

# Sono e Status Cognitivo numa Amostra de Idosos que Frequentam Centros de Dia

SILVA, Regina<sup>1</sup>; AMORIM, Aurélie<sup>1</sup>; COSTA, Tânia<sup>(2,3,4)</sup>; ALMEIDA, Armando<sup>(2,3,4)</sup>; BRAGA, Clara<sup>(2,3,4)</sup>

(1) Estudante da Licenciatura em Enfermagem da Universidade Católica Portuguesa - Instituto de Ciências da Saúde | Portugal

(2) Universidade Católica Portuguesa - Instituto de Ciências da Saúde | Portugal

(3) Estudante do Curso de Doutoramento em Enfermagem da Universidade Católica Portuguesa - Instituto de Ciências da Saúde | Portugal

(4) Centro de Investigação Interdisciplinar em Saúde | Portugal

## Introdução

As modificações no padrão de sono e repouso, nas pessoas idosas, têm repercussões ao nível da função psicológica, do desempenho, da resposta comportamental, do humor, da habilidade de adaptação e da cognição<sup>1,2</sup>. Nesta faixa etária, são frequentes as queixas referentes à sonolência diurna, inclusive, quando associadas ao défice cognitivo<sup>2</sup>.

## Objetivo

Caraterizar a neurocognição e a sonolência diurna de uma população de 194 utentes de Centros de Dia da cidade do Porto, que participaram numa Feira da Saúde. Averiguar se existe relação entre o défice cognitivo e a sonolência diurna, analisando a influência do sexo e da idade.

## Material e Métodos

Estudo transversal descritivo, correlacional. A seleção da amostra realizou-se por aleatorização simples, considerando-se um nível de confiança de 90% e uma margem de erro de 8%. Identificou-se uma amostra de 85 pessoas. Foram aplicados o Mini Exame do Estado Mental<sup>4</sup> e a Escala de sonolência de Epworth<sup>3</sup>.

## Resultados

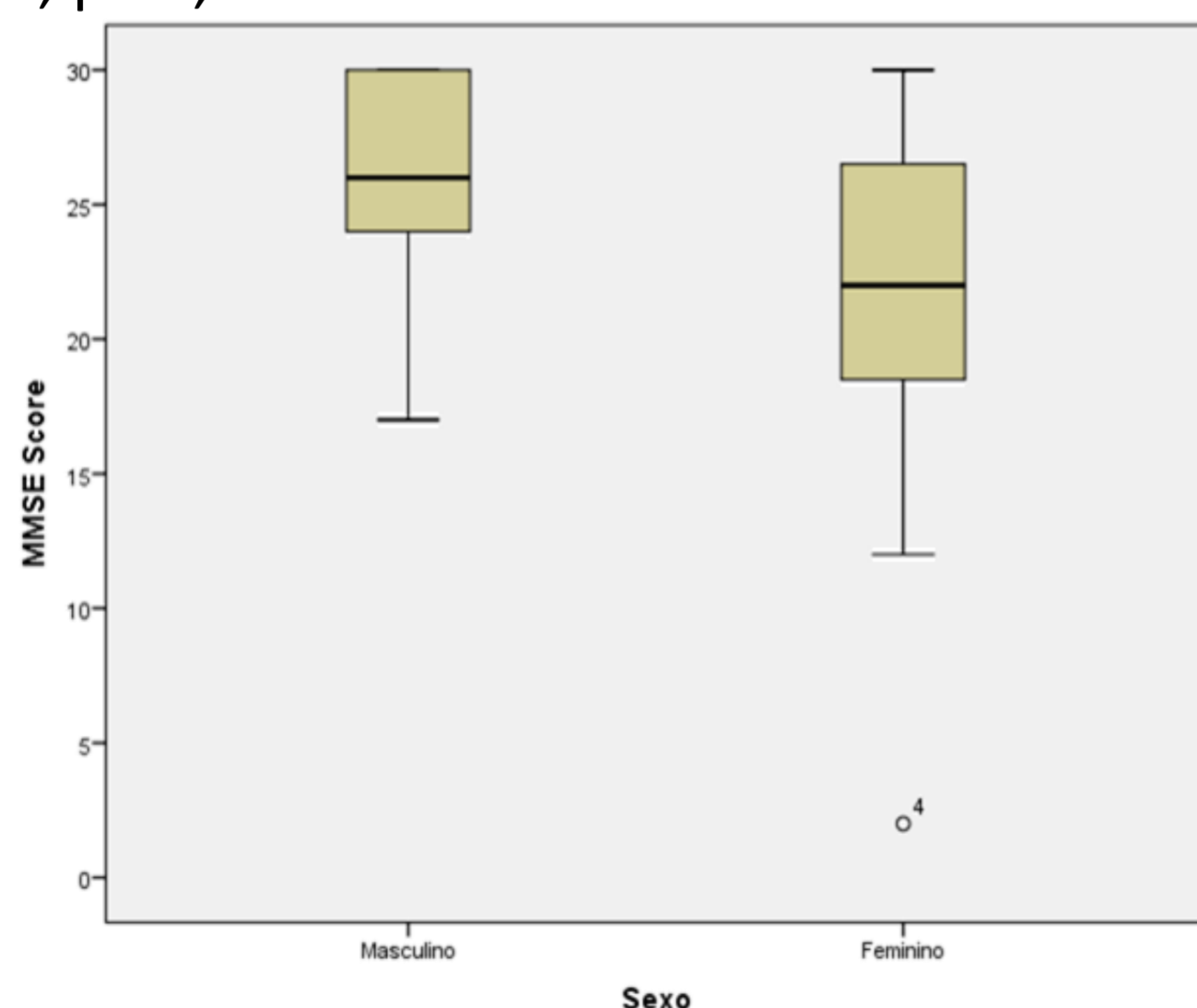
A amostra é maioritariamente constituída por indivíduos do sexo feminino (83,5%), evidenciando-se uma idade média de  $77,4 \pm 8,8$  anos.

Aproximadamente metade (48,23%) apresenta suspeita de défice cognitivo, evidenciando-se alterações sobretudo ao nível da evocação (40,70%); atenção e cálculo (36,47%) e habilidade construtiva (67,05%). No que respeita à sonolência diurna, 65,88% indivíduos apresentaram este fenómeno.

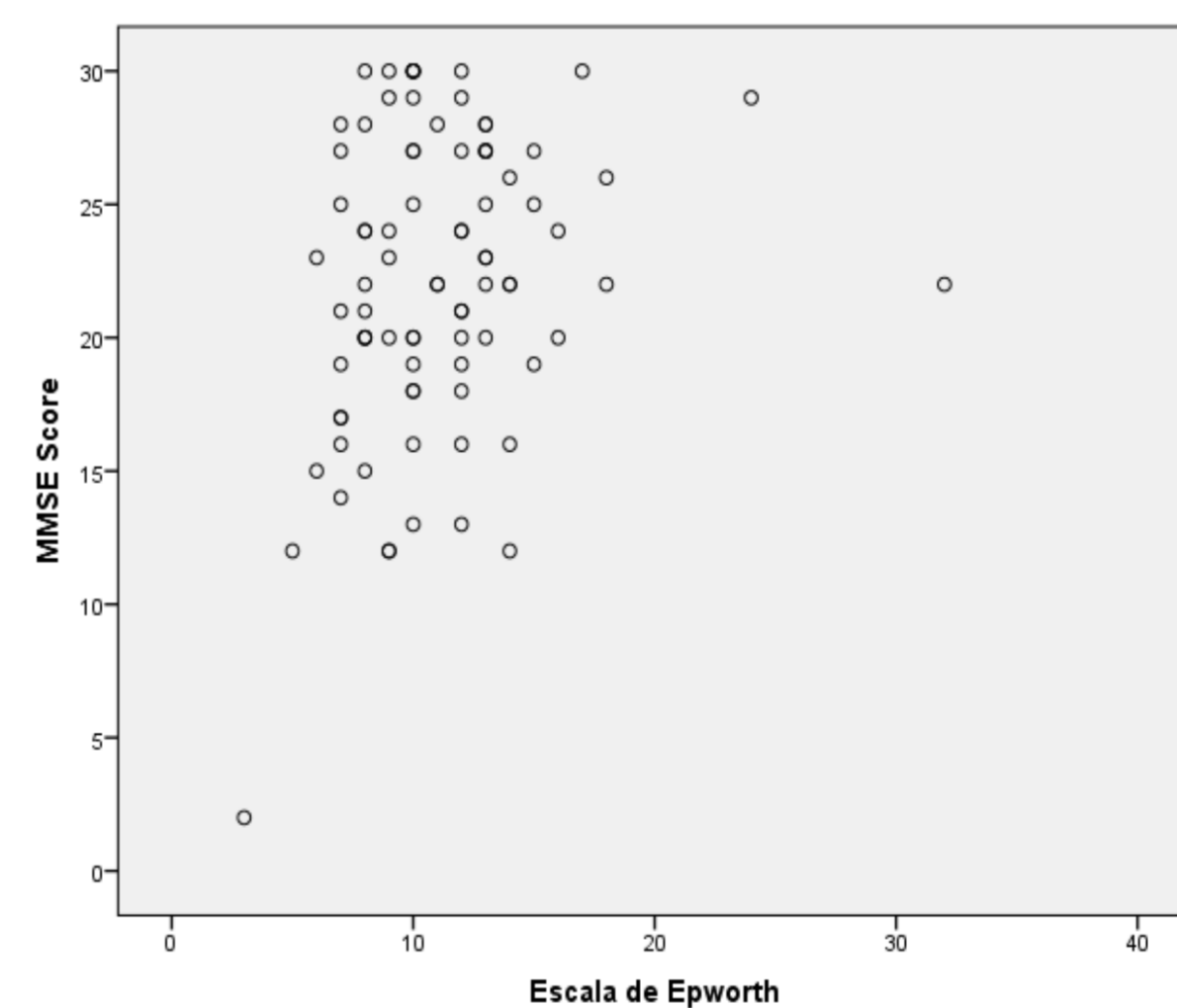
O teste t student para amostras independentes revelou que em média os indivíduos do sexo masculino têm menor défice cognitivo ( $M=25,64$ ;  $SE=1,165$ ) do que os do sexo feminino ( $M=21,54$ ;  $SE=0,662$ ).—Gráfico 1. Esta diferença é estatisticamente significativa  $t(2,599)=83$ ,  $p= 0,01$ .

Evidenciou-se também que, em média, os indivíduos do sexo masculino têm uma sonolência diurna ligeiramente menor ( $M=10,29$ ;  $SE=0,496$ ) do que os do sexo feminino ( $M=11,20$ ;  $SE=0,514$ ). No entanto essa diferença não é estatisticamente significativa.

O cálculo do coeficiente de correlação de Pearson revelou uma correlação estatisticamente significativa entre défice cognitivo e sonolência diurna ( $r= 0,258$ ;  $p =0,017$ ) (Gráfico 2).



Gráf. 1. Associação entre défice cognitivo e sexo



Gráf. 2. Correlação entre défice cognitivo e sonolência diurna

Entre a Idade e a sonolência diurna e a idade e o défice cognitivo não se observam correlações estatisticamente significativas.

## Conclusões

As mulheres são, em média, mais velhas, têm mais alterações cognitivas e apresentam maior sonolência diurna. Todavia, a correlação entre défice cognitivo e sonolência diurna não está de acordo com o descrito no estado da arte, pelo que, se destaca, a necessidade de maior investigação.

## Referências

1. SANTOS, A., et al. 2013. Sono, fragilidade e cognição: estudo multicêntrico com idosos brasileiros. *REBEN - Revista Brasileira de Enfermagem*. 3(66): 351-7.

2. ANCOLI-ISRAEL, S; AYALON, I; SALZMAN C. 2008. Sleep in the elderly: normal variations and common sleep disorders. *Harv Rev Psychiatry*. 6(5):279-86.

3. SANTOS, CR . 2001. *Avaliação da sonolência diurna excessiva: Adaptação cultural e linguística da escala de sonolência de Epworth para a população portuguesa*. Monografia de licenciatura em neurofisiologia. Escola Superior de Tecnologia do Porto.

4. SOCIEDADE PORTUGUESA DE NEUROLOGIA. 2009. Novos Valores Normativos do Mini Mental State Examination. *Sinapse*. 9(2):10-16.