



B071

PADRÕES DE SONO DE IDOSOS HIPERTENSOS

Fernanda P. Ramos (Bolsista PIBIC/CNPq), Profa. Dra. Maria Filomena Ceolim e Prof. Dr. José Luiz Tatagiba Lamas (Orientadores), Faculdade de Ciências Médicas – FCM, UNICAMP

O envelhecimento acarreta modificações nos padrões de sono, que podem resultar em prejuízo da qualidade do mesmo. Nesta pesquisa, buscou-se identificar padrões de sono e relatos de sonolência diurna em idosos hipertensos, bem como possíveis diferenças entre sujeitos com peso normal e obesos. Foram coletados: dados sócio-demográficos, antecedentes de saúde e estilo de vida (Ficha de Identificação); padrões habituais e qualidade do sono (Índice de Qualidade do Sono de Pittsburgh – PSQI, no qual escores mais altos indicam sono de pior qualidade, e Diário de Sono); sonolência diurna (Escala de Sonolência de Epworth – ESE, na qual escores mais elevados indicam maior sonolência). Participaram 16 mulheres e 6 homens, com idade média de 67,3 ($\pm 4,0$), que assinaram Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. Dez sujeitos tinham peso normal (Índice de Massa Corpórea – $IMC \leq 25 \text{kg/m}^2$) e 12 eram obesos ($IMC > 25 \text{kg/m}^2$); 19 sujeitos referiam sono de má qualidade (10 obesos e 9 com peso normal) e 11, sonolência diurna excessiva (7 obesos e 4 com peso normal). Observou-se correlação negativa significativa entre a pontuação obtida no PSQI e o IMC (Spearman $R = -0,5622$, $p < 0,01$), sugerindo que os obesos tinham sono de melhor qualidade, e correlação positiva significativa entre a pontuação da ESE e a circunferência do pescoço (Spearman $R = -0,5147$, $p < 0,05$). Os achados estão parcialmente de acordo com a literatura a respeito, apontando a necessidade de ampliação do número de sujeitos estudados.

Sono - Hipertensão - Idoso