

ESTUDO DA INFLUÊNCIA DA IRREGULARIDADE DO SONO SOBRE DOENÇAS CORONARIANAS

SAMPEDRO, R. M. F.; KELLER, K. D.; TOIGO, F.

UNIVERSIDADE DE CRUZ ALTA - UNICRUZ CRUZ ALTA - RS

INTRODUÇÃO: Atualmente, a evolução tecnológica tem exigido do homem uma maior dinamização e produtividade, tanto no campo do trabalho, como na capacitação profissional e nos estudos. Isto fez com que ele aumentasse seu tempo de vigília, sacrificando assim algumas horas de sono (SILVA & LIMA, 2001). O sono causa efeitos fisiológicos muito importantes sobre o sistema nervoso, de forma que a falta de sono, certamente, afeta suas funções, principalmente as do sistema nervoso central (GUYTON & HALL, 2002).

OBJETIVO: Este estudo teve por objetivo identificar a influência da irregularidade do sono na probabilidade de doenças coronarianas, detectando quais são as alterações que ocorrem nos fatores de risco coronariano em pessoas que exercem funções profissionais que sistematicamente passam noites em claro. Ao mesmo tempo, objetivou analisar o comportamento da frequência cardíaca (FC) e da pressão arterial (PA), o comportamento de variáveis bioquímicas tais como: colesterol, triglicerídeos, glicose, creatinina, uréia e verificar os níveis séricos de serotonina em indivíduos com e sem irregularidade de sono.

MATERIAL E MÉTODO: A amostra foi composta por 15 vigilantes, sendo avaliados de acordo com o horário e turnos de trabalho e tempo de serviço. Foi utilizado um questionário do protocolo de avaliação funcional e avaliadas as variáveis hemodinâmicas: PA e FC; bioquímicas: colesterol (LDL, HDL), triglicerídeos, glicose, creatinina, uréia e serotonina. As coletas das variáveis hemodinâmicas foram realizadas no local de trabalho dos vigilantes. Para a avaliação da PA foi utilizado um estetoscópio e um esfigmomanômetro; na avaliação da FC um monitor de FC POLAR. Foram coletadas amostras sanguíneas e de urina para as análises bioquímicas, as quais foram efetuadas no laboratório do curso de Farmácia da UNICRUZ. Os dados foram tratados estatisticamente através do teste "t" de Student para diferença de médias.

RESULTADO: Não foram encontrados valores anormais nas variáveis analisadas, exceto para o risco potencial de doenças coronarianas, apontado principalmente pelo histórico de doenças

familiares. Da mesma forma, não foram encontradas diferenças significativas entre os diferentes grupos.

CONCLUSÕES: Estes resultados permitem concluir-se que apesar dos diferentes horários de trabalho, os vigilantes parecem possuir boa saúde, e não apresentarem distúrbios causados pela falta do sono noturno, independente do horário em que o sono ocorra.