



Muito Bom Dia a Todos!

**Senhoras e senhores, autoridades, colegas da saúde e demais
participantes**

É uma honra estar aqui como Médica Neurologista, Especialista em Medicina do Sono e Representante desta área em Goiás.

**Tema: Políticas públicas para prevenção, rastreio, diagnóstico e cuidados
de qualidade dos distúrbios do sono.**



Importância das Políticas Públicas para a Saúde do Sono

GIULIANA MACEDO MENDES

**NEUROLOGISTA E NEUROFISIOLOGISTA USP-RP/ABN/SBNC
ESPECIALISTA EM EPILEPSIA E MEDICINA DO SONO
NEUROFISIOLOGISTA DO HOSPITAL EINSTEIN-UNIDADE GOIÂNIA
PRESIDENTE DA REGIONAL CENTRO-OESTE DA ACADEMIA BRASILEIRA
SONO-ABS**

A importância do Sono Saudável



O SONO NÃO É LUXO: É **PILAR ESSENCIAL DA SAÚDE.**
TÃO IMPORTANTE QUANTO **ALIMENTAÇÃO E ATIVIDADE FÍSICA.**
DURANTE O SONO:
CONSOLIDAÇÃO DE MEMÓRIAS
REGULAÇÃO HORMONAL
FORTALECIMENTO IMUNOLÓGICO
RESTAURAÇÃO DE FUNÇÕES VITais

Consequências da Privação de Sono

Prejuízos imediatos

Atenção, memória, humor, produtividade.

Riscos à saúde

Hipertensão, diabetes, depressão.

Doenças neurodegenerativas.

Doenças cardiovasculares.



ÍNDICES ALARMANTES

1 em cada 3 brasileiros relata queixas de sono.

Apneia obstrutiva do sono: condição grave e subdiagnosticada.

Impactos Coletivos

Sobrecarga no sistema de saúde.
Acidentes de trânsito e de trabalho.
Perdas econômicas.

TRANSTORNOS DO SONO

- ▶ **Transtornos Respiratórios Sono (TRS):** doença de saúde pública
- ▶ **A cada 3 adultos, 1 tem Apneia Obstrutiva do Sono (AOS)**
- ▶ **A cada 2 idosos, 1 tem AOS**
- ▶ **A AOS não tratada aumenta em 5 vezes os riscos de aparecimento de Doenças Cardiovasculares como: hipertensão arterial; arritmias; IAM; AVC**
- ▶ **Diagnóstico:** clínico e polissonográfico
- ▶ **Os DRS devem ser diagnosticado pela PSG tipo 1 ou 2**
- ▶ **Poligrafia tipo 3: apenas para diagnóstico dos Distúrbios Respiratórios do Sono, com algumas contraindicações (DPOC, ICC,**
- ▶ **Poligrafia tipo 4: alta sensibilidade AOS grave, mas baixa especificidade e não diferencia apneia central da obstrutiva**



Contents lists available at [ScienceDirect](#)

Sleep Medicine Reviews

journal homepage: www.elsevier.com/locate/smrv



Oximetry-based devices in diagnosis of obstructive sleep apnea: A systematic review and meta-analysis

Eder Leandro da Silva Dantas ^a, Fernando Gustavo Stelzer ^{a,*} , Wanderley Marques Bernardo ^b, Alan Luiz Eckeli ^a

^a Department of Neurosciences and Behavioral Sciences, Faculty of Medicine of Ribeirao Preto (FMRP), University of São Paulo (USP), Ribeirao Preto, Brazil

^b Department of Evidence-Based Medicine, Faculty of Medicine of University of São Paulo (FMUSP), São Paulo, Brazil

Practice points

- 1) Oximetry-based devices detect oxygen saturation with or without other parameters.
- 2) Their performance is similar to that of screening instruments in high-risk adults.
- 3) They may be used as screening tools for obstructive sleep apnea in clinical practice.

CLASSIFICAÇÃO DOS TRANSTORNOS DE SONO



TRANSTORNO DE INSÔNIA:
ALTAMENTE PREVALENTE-
TRANSTORNO
INSÔNIA CRÔNICA
ACOMETE 15% DA
POPULAÇÃO
MUNDIAL



TRANSTORNOS RESPIRATÓRIOS DO SONO



HIPERSÔNIAS DE ORIGEM CENTRAL:
SONOLÊNCIA
EXCESSIVA DIURNA-
RISCOS ACIDENTES E
ATRASO
DIAGNÓSTICO DE 10
A 15 ANOS



TRANSTORNOS COMPORTAMENTAIS DO SONO: TCSREM E
DOENÇA PARKINSON



TRANSTORNOS DE MOVIMENTO



TRANSTORNOS DO RITMO CIRCADIANO



SÍNDROME SONO INSUFICIENTE-SSI:
CAMPANHAS EDUCATIVOS

Eixos de ação em Políticas Públicas

1. Prevenção e educação em saúde

Campanhas de conscientização à população

SEMANA MUNDIAL DO SONO ANUAL

Inserir sono saudável no ambiente escolar.

2. Rastreio e triagem precoce

Capacitar atenção primária para identificar sinais.

Encaminhamentos ágeis e adequados.

Eixos de ação em Políticas Públicas

3. Diagnóstico acessível

Ampliar polissonografia no SUS.

Criar centros públicos de referência.

Reducir filas e desigualdades regionais.

4. Tratamento e cuidado contínuo

Linhas de cuidado estruturadas no SUS.

Acompanhamento multidisciplinar.

No diagnóstico de Apneia do Sono, o fornecimento de terapias adequadas (ex.: CPAP e AIO).

O Sono como Política de Estado

- Medicina do Sono: área em rápido avanço.
- Necessidade: transformar evidências em **políticas públicas consolidadas**.
- Investir em sono = investir em:
 - Saúde
 - Produtividade
 - Qualidade de vida

- Estamos à disposição para contribuir com:

Diretrizes, protocolos e estratégias.

- Que este encontro seja um marco para Goiás e para o Brasil.
- Objetivo: **garantir a todos o direito fundamental de dormir bem e viver com mais saúde.**

Muito obrigada!