

AVALIAÇÃO ACTIGRÁFICA DE PACIENTES COM DIABETES GESTACIONAL MOSTRA COMPROMETIMENTO GRAVE DE PARÂMETROS DO SONO

XXXVIII Encontro de Iniciação Científica

Mariana Salles Ballalai, Cristina Figueiredo Sampaio Façanha, Vitória Nobre Jacinto, Veralice Meireles Sales de Bruin

Introdução: Actigrafia avaliando o ritmo sono/vigília no Diabetes Mellitus Gestacional(DMG) tem sido pouco relatada. Estudos mostram que sono de curta duração e um "midpoint" tardio associam-se à hipertensão na gravidez e no DMG. **Objetivo:** Investigar o ritmo sono/vigília em pacientes com DMG. **Métodos:** Foram utilizados registros actigráficos e questionários comportamentais em 53 pacientes; actigrafias válidas (5-7 dias) foram obtidos em 41. Latência, duração e eficiência do sono e vigília após o início do sono (WASO) foram analisados. Os questionários utilizados foram: a escala de Sonolência de Epworth, Índice de Qualidade de Sono de Pittsburgh (PSQI), Escala de Gravidade de Fadiga (FSS), Índice de Gravidade de Insônia (ISI) e Escala de Depressão Pós-parto de Edimburgo (EPDS). Sono curto foi definido por duração <7 horas; latência prolongada do sono por >30 minutos e eficiência do sono reduzida por <85%. **Resultados:** No geral, as pacientes com idade entre 27 e 46 anos, idade gestacional de 27 semanas, apresentavam latência para o sono normal (8,5min±8,0), redução da duração do sono (262,9min ± 75,1), eficiência reduzida (84,5% ± 8,5) e aumento do WASO (58,3min ± 34,8). Atraso de fase foi detectado em apenas 3 gestantes. Eficiência do sono correlacionou-se de forma inversa com fadiga (FSS, $r=-.42$ $p=0,02$), sintomas depressivos (EDP, $r=-.51$ $p=0,007$) e qualidade do sono (PSQI, $r=-.39$ $p=0,04$). WASO correlacionou-se de forma direta com fadiga (FSS, $r=0,41$ $p=0,03$), sintomas depressivos (EDP, $r=0,55$ $p=0,003$), qualidade do sono (PSQI, $r=-.39$ $p=0,04$) e insônia (ISI $r=0,39$ $p=0,04$). **Conclusões:** Pacientes com DMG apresentam redução da eficiência do sono, da duração do sono e aumento do tempo acordado após o sono. As alterações do sono no DMG associam-se a sintomas depressivos, fadiga, insônia e pior qualidade do sono. Terapias comportamentais para melhorar o sono, podem reduzir sintomas adversos indesejados no DMG.

Palavras-chave: Actigrafia. Distúrbios do Sono. Diabetes Gestacional. Gestação.