

Editor: Miguel Gus

## Sleep duration and hypertension are not associated in the elderly

Berg JFVD, Tulen JHM, Neven AK, Hofman A, Miedema HME, Witteman JCM, et al. *Hypertension*. 2007;50:585-9.

Comentários: Guilherme Luís Menegon<sup>1</sup>, Jeruza Lavanholi Neyeloff<sup>1</sup>, Miguel Gus<sup>1</sup>

### DESCRIÇÃO DO ESTUDO

Estudos epidemiológicos prévios mostraram associação entre períodos de sono mais curtos ou mais longos que a média (7-8h) e aumento de mortalidade<sup>1</sup>. Ainda não está claro se essa associação se deve a uma maior prevalência entre duração de sono e hipertensão (HAS) ou a outros fatores de risco cardiovascular<sup>2</sup>. O presente estudo buscou estudar entre duração de sono e hipertensão em idosos em estudo de base populacional.

Trata-se de estudo transversal aninhado na coorte do Estudo de Rotterdam. Em 1990, todos os habitantes  $\geq 55$  anos do distrito de Rotterdam foram convidados a participar, e 7.983 (78%) aceitaram. Em 2000, ampliou-se a coorte com mais 3.011 participantes (76% dos novos convidados). Um total de 5.364 indivíduos respondeu a questionário em casa e visitou o centro de pesquisa, e para 5.058 desses havia dados disponíveis sobre duração do sono. Ainda, um subgrupo foi convidado a realizar actigrafia (técnica que permite avaliação do ciclo sono-vigília por meio do registro da atividade motora dos movimentos dos membros com acurácia semelhante à da polissonografia), e 1.076 (71%) aceitaram.

Consideraram-se hipertensos os pacientes com pressão sistólica (PAS) maior ou igual a 160 mmHg, pressão diastólica (PAD) maior ou igual a 100 mmHg ou uso de anti-hipertensivos. A população em estudo apresentou uma média de idade de 72,1 anos de idade, era constituída predominantemente por mulheres (57,5%) e quase metade dela (49,1%) apresentava hipertensão. A população do subgrupo da actigrafia apresentou característi-

cas semelhantes. Identificou-se baixa correlação entre o tempo de sono declarado e o real avaliado pela actigrafia.

Não se encontrou associação entre duração de sono (relatada ou pela actigrafia) e hipertensão, nem quando foram considerados valores menores de pressão arterial (PAS 140 mmHg e PAD 90 mmHg) para definir HAS, ou mesmo ajustando-se para outras variáveis (idade, sexo, IMC, tabagismo, sintomas depressivos, uso de medicação para dormir, diabetes melito, IAM, AVE; cochilos durante o dia no subgrupo da actigrafia). Ao utilizar-se a PA como variável contínua em uma regressão linear múltipla, não se encontrou uma curva em formato de U.

### COMENTÁRIO

Os resultados não indicam associação entre duração de sono e HAS. Apesar de o delineamento transversal e as perdas na população selecionada serem limitações do presente estudo, os dados indicam que a associação entre períodos mais longos ou mais curtos de sono, considerando-se um período médio de 7-8 horas, com maior mortalidade, não se deve a diferenças na prevalência de hipertensão, pelo menos em idosos

### REFERÊNCIAS

1. Patel SR, Ayas NT, Malhotra MR, White DP, Schernhammer ES, Speizer FE, et al. A prospective study of sleep duration and mortality risk in women. *Sleep*. 2004;27:440-4.
2. Gottlieb DJ, Redline S, Nieto FJ, Baldwin CM, Newman AB, Resnick HE, et al. Association of usual sleep duration with hypertension: the Sleep Heart Health study. *Sleep*. 2006;29:1009-14.