



XII CAIC – Congresso Anual de Iniciação Científica
XV ECIF – Encontro Científico da FAMERP
VII COLIG – Mostra das Ligas Acadêmicas
Dias 06 e 07 de outubro de 2015



RELEVÂNCIA DA DURAÇÃO DO SONO NA PREVALÊNCIA DE HIPERTENSÃO
ARTERIAL SISTÊMICA AVALIADA COM MAPA

Patricia Silva de Marco¹, Moacir Fernandes de Godoy².

¹FAMERP, ²FAMERP.

Introdução: A monitorização ambulatorial de pressão arterial possibilita medidas múltiplas da pressão arterial por 24 horas ou mais, em situações da rotina do paciente, com consequente maior precisão diagnóstica. Durante o sono, ocorre o descenso noturno, uma redução fisiológica de, no mínimo, 10% da pressão arterial. Já foi demonstrado que tanto baixa, como alta quantidade de sono, estão associadas a maiores cargas pressóricas. **Objetivo:** Verificar se há aumento da prevalência de hipertensão arterial sistêmica entre os pacientes que apresentam curta (5 horas ou menos), ou longa (9 horas ou mais) duração de sono. **Casuística e Métodos:** Foram analisados 516 pacientes submetidos à monitorização ambulatorial de pressão arterial por 24 horas, sendo 266 (51,5%) do sexo feminino. A idade média foi de 47,1±15,2 anos. **Resultados:** A duração média do sono foi de 7,5±1,4 horas. Do total, 31(6,0%; grupo I) dormiram 5 horas ou menos, 388 dormiram entre 5 e 9 horas (75,2%; grupo II), enquanto 97 (18,8%; grupo III) dormiram 9 horas ou mais. Analisando-se as cargas pressóricas sistólica e diastólica dos três grupos nos componentes total, vigília e sono, não houve diferença quanto às cargas sistólicas. Já as cargas diastólicas durante a vigília foram significativamente maiores no grupo I, do que nos grupos II e III, com valores de 51,4±29,9%, 37,4±30,4% e 34,9±29,5%, respectivamente (P=0,0082). A carga pressórica diastólica do grupo I foi significativamente maior que a do grupo II (P=0,0354) e do Grupo III (P=0,0239), não havendo diferença entre os grupos II e III (P=0,7674). **Conclusão:** Curtas durações de sono (5 ou menos horas) associam-se significativamente com maior comprometimento pressórico diastólico em relação às durações maiores. Isso indica a possibilidade de orientações quanto a estilo de vida saudável (duração do sono), na tentativa de minimizar o risco de futuros eventos cardiovasculares.

Descritores: Hipertensão Arterial Sistêmica; Sono; Duração; MAPA.