SONU

Uma publicação



Associação Brasileira do Sono

Edição 4

Outubro | Novembro | Dezembro de 2015

DISTRIBUIÇÃO GRATUITA PARA SÓCIOS

Quando até as pedras dormem | vez no Brasil

SONO & CULTURA | SLEEP & BREATHING | CONFIRA Pela primeira

a nova diretoria da ABS, ABMS e ABROS



XV CONGRESSO UM EVENTO PRA FICAR NA HISTÓRIA



DA PRESIDÊNCIA DA ABS NO PRÓXIMO BIÊNIO



ResMed Air Solutions

AirCurve[™] série 10



A nova série AirCurve 10: Terapia de binivel conectada

Tecnologias AirCurve

AirCurve 10 S, AirCurve 10 ST e AirCurve 10 VAuto fornecem a flexibilidade para ajustar configurações e adaptar a diversas condições de pacientes.



TiControl™



Disparo Sensibilidade



Vsync

O **TiControl** permite estabelecer os limites mínimo e máximo de tempo nos dois lados do ciclo de fluxo espontâneo ideal do paciente, criando uma janela de oportunidade para que o paciente realize a ciclagem espontânea de respiração e intervenção no momento correto durante condições desafiadoras.

As configurações de disparo ajustável e sensibilidade de ciclo podem ser usadas para otimizar a sincronia entre o dispositivo e os esforços respiratórios do próprio paciente.

Vsync é uma tecnologia avançada de administração de fugas que ajuda a garantir a sincronia entre o paciente e o ventilador. O Vsync está disponível em todos os dispositivos AirCurve 10.

	Modos de terapia							Recursos para conforto						Administração de dados			Envolvimento do paciente
Dispositivos	CPAP	VAuto	S	ST	_	ASV	ASVAuto	TiControl	Acionamento (disparo) e transição (ciclo)	Vsync	Forma de onda do Easy-Breathe	Climate Control	Climate Control Auto Avançado	Tecnologia sem fio integrada	AirView""/ EasyCare online	Assistência remota do AirView	my A ir "
AirCurve 10 S	•		•					•	•	•	•*	•	•	•	•	•	•
AirCurve 10 VAuto	•	•	•					•	•	•	•*	•	•	•	•	•	•
AirCurve 10 ASV	•					•	•			•	•	•	•	•	•	•	•
AirCurve 10 ST	•		•	•	•			•	•	•		•	•	•	•	•	•

^{*} Uma forma de onda quadrada tradicional com tempo de elevação ajustável também está disponível no modo S em AirCurve 10 S e AirCurve 10 VAuto para pacientes que precisam de maior suporte ventilatório.

FICHA TÉCNICA







Editor-chefe

Luciano Ribeiro Pinto Junior

Redação/Diagramação/Projeto Visual

Time Comunicação - www.timecomunicacao.com.br

Jornalista Responsável

Paula Saletti – MTB 59708 – SP

Designer Responsável

Everton Diego Tavares Cezar

Departamento Comercial

MM Assessoria – www.mmassessoria.com.br Para anúncios favor entrar em contato pelo telefone: (11) 3195-3191

TIRAGEM

6000 exemplares

EXPEDIENTE

Associação Brasileira do Sono

Membros da Diretoria: Geraldo Lorenzi Filho, Monica Levy Andersen, Flávia Baggio Nerbass e Rogério Santos da Silva

DEPARTAMENTO DE COMUNICAÇÃO DA ABS

Luciano Ribeiro Pinto Junior - diretor

CONSELHO

Andrea Bacelar, Francisco Hora de Oliveira Fontes, Geraldo Nunes Vieira Rizzo, Luciano Ribeiro Pinto Junior, Marcia Assis, Raimundo Nonato Delgado Rodrigues, Rosa Hasan, Rosana Souza Cardoso Alves, Sidarta Ribeiro

Associação Brasileira de Medicina do Sono - ABMS

Associação Brasileira de Odontologia do Sono - ABROS

Conheça mais sobre as associações no site: www.absono.com.br

Já conhece o Facebook da ABS? Acesse:

facebook.com/associacaobrasileiradosono, curta nossa página e fique por dentro de informações relacionadas ao sono, eventos, cursos, matérias com os especialistas, e muito mais!

EDITORIAL

É com grande alegria que estamos chegando ao fim do ano de 2015 e da gestão das diretorias da ABS, ABMS e ABROS - do biênio 2014/2015 - com muitas conquistas e metas alcançadas. Os últimos dois anos foram maravilhosos, o amplo entendimento entre as associações nos deram a fundamentação e a base sólida para o crescimento. A partir do momento que a bandeira comum foi estabelecida, o trabalho foi fácil. Realizamos cursos regionais (SP, BH e Recife), mantivemos diálogos constantes com o público leigo – instituímos a 'Semana do Sono' com ampla participação de toda a sociedade. A ABS se destacou por meio de sua assessoria de imprensa obtendo grande visibilidade na mídia brasileira. Criamos também a news eletrônica mensal e a Revista Sono que tem sido um sucesso. E, não podemos deixar de ressaltar aqui o XV Congresso Brasileiro de Sono em Porto de Galinhas. O evento foi muito importante, contou com quase mil inscritos que foram unânimes em nos dizer a respeito da significativa relevância e influência que o Congresso proporcionou. Na pesquisa de satisfação, 98% dos participantes referiram que indicariam o evento para um amigo.

Agora, com entusiasmo, vejo a continuidade de todo esse trabalho sendo realizada através de vários membros que militam na área assumindo as diretorias para os próximos dois anos. Há 30 anos, a ABS congrega todos os interessados em estudar sono no Brasil e o nosso objetivo é divulgar e discutir cada vez mais os temas relacionados, fortalecendo a força da Associação e tornando-a atuante, não somente para seus associados, como para todos que se interessam em conhecer tudo que esteja relacionado a essa incrível área da ciência. Em especial, fico satisfeito com o Luciano nessa transição, um profissional e amigo que já se dedica há um tempo na comunicação da ABS e que agora assume sua presidência. Boa leitura!

Geraldo Lorenzi Filho Presidente da ABS 2013-2015





Quando até as pedras dormem!





escultura é uma forma de expressão fantástica. O trabalho realizado por um escultor redefine como expressão artística, imagens em três dimensões, ou seja, com volume e textura: a escultura é a arte em conteúdo e continente, palpável, tridimensional e mágica, porque embora extraída em matéria inerte (mármore, bronze, ferro, ouro, etc.) dá vida, leveza e sentimentos ao que não existia. A história da escultura começa nos tempos pré-históricos e podemos afirmar universal, tendo perpassado a todas as culturas até os dias de hoje, muitas vezes, de autoria nunca identificada, como a famosa Vênus de Milo. Phidias (490-430 a.C), Donatello (1386-1466), Michelangelo Buonarroti (1475-1564), Bernini (1598-1680), Antonio Canova (1757-1822), Alberto Giacometti (1901-1966), Calder (1898-1976), Henry Moore (1898-1976), foram seus expoentes mais famosos. Muitos esculpiam o sono, mas ninguém como Auguste Rodin (1840-1917) pôs a pedra para dormir com tanta genialidade.

Rodin, escultor francês, foi um marco de transição clássica para a escultura moderna e, como todo inovador, atraiu muitas críticas, mas se manteve fiel às suas percepções, revolucionando também o conceito de esculturas públicas. O sono na arte de Rodin alcança a sua melhor composição: leveza, fluidez, languidez, poesia e serena delicadeza se misturam com perfeição no que antes era pedra, apenas e tão somente pedra. E pelas mãos de gênios como

Rodin, a matéria definitiva ganhara contornos que... aí sim... a definiram, definitivamente, como se de fato já sonhando e dormindo pertencesse a qualquer outro reino que não o mineral, metamorfoseando-se em liberdade.



Francisco Hora Fontes

SLEEP AND BREATHING

ntecedendo o XV Congresso Brasileiro de Sono, aconteceu em Porto de Galinhas entre os dias 25 e 28 de outubro, o 14° Simpósio Internacional de Sono e Respiração. O evento, que ainda não havia sido realizado na América Latina, contou com uma programação diferenciada. "O Sleep and Breathing é muito especial, existem outros congresso homônimos, mas ele merece destaque, pois não existe divulgação, as pessoas são convidadas a submeterem seus melhores trabalhos para uma apresentação. Já havia participado dos últimos simpósios em Pittsburg, Montreal e Barcelona, quando surgiu o convite para presidir o evento e trazê-lo pela primeira vez ao Brasil. Foi uma honra e um grande desafio", afirma Geraldo Lorenzi Filho.

Com um número restrito de pessoas participando em uma única sala, durante o Simpósio foram apresentados trabalhos científicos de ponta na área de sono e respiração. De acordo com Dr. Lorenzi, não foi fácil competir na mesma ocasião com um Congresso Mundial de Sono, além do Australiano e do Britânico e do Congresso da ACCP

(American College of Chest Physicians), mas a aposta para o Sleep and Breathing deu certo. "Tivemos o apoio de um grupo internacional e conseguimos atrair pesquisadores de todas as partes do mundo, incluindo não só EUA e Canadá, como também Europa, Japão e Austrália. Foi uma edição maravilhosa, de alto nível e a Resmed, Philips e Fisher & Paykel foram fundamentais para a realização do evento."

O 14° Simpósio Internacional contou também com a participação marcante de pesquisadores da América Latina e, em especial, do Brasil. Há 20 anos atuando em Medicina do Sono, Dr. Geraldo ressalta que a presença dessa elite de pesquisa na área de sono e respiração, tanto na parte básica como clínica, foi realmente um diferencial importante: "os pesquisadores internacionais foram unânimes em destacar a qualidade das apresentações dos brasileiros no evento. Todos ficaram imersos em um clima propício para a troca de ideias e novos projetos. Com certeza um marco para a pesquisa da América Latina. Em tempos de crise, posso dizer que essa palavra não atingiu a Medicina do Sono do Brasil. Basta acreditar e trabalhar para que os sonhos se tornem realidade. Todos estão de parabéns."





PRA FICAR NA HISTÓRIA DA MEDICINA DO SONO

15ª Edição do Congresso Brasileiro de Sono já começa a deixar saudades e o gosto de 'quero mais'. Isso porque o evento, que contou com a presença de mais de mil pessoas, foi sucesso de público e crítica. Durante quatro idias, as salas do Centro de Convenções do Enotel Convention & Spa Porto de Galinhas, foram palco para discussões, palestras, conferências, simpósios, fóruns e mesas redondas que tiveram como tema central o sono e suas diversas particularidades e vertentes, desde as ciências básicas até as novas terapêuticas para os distúrbios do sono. Nomes internacionais importantes envolvidos com o estudo do sono marcaram presença, dentre eles o Prof. Dr. David Gozal, dos EUA, Dra. Fernanda Almeida, do Canadá, Dra. Birgit Hogl, da Aústria, Dr. Christian Cajochen, da Suíca, Dr. Pablo Brockmann, do Chile, Dr. Christian Poets, da Alemanha, Dr. Joan Santamaria, da Espanha, Dr. Ricardo Santos, de Portugal e Dr. Alan Schwartz, dos EUA. "O evento foi espetacular, abordamos todas as áreas relacionadas ao sono com excelência

científica graças aos palestrantes internacionais e nacionais, e com uma empolgante programação social", pontua Dr. Corintho Viana, presidente do XV Congresso.

Para Dra. Lia Bittencourt, presidente da Associação Brasileira de Medicina do Sono (ABMS), o Congresso 2015 foi um marco na história da ABS. "O evento mostrou o amadurecimento de uma sociedade multidisciplinar. Os diversos profissionais puderam trocar ideias e informações nas suas respectivas áreas e com pesquisadores internacionais de alta expertise quando o assunto é sono. O congresso é o momento mais esperado pelos especialistas na área do sono, pois é nele que as atualizações e novidades sobre pesquisa, inovação e prática clínica são apresentadas."

Algumas áreas do sono se destacaram na programação do evento, como a neurociência, a cronobiologia, a pediatria, a polissonografia e os distúrbios do sono. Dentre os vários assuntos relacionados aos principais distúrbios do sono, a participação do Prof. Dr. David Gozal, falando sobre os aspectos atuais da relação entre sono e câncer, dos Drs.



"O evento foi espetacular,

abordamos todas as áreas

relacionadas ao sono

com excelência científica

graças aos palestrantes

Corintho Viana

Alan Schwartz, David Rapoport e John Kimoff discutindo a importância de identificar a limitação do fluxo aéreo durante o sono e do Dr. Douglas Bradley apresentando as controvérsias dos achados mais recentes sobre o tratamento dos distúrbios respiratórios com a servoventilação nos pacientes com insuficiência cardíaca ganharam espaço. A médica aponta para um dos resultados mais discutidos e polêmicos do congresso brasileiro e dos demais congressos internacionais do sono: o resultado de um grande estudo

multicêntrico internacional que mostra um percentual maior de mortalidade dos pacientes com insuficiência cardíaca grave e apneia central tratados com servoventilação.

De acordo com Dra. Bittencourt, "dentre as principais perspectivas para a pesquisa dos distúrbios do sono no mundo, estão identificar marcadores internacionais e nacionais" genéticos e biomarcadores sanguíneos dos distúrbios do sono, bem como

desenvolver tratamentos individualizados para os pacientes. As grandes descobertas e mudanças de conduta dependem cada vez mais de estudos multicêntricos com grande número de pacientes representando etnias distintas. Nosso desafio é unir centros latino-americanos e de outros países do mundo e trabalharmos juntos nessas pesquisas". Já Dr. Corintho salienta que a pesquisa dos distúrbios do sono deverá seguir relacionando-o a outras doenças de causa não detectável. "As pesquisas abordarão os efeitos sistêmicos da apneia do sono, sua relação com várias patologias; o estudo dos estimuladores de nervos; a validação do avanço maxilomandibular no tratamento da apneia grave e formas para melhorar a aceitação

ao uso do CPAP."

Na área da pediatria, as consequências cognitivas da AOS e as abordagens terapêuticas na AOS chamaram a atenção. O curso pré-congresso contou com os principais especialistas brasileiros abordando temas relevantes da área, como epilepsia, parassonia, sonolência excessiva e distúrbios respiratórios do sono. Dr. David Gozal discursou sobre as perspectivas de diagnóstico não polissonográfico dos distúrbios respiratórios do sono com uso de proteômica.

> Segundo Dr. Gustavo Antônio Moreira, pediatra e especialista em Medicina do Sono, "crianças não são adultos pequenos. Com o crescimento e desenvolvimento há maturação dos processos do sono. As doenças têm apresentação clínica e diagnóstico diferentes dos adultos. O profissional de saúde envolvido no cuidado de crianças e adolescentes do sono necessita conhecer essas peculiaridades." O especialista que esteve presente no

Congresso reforça que "os conhecimentos da Medicina do Sono já estão amplos e robustos, porém ainda há a necessidade de mais pesquisas. Existe uma tendência da realização do diagnóstico de distúrbios do sono com equipamentos portáteis no domicílio. Com isso, há a vantagem de se ter um sono mais natural, a ausência de intervenção, redução das filas de espera em laboratórios do sono e menor custo. Esse método está bem validado em adultos com apneia do sono e, em crianças, os trabalhos são promissores, mas ainda incipientes. Nosso objetivo é ampliar o conhecimento da Medicina do Sono em pediatria e oferecer diagnóstico e tratamento para toda a população."



Outra área que o evento priorizou foi a neurociência, com um vasto e rico conteúdo. A novidade ficou por conta do curso de Actigrafia mostrando os avanços do seu uso na cronobiologia e a conferência sobre IgLON parasomnia, doença grave recém descrita na literatura e que ainda não tem tratamento. Além disso, o XV Congresso realizou mais duas conferências: uma sobre as diferenças individuais nos efeitos da luminosidade no sono humano e no desempenho cognitivo e outra sobre o Transtorno Comportamental do Sono REM, tido como um marcador das doenças neurodegenerativas. Sono e envelhecimento também foi tema de destaque com a participação internacional de Joan Santamaria. "O evento foi um momento importante para encontrar pessoas com os mesmos interesses, trocar conhecimentos e experiências, fazer contato com pesquisadores, ter ideias novas de pesquisa, conhecer os serviços de sono e suas linhas de estudo e mostrar aos convidados estrangeiros

o que estamos fazendo e estudando. O sono é uma área de atuação extremamente ampla e relevante e do conhecimento aqui no Brasil e no exterior", enfatiza Dra. Rosa Hasan, neurologista e membro da ABS que participou do XV Congresso.

A **cronobiologia** também esteve presente em Porto de Galinhas apresentações cunho metodológico, novas propostas

de análise de dados e interpretação de resultados. A discussão sobre restrições de sono associadas ao jetlag social foi um dos destaques na área, assim como o simpósio que discutiu o modo como cada pessoa reage a situações que levam à restrição de sono e, consequentemente, a necessidade de compreender diferenças individuais no diagnóstico e tratamento de distúrbios circadianos. A cronobiologista, Dra Claudia Moreno afirma que a participação no congresso é uma importante forma de se atualizar. "A ciência, atualmente, tem revelado cada vez mais rapidamente os efeitos da sociedade e seu estilo de vida na saúde. Não é possível ignorar os avanços científicos quando se lida com pacientes sujeitos a um ambiente que está constantemente em transformação. Uma questão que vem sendo discutida recentemente na comunidade científica é o quanto a espécie humana precisa dormir. Estudos publicados nos últimos dois meses apresentaram novos elementos a essa discussão. O estudo de comunidades sem energia elétrica nos ajuda a entender a necessidade de sono e o débito de sono provocado pelo uso da luz à noite e o aparato tecnológico decorrente do uso da eletricidade". Segundo a especialista, vale citar também os estudos que mostram a importância do sono para o bem-estar do indivíduo. "Essa é, sem dúvida, uma importante contribuição da cronobiologia para a área, isto é, a saúde não é apenas a ausência de uma doença, mas um estado completo de bem-estar. Se por um lado o conhecimento científico está mais abrangente, a América Latina ainda tem o desafio de realizar colaborações entre si e fortalecer seu papel no cenário internacional."

Já na área de **transtornos respiratórios**, Dra. Luciana Palombini, especialista em Medicina do Sono que também esteve no XV Congresso detalha os novos conhecimentos apresentados na fisiopatologia e no tratamento dos distúrbios respiratórios do sono, principalmente quando se fala de apneia. "Um tema importante apresentado no evento foi a associação da apneia do sono com o câncer mostrando que a presença da apneia pode aumentar o risco de câncer e o risco de uma pior evolução do tumor. Foram

também discutidos diferentes aspectos "A América Latina ainda e inovações no tratamento da apneia do sono com trabalhos mostrando o a importância dos exercícios miofaciais como coadjuvantes no tratamento. Esse congresso foi excelente e nos trouxe assuntos de ponta na Medicina do Sono. Houve a participação significativa de palestrantes internacionais, que contribuiu para uma troca de

esperamos pesquisas em todas as áreas tem o desafio de realizar uso do aparelho intraoral e cirurgias e informações atualizada sobre

principais temas da Medicina do Sono mundial."

Sobre a polissonografia, uma discussão bastante interessante foi sobre a associação das doenças cardíacas com a apneia do sono, principalmente se tratando da insuficiência cardíaca congestiva. Dados sobre o tratamento da apneia do sono no manejo da asma brônquica e sobre o novo tratamento com uso de eletroestimulação do músculo genioglosso também foram abordados. Para Dra. Palombini, "a pesquisa em sono irá progredir nas diferentes áreas da medicina, e provavelmente, o reconhecimento e o tratamento dos distúrbios do sono terão impacto sobre elas. A polissonografia é pouco reconhecida e um dos motivos é que a Medicina do Sono ainda não faz parte do treinamento convencional da medicina. Em poucos anos, todo médico terá treinamento em sono e o exame de polissonografia fará parte da avaliação de pacientes de todas as áreas da medicina."

Resta aos especialistas do sono continuarem trabalhando, engajados com seriedade e profissionalismo, e realizando eventos como o XV Congresso Brasileiro de Sono para acompanharmos de perto os próximos avanços e conquistas da Medicina do Sono.



colaborações entre si e

fortalecer seu papel no

cenário internacional"

Claudia Moreno



A TRAJETÓRIA E AS CONQUISTAS DA SLEEP SCIENCE

"Até a mais brilhante descoberta científica, se não for amplamente e precisamente comunicada, é de pouco valor" (McNutt, 2013). Essa frase foi publicada em 2013 pela Editora-Chefe da Science, uma das mais renomadas revistas científicas, em uma edição do jornal que discutia a importância e a qualidade da comunicação científica. De fato, divulgar a ciência é o motor que faz a ciência continuar produzindo novos conhecimentos. O raciocínio científico é fundamentado em hipóteses baseadas em um conhecimento prévio, em perguntas já respondidas (ou não) e que levantam novos questionamentos. Ter acesso ao conhecimento, ao estado da arte de uma área, norteia a pesquisa, a prática clínica, a formação de opiniões e a construção de diretrizes de uma sociedade.

Os meios que utilizamos para difundir os pensamentos e descobertas científicas dependem do público-alvo a ser atingido. As mídias de massa (televisão, rádio, jornal e internet) são os principais meios para dialogar com a população em geral, possibilitando atingir diferentes regiões, classes sociais, nível educacional e idade. Esses meios também podem ser utilizados visando um grupo específico da sociedade, pois a forma com que o diálogo é construído é o ponto principal na comunicação científica. Para os cientistas, um importante diálogo inicial a ser feito é com o próprio meio científico. A troca de ideias, divulgação e questionamento dos resultados e construção de novas perguntas são essenciais para o desenvolvimento da ciência. Encontros científicos, como reuniões e congressos, são excelentes meios para divulgar e adquirir conhecimento. No entanto, é um diálogo estabelecido com as pessoas presentes no evento, limitando o público atingido. Maior visibilidade e difusão de um trabalho ocorrem quando este é apresentado à comunidade científica por meio de um artigo publicado em um jornal científico. Essa é a maneira mais eficaz para que uma descoberta científica seja amplamente e precisamente comunicada.

Um jornal científico diferencia-se de um jornal regular, principalmente, porque os artigos publicado são previamente avaliados por um sistema de revisão de pares (peer review system). A revisão de pares é uma avaliação do trabalho feita por estudiosos (cientistas) da mesma área do trabalho e que tem por objetivo avaliar a qualidade científica do artigo. Publicações revisadas por pares são consideradas o "padrão-ouro" da confiabilidade científica de um artigo. O sistema de revisão de pares é de fundamental importância para o jornal científico, pois a qualidade de um jornal reflete a qualidade do conhecimento por ele divulgado. Outras características de um texto científico publicado em jornais especializados são a linguagem empregada, seguindo regras da escrita científica e descrição dos métodos científicos utilizados no estudo e a citação de estudos prévios que fundamentam a base teórica do artigo.

Atualmente existem milhares de jornais científicos, que englobam assuntos mais genéricos, como o Science e Nature, ou mais específicos, como o Journal of Neuroscience. Estudos nas áreas de Medicina do Sono e Cronobiologia estão inseridos em áreas mais genéricas, mas ganham destaques em jornais especializados, como o Sleep e Chronobiology International. Geralmente um jornal científico é criado por grandes sociedades científicas como principal meio para disseminar os conhecimentos produzidos por ela, bem como para que o público daquela sociedade tenha acesso ao conhecimento. O jornal oficial da Associação Brasileira do Sono (ABS) e da Federação Latino Americana das Sociedades em Sono (FLASS - Federación Latinoamericana de Sociedades de Sueño) é o periódico Sleep Science.

A Sleep Science foi criada em 2008, como uma repaginação ou renovação do antigo jornal Hypnos, o qual também tinha o objetivo de internacionalizar a pesquisa brasileira. No entanto, a Sleep Science já nasceu grande, tendo como criadores pesquisadores de renome internacional, como Dr. Sergio Tufik, Dra. Claudia Moreno, Dr. Geraldo Lorenzi Filho, Dra. Lia Rita Azeredo Bittencourt e a Dra. Monica Andersen. A Sleep Science busca refletir e honrar a importância, representatividade e respeito que os pesquisadores nacionais adquiriram através dos anos. Além de ser uma referência internacional em publicações na área. Ao longo dos sete anos, a Sleep Science cresceu em número de publicação, artigos submetidos, renomados pesquisadores associados ao corpo editorial e à revisão por pares. Ainda, destaco que a Sleep Science é um jornal de acesso aberto, permitindo que qualquer pessoa tenha



Acesse o site da Revista Sleep Science e saiba mais: sleepscience.com.br

acesso on line ao conhecimento, sem barreira financeira ou legal.

Sabendo da maior visibilidade e credibilidade da Sleep Science, os editores das primeiras edições do jornal reapresentaram artigos publicados na antiga Hypnos, permitindo que estudos de qualidade fossem amplamente difundidos². Dos anos iniciais da Sleep Science, destaco um estudo do grupo do Prof. Dr. David Gozal, renomado cientista na área de Medicina do Sono e membro do corpo editorial da Sleep Science. Acreditando no sucesso da revista, o Dr. Gozal escolheu a Sleep Science para ser o periódico de divulgação do estudo de padronização de novo método de interrupção do sono em roedores. O método possibilita realizar protocolos de fragmentação do sono, no qual o animal apresenta despertares periódicos sem comprometimento significativo do tempo total de sono (Ramesh et al., 2009). Diferente dos métodos de privação de sono total, parcial, ou estágio específico, o método de fragmentação mimetiza melhor a condição de sono presente em muitos distúrbios do sono, como na apneia obstrutiva do sono. A importância da pesquisa experimental em roedores na compreensão dos mecanismos e tratamentos para os distúrbios do sono demonstram o impacto do artigo para a área ressalta-se que esse artigo é o mais citado na Sleep Science até hoje.

No 6° volume da Sleep Science (2013), o então presidente da ABS, Prof.Dr. Francisco Hora Fontes, publicou um editorial relembrando como um comportamento que sempre é retratado nas artes plásticas e na poesia com muito romantismo vem sendo cada vez mais desvendado e desmistificado por meio da ciência. Destacou ainda a contribuição de pesquisadores brasileiros para o progresso da ciência do sono. O fascínio que encanta artistas ao longo dos séculos também encanta os cientistas da área do sono, e às vezes escapa um pouco de poesia na escrita científica. E assim o Dr. Francisco Hora finalizou o editorial com uma frase do poeta Paulo Leminski, "A vocês, eu deixo o sono. O sonho, não! Este eu mesmo carrego!"

Desde o início da criação da Sleep Science, o Corpo Editorial carregou o sonho de ver a revista crescer e se inserir internacionalmente, dando visibilidade à pesquisa brasileira e fortalecendo a ABS. Este sonho começou a ser concretizado em 2012 quando a Sleep Science foi indexada na base de dados internacional Scopus. Scopus é um banco de dados para a literatura científica no campo das ciências médicas, biológicas e sociais, tecnologia, artes e humanidades. Armazena artigos publicados em jornais científicos, livros e resumos publicados em anais de congressos científicos. Outro importante passo na busca pela excelência da Sleep Science e que reflete a qualidade do periódico foi a indexação na base de dados PubMed em outubro de 2015. O PubMed funciona como uma biblioteca virtual para a literatura científica na área biológica e biomédica. É um banco de dados das revistas científicas que está inserido em uma ampla biblioteca digital do Instituto Nacional da Saúde, Estados Unidos (U.S. National Institutes of Health's National Library of Medicine, NIH/NLM). O PubMed armazena mais de 3,5 milhões de artigos científicos e mais de 1.700 revistas científicas. As conquistas da Sleep Science são conquistas de todos que contribuem com o jornal. O corpo editorial, os revisores dos artigos, os autores que acreditam na qualidade do periódico e s leitores que têm o jornal como fonte de conhecimento. Ainda, o apoio da ABS foi e é fundamental para o crescimento do periódico e a difusão da ciência.

Para melhor ilustrar a Sleep Science, sua trajetória e conquistas, entrevistamos a Dra. Monica Andersen, editora-chefe da Sleep Science desde 2008. Confira a entrevista na íntegra.

Revista Sono: Como surgiu a ideia de produzir a Sleep Science? Há quanto tempo ela existe? Como se deu sua trajetória?

Monica Andersen: A Sleep Science surgiu como fruto da necessidade de internacionalização dos pesquisadores brasileiros em Medicina e Biologia do sono. A pesquisa brasileira em sono sempre teve grande reconhecimento internacional, mas antes da Sleep Science nós publicávamos os resultados das nossas pesquisas em meios internacionais. A primeira iniciativa de uma revista científica de sono brasileira voltada ao público internacional chamou-se Hypnos. Contudo, devido à falta de estruturação e suporte a essa iniciativa, a revista teve pouco tempo



A Sleep Science é uma revista internacional, interdisciplinar e de acesso aberto (open access).

de vida. Sabendo da importância de termos uma revista que representasse internacionalmente a Medicina e Biologia do sono, foi feita uma segunda tentativa. Dessa vez, nos baseamos em uma base científica sólida, que pudesse sustentar essa iniciativa. Além disso, buscou-se representar todas as variedades de pesquisa sobre sono conduzidas no Brasil, desde a pesquisa básica até a pesquisa clínica, passando por temas importantes como a cronobiologia e a privação de sono. Por fim, buscou-se que essa revista fosse a representação e meio de publicação científica oficial da Associação Brasileira de Sono, estabelecendo-a entre as mais importantes e ativas sociedades de sono do mundo. Sob tutoria do Dr. Sergio Tufik, elaborou-se um comitê editorial formado por renomados pesquisadores e clínicos brasileiros, a saber Claudia Moreno, Geraldo Lorenzi Filho, Lia Rita Azeredo Bittencourt e Monica Andersen. A esses, seguiu-se um corpo editorial compostos por grandes cientistas do sono nacionais, vindos de todas as áreas do país, bem como alguns colaboradores internacionais. Esta segunda iniciativa chamou-se Sleep Science. Em 2008 foi publicado o primeiro volume da Sleep Science. Desde então são quase nove anos ininterruptos de publicação, buscando ser o porta-voz científico da ABS e de seus sócios ao público internacional. Gostaria de destacar que a ABS sempre deu apoio importante à revista, e ainda ressalto a contribuição valiosa de editores-assistentes, como Gabriel Natan Pires e Adriano Zager, ambos integrados no meio científico dos estudos sobre sono.

RS: Qual a importância da Sleep Science hoje?

MA: Uma sociedade científica não é reconhecida ou respeitada sem que haja um meio oficial pelo qual os seus feitos sejam disseminados. Pode-se facilmente notar que as grandes sociedades médico-científicas, tanto dedicadas à medicina do sono quanto a outras áreas, possuem também seus próprios periódicos. Portanto, a Sleep Science destaca-se por ser o meio pelo qual a ABS apresenta-se ao público internacional. Obviamente, a Sleep Science não é importante apenas pelos seus feitos internacionais, mas também destina-se ao público nacional. A medida em que a Sleep Science torna-se internacional, pesquisadores estrangeiros acabam por publicar suas pesquisas em nossa revista. Portanto, por meio da Sleep Science podemos promover uma qualificação dos nossos sócios, ao colocálos em contato com os mais recentes avanços da pesquisa sobre sono mundial. Em uma perspectiva globalizada, a Sleep Science age em duas vias: dar visibilidade internacional à pesquisa nacional e trazer ao pesquisador nacional as tendências da pesquisa mundial.

RS: Qual o significado e importância da indexação da revista no PubMed/Medline?

MA: O PubMed/Medline é a principal base de dados científicos atualmente disponível. Nele estão indexadas todas as grandes revistas mundiais, em todas as áreas do conhecimento relacionadas à medicina, saúde e ciências biológicas. Devido ao compromisso de manter apenas conteúdo de alta qualidade, os critérios de indexação no PubMed são muito rigorosos e dentre muitas solicitações recebidas vindas de todo o mundo, poucos são os periódicos que conseguem ser indexados nesta base de dados. Assim, a indexação da Sleep Science no PubMed é a prova do reconhecimento de que nossos esforços têm mérito internacional, e nos coloca entre as melhores publicações mundiais no tema. Por meio desse feito, hoje os resultados das pesquisas publicadas na Sleep Science estão disponíveis a todo e qualquer indivíduo interessado em medicina e biologia do sono em qualquer lugar do mundo, de modo irrestrito e completamente gratuito. Obviamente essa indexação não foi conseguida de modo fácil. De fato, desde 2008, quando foi lançado o primeiro volume, vimos nos preparando para esta indexação. Ano após ano temos melhorado a qualidade dos nossos artigos, aumentado a quantidade de material publicado, investido no layout da revista e aprimorado os fluxos e serviços por trás da manutenção do periódico, até que finalmente alcançássemos os níveis exigidos para essa indexação. Portanto, deve-se aqui agradecer a todos aqueles que, mesmo antes desta indexação, nos ajudaram e acreditaram na Sleep Science, publicando seus artigos conosco e investindo no que hoje é um grande periódico internacional.

RS: Quais as conquistas mais importantes do periódico até hoje?

MA: As maiores conquistas certamente estão relacionadas à visibilidade internacional que hoje temos. O primeiro passo para isso foi dado em 2012, quando conseguimos nos indexar na primeira base de dados internacional, o





Scopus. Depois disso, um outro passo importante foi o início da parceira internacional com a Elsevier. Esta empresa é a maior editora científica do mundo, e hoje é em grande parte responsável pela projeção que temos fora do Brasil. Por fim, como resultado dos passos anteriores, temos a indexação no PubMed como maior feito.

RS: Qual o diferencial do periódico?

MA: Hoje a Sleep Science é a única revista científica especificamente sobre sono e cronobiologia publicada no Brasil e na América Latina. Portanto, representamos uma grande comunidade de pesquisadores e profissionais de saúde e desempenhamos um papel político muito importante em escala regional. Em escala global, nota-se que a Sleep Science é uma das poucas (e atualmente a maior) revista internacional de sono publicado em modelo de acesso aberto. Isso significa que a Sleep Science é uma das poucas revistas nas quais, para que se tenha acesso aos artigos publicados, não há necessidade de compra ou de assinatura. Este é um compromisso firmado pela Sleep Science: de que o conhecimento por nós gerado ou publicado nunca estará restrito ou sujeito a compra ou quaisquer outras barreiras financeiras.

RS: Quais são as expectativas da Sleep Science agora com a indexação no PubMed/Medline?

MA: Com a indexação no PubMed esperamos poder aumentar ainda mais o nível de qualidade do periódico. Para isso, segue uma lógica simples: quanto maior a visibilidade, maior a importância. Esperamos assim atrair cada vez mais publicações de alto nível, sobretudo aquelas conduzidas por pesquisadores internacionais.

RS: Quais as metas futuras da Sleep Science para os próximos anos?

MA: Certamente nosso próximo foco é a aquisição de um fator de impacto. Esse fator é uma medida da representatividade e relevância de uma revista científica, que leva em consideração não apenas quantos artigos nós publicamos, mas quão frequentemente a Sleep Science é citada por outras publicações. Ainda que a Sleep Science já seja visível a todos por meio das indexações que já temos, o fator de impacto é algo importante para nos posicionar de modo mais preciso entre as revistas mundiais sobre sono e cronobiologia. Devemos iniciar os pedidos para um fator de impacto no próximo ano (fato que depende da inclusão da Sleep Science no Journal of Citation Reports).

Referências

- 1. McNutt M. Improving Scientific Communication. Science 2013,342(6154):13.
- 2. Ramesh V, Kaushal N, Gozal D. Sleep fragmentation differentially modifies EEG delta power during slow wave sleep in socially isolated and pa ired mice. Sleep Sci. 2009; 2(2): 64 75.
 - 3. Fontes, FH. Sleep science nowadays. Sleep Sci. 2013;6(1):3.

Monica Levy Andersen
Editora-Chefe da Sleep Science



Paula Araujo Pesquisadora da Universidade Federal de São Paulo com doutorado na área Medicina e Biologia do Sono





Aqui você confere alguns depoimentos de especialistas que marcaram presença no XV Congresso Brasileiro de Sono!

"Gostei muito de participar do II Congresso Brasileiro de Odontologia do Sono e receber uma homenagem me deixou muito honrada e feliz. Ver o congresso tão cheio e com pessoas interessadas em melhorar cada vez mais a odontologia no Brasil foi maravilhoso." Fernanda Almeida - odontologista

"É importante essa integração de ideias, conversar e ouvir pessoas de diferentes lugares. No congresso temos a oportunidade de mostrar a ciência brasileira, as ideias do Brasil na área do sono para o mundo. Aprender com os convidados internacionais e poder ensinar para eles também é motivador."

Mario Pedrazzoli – biólogo

"Os congressos acontecerem a cada vez em Estados diferentes é importante para difundir a Medicina do Sono e atrair especialistas de diversos cantos do mundo. A programação do XV Congresso foi ampla e interessante, aprendendo muito sempre."

Andrea Bacelar - neurologista

"Essa edição do congresso foi muito feliz em sua abordagem, com uma programação incrível envolvendo tecnologia, estudos, avanços e pesquisas."

Francisco Hora - pneumologista

"O congresso foi ótimo e rico em novidades. Participei do pré-congresso também onde o foco foi abordar e discutir o diagnóstico e o tratamento individualizado para pacientes com AOS, mais real e atual para a sociedade e que, segundo estudos, poderá trazer mais adesão dos pacientes."

Lia Bittencourt - pneumologista

"O congresso teve quatro eixos principais e em todas as

áreas tivemos muitas novidades. O número de inscritos superou as nossas expectativas, todas as palestras estiveram lotadas e, ver o interesse de todos os presentes no evento foi gratificante. Um sucesso com certeza!" Geraldo Lorenzi Filho - pneumologista

"O Congresso Brasileiro do Sono é o principal evento organizado pela ABS. É um momento único onde reunimos diversos especialistas que estão ligados ao sono para a troca de experiências e aprendizado. Além disso, podemos encontrar amigos queridos de longa data." Luciano Ribeiro - neurologista

VEM AÍ... A NOVA DIRETORIA DA ABS/ABMS/ABROS

ARS

PRESIDENTE: LUCIANO RIBEIRO PINTO JR. **VICE-PRESIDENTE:** GERALDO LORENZI FILHO

TESOUREIRA: LENIZE KIM SECRETÁRIA: ANDREA BACELAR

ABMS

PRESIDENTE: DALVA POYARES

VICE-PRESIDENTE: MAURÍCIO BAGNATO TESOUREIRO: GUSTAVO MOREIRA SECRETÁRIO: FÁBIO LORENZETTI

ABROS

PRESIDENTE: CIBELE DAL FABBRO

VICE-PRESIDENTE: PAULO AFONSO CUNALI

TESOUREIRO: CAUBY MAIA ALVES JR.

SECRETÁRIO: ROWDLEY ROBERT ROSSI PEREIRA

Inovação.

Futuro e presente da maior farmacêutica do Brasil.



A EMS é uma empresa 100% brasileira que investe fortemente em pesquisa e inovação.

Com 50 anos de história, a EMS é o maior laboratório farmacêutico do Brasil, mantendo-se na liderança de mercado há 9 anos consecutivos. Possui um dos maiores e mais modernos Centros de Pesquisa & Desenvolvimento da América Latina. Atua nos segmentos de prescrição médica, genéricos, medicamentos de marca, OTC e hospitalar, atendendo a praticamente todas as áreas da Medicina. A inovação radical, com iniciativas e investimentos no mercado norte-americano, bem como a inovação incremental, também são prioridades da empresa. Os medicamentos desenvolvidos e produzidos pela EMS são comercializados no Brasil e exportados para mais de 40 países. Promover a saúde e a qualidade de vida de milhões de pessoas é algo que faz parte da história e do compromisso do laboratório.





ereno, disciplinado e profissional. Adjetivos que traduzem muito bem o médico Luciano Ribeiro Pinto Junior, quem assume a presidência da Associação Brasileira do Sono para o biênio 2016/2017. Bastante ativo e presente nos principais eventos relacionados ao Sono, o especialista em Neurologia, Neurofisiologia Clínica e Neuropsicologia conta nessa entrevista como se deu seu ingresso na Medicina do Sono, suas metas à frente da ABS, seus sonhos e

Revista Sono: Como se deu sua entrada na Medicina?

Luciano Ribeiro: Me formei em 1973 na PUC de Sorocaba e tive a valiosa oportunidade de ser discípulo do grande mestre Walter Edgard Maffei. Com ele aprendi o senso crítico, muitas vezes até exagerado, pois o excesso de crítica nos torna intolerante e isso não é bom. Fiz especialização em Neurologia na Santa Casa de São Paulo onde permaneci por 20 anos. Com meu professor, Wilson Sanvito, adquiri a ética em todos os aspectos, tanto no trato com

"Não vamos inventar a roda, mas sim continuar so, passer interessar fazendo-a girar em uma direção que agregue todos que estudam e militam na área do sono"

pacientes como com alunos. Hoje, tento seguir a sua elegância e disciplina. Depois disso, passei a me pela Neurofisiologia Clínica e ropsicologia minha dissertação de mestrado defendida na Universidade de São Paulo versou sobre a Síndrome Negligência Unilateral em pacientes com Acidente Vascular Cerebral.

RS: E como surgiu seu interesse pelo sono?

LR: Meu interesse pelo sono começou na década de 90, quando Dr. Ademir Baptista, voltando de um estágio em Memphis sob a orientação do professor Helio Lemmi me convidou para realizar o doutorado na Unifesp. Aceitei na mesma hora, já que o estudo do sono e dos sonhos me fascinava. No início da década de 90 organizei o serviço de polissonografia do Hospital Alemão Oswaldo Cruz onde estou até hoje. O professor Sergio Tufik também me acolheu muito bem. Trabalhar ao seu lado durante todos esses anos foi e é um marco na minha trajetória profissional.

RS: Como enxerga a ABS hoje? O que o fez aceitar o convite para estar à frente da presidência da ABS nesses próximos anos?

LR: Há um ano venho participando da diretoria da Associação Brasileira do Sono por meio do novo Departamento de Comunicação a convite do Dr. Geraldo Lorenzi. Em pouco tempo, o amigo GG - me permita chamá-lo assim - me conquistou pelo seu trabalho incansável, dinamismo, companheirismo e, principalmente, pelo seu espírito alegre e

"Vi que a ABS se profissionalizou"

criativo. Daí a aceitar o seu convite para dirigir a ABS foi um pulo. Vi que a ABS se profissionalizou, não só pelo trabalho incansável de sua diretoria, mas também pelas parcerias com o Grupo MM e a agência Time Comunicação, respectivamente organizando o setor administrativo e de comunicação da nossa Associação. Muito diferente da época em que fui presidente em 2008.

RS: Quais são os novos objetivos e metas da ABS?

LR: O principal objetivo será, principalmente, consolidar tudo o que já foi feito pelas gestões anteriores. Não vamos inventar a roda, mas sim continuar fazendo-a girar em uma direção que agregue todos que estudam e militam na área do sono. Meu sonho é poder encontrar um colega ou assistir uma aula sem saber a sua origem, qual a formação de quem a ministrou. Não quero saber se o profissional é médico, psicólogo, fisioterapeuta ou biológo. Para isso, existem alguns projetos para a criação de departamentos científicos dentro da ABS voltados para as diversas áreas de estudo e de interesse, como transtornos respiratórios, neurociência, neurofisiologia e cronobiologia.

RS: Em sua opinião, quais os caminhos que a pesquisa de sono no mundo irá seguir? E na América Latina, quais são os desafios?

LR: O estudo do sono é fantástico, no bom sentido é claro, já que esse termo tem origem do grego fantasma. Atualmente, o Brasil ocupa lugar de destaque na área do sono quando comparado com países desenvolvidos, como EUA. A participação de brasileiros, tanto nos congressos nacionais como internacionais, tem aumentado a cada ano. O mesmo vem ocorrendo com o número de publicações, vencendo com certa dificuldade, as barreiras culturais que existem no mundo inteiro. O caminho é longo, mas acredito que estamos trilhando certo. Já conquistamos o sono como área de atuação, sendo reconhecido pela Associação Médica Brasileira. Algumas residências médicas começam a se estruturar. Agora, deslumbramos o sono como especialização médica. Eu, como sempre gostei do estudo dos sonhos, espero que os meus se tornem realidade.

> "O caminho é longo, mas acredito que estamos trilhando certo"



Confira os últimos destaques de participações dos especialistas da ABS nos veículos da imprensa brasileira:



Globo News

Participação: Dr. Luciano Ribeiro Tema: Tecnologia X Sono



Programa É de Casa – TV Globo

Participação: Dra. Andrea Bacelar

Tema: Insônia



Jornal Diário de Pernambuco

Participação: Dr. Corintho Viana Tema: XV Congresso Brasileiro de Sono



Programa Bom Dia Pernambuco - TV Globo

Participação: Dr. Corintho Viana Tema: XV Congresso Brasileiro de Sono



Revista Saúde É Vital

Participação: Dr. Luciano Ribeiro

Tema: Insônia



Rádio Gazeta AM - SP

Participação: Dra. Luciana Palombini Tema: Horário de verão X Sono



Iornal O Estado de São Paulo

Participação: Dr. Luciano Ribeiro Tema: A importância do sono para a saúde



Portal Minha Vida

Participação: Dra. Rosa Hasan Tema: Dicas para dormir bem

PELOS RESULTADOS OBTIDOS, A ABS SÓ TEM A AGRADECER PELO EMPENHO E COLABORAÇÃO DE TODOS! A PARTICIPAÇÃO DE CADA UM É MUITO IMPORTANTE. OBRIGADO!

QUALIDADE DO SONO É QUALIDADE DE VIDA!

Desde 1997 no mercado, nós, da Lumiar Healthcare, atuamos com soluções para terapia respiratória e somos especializados no atendimento a pacientes com apneia do sono, em intensive care (clínicas e hospitais) e home care. Estamos em todo o território nacional com 17 filiais, além de uma nova unidade no Uruguai.

Sempre à frente e pensando na qualidade de vida dos nossos pacientes e nos melhores suportes aos especialistas, apresentamos o AirSense 10, revolucionário no tratamento da apneia do sono, a partir de um sistema de monitoramento online (nuvem), que facilita o acompanhamento dos dados clínicos. Para diagnóstico, dispomos do ApneaLink Air, que proporciona desempenho e confiança para exames domiciliares do sono, mantendo o conforto do paciente e a eficiência da informação.

Nosso principal objetivo é buscar cada vez mais soluções inovadoras, pensando sempre no melhor para você e sua saúde - afinal, **sua respiração é nossa inspiração**.



lumiarsaude.com.br 11 3775-0852



Sua respiração é a nossa inspiração.



As **melhores soluções** para **apneia do sono**, oxigenoterapia e ventilação mecânica.

O **VitalAire** está presente em 33 países, atendendo mais de 1.000.000 de pacientes, provendo serviços de acompanhamento contínuo, por profissionais altamente qualificados, do hospital ao domicílio. Há 29 anos personalizando soluções em apneia do sono, oxigenoterapia e ventilação mecânica para cada paciente.

Vitalaire: comprometido com o paciente a qualquer hora e qualquer lugar.

