Relação entre qualidade do sono e estilo de vida sedentário ou ativo em crianças com asma: um estudo transversal

Autor(res)

Karina Couto Furlanetto
Jéssica Lane Felippe
Debora Camila Santos De Britto
Adriano Minuzzo Massoni
Caroline Sydloski Bidoia
Luiz Daniel Barizon
Giovanna Moreira Tassi
Vitória Cavalheiro Puzzi
Thaila Corsi Dias

Categoria do Trabalho

Pós-Graduação

Instituição

UNOPAR | PPGSS CIÊNCIAS DA REABILITAÇÃO

Introdução

A asma é uma doença inflamatória e obstrutiva crônica das vias aéreas, considerada comum na infância e capaz de impactar significativamente a vida destas crianças. Frequentemente, se manifesta por meio de sintomas como sibilância, dispneia, aperto no peito e tosse. Esses sintomas refletem episódios de obstrução ao fluxo aéreo, que podem ser revertidos espontaneamente ou com tratamento (1). Atualmente, sabe-se que esta condição implica na redução da prática de atividades físicas dessa população, e acredita-se que seus sintomas noturnos podem comprometer a qualidade do sono. Porém, ainda não está claro se esse comprometimento do sono se relaciona com o desempenho nas atividades físicas de vida diária (AFVDs) em crianças com asma.

Objetivo

Objetivo: Verificar quais variáveis do sono que se correlacionam com o estilo de vida sedentário ou ativo em crianças com asma.

Material e Métodos

Estudo transversal, que incluiu crianças com asma entre 6 e 12 anos, avaliado dados antropométricos, função pulmonar (espirometria), nível de controle de asma (Childehood-Asthma Control Test - ACT-C), capacidade máxima de exercício (Incremental Shuttle Walk Test - ISWT) e capacidade funcional (teste de caminhada de seis minutos - TC6min. A avaliação da qualidade do sono foi realizada por meio do questionário Children's Sleep Habits Questionnaire (CSHQ), composto por 33 questões e dividido em 8 domínios, considerando o escore total maior ou igual a 41 como possível distúrbio do sono (2). As variáveis de AFVDs e sedentarismo foram quantificadas por 7 dias, utilizando acelerômetro triaxial e possibilitou a identificação dos níveis de atividade física (AF) de diferentes

intensidades, número de passos e tempo em comportamento sedentário (3,4). Utilizado coeficiente de Correlação de Spearman de acordo com a normalidade dos dados e estabelecido p<0,05 para significância estatística.

Resultados e Discussão

Avaliadas 36 crianças com diagnóstico de asma (54% meninas; 8 [7-10] anos; VEF1 102 ± 17 % previsto; TC6min 97 [85-61] % previsto; ISWT 44 ± 13% previsto). Em relação as AFVDs, realizaram 9179 [7523 - 11644] passos/dia; gastaram em tempo sedentário 707 ± 82 min/dia; em AF de intensidade leve 340 ± 15 min/dia; moderada 37 ± 11 min/dia e vigorosa 11 [8-16] min/dia. A pontuação final obtida no questionário CSHQ foi de 57 [52-64] pontos. Não foram encontradas associações significativas entre a qualidade do sono e o tempo sedentário, nem com número de passos ou AF leve e moderada nesse estudo (P>0,56 para todos). Porém, foi encontrada correlação entre a AF vigorosa com o domínio de distúrbio respiratório do sono do CSHQ (r=-0,34; P=0,03). Os achados sugerem que, embora essas crianças tenham função pulmonar e desempenho preservados, permanecem em maior tempo sedentárias e com baixa AF moderada e vigorosa. Esse padrão condiz com a literatura sobre doenças respiratórias crônicas (5).

Conclusão

Nessa amostra de crianças com asma o distúrbio respiratório do sono correlacionou-se com o tempo de atividade física vigorosa, mostrando que quanto maior o tempo em atividades mais intensas melhor é o sono desta população. Porém trata-se de um estudo que está em andamento e futuramente mais crianças serão incluídas para confirmação dos dados e busca de novos achados.

Agência de Fomento

CAPES-Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior

Referências

1. GLOBAL INITIATIVE FOR ASTHMA. Global strategy for asthma management and prevention: 2025 update. 2025. Disponível em: https://ginasthma.org/wp-content/uploads/2025/05/GINA-2025_tracked-for-archive-WMSA.pdf. Acesso em: 27 ago. 2025;
2. OWENS, JA et al. Questionário de Hábitos de Sono Infantil (CSHQ). 2000;
3. VANHELST, Jérémy et al. Comparação e validação de algoritmos de tempo de uso e tempo sem uso de acelerômetros para avaliar os níveis de atividade física em crianças e adolescentes. Metodologia de pesquisa médica BMC , v. 19, n. 1, p. 72, 2019;
4. ROMANZINI, Marcelo et al. Calibração dos acelerômetros ActiGraph GT3X, Actical e RT3 em adolescentes. Revista Europeia de Ciências do Esporte , v. 14, n. 1, p. 91-99, 2014;
5. Andrade, LB, Silva DARG, Salgado TLB, Figueroa JN, Silva NL, Britto MCA. Comparison of six-minute walk test in children with moderate/severe asthma with reference values for healthy children. Jornal de pediatria, v. 90, p. 250-257, 2014.