

A influência dos sintomas urinários no sono de idosos

Ébe dos Santos Monteiro

Especialista em uroginecologia aplicada à fisioterapia pela UNIFESP, São Paulo-SP, Brasil.

A incontinência urinária (IU) representa problema de saúde pública, tendo em vista o alto custo que pode provocar tanto no âmbito do seu tratamento clínico ou cirúrgico, como nas situações de restrição de atividades que pode causar em pacientes economicamente ativas. Nos Estados Unidos, a IU é responsável por aproximadamente 2% dos gastos com a saúde, o qual foi estimado em mais de 16 milhões de dólares por ano^{1,2}.

O envelhecimento populacional é um fenômeno importante que vem acontecendo no Brasil e tem levado a uma reorganização do sistema de Saúde, pois a população idosa exige cuidados que são um desafio devido às doenças crônicas que apresentam e também ao fato de incorporarem disfunções específicas.

A sonolência excessiva diurna (SED) é um dos sintomas mais comuns em pessoas idosas³. O processo de envelhecimento pode produzir alterações nas paredes dos vasos sanguíneos, afetando o transporte de oxigênio e nutrientes para os tecido. Essas doenças crônicas interferem na qualidade de vida e consequentemente no sono do indivíduo, já que condição física dolorosa crônica pode ser a principal causa de distúrbios do sono⁴.

O estudo de Fonseca et al. aborda de maneira muito coerente a relação entre os sintomas urinários e as consequências para a qualidade do sono⁵, na qual a noctúria e a enurese resultam repercussões significantes para a qualidade de vida de uma população. Já que a qualidade de vida engloba diversos aspectos e está associada à percepção do indivíduo sobre o seu estado de saúde em grandes domínios ou dimensões de sua vida.

Esse estudo apresenta mais um aspecto relevante em relação aos cuidados com a população idosa. Uma paciente que se levanta diversas vezes para urinar não realiza uma noite de sono adequada; um paciente idoso sonolento favorece as quedas e desequilíbrios durante as idas ao banheiro e consequentemente pode gerar maiores gastos aos cuidadores.

Vale a pena elucidar que os sintomas urinários podem ser decorrentes da incontinência urinária de esforço ou até mesmo por bexiga hiperativa, sendo necessário acompanhamento fisioterapêutico para que ocorra melhora desses sintomas urinários, minimizando assim os distúrbios do sono.

REFERÊNCIAS

1. Hu TW. Impact of urinary incontinence on health-care costs. *J Am Geriatr Soc* 1990;38:292-5.
2. Clinical practice guidelines: AHCPR releases update to urinary incontinence guideline (Endereço na Internet). Rockville: Agency for Health-care Research and Quality - AHRQ (atualizado em: 1996; acessado em: 06/2006). Disponível em: <http://www.ahrq.gov/research/may96/dept5.htm>
3. Chokroverty S. Sleep Disorders in Elderly Persons. In: Chokroverty S. *Sleep Disorders Medicine: Basic Science Considerations, and Clinical Aspects*. Washington DC: Butterworth-Heinemann, 1999, p.401-15.
4. Geib LTC, Cataldo Neto A, Wainberg R, Nunes ML. Sono e envelhecimento. *Rev Psiquiatr Rio Grande Sul* 2003;25:453-65.
5. Fonseca DC, Galdino DAA, Guimarães LHCT, Alves DAG. Avaliação da qualidade do sono e sonolência excessiva diurna em mulheres idosas com incontinência urinária. *Rev Neurocienc* 2010;18:294-9.