

Depressão e Apneia Obstrutiva do Sono



Biologix

Depressão e Apneia Obstrutiva do Sono

Entenda qual a relação da depressão e apneia do sono

Depressão é um diagnóstico sindrômico, um conjunto de sinais e sintomas que engloba um grupo heterogêneo de doenças.

Os quadros são variáveis quanto a gravidade e grau de incapacitação (de leve a grave), número de episódios (episódio único, recorrente e crônico), primários ou secundários a outros diagnósticos (neurológicos, distúrbios hormonais por exemplo) ou ainda em comorbidade com outros transtornos psiquiátricos.

Faz parte de uma boa anamnese investigar o sono. Frequentemente observa-se queixas tanto na quantidade de horas dormidas quanto na qualidade do sono com queixas de dificuldade na conciliação do sono, insônia terminal, múltiplos despertares, de sonolência diurna e sensação de cansaço ao despertar.

As queixas em relação ao ciclo de sono podem preceder o transtorno depressivo, mas também podem ser secundários ao quadro ou ainda agravar-se após o início do quadro depressivo e de seu tratamento devido ao uso da medicação, especialmente se drogas sedativas foram prescritas.



Os dados existentes sobre Apneia Obstrutiva do Sono mostram tratar-se de problema altamente prevalente e frequentemente não diagnosticado. Afeta mais homens que mulheres e os fatores de risco principais são obesidade, história familiar, anormalidades anatômicas das vias aéreas superiores, hiperlipidemia, intolerância a glicose, uso de álcool, tabagismo e diminuição de progesterona pós menopausa.

A população com depressão apresenta uma maior probabilidade de apresentar Apneia Obstrutiva do Sono assim como existe maior frequência de diagnósticos de depressão na população com Apneia Obstrutiva do Sono.

Quais os fatores envolvidos? Há várias propostas de mecanismos subjacentes. O sono fragmentado assim como a própria depressão pode provocar múltiplos despertares com desregulação da atividade do Sistema Simpático e desregulação do eixo hormonal hipotálamo-hipófise-adrenal. Isso levaria tanto a inflamação como a alterações nos neurotransmissores. O tratamento medicamentoso da síndrome depressiva, por sua vez, pode provocar aumento do peso, causar ou piorar síndromes metabólicas. Medicamentos sedativos, antidepressivos ou aqueles usados para melhorar o padrão de sono, podem piorar a obstrução ao fluxo de ar pelo aumento da flacidez e relaxamento do palato mole causando sua vibração e conseqüente ronco.

A hipoxia crônica intermitente tem uma ligação estreita com sintomas depressivos e com alterações cognitivas (prejuízo da atenção, vigília, velocidade do processamento da informação), tem alta prevalência e deve ser sempre investigada.

Antigamente, quando apenas havia disponibilidade da polissonografia em laboratório de sono, existia muita resistência à investigação por dificuldades inerentes ao exame. Hoje em dia, com a possibilidade de realização do exame simplificado sem fios e em ambiente doméstico, não deve haver justificativa para o psiquiatra deixar de investigar, diagnosticar e reavaliar, durante o uso de medicação para depressão, as alterações de sono relacionadas à Apneia Obstrutiva para indicar o tratamento adequado em benefício de seu paciente.



Por Dra. Valeria Lauriano

CRM 61818 RQE 15580

Médica pela FMUSP, Psiquiatria pelo IPq HC FMUSP,

Doutorado pela FMUSP

Sobre a Biologix

A Biologix foi fundada em 2015 com o objetivo de revolucionar o diagnóstico da apneia obstrutiva do sono (AOS). Através de sua plataforma os profissionais de saúde gerenciam os exames de seus pacientes, e obtém conteúdo específico sobre a apneia do sono. Para fazer o exame o paciente utiliza apenas o sensor sem fio Oxistar e o app Biologix. O laudo do exame é gerado na plataforma e disponibilizado em instantes. Além do diagnóstico, é possível acompanhar a evolução de tratamentos de apneia do sono, o que era até então impossível. Conheça nosso [blog](#) para saber mais sobre a apneia do sono e as doenças associadas e nos acompanhe no [Facebook](#), [Instagram](#), [YouTube](#), [Telegram](#) e [LinkedIn](#)!

Esperamos que esse conteúdo tenha sido útil para você, e estamos preparando muito mais!

Até a próxima!

Clique e confira também:



A Importância de realizar o monitoramento de SpO2 várias noites para diagnóstico de Apneia do Sono

Oximetria para diagnóstico de Apneia do Sono



Fisioterapia Respiratória
Por Dra. Vivien Schmeling Piccin



Ser Médico do Sono
Saiba mais sobre a atuação do Médico do Sono