

## DIFERENÇAS DE GÊNERO NA ASSOCIAÇÃO ENTRE DURAÇÃO DO SONO, INSÔNIA E FATORES DE RISCO CARDIOMETABÓLICOS: RESULTADOS DO ELSA-BRASIL

#100252

Aline Silva-Costa (Aline Silva-Costa) (/proceedings/100058/authors/339410)<sup>1</sup>; Lúcia Rotenberg (Lúcia Rotenberg) (/proceedings/100058/authors/339409)<sup>2</sup>; Aline Araújo Nobre (Aline Araújo Nobre) (/proceedings/100058/authors/339416)<sup>2</sup>; Maria de Jesus Mendes da Fonseca (Maria de Jesus Mendes da Fonseca) (/proceedings/100058/authors/337276)<sup>3</sup>; Sandhi Barreto (Sandhi Barreto) (/proceedings/100058/authors/339417)<sup>4</sup>; Dora Chor (Dora Chor) (/proceedings/100058/authors/339418)<sup>2</sup>; Rosane Härter Griep (Rosane Härter Griep) (/proceedings/100058/authors/338714)<sup>5</sup>

rs/diferencas-de-genero-na-associacao-entre-duracao-do-sono--insonia-e-fatores-de-risco-cardiometabolicos--resultados-do-el)

### Apresentação/Introdução

Estudos prévios sugerem uma relação entre a duração do sono e problemas cardiometabólicos, mas há inconsistência na literatura quanto ao padrão dessa associação -se curta e longa duração estão associados aos desfechos. Apesar das conhecidas diferenças de gênero em relação aos problemas do sono, poucos estudos investigaram o sono e os problemas cardiometabólicos, considerando o gênero.

### Objetivos

Testar (i) a tendência em forma da U para a relação entre duração do sono e alterações cardiometabólicas (triglicerídeos, pressão arterial, IMC, HbA1c e HDL-colesterol) e (ii) associações entre a insônia e os desfechos, segundo gênero.

### Metodologia

Foram utilizados dados da onda 2 do ELSA-Brasil (7491 mulheres e 6232 homens). Variáveis de sono: (i) duração de sono ( $\leq 6$  h;  $>6$  h -  $\leq 8$  h;  $>8$  h); (ii) insônia (sim/não); (iii) curta duração de sono e insônia (sim/não). Os desfechos binários foram: (i) hemoglobina glicada (HbA1c)  $\geq 6.5\%$ ; (ii) triglicerídeos (TG)  $\geq 150$ mg/dL, (iii) HDL

### Resultados

No total, 47,6% e 49,1% das mulheres e homens, respectivamente, referiram curta duração de sono; 4,5% e 3,2% referiram sono de longa duração; 27,8% e 19,3% das mulheres e homens, respectivamente, referiram insônia. Após ajuste por confundidores, para as mulheres, foi observado que tanto a curta quanto a longa duração do sono estavam significativamente associadas aos elevados níveis de HbA1c, ao excesso de peso e à HAS. Também foram observadas associações significativas da insônia e da combinação da insônia com curta duração do sono com os desfechos. Para os homens não foram observadas associações significativas.

### Conclusões/Considerações

As associações entre duração do sono, insônia e as alterações cardiometabólicas entre mulheres, mas não entre homens, confirmaram nossa hipótese sobre as diferenças de gênero. Os resultados acerca das associações entre a duração do sono e cada desfecho independentemente das queixas de insônia (e vice-versa) também são relevantes. Em suma, contribuem para as discussões sobre a qualidade do sono e suas implicações clínicas e para a saúde pública.

### **Tipo de Apresentação**

Comunicação Oral Curta

### **Instituições**

<sup>1</sup> UFTM ;

<sup>2</sup> Fiocruz ;

<sup>3</sup> ENSP ;

<sup>4</sup> UFMG ;

<sup>5</sup> IOC-FIOCRUZ

**Eixo Temático**

Agravos e Doenças Crônicas

**Como citar este trabalho?**