

Qualidade do sono em pessoas com insônia e dor crônica

Um estudo realizado em Hospitais Universitários da Bélgica coletou dados e comparou as informações de um autorrelato com os resultados de dois exames sobre a qualidade de sono. Os 123 participantes com dor crônica não especificada com insôn

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

Um estudo realizado em Hospitais Universitários da Bélgica coletou dados e comparou as informações de um autorrelato com os resultados de dois exames sobre a qualidade de sono. Os 123 participantes com dor crônica não especificada com insônia, realizaram o PSQI (Índice de Qualidade de Sono Pittsburgh), perguntas como “demorei mais que 30 min para adormecer?” foram confrontadas

com as respostas da polissonografia (PSG) e da actigrafia. Ao analisar a latência para início do sono (SOL), tempo de total de sono (TST), tempo na cama (TIB) e eficiência do sono (SE), foi verificado subestimação e superestimação em alguns dados. Nesse sentido, os exames foram fundamentais para verificar de forma específica, uma vez que o descanso faz parte da saúde e do bem-estar do indivíduo, podendo até ser um intensificador para dor. O estudo transversal realizou uma análise comparativa através dos dados dos exames de actigrafia (monitorado por 4 semanas) e PSG (por uma noite), como meios de verificar as informações de forma mais objetiva. Por exemplo, houve uma subestimação, ou seja, uma desvalorização, do relato de TST (377) em relação ao tempo fornecido pela PSG, que foi de 429, o que indica que os participantes tinham uma sensação

de que o sono durava menos do que realmente era. Essa disparidade do pode ser explicada pela sensação dos pacientes não terem tido sido um sono restaurador, seguido por um dia acompanhado de fadiga. E uma das superestimações ocorridas foi entre o TIB (495) que foi mais duradouro do que a realidade coletada na polissonografia (482). Esses resultados revelam que a percepção e realidade da qualidade do sono pode ser bem diferente nesses pacientes. Referências: Bilterys T, Van Looveren E, Malfliet A, Nijs J, Meeus M, Danneels L, Ickmans K, Cagnie B, Goubert D, Moens M, De Baets L, Munneke W, Mairesse O. Relationship, differences, and agreement between objective and subjective sleep measures in chronic spinal pain patients with comorbid insomnia: a cross-sectional study. *Pain*. 2023 Sep 1;164(9):2016-2028. doi: 10.1097/j.pain.0000000000002901. Epub 2023 Apr 6. PMID: 37027148. Alerta submetido em 03/11/2023 e aceito em 10/11/2023. Escrito por Aline Frota Brito.

Fonte: novo.dol.inf.br/materia/qualidade-do-sono-em-pessoas-com-insonia-e-dor-cronica-3 · Conteúdo do Boletim DOL — Dor On Line. Reprodução permitida mediante citação da fonte.