



Trabalhos Científicos

Título: Indicadores De Distúrbios Do Sono Em Adolescentes Com Excesso De Peso

Autores: AGUIAR GRC; RAMALHO MC; MELO PYB; AIRES YRF; AVELINO JÁ; SALES LLS;
CARVALHO DF; MEDEIROS CCM

Resumo: OBJETIVOS: verificar os indicadores de distúrbio do sono em adolescentes com excesso de peso. METODOLOGIA: estudo transversal, descritivo, desenvolvido em escolas públicas de Campina Grande - PB, Brasil, entre outubro e novembro de 2012. A amostra foi composta por 583 escolares com idade entre 15 e 19 anos, sendo 373 (66,3%) do sexo feminino, e 190 (33,7%) do sexo masculino. Foram coletados dados referentes à duração do sono, qualidade e sonolência diurna excessiva, auto referidos, e antropométricos (peso, altura), sendo considerado o valor médio de duas aferições. A diferença aceitável entre as medidas foi de 0,5 centímetros para a altura, de 100 gramas para o peso e de 0,5 Kg/m² para o Índice de Massa Corporal (IMC). Após a coleta, utilizou-se o Statistical Package for the Social Sciences (SPSS, versão 17.0) para o processamento das análises estatísticas. Durante o processo respeitou-se os princípios éticos da Resolução 196/96. RESULTADOS: 8,3% dos adolescentes do sexo masculino apresentaram ESE alterada contra apenas 2,6% do sexo feminino. Foi possível observar que não há diferenças entre os sexos quanto a relação de sobrepeso e distúrbios do sono. CONCLUSÕES: as alterações do padrão de sono podem gerar desajustes endócrinos que impulsionam o surgimento da obesidade. Por este ser um tema recentemente trabalhado, deve ser para melhor compreendido para proporcionar elaboração de práticas orientadoras neste âmbito da saúde dos adolescentes.