

Felipe Marchiori Bau¹, Sandra C. Fuchs²

¹ Faculdade de Medicina, ² Departamento de Medicina Social, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, RS, Brasil.

INTRODUÇÃO

- Dor crônica e intensidade da dor são preditores da qualidade do sono.
- Alívio da dor beneficia a duração do sono.
- Redução da intensidade da dor associa-se à reversão para padrões normais de sono em pacientes com fibromialgia.
- Prevalência de duração curta do sono (sono curto) associada a dor crônica não foi estudada em amostra populacional no Brasil.

OBJETIVO:

- Investigar associação entre dor crônica e sono curto entre indivíduos adultos, em amostra aleatória de base populacional, no sul do Brasil.

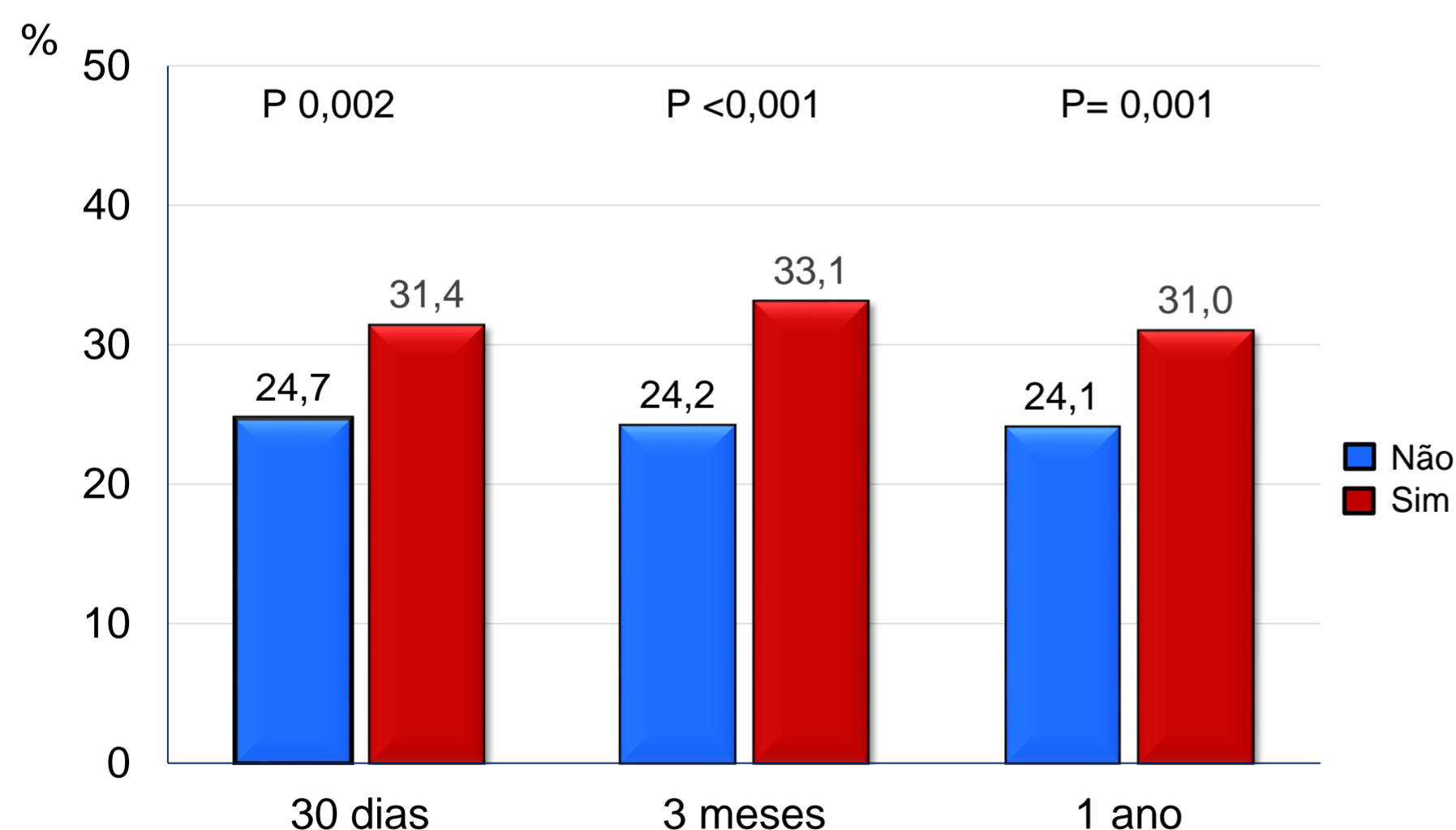
MÉTODOS

- Estudo transversal, de base populacional, em amostragem por estágios múltiplos, incluiu adultos, 18-90 anos, residentes em PA.
- Avaliaram-se fatores socioeconômicos, demográficos, estilo de vida, duração do sono e dor crônica em visitas domiciliares usando questionário padronizado. Duração do sono foi avaliada por: “Em um dia de semana, em média, quantas horas você dorme em 24 horas?” e dor crônica por meio de perguntas adaptadas do *Behavioral Risk Factor Surveillance System*.
- Sono curto se referido ≤ 6 horas em 24 horas.
- Análise estatística: Foi realizada no SPSS v.18.0; através de teste qui-quadrado de Pearson (%) e regressão de Poisson modificada, com cálculo da razão de prevalência (RP; IC 95%), com controle de fatores de confusão.

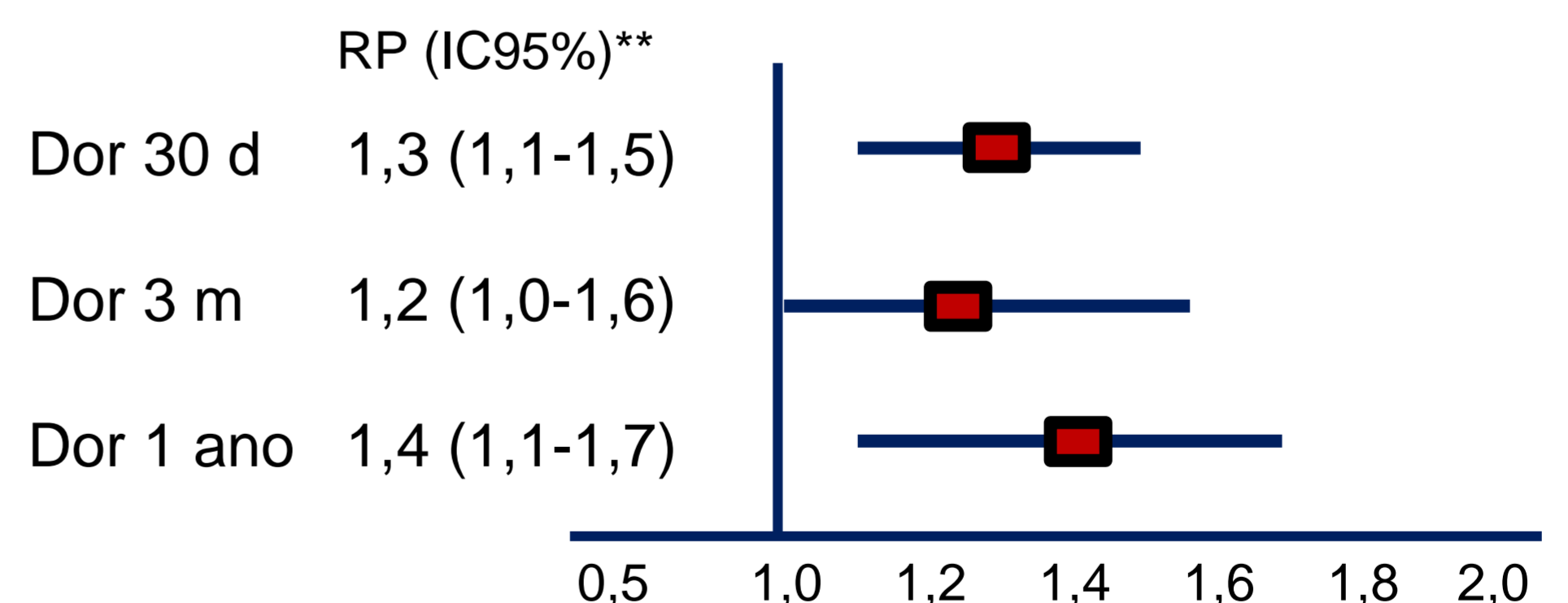
RESULTADOS

N=1859 participantes, 60,1% mulheres, 47,6% trabalhavam, 80,6% estudaram quatro anos ou mais e 27,4% tinham sono curto.

Prevalência de sono curto de acordo com dor



Associação independente de dor crônica e sono curto



** Razão de prevalência ajustada para idade, gênero, escolaridade e trabalho

CONCLUSÃO

Dor crônica está associada ao sono curto independentemente de outras características.