2) Qualidade de sono boa ou ruim?	Boa	36	47%
	Ruim	40	53%
3) Trabalha quantas horas por dia?	24h	34	45%
	Outros	42	55%
4) Como você geralmente se sente ao acordar pela manhã? Descansado ou ainda cansado?	Descansado	27	36%
	Cansado	0	64%
5) Você sente que a qualidade do seu sono afeta sua capacidade de desempenhar suas funções como policial?	Sim	47	62%
	Não	29	38%
6) Você se estressa muito no ambiente de trabalho?	Sim	43	57%
	Não	33	43%
7) Você percebe alguma influência do estresse na qualidade do seu sono?	Sim	59	78%
	Não	17	22%
8) Quais são os principais desafios que você enfrenta ao tentar dormir após um turno de trabalho?	Estresse	26	34%
	Insônia	25	33%
	Dor de cabeça	9	12%
	Irritabilidade	20	26%
	Hipertensão	4	5%
	Alteração batimentos car	4	5%
	Outros	30	39%
TOTAL		76	100%

Fonte: As Autoras (2024).

Observa-se também pelos dados coletados do Questionário 1, mostrados na tabela 1 mostra que 49 (64%) acordam cansados e somente 27 (36%) descansados. Concluindo que a maioria acorda cansada, o que é um indicativo de que o sono não está sendo reparador, possivelmente devido ao estresse e à carga de trabalho. Esse dado é coerente com a alta porcentagem 40 (53%) de participantes que dormem menos de 8 horas e têm uma qualidade de sono ruim.

Sabe-se que o estresse tem uma grande influência na qualidade do sono, no estudo pode-se perceber que 59 (78%) dos policiais associa que o estresse afeta a qualidade do sono.

O estresse 26 (34%), insônia 25 (33%), irritabilidade 20 (26%) são os principais desafios relatados, todos eles frequentemente associados a distúrbios do sono e ao impacto de uma rotina de trabalho exaustiva. A presença de dores de cabeça, hipertensão e alterações cardíacas também sugere que a saúde física está sendo comprometida.

Observa-se com os dados coletados do segundo questionário (tabela 2) a percepção dos participantes em relação ao bruxismo, suas manifestações e os fatores que podem contribuir para o seu desenvolvimento, especialmente no contexto do trabalho policial. Os dados indicam que 69 (91%) dos entrevistados já ouviram falar sobre o bruxismo e suas manifestações, evidenciando uma consciência relativamente alta sobre o tema (Tabela 2).

Tabela 2: Resultados da aplicação do Questionário 2, referente ao conhecimento dos policiais acerca do bruxismo e estresse no ambiente de trabalho dos policiais da RONE. Curitiba, PR

Perguntas Questionário II	Resposta	Resultados	Porcentagem
1) Você já ouviu falar sobre bruxismo e suas manifestações?	Sim	69	91%
	Não	3	4%
	Não tenho certeza	4	5%
2) Você conhece alguém na sua profissão que já relatou sofrer de bruxismo?	Sim	37	49%
	Não	35	46%
	Não tenho certeza	4	5%
3) Você já experimentou sintomas como ranger ou apertar os dentes, principalmente durante ou após o trabalho?	Sim	33	43%
	Não	38	50%
	Não tenho certeza	5	7%
4) Você acredita que o estresse e a tensão associados ao trabalho policial podem contribuir para o bruxismo?	Sim	53	70%
	Não	6	8%
	Não tenho certeza	17	22%
5) Existem situações específicas no seu trabalho que você acha que podem estar exacerbando o bruxismo?	Sim	22	29%
	Não	17	22%
	Não tenho certeza	37	49%
6) Quais dos seguintes fatores você acredita que contribuem para o bruxismo entre os policiais?	Estresse no trabalho	52	68%
	Horários irregulares de trabalho	34	48%
	Trauma emocional relacionado	19	25%
	Pressão para desempenhar tarefas	24	32%
7) Com que frequência você experimenta tensão mandibular durante ou após o trabalho?	Sempre	6	8%
	Às vezes	26	34%
	Nunca	22	29%
	Não tenho certeza	22	29%
8) Você já percebeu alguma relação entre o bruxismo e a eficácia no cumprimento das responsabilidades policiais?	Sim	10	13%
	Não	38	50%
	Não tenho certeza	28	37%
TOTAL		76	100%

Fonte: As Autoras (2024).

Quando questionados sobre a experiência pessoal de sintomas de bruxismo, como ranger ou apertar os dentes, 33 (43%) dos participantes relataram ter esses sintomas, principalmente durante ou após o turno de trabalho. Em contrapartida, 38 (50%) afirmaram não apresentar sintomas e 7% não tinham certeza. Esses dados indicam que quase metade dos profissionais podem estar lidando com sintomas de bruxismo. A percepção de que o estresse e a tensão associados ao trabalho policial podem contribuir para o desenvolvimento de bruxismo é compartilhada por 53 (70%) dos participantes.

Com a aplicação do Questionário de Qualidade do Sono de Pittsburgh, considerando que pontuações mais altas indicam uma pior qualidade do sono, observou-se que os policiais apresentam uma qualidade de sono ruim. Dos 76 policiais, 38 (50%) relataram que demoram mais de 30 minutos para adormecer, e 47 (61%) informaram dormir menos de 6 horas por noite. Além disso, 54 (71%) dos policiais classificaram sua qualidade do sono como “ruim” ou “muito ruim”. Apenas 7 (9%) policiais disseram tomar algum medicamento para dormir, seja prescrito pelo médico, recomendado por outra pessoa ou por iniciativa própria. No mês anterior à aplicação do questionário, 58 (76%) dos policiais relataram sentir pouca vontade ou falta de entusiasmo para realizar suas atividades diárias, e 35 (46%) policiais disseram ter sonhos ruins ou pesadelos pelo menos uma vez por semana.

Esses resultados refletem uma percepção significativa sobre o impacto do estresse e das condições de trabalho no desenvolvimento de sintomas de bruxismo entre os policiais, apontando para a necessidade de estratégias que ajudem a gerenciar o estresse ocupacional e, possivelmente, prevenir o bruxismo e seus efeitos na qualidade de vida e bem-estar desses profissionais.

6 DISCUSSÃO

O bruxismo é uma condição parafuncional com causas multifatoriais, sendo que fatores como estresse intenso, ansiedade e características de personalidade desempenham papéis importantes no seu desenvolvimento. O diagnóstico do bruxismo é frequentemente realizado por meio de exame físico, complementado por uma anamnese detalhada e exame clínico, que podem revelar desgastes excessivos nos dentes, dores na articulação temporomandibular (ATM) e sensibilidade nos músculos mastigatórios e dentários. (RECHE, Regis et al., 2018)

No estudo realizado por Reche (2018), verificou-se que a prevalência de bruxismo clínico foi de 47,8%, enquanto a prevalência de má qualidade do sono foi de 52,2%. Resultados

semelhantes foram observados neste trabalho, onde a maioria dos policiais relatou dormir menos de 8 horas por noite, o que é inferior à recomendação da Organização Mundial de Saúde, que sugere entre 7 a 9 horas de sono para adultos. Além disso, 53% dos policiais relataram uma má qualidade de sono, o que reforça a ideia de que a rotina de trabalho, com horários irregulares e alta demanda emocional, impacta diretamente a qualidade do descanso desses profissionais.

De acordo com Do Nascimento Pinto (2023), a qualidade do sono tem uma influência crucial na saúde, bem-estar e desempenho profissional, especialmente em profissões de alta exigência, como a de policial. Entre os distúrbios mais comuns, destacam-se a insônia, sonolência diurna excessiva, bruxismo e a síndrome da apneia obstrutiva do sono (SAOS), sendo o bruxismo frequentemente associado ao estresse acumulado, especialmente em ambientes de alta pressão.

Nessa pesquisa, pode-se observar que muitos policiais 59 (76%) reconhecem que o estresse relacionado ao trabalho afeta diretamente a qualidade do sono, criando uma relação cíclica: a privação de sono intensifica o estresse, e o estresse, por sua vez, agrava distúrbios como o bruxismo.

Semelhante com a pesquisa de Carvalho et al. (2008), o estresse é identificado como um fator importante no desenvolvimento do bruxismo, aumentando significativamente a probabilidade de um indivíduo, submetido ao estresse da carreira policial, desenvolver essa condição. Em seus achados, a prevalência de estresse em indivíduos com bruxismo foi significativamente maior em relação aos indivíduos sem bruxismo. Verificou-se que, no grupo de policiais não-bruxistas (n=54), 3,7% apresentaram estresse, enquanto no grupo de policiais bruxistas (n=27) o percentual de policiais que apresentaram estresse elevou-se para 33,3%. (CARVALHO et al., 2008).

Além disso, nesse mesmo estudo, revela que 68% dos policiais identificaram o estresse como o principal fator para o bruxismo. Esse achado evidencia a forte interrelação entre o estresse no ambiente de trabalho e o desenvolvimento do bruxismo.

Resultados semelhantes foram observados neste estudo, 53 (70%) policiais também identificaram o estresse como o principal fator para o bruxismo e 22 (29%) responderam que algumas situações específicas no trabalho contribuem para o bruxismo.

Ainda no trabalho de Carvalho et al. (2008), 81,8% dos policiais responderam que alguns fatores relacionados a cargas emocionais intensas podem exacerbar o estresse e a incidência de bruxismo. Entre os fatores relacionados à patologia, o estresse (68%) e os horários

irregulares de trabalho (48%) apresentaram os maiores índices no questionário 2, sugerindo que a exposição dos policiais a determinadas condições emocionais pode desencadear o processo.

No estudo de Reche (2018), a prevalência de bruxismo autorrelatado foi de (34,8%) entre policiais militares, e não foi observada uma associação entre o bruxismo e a qualidade do sono. Nesta pesquisa, no entanto, foi possível identificar uma associação entre o bruxismo e a qualidade do sono entre os policiais da RONE, com base nos questionários aplicados e no exame clínico.

Os dados coletados nesse estudo, mostram que o estresse no ambiente de trabalho prejudica a qualidade do sono dos participantes, com (57%) relatando altos níveis de estresse e (78%) percebendo impacto direto no sono, sendo que (53%) classificam sua qualidade de sono como "ruim. Além disso, a relação entre o bruxismo e a má qualidade do sono é evidente: 43% dos participantes relatam sintomas de bruxismo, e 68% apontam o estresse no trabalho como fator contribuinte e 70% acreditam que o estresse e a tensão no trabalho policial agravam o bruxismo.

A qualidade do sono dos policiais da RONE foi avaliada por meio do Questionário de Pittsburgh (Ribeiro, 2015), que leva em consideração que números maiores que 5 relatados no questionário já são considerados como uma má qualidade de sono, nesse estudo podemos observar a qualidade de sono dos policiais que contam uma jornada de trabalho de 24h é considerada pelo autor uma má qualidade de alterações fisiológicas significativas, levando ao esgotamento físico e mental e prejudicando tanto o desempenho nas atividades laborais quanto a qualidade de vida pessoal.

Correlacionando com o autor acima, os resultados desta pesquisa indicam que 68% dos participantes associam o estresse no trabalho ao desenvolvimento do bruxismo. Além disso, 48% acreditam que horários irregulares favorecem o surgimento da condição, 32% apontam a pressão por um bom desempenho como fator influente, e 25% mencionam o trauma emocional no ambiente de trabalho como uma possível causa para o desenvolvimento da patologia.

Esses achados sugerem que a abordagem para reduzir o bruxismo e melhorar o gerenciamento do estresse deve ser multifacetada, incluindo suporte psicológico, ajustes na carga horária e ações para promover um ambiente de trabalho mais saudável.

A maior limitação deste estudo foi a escassez de menções na literatura sobre a presença de bruxismo em policiais da RONE (Rondas Ostensivas de Natureza Especial). Observou-se uma falta de dados específicos sobre essa categoria policial, e por isso buscou-se uma

associação com o que já era conhecido sobre estresse, qualidade do sono e bruxismo em outras áreas com características de alta pressão e jornadas de trabalho extensas e exaustivas.

É fundamental que se busque mais pesquisas sobre o tema, dado sua extrema importância. Os resultados obtidos foram bastante sugestivos, apontando a necessidade de aprofundamento, em relação aos policiais da RONE, cuja realidade de estresse e jornadas exaustivas pode estar diretamente associada ao bruxismo.

7 CONCLUSÃO

Os resultados do presente estudo revelam que a prevalência de bruxismo clínico entre os policiais da RONE foi de 79%. Além disso, foi identificada uma correlação significativa entre o bruxismo e o desgaste incisal, com maior incidência nos dentes anteriores, que são particularmente vulneráveis ao impacto gerado pelo ato de ranger os dentes.

Observou-se que o bruxismo está estreitamente relacionado ao estresse ocupacional, à pressão do trabalho e aos horários irregulares, fatores que podem contribuir significativamente para o desenvolvimento e agravamento dessa condição.

Além disso, a análise dos dados revelou que mais da metade dos policiais (53%) relataram ter uma qualidade de sono insatisfatória, reforçando a hipótese de que o bruxismo possa estar ligado à privação ou comprometimento do sono, frequentemente observado em profissionais que enfrentam jornadas irregulares e situações de alto estresse.

Fatores como horários de trabalho irregulares, traumas emocionais e a pressão por alto desempenho são apontados como elementos que intensificam o estresse e, consequentemente, predis põem os policiais ao bruxismo. A alta incidência de desgaste dentário observada neste estudo pode ser atribuída à exposição constante desses profissionais a situações de risco e estresse intenso, que resultam em elevados desgastes emocionais.

Diante desses achados, é fundamental que programas de saúde mental e estratégias de manejo do estresse sejam implementados, a fim de reduzir os casos de bruxismo e melhorar a qualidade de vida dos policiais.

8 REFERÊNCIAS

BOMBARDA, Deambre José et al. **Bruxismo causado pelo estresse da atividade policial militar: revisão de literatura.** Research, Society and Development, v. 11, n. 11, p. e92111133391- e92111133391, 2022.

CARVALHO, Swellya da Costa Aroucha et al. **Associação entre bruxismo e estresse em policiais militares.** Revista Odonto Ciência, v. 23, n. 2, 2008.

COELHO, Jeanne Paiva de Siqueira et al. **Bruxismo do sono e sua associação com distúrbios do sono em policiais.** Ciênc. odontol. bras, p. 31-36, 2009.

DANTAS, Marilda Aparecida et al. **Avaliação de estresse em policiais militares. Psicologia: teoria e prática,** v. 12, n. 3, p. 66-77, 2010.

DE SIQUEIRA COELHO, Jeanne Paiva et al. **Bruxismo do sono e sua associação com distúrbios do sono em policiais.** Brazilian Dental Science , v. 12, n. 1, 2009.

DO NASCIMENTO PINTO, Joséli et al. **Sonolência e Estresse em Policiais Militares.** Saúde e Desenvolvimento Humano, v. 11, n. 3, 2023.

LOBBEZOO, F.; NAEIJE, M. **Bruxism is mainly regulated centrally, not peripherally.** JOral Rehabil, v.28, p.1085-1091, 2001

PESTANA, Sara Cristina Neves. **Bruxismo: da etiologia ao diagnóstico.** 2014. Tese de Doutorado.

QUARESMA, Maria Carlos Lopes Cardoso Real Dias. **Estimulação elétrica funcional no tratamento do bruxismo do sono: ensaio clínico randomizado.** 2017.

MACEDO, Cristiane Rufino de. **Bruxismo do sono.** Revista Dental Press de Ortodontia e Ortopedia Facial, v. 13, p. 18-22, 2008.

NAHÁS-SCOCATE, A. C. R.; COELHO, F. V.; DE ALMEIDA, V. C.
Bruxism in children and transverse plane of occlusion: is there a relationship or not? Dental press journal of orthodontics, v. 19, n. 5, p. 67–73, 2014.

NASCIMENTO, Aldir Machado et al. **Associação do bruxismo ao estresse emocional: estudo transversal.** Revista Brasileira de Odontologia, v. 66, n. 2, p. 160, 2010.

RECHE, Regis et al. **Associação entre bruxismo e a qualidade do sono em policiais militares.** Saúde e Desenvolvimento Humano, v. 6, n. 1, p. 15-27, 2018.

RODRIGUES, Cathleen Kojo et al. **Bruxismo: uma revisão da literatura.** Publicatio UEPG: Ciências Biológicas e da Saúde.

9 APÊNDICE A – INSTRUMENTO DE COLETA DE DADOS

9.1 AUTORIZAÇÃO PARA REALIZAÇÃO DA PESQUISA NO BATALHA DE RONDAS OSTENSIVAS DE NATUREZA ESPECIAL (RONE)



ESTADO DO PARANÁ
POLÍCIA MILITAR
COMANDO DE MISSÕES ESPECIAIS
BATALHÃO DE POLÍCIA DE RONE
“CORONEL PM ADEMAR BENEVENUTO MOLETTA”



AUTORIZAÇÃO PARA REALIZAÇÃO DA PESQUISA E DECLARAÇÃO DE INFRAESTRUTURA

Eu, MAJOR QOPM JOÃO ROBERTO DAS GRAÇAS GALETO ALVES, Comandante do BPRONE, RG Nº 6.192.321-7, CPF Nº 022.999.289-79, **autorizo** que o projeto de pesquisa “ESTRESSE E BRUXISMO ASSOCIADO A POLICIAIS MILITARES DO BATALHÃO DE RONE NO MUNICÍPIO DE CURITIBA - PR”, sob a responsabilidade do(s) pesquisador(es) Ana Paula Caldas Rietow, CPF 125.333.989-93 e Maria Cecília Ulbrich, CPF 130.216.049-43, seja desenvolvido no Batalhão de Polícia de RONE, devendo os dados da pesquisa serem coletados conforme descrição no projeto, quais sejam: Será utilizada a metodologia de estudo transversal. Esta abordagem permitirá examinar uma amostra da população em um único momento no tempo, fornecendo uma visão instantânea das relações entre as variáveis investigadas. Esta escolha metodológica ajudará a obter uma compreensão abrangente das características e comportamentos da população-alvo em um determinado ponto no tempo. Termo de consentimento livre e esclarecido Aplicação do questionário qualidade de sono e stress (questionário PSQI), aplicação do questionário bruxismo autorrelatado e realizar exame clínico para analisar o nível de bruxismo nos policiais (será visualizado pelo desgaste incisal).

MATERIAIS UTILIZADOS:

- Palito de madeira
- Gaze
- Luva

Declaro que a instituição acima identificada possui a infraestrutura necessária para o desenvolvimento do referido projeto de pesquisa e para atender a eventuais problemas resultantes da pesquisa, em proteção aos seus participantes.

Todos os pesquisadores envolvidos na pesquisa são obrigados a cumprirem integralmente as exigências éticas estabelecidas na Resolução CNS Nº 466/2012, 510/2016 e em resoluções complementares aplicáveis ao caso, bem como a obedecerem às disposições legais estabelecidas na Constituição Federal Brasileira, artigo 5º, incisos X e XIV, Novo Código Civil, artigo 20 e na LGPD.

JOAO ROBERTO DAS GRAÇAS
GALETO ALVES:02299928979

Curitiba, 20 de maio de 2024.
Assinado de forma digital por JOAO
ROBERTO DAS GRAÇAS GALETO
ALVES:02299928979
Dados: 2024.05.20 15:11:54 -03'00'

Maj. QOPM João Roberto das G. Galeto Alves,
Comandante do BPRONE.

9.2 TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO (TCLE)

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Título do Projeto: ASSOCIAÇÃO ENTRE BRUXISMO, QUALIDADE DE SONO E PRESENÇA DE DESGASTES DENTAIS EM POLICIAIS MILITARES DO BATALHÃO DE RONDAS OSTENSIVAS DE NATUREZA ESPECIAL (RONE) NO MUNICÍPIO DE CURITIBA/PR.

Você está sendo convidado a participar de uma pesquisa cujo objetivo é avaliar a incidência de bruxismo e sua associação com a qualidade de vida e a presença de desgastes dentais em policiais do Batalhão de Rondas Ostensivas de Natureza Especial (RONE) bem como estabelecer comparação quanto a má qualidade de sono existente pelo estresse da profissão.

Esta pesquisa está sendo realizada pelas acadêmicas Ana Paula Caldas Rietow e Maria Cecília Ulbrich do curso de graduação em Odontologia da UniCesumar – Centro Universitário de Maringá como requisito parcial para a obtenção do título de bacharel(a) em cirurgião-dentista sob a orientação do Prof. Dra. Flávia Vetter.

Se você aceitar participar da pesquisa, os procedimentos envolvidos em sua participação são os seguintes:

Os possíveis riscos ou desconfortos decorrentes da participação na pesquisa: Você está sendo convidado(a) a participar de um estudo de pesquisa que tem como objetivo investigar nível de bruxismo entre policiais militares. Este estudo busca entender melhor os padrões de cuidados com a saúde bucal dentro dessa população específica.

Procedimentos: Se você concordar em participar deste estudo, será solicitado que responda a um questionário sobre seus níveis de stress, bruxismo e qualidade de sono. O preenchimento do questionário levará aproximadamente 10 minutos do seu tempo.

Rubrica do participante _____

Rubrica do pesquisador _____

Página 1 de 3

Não há riscos significativos associados à sua participação neste estudo.

Confidencialidade e Privacidade: Todas as informações coletadas durante este estudo serão mantidas estritamente confidenciais e serão usadas apenas para fins de pesquisa. Seu nome ou outras informações pessoais não serão divulgados em qualquer publicação resultante deste estudo.

Os possíveis benefícios decorrentes da participação na pesquisa são: ao contribuir com suas respostas, você estará ajudando a aumentar o conhecimento sobre a saúde bucal dos policiais militares, o que pode levar a melhores práticas de cuidados com a saúde.

Sua participação na pesquisa é totalmente voluntária, ou seja, não é obrigatória. Caso você decida não participar, ou ainda, desistir de participar e retirar seu consentimento, não haverá nenhum prejuízo ao atendimento que você recebe ou possa vir a receber na instituição.

Não está previsto nenhum tipo de pagamento pela sua participação na pesquisa e você não terá nenhum custo com respeito aos procedimentos envolvidos. Caso ocorra alguma intercorrência ou dano, resultante de sua participação na pesquisa, você receberá todo o atendimento necessário, sem nenhum custo pessoal.

Os dados coletados durante a pesquisa serão sempre tratados confidencialmente. Os resultados serão apresentados de forma conjunta, sem a identificação dos participantes, ou seja, o seu nome não aparecerá na publicação dos resultados.

Caso você tenha dúvidas, poderá entrar em contato com o pesquisador responsável Ana Paula Caldas Rietow, pelo telefone (41) 996581306, com o pesquisador Maria Cecília Ulbrich, pelo telefone (42) 988470404 ou com o Comitê de Ética em Pesquisa da Unicesumar pelo telefone (44) 30276360 ramal 1345, ou no 5º andar do Bloco Administrativo, de segunda à sexta, das 8h às 17h.

Esse Termo é assinado em duas vias, sendo uma para o participante e outra para os pesquisadores.

Nome e assinatura do
participante da pesquisa _____

Rubrica do participante _____

Rubrica do pesquisador _____

Página 2 de 3

Nome e assinatura do
pesquisador que aplicou o
TCLE

Local e Data: _____

9.3 QUESTIONÁRIOS

QUESTIONÁRIO Nº1

Nome: Idade: Local de trabalho: Endereço: Estado civil: Filhos:
Qual é a duração média do seu sono por noite durante sua escala de trabalho? Menos que 8 horas 8 horas Mais que 8 horas
Qualidade do sono boa ou ruim? Boa Ruim
Trabalha quantas horas por dia? 24h Outros
Como você geralmente se sente ao acordar pela manhã? Descansado ou ainda cansado? Descansado Cansado
Você sente que a qualidade do seu sono afeta sua capacidade de desempenhar suas funções como policial? Sim Não
Você se estressa muito no ambiente de trabalho? Sim Não

Você percebe alguma influência do estresse na qualidade do seu sono?

Sim

Não

Quais são os principais desafios que você enfrenta ao tentar dormir após um turno de trabalho?

Estresse

Insônia

Dor de cabeça

Irritabilidade

Hipertensão

Alteração batimentos cardíacos

Outros

QUESTIONÁRIO N° 2.

Você já ouviu falar sobre bruxismo e suas manifestações?

Sim

Não

Não tenho certeza

Você conhece alguém na sua profissão que já relatou sofrer de bruxismo?

Sim

Não

Não tenho certeza

Você já experimentou sintomas como ranger ou apertar os dentes, principalmente durante ou após o trabalho?

Sim

Não

Não tenho certeza

Você acredita que o estresse e a tensão associados ao trabalho policial podem contribuir para o bruxismo? Sim Não Não tenho certeza
Existem situações específicas no seu trabalho que você acha que podem estar exacerbando o bruxismo? Sim Não Não tenho certeza
Quais dos seguintes fatores você acredita que contribuem para o bruxismo entre os policiais? Estresse no trabalho Horários irregulares de trabalho Trauma emocional relacionado ao trabalho Pressão para desempenhar bem o trabalho
Com que frequência você experimenta tensão mandibular durante ou após o trabalho? Sempre Às vezes Nunca Não tenho certeza
Você já percebeu alguma relação entre o bruxismo e a eficácia no cumprimento das responsabilidades policiais? Sim Não Não tenho certeza
Cite em uma palavra, o que você acha que contribui para o agravamento do bruxismo:

9.4 ODONTOGRAMA PARA VISUALIZAÇÃO DE DESGASTES INCISAIS EM DECORRÊNCIA DO BRUXISMO

ODONTOGRAMA PARA VISUALIZAÇÃO DE DESGASTES INCISAIS EM DECORRÊNCIA DO BRUXISMO

Ficha Clínica Nº _____

Data: __/__/2024.

18	17	16	15	14	13	12	11	21	22	23	24	25	26	27	28		
																	
																	
48	47	46	45	44	43	42	41	31	32	33	34	35	36	37	38		
								55	54	53	52	51	61	62	63	64	65
																	
																	
								85	84	83	82	81	71	72	73	74	75

Legenda:

Preenchido em vermelho: desgaste incisal.

10. ANEXOS

Índice de qualidade do sono de Pittsburgh – versão portuguesa (PSQI-PT)

Nome: _____ Idade: _____ Data: ____/____/____

As questões a seguir são referentes à sua qualidade de sono apenas durante o **mês passado**. As suas respostas devem indicar o mais correctamente possível o que aconteceu na **maioria** dos dias e noites do último mês. Por favor responda a todas as questões.

1) Durante o mês passado, a que horas se deitou à noite na maioria das vezes?

Horário de deitar: ____h ____min

2) Durante o mês passado, quanto tempo (em minutos) demorou para adormecer na maioria das vezes?

Minutos demorou a adormecer: _____min

3) Durante o mês passado, a que horas acordou (levantou) de manhã na maioria das vezes?

Horário de acordar: ____h ____min

4) Durante o mês passado, quantas horas de sono por noite dormiu? (pode ser diferente do número de horas que ficou na cama).

Horas de noite de sono: ____h ____min

Para cada uma das questões seguintes, escolha uma única resposta, a que lhe pareça mais correta. Por favor, responda a todas as questões.

5) Durante o mês passado, quantas vezes teve problemas para dormir por causa de:

a) Demorar mais de 30 minutos para adormecer:

() Nunca () Menos de 1x/semana () 1 ou 2x/semana () 3x/semana ou mais

b) Acordar ao meio da noite ou de manhã muito cedo:

() Nunca () Menos de 1x/semana () 1 ou 2x/semana () 3x/semana ou mais

c) Levantar-se para ir à casa de banho:

() Nunca () Menos de 1x/semana () 1 ou 2x/semana () 3x/semana ou mais

d) Ter dificuldade para respirar:

() Nunca () Menos de 1x/semana () 1 ou 2x/semana () 3x/semana ou mais

e) Tossir ou ressonar alto:

() Nunca () Menos de 1x/semana () 1 ou 2x/semana () 3x/semana ou mais

f) Sentir muito frio:

() Nunca () Menos de 1x/semana () 1 ou 2x/semana () 3x/semana ou mais

g) Sentir muito calor:

() Nunca () Menos de 1x/semana () 1 ou 2x/semana () 3x/semana ou mais

h) Ter sonhos maus ou pesadelos:

() Nunca () Menos de 1x/semana () 1 ou 2x/semana () 3x/semana ou mais

i) Sentir dores:

() Nunca () Menos de 1x/semana () 1 ou 2x/semana () 3x/semana ou mais

j) Outra razão, por favor, descreva: _____

Quantas vezes teve problemas para dormir por esta razão, durante o mês passado?

() Nunca () Menos de 1x/semana () 1 ou 2x/semana () 3x/semana ou mais

6) Durante o mês passado, como classificaria a qualidade do seu sono?

() Muito boa () Boa () Má () Muito Má

7) Durante o mês passado, tomou algum medicamento para dormir receitado pelo médico, ou indicado por outra pessoa (farmacêutico, amigo, familiar), ou mesmo por sua iniciativa?

() Nunca () Menos de 1x/semana () 1 ou 2x/semana () 3x/semana ou mais

8) Durante o mês passado, teve problemas em ficar acordado durante as refeições, ou enquanto conduzia, ou enquanto participava nalguma atividade social?

☐ Nunca	☐ Menos de 1x/semana	☐ 1 ou 2x/semana	☐ 3x/semana ou mais
--------------------------------	---	---	--

9) Durante o mês passado, sentiu pouca vontade ou falta de entusiasmo para realizar as suas atividades diárias?

☐ Nunca	☐ Menos de 1x/semana	☐ 1 ou 2x/semana	☐ 3x/semana ou mais
--------------------------------	---	---	--

10) Vive com um(a) companheiro(a)?

☐ Não	☐ Sim, mas em outro quarto	☐ sim, no mesmo quarto mas, não na mesma cama	☐ sim, na mesma cama
------------------------------	---	--	---

Se tem um(a) companheiro(a) de cama ou quarto, pergunte-lhe se, no mês passado, **você teve**:

a) Ronco alto:

☐ Nunca	☐ Menos de 1x/semana	☐ 1 ou 2x/semana	☐ 3x/semana ou mais
--------------------------------	---	---	--

b) Pausas longas na respiração durante o sono:

☐ Nunca	☐ Menos de 1x/semana	☐ 1 ou 2x/semana	☐ 3x/semana ou mais
--------------------------------	---	---	--

c) Movimentos de pernas durante o sono:

☐ Nunca	☐ Menos de 1x/semana	☐ 1 ou 2x/semana	☐ 3x/semana ou mais
--------------------------------	---	---	--

d) Episódios de desorientação ou confusão durante o sono:

☐ Nunca	☐ Menos de 1x/semana	☐ 1 ou 2x/semana	☐ 3x/semana ou mais
--------------------------------	---	---	--

e) Outros sintomas na cama enquanto dorme, por favor, descreva:
