



B0141

QUALIDADE DO SONO DE ADULTOS PORTADORES DE DIABETES TIPO 2

Tamara Ligia Verussa (Bolsita FAPESP), Vanessa Vieira, Michele Lagacci, Monize Coccetti, Miriam Ueno, Maria Filomena Ceolim (Co-orientadora) e Profa. Dra. Maria Helena Melo Lima (Orientadora), Faculdade de Ciências Médicas - FCM, UNICAMP

Queixas de má qualidade e distúrbios do sono são comuns em pessoas com diabetes mellitus (DM) tipo 2 e são fatores de risco para complicações. Este estudo teve o objetivo de avaliar a qualidade subjetiva do sono de portadores de DM tipo 2 atendidos em Unidades Básicas de Atenção Primária à Saúde (Campinas/SP). Foram coletados dados sócio-demográficos, de saúde e estilo de vida, bem como o Índice de Qualidade de Sono de Pittsburgh (PSQI) e a Escala de Sonolência de Epworth (ESE). O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da FCM/Unicamp e os voluntários assinaram Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. Foram estudados 68 mulheres ($61,9 \pm 11,8$ anos) e 37 homens ($62,1 \pm 9,9$ anos) com DM tipo 2 há no mínimo um ano; 78 voluntários apresentavam má qualidade do sono (PSQI global > 5) e sonolência diurna excessiva (ESE > 11). A latência para início do sono foi de 27,7 ($\pm 34,5$) minutos, a duração do sono de 6,3 ($\pm 1,6$) horas e a eficiência, de 80,7% ($\pm 16,9$); 22 voluntários usavam medicação para dormir; os principais fatores de perturbação do sono noturno foram nictúria (76), interrupções do sono noturno/ despertar precoce (62) e dores (28). Os achados apontam a prevalência de má qualidade do sono, e a alta proporção de voluntários com sonolência diurna excessiva deve merecer atenção pois são associadas ao risco de agravamento do quadro ou mau controle da síndrome metabólica.

Sono - Diabetes tipo 2 - Sonolência diurna excessiva