

Trabalhos Científicos

Título: O Cortisol E O Seu Papel No Efeito Vulcânico Do Sono: Uma Revisão De Literatura

Autores: CAROLINE NASCIMENTO FERNANDES (UFCG), BEATRIZ QUEIROZ FONTELES (UFCG), VILENE CÂMARA DE OLIVEIRA SOBRINHA (UFCG), VIRGÍNIA ETHNE PESSOA DE OLIVEIRA (UFCG), RAYAN LUCAS BARRETO FRANÇA (UFCG), INGRID SOARES GOMES (UFCG), RAFAELA MANGUEIRA CUNHA (UFCG), GABRIELLA AVELINO MONTENEGRO (UFCG), ANNELISE BIANCA REIS DE ALMEIDA (UFCG), LUANA DIAS SANTIAGO PIMENTA (UFPB)

Resumo: Introdução: O sono infantil se caracteriza por ciclos curtos até que exista a consolidação do eixo hipotálamo-hipófise-adrenal e do ritmo circadiano regular. O aumento do cortisol decorrente da inadequação ou privação do sono diurno em lactentes pode ocasionar o conhecido efeito vulcânico, tornando relevante melhor compreensão do tema para favorecer bons padrões de sono em bebês. Objetivo: Avaliar, por meio de um levantamento bibliográfico feito nas bases de dados, a relação do cortisol na geração da pressão de sono homeostática infantil, também conhecida como efeito vulcânico do sono. Métodos: Os documentos foram encontrados em publicações disponíveis, utilizando as bases de dados: PubMed ®, SciELO e BVS a partir das palavras-chave: Cortisol, Criança, Lactente, Sono. Doze artigos foram selecionados pelo título e, a partir da leitura dos seus resumos, cinco documentos foram escolhidos para compor esta revisão. Resultados: Foi percebido que a restrição aguda de sono correlaciona-se com medidas de cortisol salivar após o despertar aumentadas e com uma diminuição quantitativa do sono noturno. Essa elevação do nível de cortisol acumulado pela privação de sono diurno interfere na capacidade orgânica para lidar com os estressores ambientais, além de acarretar em dificuldade em realizar cochilos matinais e vespertinos e de interferir na noite de sono do lactente. Conclusão: O período de sono é essencial para a saúde física e mental e, na infância, isso é ainda mais relevante devido ao crescimento e ao desenvolvimento da criança. Portanto, o efeito vulcânico deve ser evitado na medida em que pode resultar em sérias perdas neurocomportamentais. Ademais, entender a importância desse mecanismo auxilia na prevenção de futuros distúrbios relacionados com privações e/ou baixa qualidade de sono.