
XXVII ENCUENTRO DE RESIDENTES DE MEDICINA Y ENFERMERÍA FAMILIAR Y
COMUNITARIA DE ASTURIAS Y JORNADAS DE ATENCIÓN PRIMARIA

Langreo - 25 y 26 de abril de 2019

RESUMEN DE COMUNICACIONES CIENTÍFICAS

Fecha límite: 25 de marzo de 2019

Nº de Registro (No cubrir):

AUTORES: Arias Fernández Lucía, Barrera Castillo María, Prado Suárez Jessica, Smith Plaza Andrea
Marta

CENTRO DE TRABAJO: CS. La Felguera, CS. Sabugo, CS. Ventanielles, CS. Pola de Siero

PALABRAS CLAVE: Sueño, Fragilidad, Debilidad muscular

TÍTULO: Patrones de sueño y deterioro de la función física en adultos mayores

RESUMEN (máximo 300 palabras)

Objetivo

Explorar la asociación entre los patrones de sueño y el deterioro de la función física de los adultos mayores, utilizando tres indicadores: la presencia del fenotipo de fragilidad física, de deterioro funcional de los miembros inferiores (MMII) y de debilidad muscular en miembros superiores (MMSS).

Métodos

Estudio transversal que incluyó 387 personas >65 años no institucionalizadas captadas en cuatro centros de Atención Primaria (Asturias). Se excluyeron a las personas con demencia y trastorno musculoesquelético agudo. Se utilizó el cuestionario *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI) para evaluar calidad y duración del sueño diurno y nocturno, la escala de FRAIL para la fragilidad física, la batería de pruebas *Short Physical Performance Battery* para el deterioro funcional de los MMII y la fuerza de agarre dinamométrica para la debilidad muscular de los MMSS. Para estudiar la asociación de la calidad y la duración del sueño diurno y nocturno con los indicadores de deterioro de la función física se utilizaron regresiones logísticas ajustadas por confusores sociodemográficos, conductuales y clínicos.

Resultados

Una mala calidad del sueño (≥ 10 puntos PSQI) se asoció con los tres indicadores de deterioro de la función física. Las odds ratio ajustadas (intervalos de confianza 95%) fueron 3,10 (1,18-8,13) para la fragilidad, 2,27 (1,13-4,54) para el deterioro funcional de los MMII y 2,31 (1,13-4,74) para la debilidad muscular en los MMSS (p-tendencia <0,01 en todos los casos). La duración del sueño nocturno no se asoció con ningún indicador; pero dormir >30 minutos de siesta se asoció con el deterioro funcional de los MMII [OR: 2,05 (1,07-3,93); p-tendencia = 0,02].

Conclusiones

Una pobre calidad de sueño auto-informada se asoció con mayor riesgo de fragilidad física, deterioro funcional de los MMII y debilidad muscular en los MMSS. Los aparentes efectos perjudiciales de la siesta sobre la función física necesitan ser estudiados en profundidad.

(1) Preferencia de presentación:

- Formato póster
- Formato oral