

42122

A IMPORTÂNCIA DA AVALIAÇÃO POLISSONOGRÁFICA NO DIAGNÓSTICO DE SONOLÊNCIA EXCESSIVA DIURNA – DADOS DE UM CENTRO DE SONO

Cristiane Fumo dos Santos, Vera Lucia Lemos Ott, Gustavo Antônio Moreira, Márcia Pradella-Hallinan, Fernando Morgadinho Coelho, Beatriz Neuhaus Barbisan, Sérgio Tufik

INSTITUTO DO SONO

E-mail address: crisfsantos@hotmail.com (C.F.d. Santos)

Resumo

Introdução

O Teste das Múltiplas Latências do Sono (TMLS) é o padrão ouro para o diagnóstico da Narcolepsia. No entanto, muitos fatores podem contribuir para o aparecimento de sonolência excessiva diurna, como a síndrome da apneia obstrutiva do sono, bruxismo, convulsão, movimento periódico de membros inferiores, uso de medicações e privação de sono. Este estudo avalia alterações da polissonografia (PSG) em pacientes que realizaram TMLS.

Objetivos

Descrever as alterações de PSG e os achados dos TMLS correlacionando os resultados dos dois exames.

Métodos

Foram avaliados todos os TMLS realizados após PSG de noite inteira entre novembro de 1994 a novembro de 2014. Critérios de inclusão: ≥ 18 anos e ≤ 65 anos, concordar em fornecer dados para pesquisa.

Critérios de exclusão

Não disponibilidade da PSG de noite anterior. Foram avaliadas as queixas e dados da PSG. Foi considerado exame compatível com o diagnóstico de narcolepsia os que apresentaram latência para o início do sono ≤ 5 min e ≥ 2 episódios de sono REM.

Resultados

Foram analisados 147 pacientes, com mediana de idade de 34,6 anos (P25=26,3, P75=49,5), 51% do sexo masculino, 54% encaminhados por sonolência excessiva e 42% por narcolepsia, mediana do Epworth 18 (P25=13, P75=20) e do índice de massa corpórea de 24,9 mg/k² (P25=21,5, P75=28,7). Usavam medicações que aumentavam a sonolência 33% dos pacientes.

Medianas

Da eficiência do sono – 86 (P25=77, P75=93), do índice de apneia hipopneia (IAH) – 2 (P25=0, P75=5) e do índice de movimentos periódicos de membros inferiores (IMPPI) – 1 (P25=0, P75=7). Apresentavam IAH ≥ 5 , 24% dos pacientes, IMPPI ≥ 15 , 12%, outras alterações da polissonografia (bruxismo ou alteração eletroencefalográfica), 1,4%. Apresentavam ao menos uma alteração da polissonografia 30% dos pacientes. A mediana das médias das latências para o início do sono foi 6,9 minutos (P25=3,

P75=10,8), 53% dos pacientes apresentaram 5 episódios de sono, 51% não apresentaram sono REM no TMLS, 14,2% dos pacientes apresentaram alterações compatíveis com narcolepsia.

Conclusão

Em nossa amostra, a PSG na noite anterior foi essencial na elucidação diagnóstica uma vez que 30% dos pacientes apresentaram alterações no exame que podiam explicar, ao menos em parte, a sonolência excessiva diurna relatada pelos pacientes.

<http://dx.doi.org/10.1016/j.slsci.2016.02.007>

42194

A IMPORTÂNCIA DA TERAPIA COGNITIVO-COMPORTAMENTAL (TCC) NO TRATAMENTO DA INSÔNIA CRÔNICA: RELATO DE CASO

Andrea Cecilia Toscanini, João Guilherme Gallinaro, Israel Pompeu, Stella Marcia Azevedo Tavares, Rosa Hasan

HOSPITAL DAS CLÍNICAS DA FMUSP

E-mail address: andrea.toscanini@uol.com.br (A.C. Toscanini)

Resumo

Introdução

O modelo comportamental da insônia, descrito por Spielman e cols em 1987 é a primeira, mais articulada e citada teoria sobre a etiologia da insônia crônica. No centro do modelo comportamental há uma perspectiva de diátese ao estresse que permite enxergar como na insônia aguda se desenvolve uma condição crônica e, ainda conceber fatores alvo para o tratamento. Também conhecido como modelo dos três “P” ou dos três fatores (predisponentes, precipitantes e perpetuantes), pontua que a insônia ocorre agudamente em relação tanto aos fatores predisponentes como precipitantes e que sua forma crônica é mantida por comportamentos de enfrentamento mal adaptativos. Estes comportamentos são o alvo da TCC.

Objetivos

Relatar os resultados obtidos utilizando TCC em paciente com insônia crônica refratária a tratamento medicamentoso.

Metodologia

o paciente assinou Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, respondeu no início e ao final da terapia aos questionários: DBAS – 10, BDI, BAI, Berlim, Escala de Sonolência de Epworth, Escala de Intensidade de Insônia. Foram aplicadas técnicas de TCC, quais sejam: higiene do sono e restrição do tempo na cama, avaliados pelo Diário de Sono.

Resultados

O paciente apresentou melhora em todos os questionários, pontuando para início e fim de terapia, respectivamente: BAI (0 e 0), BDI (14 e 2), Epworth (0 e 0), Berlim (0 e 0), Intensidade de

Insônia (14 e 4) e DBAS–10 (59 e 12). Em relação ao Diário de Sono também houve melhora semana a semana, partindo de uma Eficiência de Sono de 36% no início da terapia que chegou a 94,1% ao final do tratamento.

Conclusão

É extremamente importante considerar a utilização de TCC para pacientes portadores de insônia crônica, inclusive em grandes hospitais.

<http://dx.doi.org/10.1016/j.slsci.2016.02.008>

43009

A RELAÇÃO DA QUALIDADE DE SONO E RENDIMENTO ACADÊMICO NOS GRADUANDOS DO CURSO DE MEDICINA

Julliana M. dos Santos, Héliida S.B.A. e S. Gonçalves,
Francisco de A.S. Santos, Juliana G. Silva

UNIVERSIDADE FEDERAL DE PERNAMBUCO

E-mail address: jullianasantos3@gmail.com (J.M. dos Santos)

Resumo

INTRODUÇÃO

A qualidade de sono é fundamental no estabelecimento de diversas funções humanas, principalmente, nos processos cognitivos e de memória. sabe-se, ainda, que a qualidade de sono é influenciada tanto por fatores internos como externos. fatores externos são bastante relevantes numa sociedade globalizada, onde a busca por qualificação e afazeres diários ocupam grande parcela do tempo diário, repercutindo em tempo ineficiente de sono. o impacto da má qualidade de sono começa a recair precocemente, sobretudo, nos estudantes universitários de medicina, submetidos a uma extensa grade curricular e à exigência de atividades extracurriculares para melhorar sua qualificação acadêmica. assim, o presente estudo objetivou analisar a produção científica referente à relação entre qualidade/privação de sono e o rendimento acadêmico entre estudantes de medicina.

METODOLOGIA

Realizou-se levantamento bibliográfico junto a bases de dados nacionais e internacionais, usando as palavras-chave privação de sono, aprendizado e estudantes de medicina. foram selecionados trabalhos em inglês e português, publicados entre os anos de 2000 e 2015.

RESULTADO

Foram selecionados 11 estudos, os quais destacaram que o sono de má qualidade é frequentemente associado a dificuldades comportamentais e cognitivas, em que seus efeitos são mais evidentes. tais prejuízos podem reduzir seriamente o rendimento acadêmico e o aprendizado. os sistemas neurais do córtex pré-frontal são os principais acometidos, debilitando funções como aprendizado, atenção, tomada de decisões e pensamento inovador ou criativo. além desses aspectos, a privação do sono ainda está

ligada ao estresse, a queda da imunidade, à irritabilidade e à ansiedade. entre a população de estudantes exposta tanto a privação aguda, mas especialmente a parcial crônica, de sono, os acadêmicos de medicina estão entre os que apresentam pior qualidade de sono, dormindo menos horas e detendo maior sonolência diurna que a população em geral – constituindo grupo de risco para os efeitos deletérios da privação de sono.

CONCLUSÃO

Dentro desse contexto, existem indícios de que os estudantes do curso de medicina mostram-se especialmente vulneráveis à má qualidade do sono o que repercute negativamente no seu desempenho acadêmico. ainda há carência de estudos mais aprofundados, mas é possível evidenciar a necessidade de promover estratégias que garantam a qualidade de sono entre acadêmicos de medicina a fim de evitar déficits acadêmicos.

<http://dx.doi.org/10.1016/j.slsci.2016.02.009>

42335

A SYSTEMATIC REVIEW OF NEGATIVE EXPIRATORY PRESSURE TEST AS SCREENING TO OBSTRUCTIVE SLEEP APNOEA

Sergio R. Nacif, Nina T Fonseca, Jessica J Urbano, Salvatore Romano,
Giuseppe Insalaco, Luis V.F. Oliveira

UNIVERSIDADE NOVE DE JULHO-UNINOVE

E-mail address: jjulioti@yahoo.com.br (J. Urbano)

Resumo

Introduction and objective

Negative expiratory pressure (NEP) test is used to assess upper airway collapsibility in patients with obstructive sleep apnea (OSA), in which expiratory flow limitation (EFL) has been described as a transient or sustained decrease in expiratory flow during application of NEP. The aim of this systematic review was to describe the NEP test, a new method to assess EFL during spontaneous breathing used to identify patients at risk for OSA.

Methods

A bibliographic reference research was conducted in the main base of journals indexed data, published between January 1, 1994 (when the technique was started) and March 1, 2015 using NEP technique in subjects with respiratory sleep disorders. This systematic review followed the criteria outlined in the PRISMA statement and the included articles were analyzed according to the evaluation criteria outlined in the second STARD statement.

Results

About 84 studies published between January 1, 1994 and December 1, 2014 were initially identified. Six articles were excluded because they were written in languages other than English. An additional 21 articles were excluded from the critical analysis for being reviews, descriptive articles, study protocols, case reports,