



UNIVERSIDADE ESTADUAL DE FEIRA DE SANTANA

Autorizada pelo Decreto Federal nº 77.496 de 27/04/76
Recredenciamento pelo Decreto nº 17.228 de 25/11/2016



PRÓ-REITORIA DE PESQUISA E PÓS-GRADUAÇÃO
COORDENAÇÃO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA

XXVII SEMINÁRIO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA DA UEFS

SEMANA NACIONAL DE CIÊNCIA E TECNOLOGIA - 2023

INVESTIGAR OS POSSÍVEIS FATORES ASSOCIADOS AOS DISTÚRBIOS DO SONO EM ADULTOS CADASTRADOS A ESTRATÉGIA DE SAÚDE DA FAMÍLIA DE MUCUGÊ BAHIA.

Emerson Ramon Alexandre Bobo¹; Davi Félix Martins Jr.².

1. Bolsista PROBIC/UEFS, Graduando em Medicina, Universidade Estadual de Feira de Santana, e-mail: ermramon21@hotmail.com
2. Orientador, Departamento de Saúde/DSAU, Universidade Estadual de Feira de Santana/UEFS, e-mail: dmartins@uefs.br
3. Projeto de Pesquisa “Proposta de Vigilância à saúde para detecção de Distúrbios Psíquicos Menores, Diabetes Mellitus e Hipertensão Arterial em Mucugê, Bahia”. Termo de Outorga **FAPESB SUS018/2021**

PALAVRAS-CHAVE: Epidemiologia, Prevalência, Problemas do Sono.

INTRODUÇÃO

Os distúrbios do sono são reconhecidos como um relevante problema de saúde pública, tendo em vista as inúmeras consequências que podem causar ao bem-estar físico e mental dos indivíduos (BOUSCOULET et al, 2008; DALEY et al, 2009; HIROTSU et al, 2014). Ademais, os distúrbios do sono podem aumentar o risco de acidentes de trabalho e de acidentes de trânsito (DALEY et al, 2009; NATIONAL INSTITUTES OF HEALTH, 2011).

Estudo realizado em 132 cidades brasileiras observou em uma amostra constituída por indivíduos com idade igual ou superior a 16 anos, que 76% apresentaram ao menos um problema de sono, sendo os mais frequentes o sono insuficiente e o ronco (HIROTSU et al, 2014). Na cidade de São Paulo o problema de sono mais frequente entre adultos, foi a dificuldade de iniciar o sono com prevalência em 25% (ZANUTO, et al, 2015).

No Brasil, poucos estudos populacionais avaliaram esse tema, evidenciado uma lacuna no conhecimento científico nessa área. Resultados de pesquisas conduzidas em outros países não permitem extrapolação para a população brasileira, tendo em vista as características marcadamente distintas no que se refere ao ambiente, à qualidade de vida, ao trabalho e a outros comportamentos (HIROTSU et al, 2014).

Diante das altas prevalências dos distúrbios do sono encontradas em alguns estudos no mundo e em estudos conduzidos no Brasil e do impacto desse problema sobre a saúde, o presente plano de trabalho, tem como objetivo, investigar os possíveis fatores associados aos distúrbios do sono em adultos cadastrados a Estratégia de Saúde da Família de Mucugê, Bahia.

METODOS

Trata-se de um estudo epidemiológico de corte transversal exploratório, amostral, realizado no município de Mucugê, Bahia.

O município de Mucugê está localizado a 448 Km de Salvador e 338 Km de Feira de Santana. Mucugê possui cerca de 10.548 habitantes. A população apresenta uma distribuição urbana de 4.183 (39,66%) e rural de 6.365 (60,34%) e por sexo de 5.317 mulheres (50,40%) e

5.231 homens (49,60%). Na área de saúde, Mucugê possui cinco (05) Unidades de Saúde da Família (USF) distribuídas pelo território do município, zona urbana e rural (IBGE, 2017).

A coleta de dados foi realizada por meio de visitas domiciliares no período de novembro de 2021 a março de 2022. Foram entrevistados todos os indivíduos adultos sorteados e que consentirem em participar do estudo, após a leitura Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Ao todo foram entrevistados 337 indivíduos das 05 microáreas selecionadas.

Visando verificar o tempo aproximado de preenchimento e a clareza do instrumento de coleta de dados foi realizado um piloto, na Unidade de Saúde da Família do bairro Santo Antônio dos prazeres, no município de Feira de Santana, Bahia.

Para avaliar a qualidade do sono foi utilizado o *Mini-Sleep Questionnaire* (MSQ). Esse instrumento é composto por dez itens e foi traduzido para o português brasileiro por Gorenstein; Tavares; Aloé, (2000) e avalia a qualidade subjetiva do sono, sendo útil para triagem de distúrbios do sono em populações. O teste é composto por 10 questões e as respostas são dadas em uma escala do tipo Likert de sete pontos, variando de 1 (nunca) a 7 (sempre). Assim, o escore varia de 10 a 70 pontos e quanto maior a pontuação, mais problemas de sono. O indivíduo que apresentar um escore maior ou igual a 25 pontos (Resultado do MSQ \geq 25 pontos) foi considerado portador de Distúrbio do Sono (FALAVIGNA et al., 2011; MACHADO; WENDT; WEHRMEISTER, 2018).

A análise estatística dos dados foi realizada com uso do programa SPSS for Windows 9.0. Serão calculadas as frequências relativas e absolutas das variáveis qualitativas e a média e desvio padrão das variáveis quantitativas. Os resultados foram apresentados sob a forma de tabelas.

Foi Realizada análise de associação entre as variáveis sociodemográficas, diabetes melítea referida, IMC (variáveis independentes) e o resultado do *Mini-Sleep Questionnaire*, sendo considerado portador de Distúrbio do Sono (indivíduo que apresentar o escore do MSQ \geq 25 pontos). A Razão de Prevalência (RP) e seu respectivo intervalo de confiança de 95% (IC – 95%) foram utilizados para medir a associação e a inferência estatística dos resultados.

RESULTADOS

Foram estudados 336 adultos (216/64,3% mulheres e 120/35,7% homens), com idade superior a 18 anos, de cinco microáreas da Estratégia Saúde da Família. Ocorrendo perda de um relatório referente ao *Mini-Sleep Questionnaire*. Houve um predomínio de indivíduos acima do peso 62,3%. (Tabela 1).

Tabela 1. Características sociodemográficas, hábitos de vida, diabetes referida e IMC de adultos assistidos pela Estratégia de Saúde da Família de Mucugê, Bahia, 2021/2022.

Variáveis	Frequência	Porcentagem	Total
Resultado MSQ¹			
Com problemas do sono	169	50,3	169
Sem problemas do sono	167	49,7	167
Total	336	100	336
Sexo			
Feminino	216	64,1	216

Masculino	121	35,9	121
Total	337	100	337
DM (Referida)²			
Normal	281	83,6	281
Portador	56	16,4	56
Total	337	100	337
IMC³			
Acima do peso	210	62,3	210
Eutrófico	127	37,7	127
Total	337	100	337

Legenda: 1 *Mini-Sleep Questionair*, 2. Diabetes Mellitus referida, 3. Índice de massa corporal

Foi identificado algum grau de problemas do sono em 50,3% da amostra estudada, sendo que destes 11,1% apresentavam problemas leves, 7,8% problemas moderados e 30,2% problemas severos, de acordo com a pontuação do MSQ. As alterações foram maiores nos indivíduos do sexo feminino 53,2% e naqueles que estavam acima do peso 59%, de acordo com os cálculos do IMC. Em relação a morbidade referida, 67,3% dos indivíduos que relataram ter Diabetes Mellitus (DM) apresentaram alterações nos padrões de sono. (Tabela 2)

Tabela 2. Razão de prevalência e fatores associados a problemas do sono em adultos fpela estratégia de saúde da família em Mucugê, Bahia, 2021/2022.

Variável	Com problemas do sono		Sem problemas do sono		Total
	Frequência / %		Frequência / %		
Sexo					
Feminino	115	53,2	101	46,8	216
Masculino	54	45,0	66	55,0	120
Total	169	50,3	167	49,7	336
Escolaridade					
Baixa escolaridade	89	54,9	73	45,1	162
Alta escolaridade	80	46,0	94	54,0	174
Total	169	50,3	167	49,7	336
DM (Referida)¹					
Portador	37	67,3	18	32,7	55
Normal	132	47,0	149	53,0	281
Total	169	50,3	167	49,7	336
IMC²					
Acima do peso	124	59,0	86	41,0	210
Eutrófico	45	35,7	81	64,3	126
Total	169	50,3	167	49,7	336

Legenda: 1. Diabetes Mellitus referida, 2 Índice de massa corporal

DISCUSSÃO

A prevalência de problemas do sono na população adulta de Mucugê foi de 50,3%, resultado semelhante ao encontrado em outros estudos relacionados ao tema, que também utilizaram o MSQ para avaliar a qualidade do sono (Bouscoulet et al, 2008; Daley et al, 2009; Hirotsu et al, 2014, Zanuto, et al, 2015).

As mulheres apresentaram uma maior frequência de problemas do sono quando comparadas aos homens, semelhante ao descrito em estudos anteriores (Zanuto, et al, 2015; SUH, et al, 2018). As mulheres podem relatar mais problemas de sono do que os homens pela possível interação de fatores biológicos, psicológicos e sociais que podem desempenhar diferentes papéis ao longo da vida. (Zanuto, et al, 2015; SUH, et al, 2018).

Também foi possível demonstrar uma relação entre escolaridade e distúrbios do sono, com pessoas com menor escolaridade apresentando pior qualidade do sono em comparação com aquelas com maior escolaridade. Estudos apontam que esse fato pode estar atrelado a relação entre o menor grau de escolaridade ao menor nível socioeconômico, condições que podem atuar como fatores estressores e redutores da qualidade do sono. (SANTOS, A. F. DOS . et al, 2020)

Além disso, foi evidenciada a associação estatisticamente significativa entre problemas do sono e Diabetes Mellitus, 67,3% dos indivíduos que referiram ter DM apresentaram algum grau de problemas do sono. Estudos apontam uma direta relação entre a restrição do sono com os níveis de cortisol e a resistência à insulina, evidenciando a importância do sono para a manutenção do metabolismo endócrino (OGILVIE; PATEL, 2018).

No que diz respeito ao índice de massa corporal IMC, foi observada associação estatisticamente significativa entre este e os problemas do sono, 59% dos indivíduos que se encontravam acima do peso, o que vai de encontro com estudos anteriores (OGILVIE; PATEL, 2018, REUTRAKUL; VAN CAUTER, 2018). Este fato pode ser justificado, pois, a restrição do sono está associada a alterações nos níveis hormonais, ao aumento da taxa de fome e consequente consumo de alimentos de baixa taxa nutricional e hipercalóricos. (REUTRAKUL; VAN CAUTER, 2018).

É importante ressaltar que os dados obtidos nesse estudo não podem inferir valor de causalidade, mas sim identificar associações entre as variáveis e os problemas do sono. Podendo então ser utilizado como instrumento para estimular a implementação de ações de saúde pública voltadas para o tema na Estratégia Saúde da Família.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os resultados desse estudo revelaram uma elevada prevalência de Problemas do Sono em adultos, cadastrados a estratégia de Saúde da Família de Mucugê, especialmente entre os portadores de DM, sobrepeso e obesidade.

Os resultados encontrados estimulam os pesquisadores a continuarem os estudos sobre o tema em Mucugê.

REFERÊNCIAS

1. BOUSCOULET LT, VÁ JC, MUIÑ A, MÁ M, LÓ MV, DE OCA MM, et al. Prevalence of sleep related symptoms in four Latin American cities. 2008;4(06):579-85.
2. DALEY M, MORIN CM, LEBLANC M, GRÉGOIRE J-P, SAVARD JJS. The economic burden of insomnia: direct and indirect costs for individuals with insomnia syndrome, insomnia symptoms, and good sleepers. 2009;32(1):55-64.
3. FALAVIGNA, A et al. Consistency and reliability of the Brazilian Portuguese version of the Mini-Sleep Questionnaire in undergraduate students. Sleep and Breathing, v. 15, n. 3, p. 351-355, 2011. Disponível em: <https://doi.org/10.1007/s11325-010-0392-x>

4. GORESTEIN, C; TAVARES, S.; ALÓE, F. Questionários de auto-avaliação de sono. Gorestein C, Andrade LHS, Zuard AW. Escalas de avaliação clínica em psiquiatria e psicofarmacologia. São Paulo: Lemos, p. 423-34, 2000.
5. HIROTSU C, BITTENCOURT L, GARBUIO S, ANDERSEN ML, TUFIK S. Sleep complaints in the Brazilian population: Impact of socioeconomic factors. *Sleep Sci.* 2014;7(3):135-42.
6. MACHADO AKF, WEHRMEISTER FC, WENDT A. Sleep problems and associated factors in a rural population of a Southern Brazilian city. *Revista de Saúde Pública.* 2018;52.
7. OGILVIE, Rachel P; PATEL, Sanjay R. A Epidemiologia do Sono e Diabetes. 2018.
8. REUTRAKUL, S; VAN CAUTER, E. Sleep influences on obesity, insulin resistance, and risk of type 2 diabetes. *Metabolism: Clinical and Experimental*, v. 84, p. 56–66, 2018.
9. SANTOS, A. F. DOS . et al.. Qualidade do sono e fatores associados em universitários de enfermagem. **Acta Paulista de Enfermagem**, v. 33, p. eAPE20190144, 2020.
10. SUH, SOOYEON; CHO, NAYOUNG; ZHANG, JIHUI. Sex Differences in Insomnia: from Epidemiology and Etiology to Intervention. *Current Psychiatry Reports*, v. 20, n. 9, 2018.
11. ZANUTO EA, DE LIMA MC, DE ARAUJO RG, DA SILVA EP, ANZOLIN CC, ARAUJO MY, et al. Sleep disturbances in adults in a city of Sao Paulo state. *Rev Bras Epidemiol.* 2015;18(1):42-53.