

Dormir pouco aumenta a sensibilidade a estímulos dolorosos, afirmam pesquisadores americanos - trabalho chama a atenção para condições clínicas ou tratamentos que reduzem o tempo de sono que podem aumentar quadros de dor apresentados por pacientes

DOL — Dor On Line · Boletim Científico sobre Dor · ISSN 2446-6670

Com base em descrições da literatura que sugerem que alterações no sono ou mesmo sua diminuição aumentam a dor, além de dados que associam distúrbios do sono com quadros de dores agudas e crônicas, um estudo realizado nos EUA demonstrou que redução no tempo de sono e a perda específica do sono do tipo REM (do inglês rapid eye movement – movimentos rápidos dos olhos) induzem hiperalgesia à estimulação térmica em adultos saudáveis e sem distúrbios do sono. Para testar a sensibilidade dolorosa, os autores submeteram pacientes a protocolos para indução de alterações do sono e, na manhã seguinte, mediram o tempo que os pacientes levavam para reagir e retirar os dedos após aplicação de um estímulo térmico. A perda de 4 horas de sono diminuiu este tempo em 25% e, a privação do sono REM, em 32%, ou seja, os pacientes sentiam a dor provocada pelo estímulo em menor tempo, indicando que estavam mais sensíveis à dor. Os pesquisadores ainda chamam a atenção para o fato de que condições clínicas ou mesmo alguns tratamentos farmacológicos que reduzem o tempo de sono ou o sono do tipo REM podem aumentar a sensibilidade à dor. (MIF) Autores e

procedência: Roehrs T, Hyde M, Blaisdell B, Greenwald M, Roth T. - Henry Ford Health System, Sleep Disorders and Research Center, Detroit, USA; Referência: Sleep loss and REM sleep loss are hyperalgesic. Sleep. 2006 Feb 1;29(2):145-51. (article in process)

Fonte: novo.dol.inf.br/materia/dormir-pouco-aumenta-a-sensibilidade-a-estimulos-dolorosos-afirmam-pesquisadores-americanos-trabalho-chama-a-atencao-para-condicoes-clinicas-ou-tratamentos-que-reduzem-o-tempo-de-sono-que-podem-aument · Conteúdo do Boletim DOL — Dor On Line. Reprodução permitida mediante citação da fonte.

DOL - DOR ON LINE