

Sedentarismo acentua a intensidade da apneia do sono: Um estudo de Caso-Controle

¹Roberto Pacheco da Silva; ¹Fernando Pellisoli; ¹Cintia Zappe Fiori; ¹Camila Gosenheimer Righi; ¹Emerson Martins; ²Débora Simões; ³Pedro Lopez; ⁴Micheli Fagundes; ^{1,2,5}Denis Martinez

¹Graduate Program in Cardiology and Cardiovascular Sciences, Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS), Brazil; ²Graduate Program in Medical Sciences, UFRGS, Brazil; ³Undergraduate Program in Nursing, UFRGS, Brazil; ⁴Undergraduate Program in Biology, Universidade Luterana do Brasil, Canoas, RS, Brazil; ⁵Cardiology Division, Hospital de Clínicas de Porto Alegre (HCPA)

Introdução

Estilo de Vida Ativo:

- ↑ Qualidade de Vida e Saúde
- ↑ Qualidade no Sono
- ↓ Eventos Cardíacos

Sedentarismo:

- Obesidade
- Apneia

Sabemos

Não Sabemos

- Exercício prediz
- Oxigenação no sono

Hipótese

Sedentarismo prediz a gravidade da apneia medida por SaO₂ mínima e tempo com SaO₂ < 90%

Objetivo

Investigar a associação entre o sedentarismo e a gravidade da apneia obstrutiva do sono (AOS)

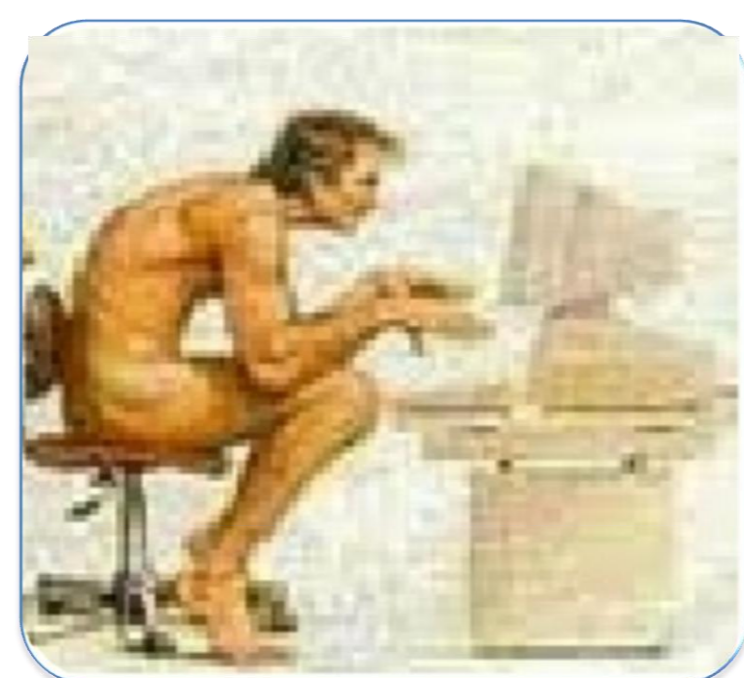
Métodos

Polissonografia de noite inteira



Suspeitos de Apneia

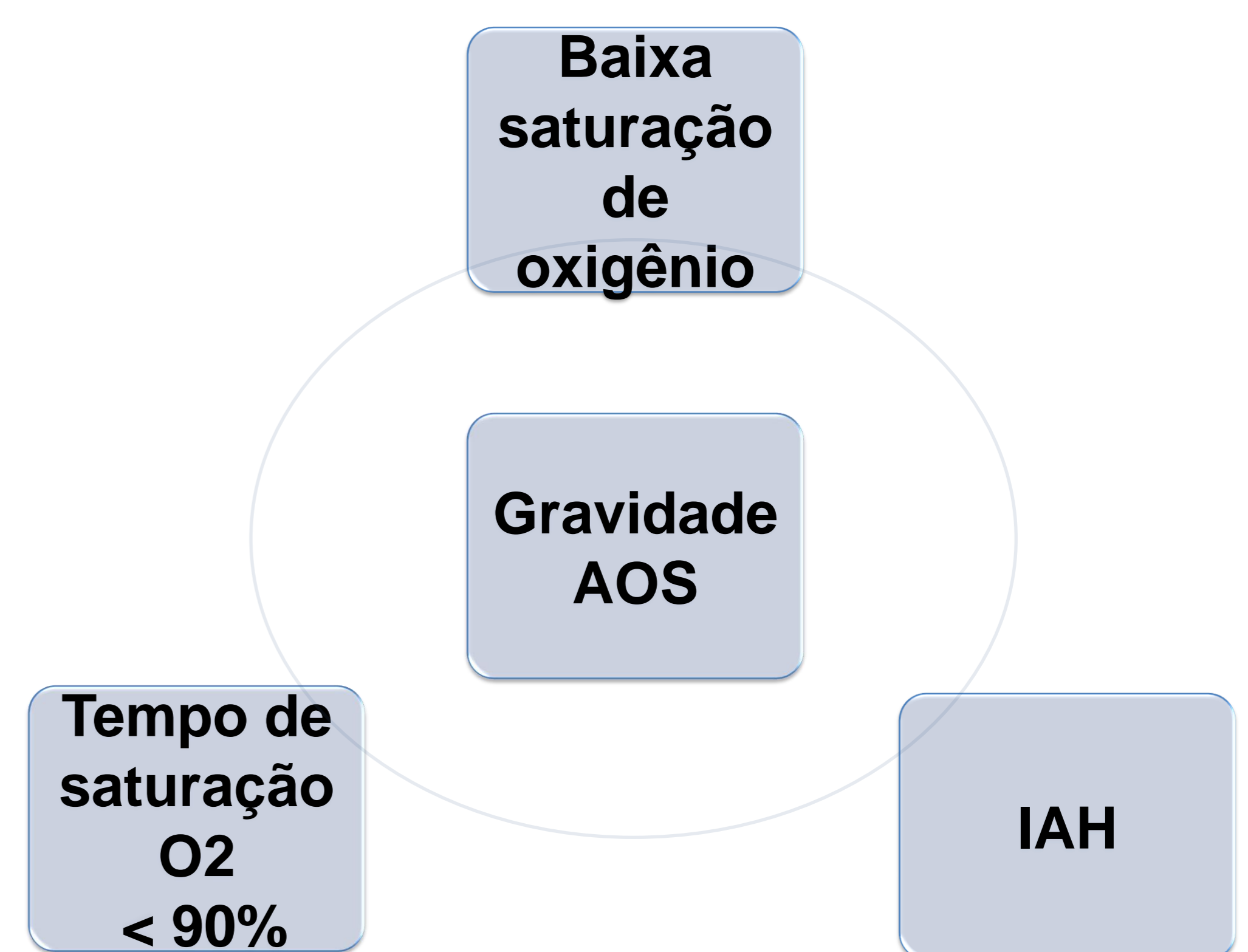
Questionário de Atividade Física



Sedentários



Atividade Regular



RESULTADOS

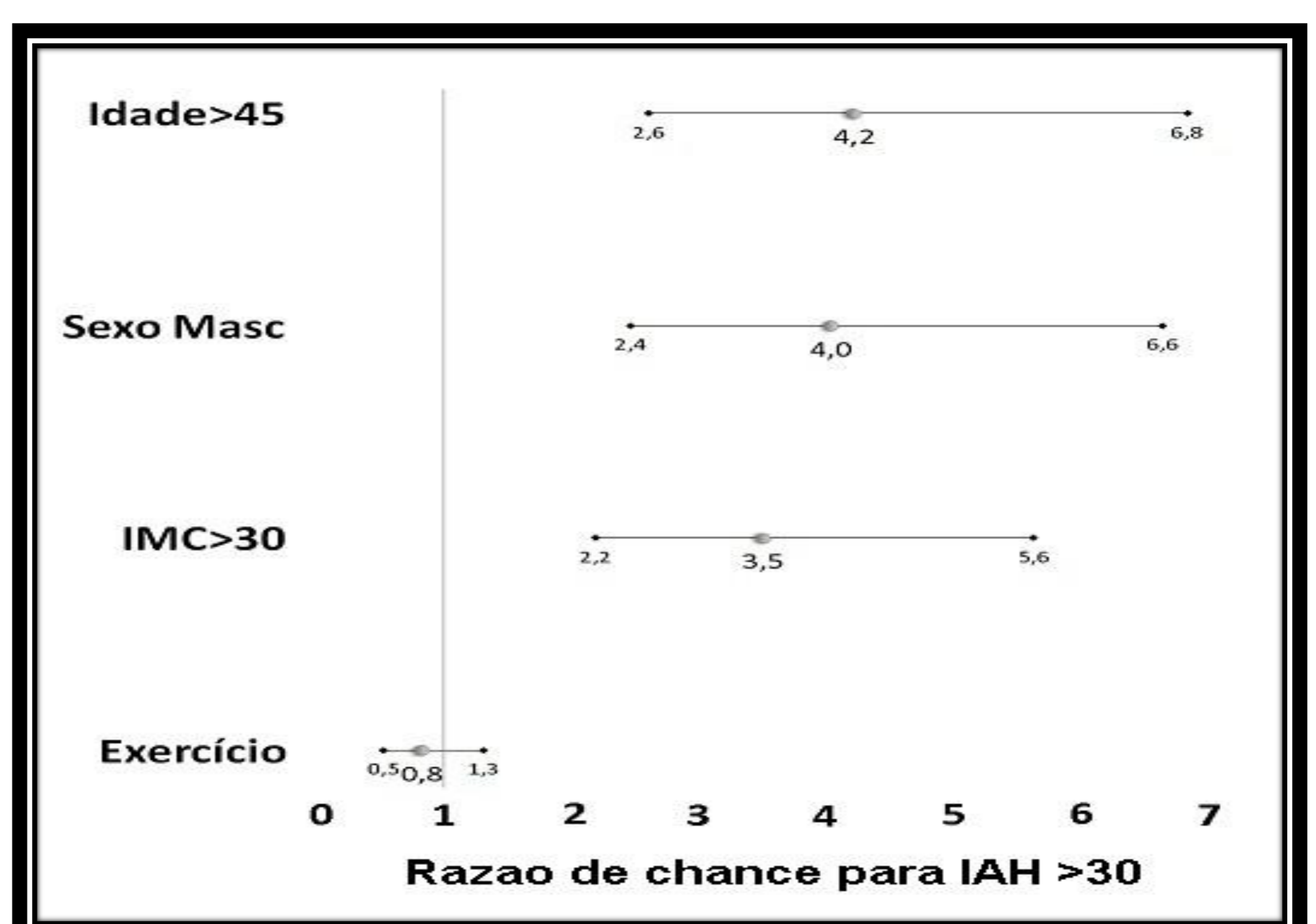
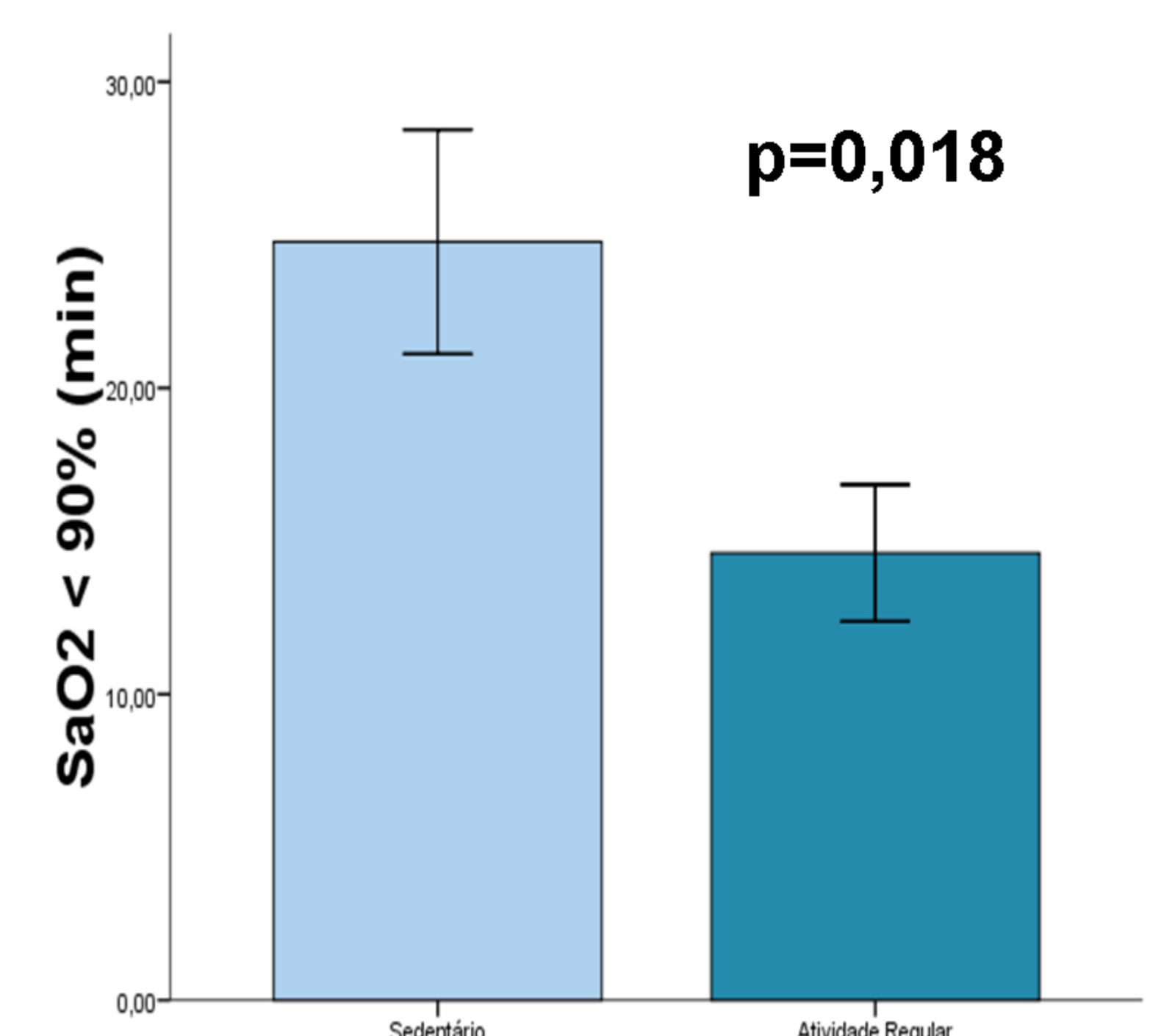
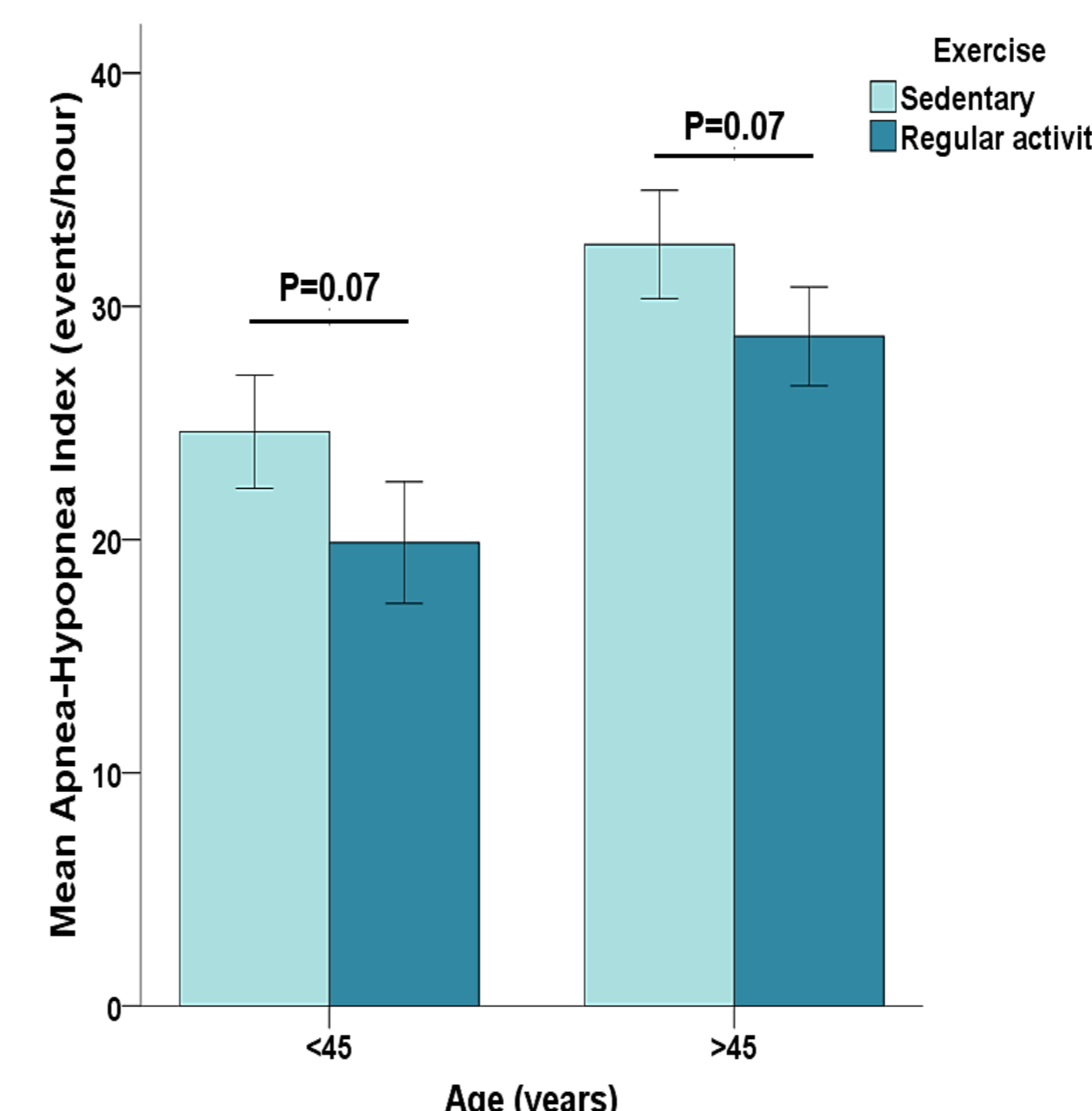
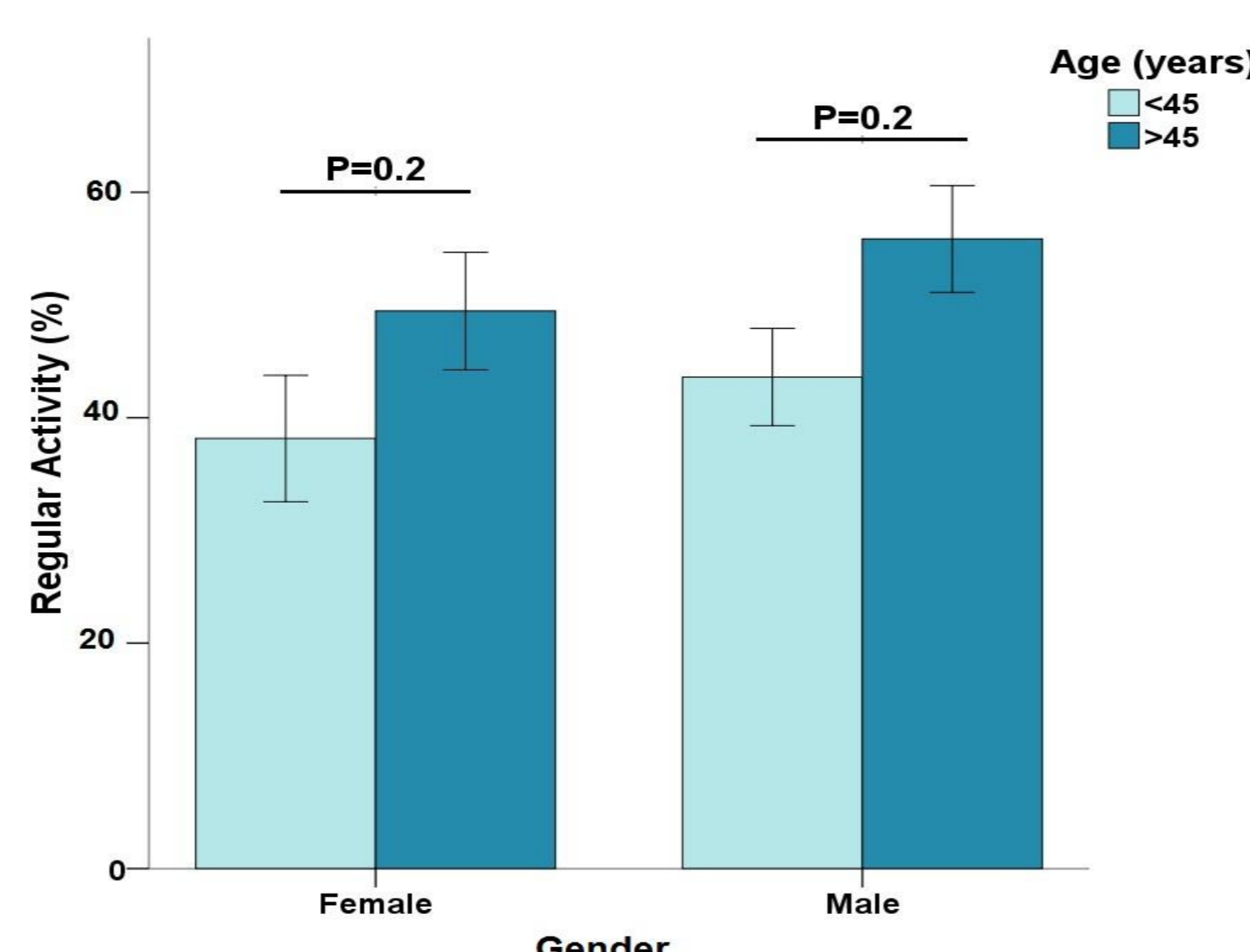
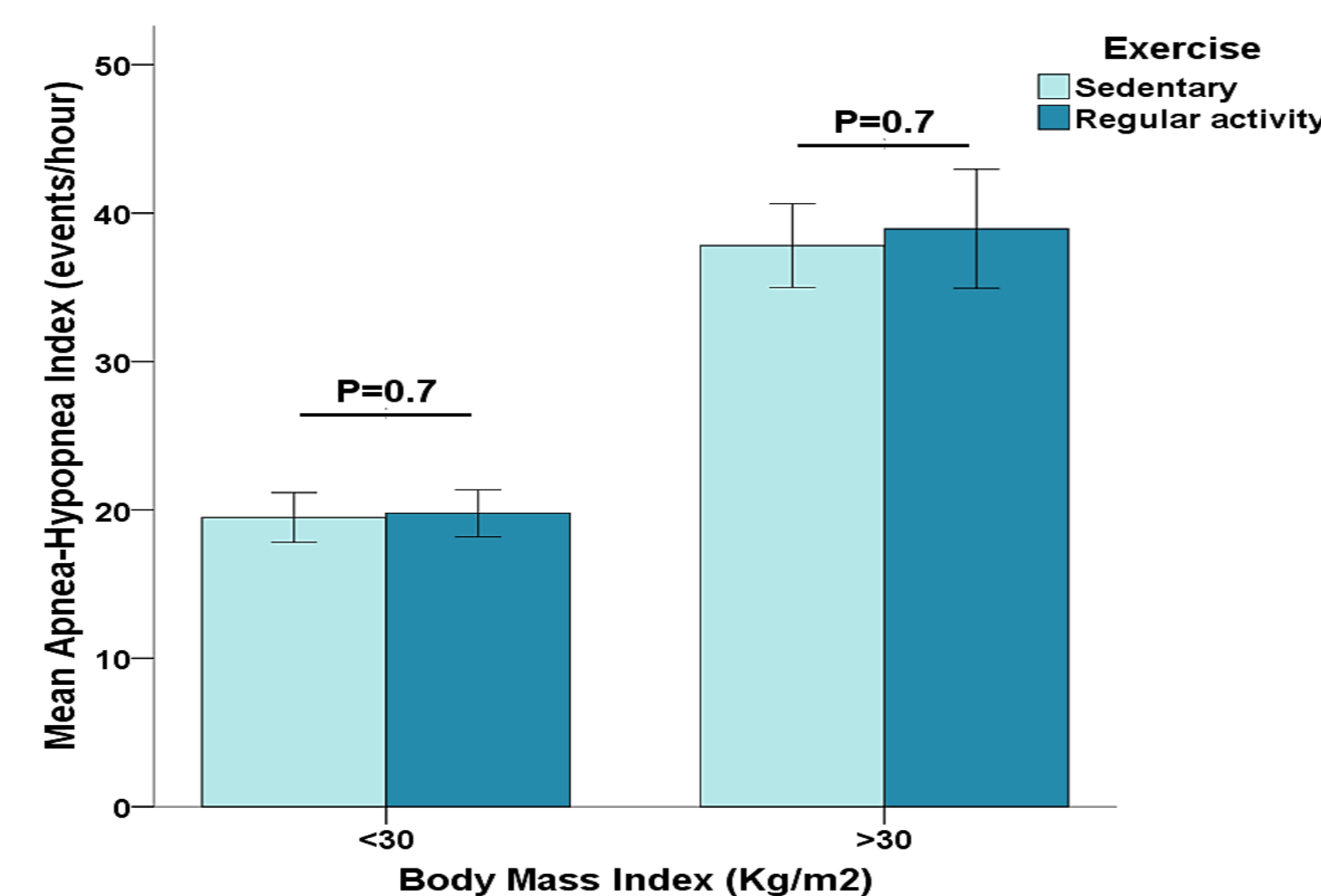
N=413

Sedentários 53%

- Homens: 57%
- Idade: 45±14 anos
- IMC: 31±7 Kg/m²

Exercício Regular

- Homens: 62%
- Idade: 46±14 anos
- IMC: 29±11 Kg/m²



CONCLUSÃO

A associação entre sedentarismo e maior gravidade da apneia do sono, é explicada por diferenças de sexo, idade e obesidade entre os grupos.