

AGGIORNAMENTO SCIENTIFICO

DURATA DEL SONNO E PRESSIONE SANGUIGNA NEI BAMBINI: ANALISI DELLA COORTE IDEFICS PAN-EUROPEA

Il presente studio si è proposto di esaminare l'associazione trasversale e longitudinale tra la durata del sonno notturno auto-riferita, la pressione arteriosa e l'ipertensione nei bambini europei, di età compresa tra 2 e 9.9 anni, che partecipano al progetto IDEFICS. I valori di pressione arteriosa (BP) e i principali indici antropometrici sono stati misurati secondo procedure standardizzate. La pressione arteriosa elevata e l'ipertensione arteriosa infantile sono state definite secondo la European Society of Hypertension Guidelines per bambini e adolescenti. I genitori hanno riferito lo stile di vita e i dati socio-demografici. La durata notturna del sonno è stata valutata come parte di un recall delle 24 ore ottenuta dai genitori e classificata come segue: (a) ≤ 9 ore / notte; (b) > 9 ore a ≤ 10 ore / notte; (c) $>$ da 10 ore a ≤ 11 ore / notte; e (d) > 11 ore / notte. L'insieme completo di variabili incluse nella presente analisi è stato fornito da 7974 partecipanti (ragazzi / ragazze = 4049/3925) al sondaggio basale di riferimento (T0). Di questi, 5656 sono stati riesaminati 2 anni dopo al follow-up (T1). I bambini che hanno riportato una durata del sonno più breve a T0 avevano valori pressori significativamente più alti (P per la tendenza $< 0,001$) rispetto a quelli che dormivano di più. Le analisi prospettiche hanno mostrato che la durata del sonno più breve al basale era predittiva, oltre il follow-up a 2 anni, per più elevati incrementi della pressione arteriosa sistolica e della pressione diastolica, dopo aggiustamento per età, sesso, paese di origine, BMI z-score, educazione dei genitori, attività fisica, ore trascorse davanti allo schermo e valore T0 delle variabili di esito esaminate (P per la tendenza $< 0,001$). I risultati di questo studio rivelano che una breve durata del sonno è associata ad un aumento della pressione sanguigna durante l'infanzia, suggerendo che il sonno può essere un potenziale fattore di rischio per l'ipertensione nel corso della vita.

Fonte: Sparano S, Lauria F, Ahrens W, Fraterman A, Thumann B, Iacoviello L, Marild S, Michels N, Molnar D, Moreno LA, Tornaritis M, Veidebaum T, Siani A. "Sleep duration and blood pressure in children: Analysis of the pan-European IDEFICS cohort." J Clin Hypertens 2019 Mar 20. doi: 10.1111/jch.13520. [Epub ahead of print]