RESUMO EXPANDIDO - IV. PESQUISA CIENTÍFICA RELACIONADA À AVALIAÇÃO DAS PRÁTICAS E GESTÃO DO CUIDADO EM ENFERMAGEM

INSOMNIO Y SU RELACIÓN CON SARCOPENIA EN UNA POBLACIÓN DE ADULTOS MAYORES

Mendoza Pineda Yolia (yoli.cmp99@gmail.com)

Retana Ugalde Raquel (retanara@unam.mx)

Correa Muñoz Elsa (elcomm_unam@yahoo.com.mx)

Introdução. Entre os distúrbios do sono, a insônia é uma das condições mais frequentes em idosos e é definida como a dificuldade para iniciar ou manter o sono, ou ainda experimentar um sono não reparador.[1?²] Por outro lado, a sarcopenia é uma doença que pode ocorrer durante o envelhecimento e caracteriza-se pela redução generalizada e progressiva da massa e da força muscular, associada ao aumento da perda da funcionalidade física.[³?4] Nesse contexto, existem poucos estudos que avaliem a associação entre essas duas condições, embora ambas possam contribuir para o declínio funcional e a fragilidade nessa faixa etária.

Objetivo. Determinar a relação entre insônia e sarcopenia em uma população de idosos.

Método. Foi realizado um estudo observacional, transversal e comparativo com 34 idosos. A insônia foi avaliada por meio da Escala de Insônia de Atenas. A força muscular foi medida por dinamometria manual e a composição corporal por bioimpedância elétrica. A sarcopenia foi definida de acordo com os critérios do European Working Group on Sarcopenia in Older People (EWGSOP2).5 Os dados foram analisados por meio de estatística descritiva (frequências, porcentagens, médias e desvios-padrão) e inferencial, utilizando o teste t de Student e o teste do qui-quadrado, considerando significância estatística de $p<0,05$. Como estimador de risco, foram calculadas razões de chances (odds ratio) com intervalo de confiança de 95%, utilizando o software SPSS (versão 25).

Resultados. A idade média dos participantes foi de 69±5 anos, com predominância do sexo feminino (79,4%). A insônia esteve presente em 32,4% dos participantes e 41,2% apresentaram provável sarcopenia. Os participantes com provável sarcopenia apresentaram escores significativamente mais elevados na Escala de Insônia de Atenas (8,4±5,9 vs. 4,6±3,6; $p=0,027$). Também foi observada associação estatisticamente significativa entre insônia e sarcopenia ($p=0,023$). Além disso, os idosos com insônia apresentaram razão de chances de 7,6 (IC95%: 1,5–38,2).

Conclusão. Os resultados sugerem que a insônia está significativamente associada à presença de sarcopenia em idosos. Esses achados ressaltam a importância do papel da enfermagem na avaliação integral do sono e da funcionalidade musculoesquelética, favorecendo a detecção precoce, a prevenção da fragilidade e a manutenção da independência funcional.

Referências.

1. Contreras-González N, Jiménez-Correa U. Higiene del sueño. En: Mendoza-Núñez VM, Sánchez-Rodríguez MA, Correa-Muñoz E. Estrategias para el control de enfermedades crónico-generativas a nivel comunitario. México: UNAM, FES Zaragoza; 2008. p 111-128.

2. Steriade M, Timofeev I, Grenier F. Natural waking and sleep states: a view from inside neocortical neurons. J Neurophysiol. 2001 May;85(5):1969-85. doi: 10.1152/jn.2001.85.5.1969.

3. Granic A, Suetterlin K, Shavlakadze T, Grounds MD, Sayer AA. Hallmarks of ageing in human skeletal muscle and implications for understanding the pathophysiology of sarcopenia in women and men. Clin Sci (Lond). 2023 Nov 29;137(22):1721-1751. doi: 10.1042/CS20230319.

4. Liang Z, Zhang T, Liu H, Li Z, Peng L, Wang C, Wang T. Inflammaging: The ground for sarcopenia? Exp Gerontol. 2022 Oct 15; 168:111931. doi: 10.1016/j.exger.2022.111931.

5. Moretti Dino, Fiorillo Pablo, Mogliani Marcelo, Buncuga Martín, Fain Humberto. Evaluación de sarcopenia y los parámetros de bioimpedancia relacionados con la fuerza muscular en la consulta preoperatoria de cirugía espinal. Nutr. Hosp. 2024; 41(1):145-151.

Financiamento. Bolsa SECIHTI nº CVU: 2106761; PAPIIT IN30726.

Palavras-chave. Insônia; Sarcopenia; Idosos.

Insomnia and its relationship with sarcopenia in a population of older adults

Introduction. Among sleep disorders, insomnia is one of the most common conditions affecting older adults and is defined as difficulty initiating sleep, maintaining sleep, or experiencing restorative sleep.[1?²] On the other hand, sarcopenia is a disease that may occur during aging and is characterized by a generalized and progressive decline in muscle mass and strength, associated with an increased loss of physical function.[3?4] Few studies have evaluated the association between these two conditions, despite their potential contribution to functional decline and frailty in this age group.

Objective. To determine the relationship between insomnia and sarcopenia in a population of older adults.

Method. An observational, cross-sectional, and comparative study was conducted in 34 older adults. Insomnia was assessed using the Athens Insomnia Scale. Muscle strength was measured by handgrip dynamometry, and body composition was evaluated by bioelectrical impedance analysis. Sarcopenia was defined according to the European Working Group on Sarcopenia in Older People (EWGSOP2) criteria.5 Data were analyzed using descriptive statistics (frequencies, percentages, means, and standard deviations) and inferential statistics through Student's t-test and chi-square test, considering statistical significance at $p<0.05$. Odds ratios with 95% confidence intervals were calculated as risk estimators using SPSS software (version 25).

Results. The mean age of participants was 69±5 years, and females predominated (79.4%). Insomnia was identified in 32.4% of participants, while 41.2% presented probable sarcopenia. Participants with probable sarcopenia showed significantly higher scores on the Athens Insomnia Scale (8.4±5.9 vs. 4.6±3.6; $p=0.027$). A statistically significant association was observed between insomnia and sarcopenia ($p=0.023$). Furthermore, older adults with insomnia had an odds ratio of 7.6 (95% CI: 1.5–38.2).

Conclusion. The findings suggest that insomnia is significantly associated with the presence of sarcopenia in older adults. These results highlight the importance of the nursing role in the comprehensive assessment of sleep and musculoskeletal function, promoting early detection, prevention of frailty, and maintenance of functional independence.

References.

1. Contreras-González N, Jiménez-Correa U. Higiene del sueño. En: Mendoza-Núñez VM, Sánchez-Rodríguez MA, Correa-Muñoz E. Estrategias para el control de enfermedades crónico-generativas a nivel comunitario. México: UNAM, FES Zaragoza; 2008. p 111-128.

2. Steriade M, Timofeev I, Grenier F. Natural waking and sleep states: a view from inside neocortical neurons. J Neurophysiol. 2001 May;85(5):1969-85. doi: 10.1152/jn.2001.85.5.1969.

3. Granic A, Suetterlin K, Shavlakadze T, Grounds MD, Sayer AA. Hallmarks of ageing in human skeletal muscle and implications for understanding the pathophysiology of sarcopenia in women and men. Clin Sci (Lond). 2023 Nov 29;137(22):1721-1751. doi: 10.1042/CS20230319.

4. Liang Z, Zhang T, Liu H, Li Z, Peng L, Wang C, Wang T. Inflammaging: The ground for sarcopenia? Exp Gerontol. 2022 Oct 15; 168:111931. doi: 10.1016/j.exger.2022.111931.

5. Moretti Dino, Fiorillo Pablo, Mogliani Marcelo, Buncuga Martín, Fain Humberto. Evaluación de sarcopenia y los parámetros de bioimpedancia relacionados con la fuerza muscular en la consulta preoperatoria de cirugía espinal. Nutr. Hosp. 2024; 41(1):145-151.

Funding. SECIHTI Scholarship No. CVU: 2106761; PAPIIT IN30726.

Keywords. Insomnia; Sarcopenia; Older adults.

Insomnio y su relación con sarcopenia en una población de adultos mayores

Introducción. Dentro de los trastornos del sueño, uno de los que se presenta con mayor frecuencia en los adultos mayores es el insomnio, que se define como la dificultad para iniciar, mantener o experimentar un sueño no reparador. 1-2 Por otro lado, la sarcopenia es una enfermedad que se puede presentar durante el envejecimiento y que se caracteriza por la disminución muscular generalizada y progresiva relacionada con el aumento de la pérdida de función y masa muscular. 3-4 En este sentido, hay pocos estudios que la evalúen la asociación de ambos parámetros y que puede contribuir al deterioro funcional y llevar a la fragilidad a este grupo etario.

Objetivo. Determinar la relación entre el insomnio con sarcopenia en una población de adultos mayores.

Método. Se llevó a cabo un estudio observacional, transversal y comparativo en 34 adultos mayores. El insomnio se evaluó mediante la Escala de Insomnio de

Atenas, se midieron fuerza muscular (dinamometría) y composición corporal (bioimpedancia eléctrica) y la sarcopenia se definió según el Grupo de Trabajo Europeo sobre Sarcopenia en Personas Mayores (EGWSOP2). 5 Los resultados obtenidos se analizaron a través de análisis descriptivo (frecuencias, porcentajes, valores promedio y DE) e inferencial mediante prueba t de Student y X2 cuadrada considerando significancia estadística con p<0.05. Como estimador de riesgo razón de momios al 95% empleando el paquete estadístico SPSS (versión 25).

Resultados. De los adultos mayores participantes, la edad promedio fue de 69±5 años y predominó el sexo femenino (79.4%). El 32.4% presentó insomnio y el 41.2% riesgo de sarcopenia. Los participantes con probable sarcopenia presentaron puntuaciones significativamente mayores en la Escala de Atenas (8.4±5.9 vs 4.6±3.6; p=0.027). Asimismo, se observó una asociación estadísticamente significativa entre insomnio y la presencia de sarcopenia (p = 0.023), además los adultos mayores con insomnio presentaron una RM=7.6 con un IC 95% =1.5–38.2.

Conclusión. Los resultados obtenidos sugieren que el insomnio se asocia significativamente con la presencia de sarcopenia en adultos mayores. Estos hallazgos resaltan la importancia del papel de enfermería en la valoración integral del sueño y de la funcionalidad musculoesquelética, favoreciendo con la detección

temprana, la prevención de fragilidad y el mantenimiento de la independencia funcional.

Referencias.

1. Contreras-González N, Jiménez-Correa U. Higiene del sueño. En: Mendoza-Núñez VM, Sánchez-Rodríguez MA, Correa-Muñoz E. Estrategias para el control de enfermedades crónico-generativas a nivel comunitario. México: UNAM, FES Zaragoza; 2008. p 111-128.

2. Steriade M, Timofeev I, Grenier F. Natural waking and sleep states: a view from inside neocortical neurons. J Neurophysiol. 2001 May;85(5):1969-85. doi: 10.1152/jn.2001.85.5.1969.

3. Granic A, Suetterlin K, Shavlakadze T, Grounds MD, Sayer AA. Hallmarks of ageing in human skeletal muscle and implications for understanding the pathophysiology of sarcopenia in women and men. Clin Sci (Lond). 2023 Nov 29;137(22):1721-1751. doi: 10.1042/CS20230319.

4. Liang Z, Zhang T, Liu H, Li Z, Peng L, Wang C, Wang T. Inflammaging: The ground for sarcopenia? Exp Gerontol. 2022 Oct 15; 168:111931. doi: 10.1016/j.exger.2022.111931.

5. Moretti Dino, Fiorillo Pablo, Mogliani Marcelo, Buncuga Martín, Fain Humberto. Evaluación de sarcopenia y los parámetros de bioimpedancia relacionados con la fuerza muscular en la consulta preoperatoria de cirugía espinal. Nutr. Hosp. 2024; 41(1):145-151.

Financiamiento. Beca SECIHTI No. CVU: 2106761; PAPIIT IN30726

Palabras clave. Insomnio, Sarcopenia, adulto mayor.

Palavras-chave: insomnio; sarcopenia; adulto mayor.