

INTRODUÇÃO

O desequilíbrio da modulação autonômica cardíaca (MAC), com redução do funcionamento autonômico parassimpático tem sido associada ao desenvolvimento de doenças cardiovasculares (DCV). Estudos sugerem que maior gratidão está associada ao melhor equilíbrio autonômico de pacientes com DCV. Contudo, até o momento não se sabe se a gratidão poderia influenciar o funcionamento do sistema nervoso autônomo (SNA) em indivíduos sem DCV. Assim, foi investigado se a gratidão teria efeito na MAC, com aumento no tônus parassimpático.

OBJETIVO

Investigar a relação entre gratidão e MAC em indivíduos sem DCV.

MATERIAIS E MÉTODOS

Estudo transversal realizado com 91 participantes (estudantes de medicina e funcionários do Hospital Universitário). Foram incluídos homens e mulheres, entre 18 e 60 anos de idade, sem uso de medicação ou doença com interferência no SNA. A MAC foi avaliada através do software de variabilidade da frequência cardíaca (VFC) em aparelho de eletrocardiograma durante 5 minutos. Foram analisados parâmetros da VFC nos domínios do tempo [SDNN (ms); pNN50 (%) e RMSSD (ms)] e da frequência (LF, HF e relação LF/HF). Para análise da gratidão foi utilizado The Gratitude Questionnaire - Six Item Form (GQ-6), no qual quanto maiores os escores obtidos na escala, maiores os níveis de gratidão. Para avaliar sintomas de ansiedade e depressão foram utilizados os questionários Generalized Anxiety Disorder 7- item scale (GAD-7) e Patient Health Questionnaire-9 (PHQ-9), respectivamente. Na análise estatística (SPSS® 23) o nível de significância foi de 5%. Foram aplicados o teste de Kolmogorov-Smirnov, teste t, correlação parcial de Pearson e regressão linear.

RESULTADOS

Houve predomínio do sexo masculino (51,6%) e a idade média foi de $29,8 \pm 10,5$ anos. O escore do GQ-6 variou entre 24 e 42 pontos, com média de $34,0 \pm 5$. Houve correlação positiva significativa entre o escore do GQ-6 e os valores da VFC no domínio do tempo (SDNN, pNN50 e RMSSD), controlando sexo, idade e as pontuações do

GAD-7 e PHQ-9. Sem correlação com a análise espectral. O aumento da pontuação do GQ-6 foi significativamente associado com todas as variáveis no domínio do tempo, corroborando a relação positiva significativa entre gratidão e a atividade parassimpática da MAC.

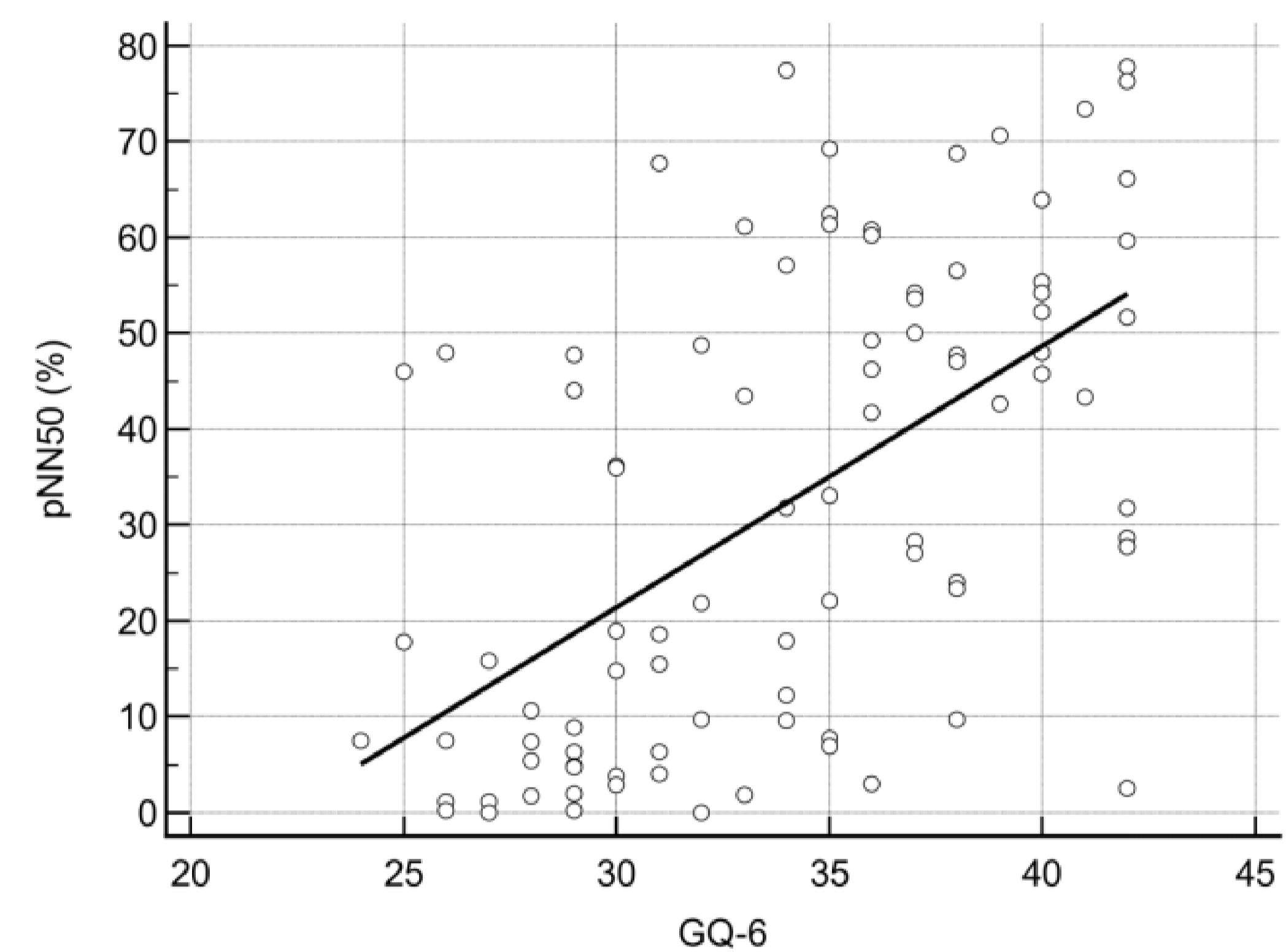


Figura 1 - Gráfico de dispersão entre o percentual de pNN50 (%) e a pontuação total GQ-6.

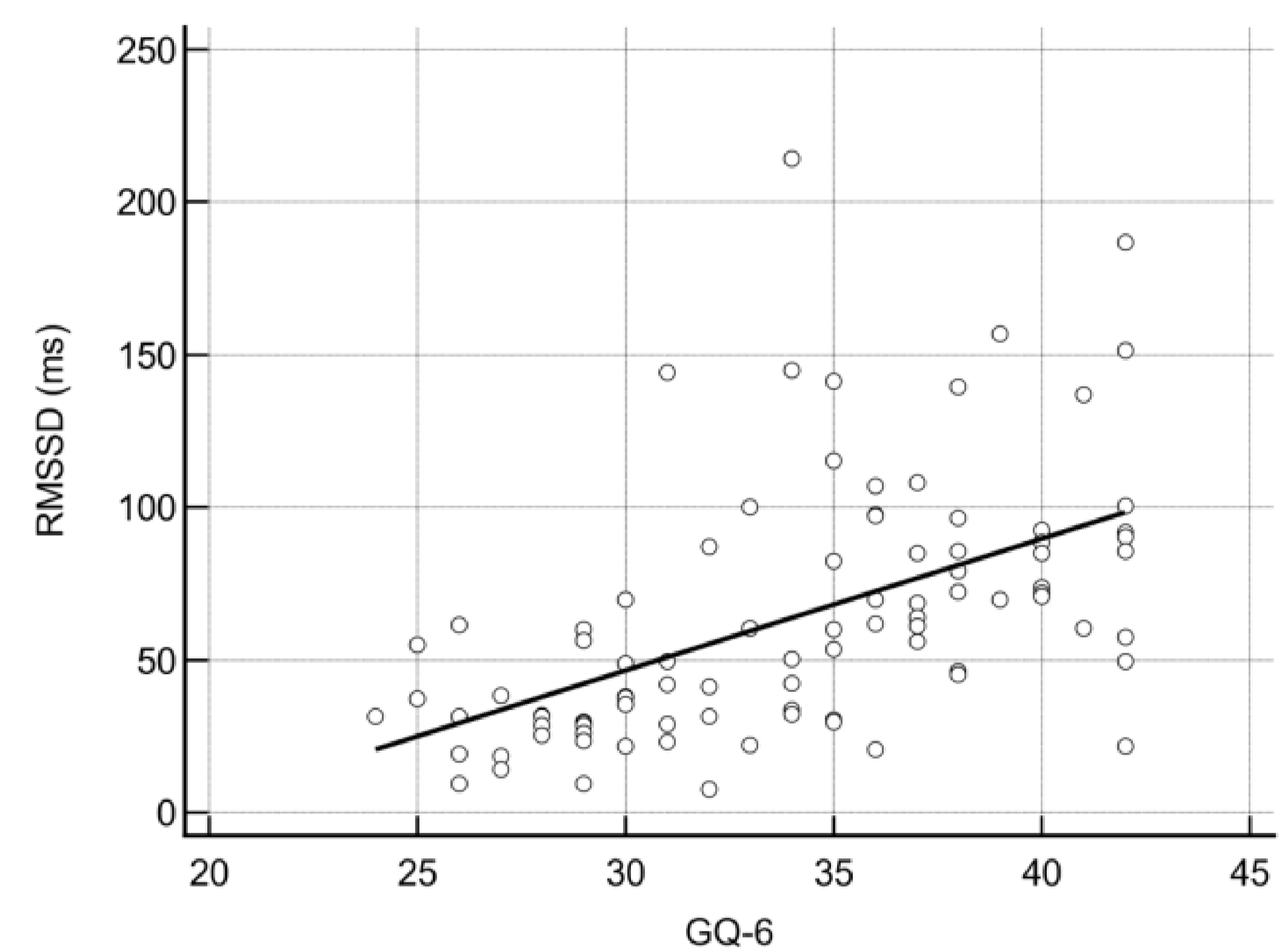


Figura 2 - Gráfico de dispersão entre RMSSD e a pontuação total do GQ-6.

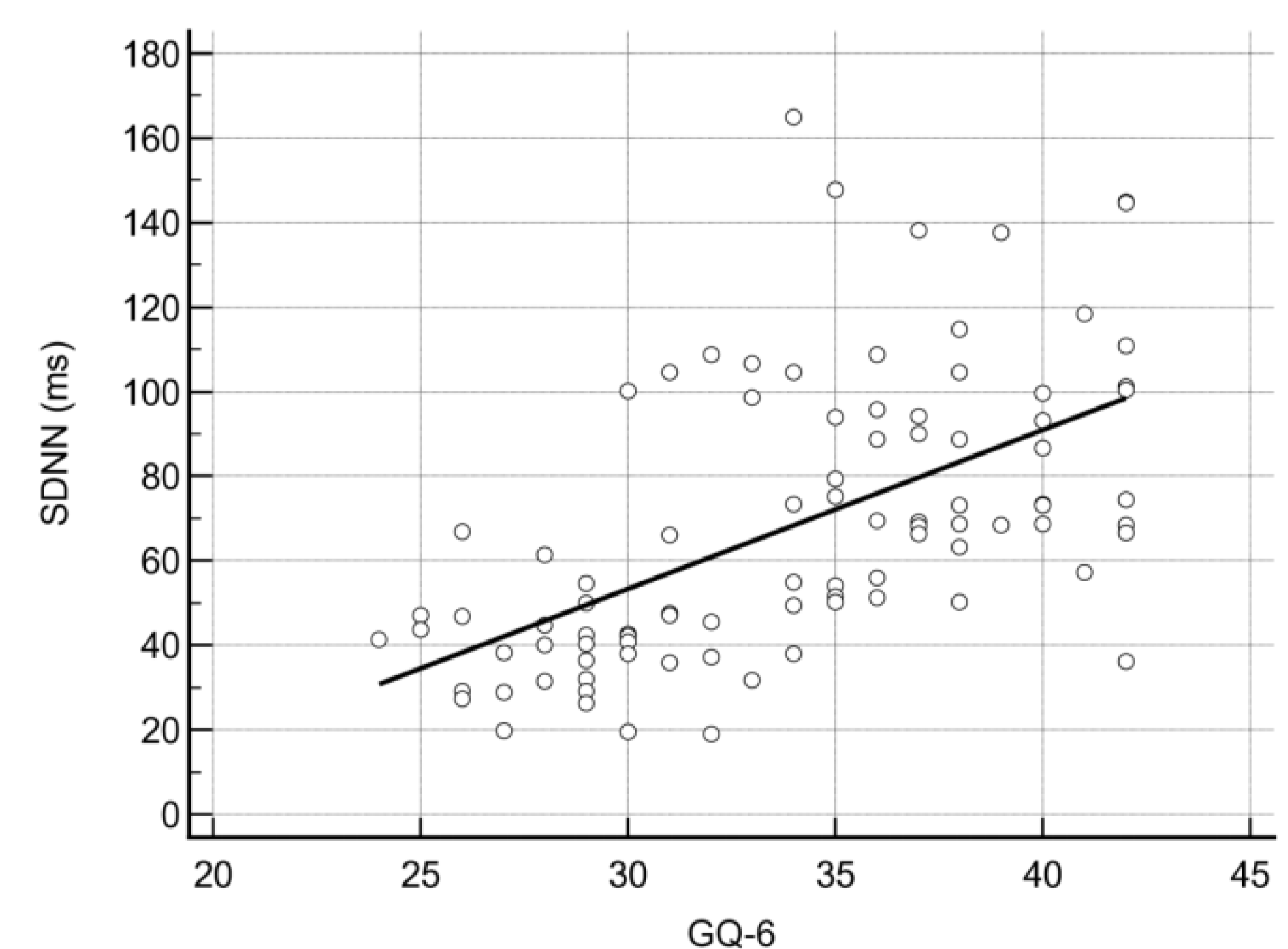


Figura 3 - Gráfico de dispersão entre SDNN e a pontuação total do GQ-6.

CONCLUSÕES

Maior nível de gratidão foi associado a um melhor funcionamento autonômico cardíaco em indivíduos sem DCV. É possível que intervenções em gratidão tenham um potencial impacto na prática clínica cardiológica.