

Perda de sono causa aumento de sensibilidade à dor

Pesquisadores alemães e estadunidenses evidenciaram que a perda de sono experimental causa aumento de sensibilidade à dor. Além disso, demonstraram que o mecanismo pelo qual isso ocorre inicia pela diminuição do sono profundo, seguido pelo

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

Pesquisadores alemães e estadunidenses evidenciaram que a perda de sono experimental causa aumento de sensibilidade à dor. Além disso, demonstraram que o mecanismo pelo qual isso ocorre inicia pela diminuição do sono profundo, seguido pelo aumento da produção de inflamação celular e, por fim, aumento da sensibilidade ao calor. Desse modo, os pesquisadores responderam qual o mecanismo entre perda de sono e dor, o qual ainda é desconhecido. Em um primeiro momento, 1802 pessoas inscreveram-se para o ensaio clínico realizado por aqueles pesquisadores e passaram por triagens médicas, testes de elegibilidade para nivelação de dor e avaliação do sono, resultando em uma amostra de 95 adultos saudáveis. Em seguida, os participantes foram divididos em dois grupos: um dos grupos obteve duas noites seguidas de sono ininterrupto e, o outro, duas noites de sono interrompido a cada hora. Após duas semanas em casa, os participantes dos dois grupos foram submetidos à condição de sono contrária por mais dois dias. Assim, o sono dos participantes foi monitorado por polissonografia e a produção de sinalizadores inflamatórios e a sensibilidade à dor foram medidas logo após os mesmos acordarem da segunda noite. Por fim, os pesquisadores conseguiram obter evidências de que o sono profundo e a

inflamação medeiam em conjunto o mecanismo entre perda de sono e dor, mecanismo até então desconhecido. Referências: Irwin MR, Olmstead R, Bjurstrom MF, Finan PH, Smith MT. Sleep disruption and activation of cellular inflammation mediate heightened pain sensitivity: a randomized clinical trial. *Pain*. 2023;164(5):1128-1137. doi:10.1097/j.pain.0000000000002811 Alerta submetido em 10/07/2023 e aceito em 08/08/2023. Escrito por Marcos Oliveira Gomes.

Fonte: novo.dol.inf.br/materia/perda-de-sono-causa-aumento-de-sensibilidade-a-dor · Conteúdo do Boletim DOL — Dor On Line. Reprodução permitida mediante citação da fonte.

DOL - DOR ON LINE