

Frederico Antonio Reis Brandão¹, Sandra C. Fuchs².

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

INTRODUÇÃO

- Qualidade e duração do sono associam-se a bem-estar físico e ao desempenho cognitivo.
- Sono com maior duração (sono longo) associa-se a mortalidade em indivíduos idosos.
- Menor duração do sono associa-se a estar trabalhando, escolaridade, e qualidade do sono.
- Associação entre baixo nível socioeconômico (NSE) e prevalência de sono com longa duração foi pouco estudada.

OBJETIVOS:

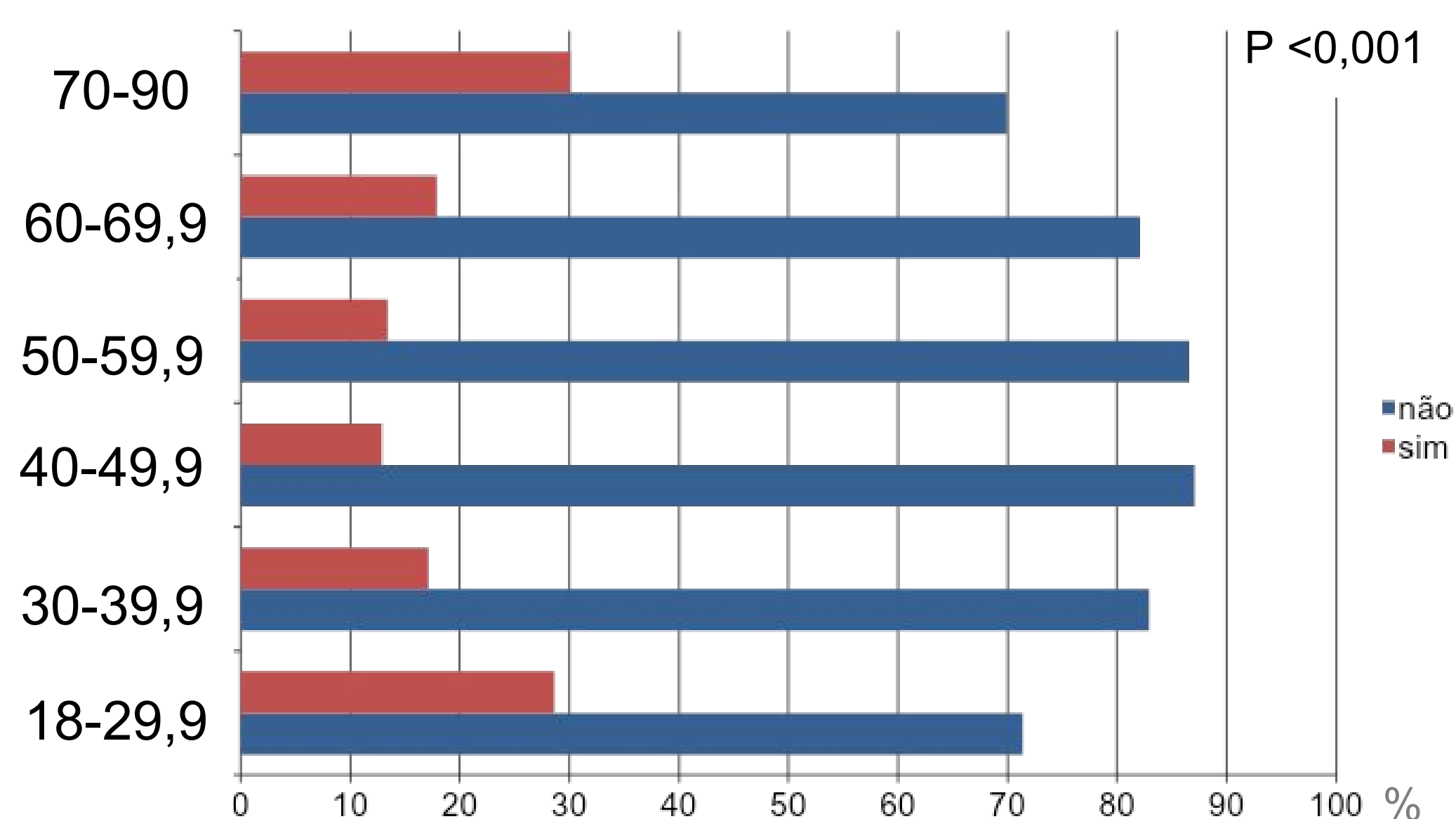
- Avaliar a prevalência de sono longo e sua associação com NSE utilizando modelo de análise hierarquizada.

MÉTODOS

- Estudo transversal de base populacional.
- Amostra aleatória incluiu 1858 indivíduos, com 18 a 90 anos, residentes em Porto Alegre.
- Questionário padronizado sobre características biológicas, demográficas, socioeconômicas e estilo de vida.
- Sono longo: ≥ 9 horas em 24h, em um dia de semana.
- Análise estatística: software SPSS v.18.0, utilizando teste do qui-quadrado de Pearson. Associação entre NSE e sono longo foi analisada por regressão de Poisson modificada, calculando-se razão de prevalência (RP) e IC95% sem e com controle progressivo para fatores de confusão: Modelo 1: características biológicas; Modelo 2: variáveis biológicas e socioeconômicas.

RESULTADOS

Prevalência de sono longo conforme a faixa etária



Associação entre NSE e sono longo, independente de fatores de confusão [RP (IC95%)]

	Modelo 1	Modelo 2
Escolaridade (anos)		
0-4	2,4 (1,7-3,5)	2,1 (1,4-3,0)
5-8	2,7 (1,9-3,7)	2,3 (1,7-3,2)
9-11	1,8 (1,3-2,5)	1,6 (1,1-2,2)
12-23	1,0	1,0
Não trabalhar	2,5 (2,0-3,1)	2,3 (1,8-2,8)

P < 0,001 para todas as comparações.

CONCLUSÕES

Duração do sono maior ou igual a nove horas associa-se inversa e independentemente ao nível socioeconômico. Indivíduos com escolaridade inferior ao terceiro grau e aqueles que não trabalham apresentam maior prevalência de sono longo.