

PARADA RESPIRATÓRIA DURANTE A NOITE PODE IDENTIFICAR GRAVE DISTÚRPIO DO SONO

Boas noites de sono levam a um melhor desempenho profissional e social, mas diversos distúrbios podem alterar sua qualidade e trazer prejuízos à saúde física e mental. Acordar sufocado ou engasgado, com dor de cabeça, ou roncar durante a noite, por exemplo, podem ser sinais de um grave problema que eleva o risco de doenças vasculares, cardíacas e cerebrais, a síndrome da apnéia obstrutiva do sono (SAOS).

Entre as principais causas deste distúrbio, que afeta hoje 4% da população, estão a obesidade e o tabagismo. Mas, segundo a neurologista e especialista em medicina do sono, Dra. Isadora Queiroz, pessoas com hábitos saudáveis e sem sobrepeso também podem desenvolver a SAOS, mas é menos freqüente.

Certas características craniofaciais, de língua ou pescoço, também podem contribuir com obstruções na via aérea durante o sono (e mesmo na vigília). "Língua grande, pescoço e queixo curto, falta dos dentes posteriores podem dificultar a passagem do ar pelas vias aéreas durante o sono", explica a médica. Outras causas comuns de SAOS são as obstruções nasais e aumento de amígdalas, principalmente em crianças.

Outro sintoma importante da SAOS aparece durante o dia. O paciente sente sonolência e tem maior probabilidade de cair no sono mesmo em situações não tediosas. "Sabia que roncava, mas não que tinha paradas respiratórias durante a noite. Percebi que não estava dormindo bem, porque acordava cansado e, por isso, resolvi procurar um médico", diz o administrador Antônio Mac Dowell.

A SAOS é um fator de risco isolado para o desenvolvimento de distúrbios cardiovasculares, como o infarto do miocárdio e a isquemia cerebral.

O diagnóstico da SAOS é feito através do exame de polissonografia. Neste exame, são monitorizadas diversas variáveis através de eletrodos colados sobre a pele. As principais são respiração nasal e oral, movimentos respiratórios do tórax e abdome, oximetria, roncos e ritmo cardíaco.

Uma vez diagnosticado com SAOS, outros exames podem ser necessários para descobrir sua causa e local da obstrução das vias aéreas em cada paciente. O administrador Antônio MacDowell, que ainda está na fase de investigação para a escolha do tratamento mais adequado, conta que, por meio da polissonografia, foi possível detectar que as paradas respiratórias ocorriam quando dormia de barriga para cima. A partir dessa informação, seu médico o orientou a dormir de lado.

Segundo a Dra. Isadora Queiroz, neurologista que faz parte do corpo clínico da Medsono - Instituto de Medicina do Sono de Natal, o primeiro laboratório a oferecer, desde 2005, a polissonografia na cidade, este exame também é utilizado para auxiliar no diagnóstico de diversos outros distúrbios do sono como a narcolepsia; insônia refratária; movimentos periódicos dos membros inferiores; epilepsia noturna e o distúrbio de comportamento do sono REM. O Instituto de Medicina do Sono de Natal, realiza diferentes tipos de polissonografia (PSG), dependendo da indicação do paciente: PSG simples, PSG para titulação

de CPAP/BiPAP, PSG com eletroencefalograma expandido e PSG com Teste de Latências Múltiplas de Sono (TLMS).

Para ajudar a diagnosticar a origem dos distúrbios respiratórios do sono, o Instituto realiza também a rinomanometria digital; prova de função pulmonar (espirometria) e nasoendoscopia flexível do esfíncter velofaríngeo com vídeo.