



21 A 23 DE MARÇO
DE 2024
TEATRO FACISA
CAMPINA GRANDE - PB



Trabalhos Científicos

Título: A Importância Do Sono Na Infância: Impacto Ao Desenvolvimento Neuropsicomotor

Autores: KELLYANE OLIVEIRA XIMENES (UNINTA - CENTRO UNIVERSITÁRIO INTA / CAMPUS - SOBRAL), MARIA EDUARDA MOTA DE ALENCAR (UNINTA - CENTRO UNIVERSITÁRIO INTA / CAMPUS - SOBRAL), JADE HYLLEN LIRA MELO (UNIVERSIDADE FEDERAL DO MARANHÃO - CAMPUS IMPERATRIZ), VICTÓRIA ALBUQUERQUE PRACIANO (UNINTA - CENTRO UNIVERSITÁRIO INTA / CAMPUS - SOBRAL), CIBELLE DA SILVA TORRES (UNINTA - CENTRO UNIVERSITÁRIO INTA / CAMPUS - SOBRAL), JULIA LOPES SANTOS LEÃO (UNINTA - CENTRO UNIVERSITÁRIO INTA / CAMPUS - SOBRAL), CATHARINA GOMES DE LIMA FERNANDES (UNINTA - CENTRO UNIVERSITÁRIO INTA / CAMPUS - SOBRAL), CARLA CERES AZEVEDO ARAÚJO MELO MIRANDA (UNINTA - CENTRO UNIVERSITÁRIO INTA / CAMPUS - SOBRAL), CECÍLIA COSTA ARCANJO FREIRE (UNINTA - CENTRO UNIVERSITÁRIO INTA / CAMPUS - SOBRAL)

Resumo: O sono é um componente importante para o desenvolvimento neuropsicomotor infantil, visto que o ciclo vigília e o sono, o relógio biológico interno de todo indivíduo, apresenta relação direta com a produção do cortisol, causando alterações de humor e de comportamento. Além disso, a concentração de outros hormônios é influenciada pelo período de sono, como o Hormônio do Crescimento (GH), os hormônios tireoestimulantes (TSH) e a leptina, o que gera consequências no crescimento e no desenvolvimento durante a infância. Com isso, torna-se notória a importância da regulação do sono através de práticas comportamentais adotadas pelos responsáveis dos infantes guiados pela pediatria. "O presente artigo tem como objetivo destacar a importância da regulação do sono durante a infância e relacioná-la aos impactos fisiológicos no crescimento e no desenvolvimento infantil." Trata-se de uma revisão sistemática de literatura. Os descritores utilizados foram Sleep, Child Development e Impact. Nas bases de dados "PubMed" e "SciELO", sendo incluídos artigos originais publicados entre 2014 e 2024, na língua portuguesa e inglesa, os critérios de exclusão foram outras revisões, artigos duplicados e que fogem da temática proposta. "No ritmo circadiano, um conjunto de reações químicas internas ao organismo relacionadas a estímulos externos, como a produção do cortisol, sofre seu pico de secreção próximo ao despertar, associado ao sono REM. O cortisol tem a função de ajudar a controlar o estresse e a sensibilidade à insulina, logo, ao se apresentar desregulado, interfere no humor e no metabolismo da criança. Outros hormônios, como o GH e o TSH, são liberados em maior concentração durante o repouso noturno, sendo o GH responsável por estimular o crescimento tecidual e alterar o metabolismo de nutrientes circulantes. Já o TSH, tem maior influência durante o início da primeira infância, agindo no processo de mineralização e degradação óssea, por conseguinte, interferindo diretamente no crescimento. Ademais, a leptina, hormônio regulador do apetite, também tem níveis elevados no período noturno, atuando no hipotálamo, sendo responsável por prolongar a resposta pós-prandial e reduzir o apetite, apresentando correlação com a nutrição do indivíduo. Em vista disso, toda a interação da secreção destas substâncias químicas com o sono irregular apresenta impacto direto no crescimento e no desenvolvimento infantil, seja de forma direta ou indiretamente, o qual pode apresentar maior ocorrência de problemas comportamentais, emocionais e de estatura. A regulação do sono deve ser promovida por hábitos psicossociais, educacionais e culturais guiados pelos responsáveis da criança." Por fim, esta revisão constata a relevância do sono na infância para o desenvolvimento neuropsicomotor e reafirma a necessidade da orientação pediátrica sobre a importância e as melhores formas de realizar a regulação do ciclo circadiano.