

sono

UMA PUBLICAÇÃO DA ACADEMIA BRASILEIRA DO SONO

SAÚDE PÚBLICA

O SONO AVANÇA EM BENEFÍCIO
DA POPULAÇÃO

SONO E CÂNCER

O QUE SE SABE SOBRE
ESSA RELAÇÃO

SAÚDE INTESTINAL

O QUE ISSO TEM A VER
COM O SEU SONO



CONGRESSO BRASILEIRO DO SONO

UMA IMERSÃO EM CONHECIMENTO,
ATUALIZAÇÃO E REDE DE CONTATOS

ISSN 2446-5100



9 772446 510009

EDIÇÃO 43

OUTUBRO | NOVEMBRO | DEZEMBRO 2025
DISTRIBUIÇÃO GRATUITA PARA SÓCIOS



Academia
Brasileira do Sono

22º CONGRESSO BRASILEIRO SONO2026

PRÉ-CONGRESSO 2 dez
3 a 5 DEZ

CENTRO DE CONVENÇÕES
FREI CANECA
SÃO PAULO - SP

www.sono2026.com.br

e por falar em sono...

sono

UMA PUBLICAÇÃO DA ACADEMIA BRASILEIRA DO SONO

Revista Sono | Editores-chefes

Andrea Bacelar
George Pinheiro

Revista Sono | Corpo Editorial

Edilson Zancanella
Thays Crosara
Danielle Clímaco
Cibele Dal Fabbro
Lucio Huebra
Camila Correa
Raquel Hirata

Redação

Simone Valente e Simone Machado

Jornalista Responsável

Simone Valente MTb 27.194

Estagiária de Jornalismo

Giovanna Rausini Rosati

Projeto Visual / Diagramação

Malva Marketing
www.malvmarketingdigital.com

Designer Responsável

Daniel Brasileiro

Departamento Comercial

Tao Assessoria
www.taoassessoria.com.br

Responsáveis

César Almeida e Lígia Navarro
Contato: 11 9.3801-0097
contato@taoassessoria.com.br

Tiragem

6.000 exemplares - edição ABS



Diretoria ABS

Edilson Zancanella, Thays Crosara, Danielle Clímaco, Cibele Dal Fabbro, Lucio Huebra, Camila Correa, Raquel Hirata



Diretoria ABMS

Almir Tavares, Edilson Zancanella, Lucio Huebra, Danielle Clímaco



Diretoria ABROS

Lilian Chrystiane Giannasi, Thays Crosara, Rafael Balsalobre, Maria de Lourdes Rabelo Guimarães

Mais informações no site:

www.absono.com.br

O conteúdo publicado pelos colunistas não reflete, necessariamente, a opinião da Academia Brasileira do Sono ou de seus membros, sendo de responsabilidade exclusiva do autor.

Arte Capa: Daniel Brasileiro

Um congresso com foco na transdisciplinaridade

Realizamos a 21ª edição do Congresso Brasileiro do Sono em Salvador (BA), com a participação de profissionais de todas as áreas do Sono vindos dos quatro cantos do Brasil e de mais países: Portugal, Canadá, Estados Unidos e Austrália. Foi um evento grandioso e, pensando sobre ele, percebo que essa edição reforçou um momento importante da saúde do sono: a transdisciplinaridade.

Sempre tratamos da saúde do sono como uma questão interdisciplinar, que envolve a Medicina, a Nutrição, a Odontologia, a Psicologia e as outras ciências que compõem o universo do diagnóstico e do tratamento do paciente. Mas esse congresso foi além, abordando temas da Crononutrição, do Cronosono e de áreas que se fundem e desdobram para trazer estudos inovadores em prol do bem-estar do paciente.

Se, até pouco tempo atrás, o foco das apresentações era a apneia obstrutiva do sono (AOS), hoje ela divide o protagonismo com temas como microbiota intestinal e saúde do sono; câncer e sono; sono na saúde pública; desprescrição das drogas Z; uso dos análogos de insulina no tratamento das doenças do sono e tantos outros assuntos que os congressistas sentiam dificuldade em escolher quais deles acompanhar.

Tantas pesquisas, estudos, publicações e trocas de experiência também me fazem pensar que nenhum profissional brasileiro está órfão, nem nas áreas mais remotas do país, se quiser atuar com a saúde do sono. Participar do congresso anual da Academia Brasileira do Sono (ABS) abre uma possibilidade enorme de conexões profissionais e o acesso a todo o material publicado, por meio da tecnologia e até da Inteligência Artificial, permite atualização constante.

Tive a honra de ser a presidente do Congresso Brasileiro do Sono 2025 e de receber tantos colegas, em nome da ABS, em Salvador. E me orgulho em saber que nossa academia realiza um evento de altíssimo nível, tal e qual os internacionais.

Que venham muitos outros! ■

Cristina Salles
Otorrinaringologista e médica do sono • Presidente do Congresso Brasileiro do Sono 2025



Cada vez melhor

Desprescrição das drogas Z, uso de análogos de insulina no tratamento de apneia obstrutiva do sono, tratamento das doenças do sono na rede pública de saúde. Esses temas de relevância para pacientes de todo o Brasil foram debatidos por renomados profissionais da área no 21º Congresso Brasileiro do Sono, realizado em Salvador (BA).

Mas não foram apenas esses. Apesar de trazeremos um panorama do que aconteceu naqueles três dias de congresso e um de pré-congresso, é impossível relatar todo o conteúdo transmitido pelos palestrantes e vivências ganhas pelos congressistas.

O congresso deste ano inovou. Já no pré-congresso, cursos como o de Actigrafia e Pediatria foram elogiados. No congresso, temas como genética da insônia, microbiota intestinal, câncer e sono, sono e dor crônica e tantos outros atraíram quem vai além do óbvio. Novidades como o Competissono: Desafio de Mestres animaram quem acredita que é possível aliar o profissionalismo com um pouco de diversão – e como foi divertido! Para ficar ainda melhor, nesta edição, houve recorde de lançamentos de livros e consensos!

Sempre ganha quem participa de um congresso de alto nível. Ganha na atualização de conhecimento, no estudo de casos clínicos e casos difíceis, na troca de contatos, nas experiências. E o nosso congresso está cada vez melhor, no formato e no conteúdo.

Em tempo: agradecemos a todos os profissionais da saúde do sono que nos ajudaram a realizar essa linda edição, com a contribuição de fotos de seus arquivos pessoais, depoimentos, conteúdos de palestras e entrevistas. ■

Dra. Andrea Bacelar e Dr. George Pinheiro



Vem aí a Semana do Sono 2026

Entre os dias 13 e 19 de março, será realizada a Semana do Sono 2026, em todo o Brasil. A Semana do Sono tem por objetivo conscientizar a população leiga sobre a importância do sono para a saúde, orientar a reconhecer os sintomas de um sono ruim, quando é necessário procurar o especialista e ensinar bons hábitos que influenciam na qualidade do sono.



Semana do Sono 2026

Serão realizadas atividades coordenadas por todas as regionais da Academia Brasileira do Sono, como ações públicas e distribuição da Cartilha do Sono em praças, ruas e parques.

Mais informações em: semanadosono.com.br Participe! ■

Tudo sobre o 21º Congresso Brasileiro do Sono

Realizado em Salvador, o evento contou com a participação de profissionais de todo o Brasil e de mais quatro países

por Simone Valente

Aconteceu em Salvador (BA), entre 4 e 6 de dezembro, o 21º Congresso Brasileiro do Sono, evento que reuniu profissionais de todas as áreas abrangidas pela Academia Brasileira do Sono (ABS): médicos, dentistas, fisioterapeutas, fonoaudiólogos, psicólogos, biólogos, biomédicos, profissionais de educação física, nutricionistas e técnicos em polissonografia.

Durante os três dias de congresso e mais um de pré-congresso (dia 3 de dezembro), simpósios, conferências, mesas redondas e apresentações de pôsteres atraíram a atenção dos participantes, que ainda contaram com uma exposição de fornecedores de equipamentos e insumos médico-farmacêuticos.

Sob a organização da otorrinolaringologista Cristina Salles, médica do Sono, o congresso contou com a participação de palestrantes internacionais, como o psiquiatra Carlos Schenck (EUA), a nutricionista Maxine Bonham (Austrália), o dentista Gilles Lavigne (Canadá), o dentista Miguel Meira e Cruz (Portugal) e a dentista Cibele Dal Fabbro (Canadá).

Também contribuíram com a disseminação de conhecimento centenas de profissionais brasileiros, vindos de diversos estados, o que garantiu a amplitude de conhecimento que o evento quis proporcionar. “A saúde do sono é tema de pesquisas em todo o Brasil e tivemos a oportunidade de conhecer estudos inéditos, bem como compartilhar conhecimento, trocar contatos, fazer conexões que renderão parcerias importantes. Participar desse evento anual é imprescindível”, pondera Salles.

Nas próximas páginas, a revista Sono trará um panorama do 21º Congresso Brasileiro do Sono e do pré-congresso.



“A saúde do sono é tema de pesquisas em todo o Brasil e tivemos a oportunidade de conhecer estudos inéditos, bem como compartilhar conhecimento, trocar contatos, fazer conexões que renderão parcerias importantes.

Cristina Salles, Otorrinolaringologista e Médica do Sono



Do que mais gostamos

Pedimos a alguns participantes do 21º Congresso Brasileiro do Sono que destacassem o que mais gostaram no congresso e no pré-congresso. Aqui estão suas opiniões:



Ranuzia Galtieri, odontóloga do sono

– “O congresso da Associação Brasileira de Odontologia do Sono (ABROS) trouxe uma grade científica excelente, que proporcionou oportunidade de aprimoramento e atualização das inovações na área. Particularmente, me senti honrada em apresentar uma mesa redonda com o tema “Perdas dentárias e associação com apneia obstrutiva do sono”,

minha tese de doutorado, junto a referenciados professores/doutores, como Cibele Dal Fabbro, Gilles Lavigne, Rowdley Rossi e Tais Moura Guimarães. Por fim, o lançamento do Consenso Brasileiro de Odontologia do Sono foi outro ponto alto do congresso, um documento que reúne diretrizes para a atuação do cirurgião-dentista, de forma integrada e multidisciplinar, no manejo dos distúrbios do sono.”

Kyslley Urtiga, psicóloga do sono

– “O pré-congresso e o congresso trouxeram cursos e palestras de alto nível, a exemplo do curso pré-congresso de Fisioterapia, com destaque para a palestra da fisioterapeuta do sono Semira Helena; e do curso de Actigrafia, com aula da psiquiatra e médica do sono Andréa Toscanini. A regional do Piauí foi muito bem-representada pelo lançamento do livro “O Sono

Nosso de Cada Dia: resgate histórico e atualizações científicas”, organizado pelo psicólogo do sono Renato Mendes e pela fisioterapeuta do sono Daisy Satomi. O livro reúne contribuições de pesquisadores e clínicos comprometidos com o avanço científico da área e com a qualificação da prática profissional. E não posso deixar de manifestar minha alegria por integrar uma mesa de alta relevância científica, na qual foram discutidos os temas sexônia e sonofilia, junto com o psiquiatra Carlos Schenck, referência mundial no estudo das parassonias.”

Manoel Sobreira, neurologista, médico do sono

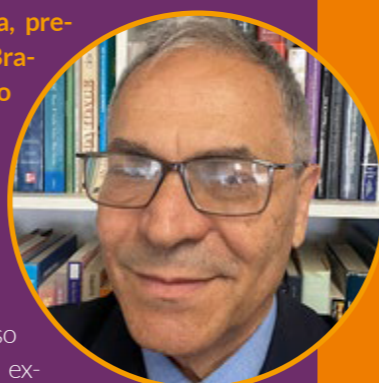
– “A Competissono foi um dos pontos altos do congresso, já que proporcionou inovação e trouxe interatividade entre os participantes. Em se tratando de conferências, o professor Carlos Schenck (psiquiatra, Estados Unidos) proporcionou uma atualização importante em parassonias: como profissional que vivenciou o desenvolvimento da área, ele consegue trazer uma revisão extensa e interessante do tema. O curso de Actigrafia, da psiquiatra e médica do sono Andréa Toscanini, agregou conteúdo, bem como a conferência do neurologista e médico do sono Guilherme Marques de Menezes, que abordou a relação entre a microbiota intestinal e o sono. Para completar, a discussão de casos difíceis, trazida pelos residentes, proporcionou sessões interativas e visões múltiplas para casos não tão comuns na prática do consultório.”

Almir Tavares, psiquiatra, presidente da Associação Brasileira de Medicina do Sono (ABMS)

– “Sem dúvida, as interessantes palestras da professora australiana, a nutricionista Maxine Bonham, se destacaram de modo especial neste 21º Congresso Brasileiro de Sono. Com explanação muito didática, voltada para a pesquisa acerca da prática clínica do dia a dia, ela debateu as evidências que conectam o sono curto ao comportamento alimentar, explorando os possíveis mecanismos, como o aumento da necessidade de energia, aumento do estresse psicológico e aumento da preferência por alimentos densos em energia; aumento da sensibilidade à recompensa pela comida; modificação no padrão temporal alimentar e elevação dos hormônios da fome.”



Manoel Sobreira



Almir Tavares

Pré-congresso: aquecimento de alto nível

Um dia de aprofundamento em debates e cursos da ABS, ABROS e ABMS marcou o pré-congresso do 21º Congresso Brasileiro do Sono

por Simone Valente

Antecedendo o 21º Congresso Brasileiro do Sono, aconteceu o pré-congresso, com um dia de duração. O pré-congresso é um evento preparatório para o congresso, que tem o objetivo de aquecer os debates, capacitar participantes e aprofundar temas específicos. Por isso, traz cursos com especialistas e de maior duração. Neste ano, os seis auditórios receberam os seguintes cursos, simultaneamente:

Congresso da Associação Brasileira de Odontologia do Sono (ABROS) – Tratou de temas importantes como o consenso de bruxismo do sono, impacto das medicações para o tratamento da dor no sono e em seus distúrbios, apneia obstrutiva do sono (AOS) e diversos outros temas de atualização profissional.

Congresso da Associação Brasileira de Medicina do Sono (ABMS) – Conforme explicou o coordenador do curso, o psiquiatra e médico do sono Almir Tavares, ele foi construído sobre três pilares: diagnóstico, tratamento e novidades da área. Em se tratando de diagnóstico, houve intensos debates acerca de hipoventilação relacionada ao sono e a capnografia, além de utilidades e limitações da oximetria noturna. Em tratamento, ele destacou o guideline para o tratamento da síndrome de pernas inquietas e as estratégias para se mudar da recusa ao CPAP à adesão de longo prazo, no serviço público, bem como os prós e contras do tratamento com as drogas Z. Em novidades da área, o congresso da ABMS destacou exposições sobre sono inquieto na criança e os desafios científicos e oportunidades de pesquisa que estão surgindo com a cirurgia para implantes de sistemas neuroestimuladores na apneia de sono.

Terapia com pressão positiva: atualização e aplicações clínicas avançadas em distúrbios do sono – Conforme exposto pela fisioterapeuta do sono Aline Éckeli, a intenção do curso foi aprofundar o conhecimento dos profissionais sobre a terapia PAP no tratamento dos distúrbios respiratórios do sono, com abordagem de desafios clínicos, tecnologias e aplicação de modalidades ventilatórias em diferentes perfis de pacientes.

Revisão e atualização sobre técnicas diagnósticas em sono: polissonografia e monitores portáteis – Com duração de quatro horas, o curso apresentou temas como recomendações do Consenso Brasileiro para escolha de métodos diagnósticos e padronização de laudos em medicina do sono da ABS, atualização das técnicas da polissonografia, regras de estagiamento do sono e marcação de despertares e marcação de movimentos durante o sono na polissonografia: movimentos periódicos de pernas, bruxismo e sono REM sem atonia.

Psicologia do sono na prática: atualizações e abordagens para além da TCC-I – Fundamental para o tratamento multidisciplinar das doenças do sono, a Terapia Cognitivo Comportamental (TCC) ganhou destaque no pré-congresso. Dentre os temas abordados, traços de personalidade do paciente, desmame de hipnóticos, síndrome do sono insuficiente e transtorno do ritmo circadiano ganharam destaque.

Curso pré-congresso de Pediatria – Os diferentes contextos do sono infantil (incluindo o cultural, as políticas públicas e a desigualdade), os impactos ambientais no sono infantil, populações especiais e os desafios da adolescência, sono em crianças com transtorno do neurodesenvolvimento, tratamentos e prática clínica foram abordados neste curso, que atraiu profissionais de todas as áreas.

Actigrafia na prática clínica – Bastante elogiado pelo público do pré-congresso, o curso apresentou as bases clínicas do uso da actigrafia, bem como as indicações e o uso clínico do exame conforme o consenso brasileiro. Também entrou em detalhamento sobre sua indicação em pacientes crianças, dentre outros casos.

Casos clínicos interdisciplinares da apneia obstrutiva do sono (AOS): do diagnóstico à atualização científica – Esse curso tratou de diagnóstico e tratamento de casos de AOS em crianças e adultos, sob diversos aspectos, como sonoendoscopia, uso de cpap em pacientes com comorbidades neurológicas, desafios dos atendimentos fonoaudiológicos e psicológicos no uso do cpap, dentre outros.

Corujas da Noite ou Cotovias da Manhã?

Competissono reúne especialistas em uma disputa leve e bem-humorada, com perguntas sobre ciência, história e cultura do sono

por Giovanna Rausini

Times Cotovias da Manhã e Corujas da Noite

O Congresso Brasileiro do Sono 2025 apresentou uma proposta interativa inovadora aos participantes: a Competissono: desafio de mestres. A atividade foi inspirada em programas televisivos de disputas entre equipes, com referências a clássicos da televisão brasileira.

Apresentado por Fernando Stelzer e Lucio Huebra, além do pneumologista Francisco Hora, todos médicos do sono, a disputa criou um momento de descontração, permitindo que palestrantes participassem de uma atividade leve e interativa junto ao público. A participação da plateia foi um dos destaques da dinâmica. Segundo Huebra, "a interação do público foi excelente. Nos corredores, comentavam que foi uma atividade divertida e que integrou os participantes do congresso".



Fernando Stelzer, Lucio Huebra e Francisco Hora

O evento consistiu em uma competição entre dois times formados por especialistas em distúrbios do sono: o Corujas da Noite, em referência ao cronotipo vespertino; e o Cotovias da Manhã, alusivo ao cronotipo matutino.

As equipes foram formadas com o objetivo de reunir profissionais de diferentes áreas e formações, favorecendo a troca de perspectivas.

O Corujas da Noite contou com Dalva Poyares (neurologista e médica do sono), Aline Éckeli (fisioterapeuta do sono), Luciano Drager (cardiologista e médico do sono), Ksdy Sousa (psicóloga do sono) e Pedro Genta (pneumologista e médico do sono).



Corujas da Noite

Já o Cotovias da Manhã foi formado por Andrea Bacelar (neurologista e médica do sono); Esther Bianchini (fonoaudióloga do sono), Edilson Zancanela (otorrinolaringologista e médico do sono), Alexandre Azevedo (psiquiatra e médico do sono) e Cibele Dal Fabbro (odontóloga do sono).

Eles respondiam perguntas que abordavam curiosidades sobre a área, história da especialidade e suas relações com arte e cultura. Ao longo da dinâmica, os participantes disputavam o direito de resposta e demonstravam seus conhecimentos de forma leve e descontraída.

As perguntas foram elaboradas para compartilhar curiosidades e conhecimento de maneira leve e acessível, ao mesmo tempo em que propunham desafios e despertavam o interesse da plateia e dos competidores. Ao final de uma disputa equilibrada, em que ambos os times alternaram momentos de liderança, o Corujas da Noite conquistou a vitória.

A relação entre a saúde intestinal e o sono

Estudos querem entender se os micro-organismos que habitam o trato gastrointestinal podem interferir no sono e se as doenças do sono podem desequilibrar a microbiota intestinal

por Simone Valente

Será que os micro-organismos que colonizam o intestino humano têm alguma relação com a qualidade do sono – ou a qualidade do sono interfere na quantidade e na qualidade dos micro-organismos que vivem no intestino?

Uma das palestras mais assistidas do 21º Congresso Brasileiro do Sono foi a ministrada pelo neurologista e médico do sono Guilherme Marques Miranda de Menezes. Ele abordou o seguinte tema: "Microbiota intestinal e sono: o eixo que modula a qualidade do descanso".

Microbiota intestinal (ou flora intestinal) é o conjunto de micro-organismos que habitam o trato gastrointestinal. São bactérias, fungos e vírus essenciais à saúde que atuam na digestão de alimentos, produção e absorção de nutrientes, maturação do sistema imunológico e proteção contra outros micro-organismos (desta vez, os nocivos à saúde). Esses seres vivem especialmente no intestino e cada indivíduo tem uma composição diferente de microbiota, variando conforme sua genética, tipo de parto pelo qual nasceu, estilo de vida que leva, uso de medicamentos que faz e hábitos alimentares. Quando a microbiota intestinal está em desequilíbrio – ou seja, há menos micro-organismos benéficos à saúde do que maléficos – ou funciona inadequadamente, tem-se o quadro de disbiose intestinal.

Em sua palestra, Menezes pontuou o aumento de estudos e evidências científicas que relacionam o sono e a microbiota intestinal. Os estudos citados pelo médico abordaram temas como a comunicação entre o microbioma intestinal e o cérebro como um mecanismo biológico para a regulação do sono; a relação entre disbiose e apneia obstrutiva do sono (AOS) e a manipulação da microbiota nos transtornos do sono como potencial terapêutico. Conheça os destaques da apresentação:

Diversidade e Qualidade do Sono: Estudos mostraram que a maior diversidade do microbioma pode interferir positivamente na eficiência e no tempo total do sono.

Biomarcadores Imunológicos: A diversidade do microbioma apresentou correlação positiva com os níveis de Interleucina-6 (IL-6), uma citocina conhecida por afetar o sono.

Composição Bacteriana: Em indivíduos com insônia crônica, em comparação a pessoas saudáveis em estudo, observaram-se alterações estruturais significativas

na composição e na diversidade da microbiota intestinal, com diminuição da razão Firmicutes/Bacteroidetes (o que indica disbiose intestinal).

Taxas Negativas: Certos gêneros bacterianos, como Lachnospiraceae, Corynebacterium e Blautia, mostraram correlações negativas com as medidas de sono, sugerindo que sua abundância pode estar ligada a um sono de menor qualidade.

Microbiota e AOS: Em relação à Apneia Obstrutiva do Sono (AOS), estudos mostraram que pacientes com essa condição possuem uma microbiota intestinal significativamente alterada, tanto na redução da diversidade quanto na alteração da composição. Essas mudanças sugerem um ambiente intestinal pró-inflamatório, que pode agravar as complicações sistêmicas da apneia. A conclusão dos estudos é de que a AOS está fortemente associada à disbiose microbiana, especialmente no intestino, caracterizada por menor diversidade e aumento de bactérias ligadas à inflamação.

Modulação da microbiota intestinal: Um artigo de revisão sistemática com metanálise publicada em 2023 na revista Nutrition Reviews investigou se a modulação da microbiota intestinal (através de probióticos e prebióticos) realmente melhora a qualidade e a duração do sono em seres humanos. Ao contrário do que o senso comum e alguns estudos isolados sugerem, a metanálise concluiu que a modulação da microbiota não foi associada a uma melhora significativa na qualidade do sono, nem na sua duração. Menezes concluiu sua apresentação dizendo que o eixo intestino-cérebro é uma via de comunicação bidirecional e constante entre o sistema nervoso central (cérebro/medula) e o sistema nervoso entérico (intestino). Essa conexão utiliza vias neurais (como o nervo vago), hormonais e imunológicas para influenciar funções diversas do organismo – e o sono é uma delas. A microbiota intestinal, segundo o médico, é parte integrante desse eixo e seu desequilíbrio (disbiose) é frequente nos transtornos do sono, apesar de os mecanismos para que isso ocorra não serem tão bem compreendidos.

Ele explicou, ainda, que as evidências ainda são limitadas e que mais estudos precisam ser realizados para que se entenda quais são as implicações da saúde intestinal na saúde do sono – e vice-versa.



Congresso abraça a residência médica em sono

Eventos destacam a importância do treinamento prático e teórico para a qualificação profissional

por Giovanna Rausini

Divulgação encontro médicos residentes

O Congresso Brasileiro do Sono é o principal encontro científico da área no país e, durante sua realização, acontecem dois momentos dedicados à discussão de desafios clínicos. Nessas sessões, médicos residentes em Medicina do Sono apresentam casos reais para análise e debate com os membros da mesa, em uma atividade voltada à orientação terapêutica.

Para aproximar e integrar as residências médicas, além de promover a troca de experiências entre os médicos, é realizada, há dois anos, uma reunião com o Coordenador do Conselho de Administração da ABS (nesta gestão, o otorrinolaringologista e médico do sono Edilson Zancanella), o presidente da ABMS (nesta gestão, o psiquiatra e médico do sono Almir Tavares) e supervisores e perceptores das residências, além dos médicos residentes, coordenada pelo neurologista e médico do sono Alan Éckeli. Em 2025, o encontro contou com a presença de 45 participantes.

Um momento importante da programação desse evento é a contextualização da formação na área, com a apresentação da distribuição de vagas e das atividades de integração já existentes.

Para Éckeli, a importância dos serviços de residência médica na área está ligada à formação de recursos humanos qualificados, por meio de estratégias de capacitação que integram treinamento prático e conteúdos teóricos. Segundo ele, “a residência médica é a melhor forma de capacitação do profissional médico para atuação nessa área”.

Atualmente, o Brasil conta com oito programas de residência médica em sono, distribuídos entre a Universidade de São Paulo (USP, capital e Ribeirão Preto); Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS); Universidade Federal de São Paulo (Unifesp, em São Paulo, SP); a Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro (Unirio); a Universidade Federal do Ceará (UFC); o Hospital Regional da Asa Norte (em Brasília, DF); e o Hospital Otávio de Freitas, em Recife (PE).



Divulgação encontro médicos residentes



Congresso Brasileiro do Sono destaca sessões de pôsteres como vitrine científica

Os 231 trabalhos apresentados em 2025, mais 14 apresentações orais, promoveram conexões acadêmicas entre pesquisadores e registraram crescimento de 12% nas submissões em relação ao ano anterior

por Giovanna Rausini

O Congresso Brasileiro do Sono 2025 abriu espaço para a apresentação de pôsteres de trabalhos assinados por professores e pesquisadores renomados, bem como por alunos de iniciação científica. No total, foram apresentados 231 pôsteres, além de 14 apresentações orais (veja detalhes no quadro desta matéria).

Em eventos científicos, esse formato é uma das principais vitrines para divulgar resultados de pesquisa a uma comunidade acadêmica ampla. Reúne, de forma visual e objetiva, os achados de cada estudo e cria um ambiente propício para troca de conhecimento, avaliação e conexão entre especialistas.

A coordenação das sessões de pôsteres ficou a cargo do pesquisador Gabriel Natan Pires, biomédico do Sono. Segundo ele, “as sessões de pôsteres e de apresentações orais foram um sucesso, marcadas pela diversidade de linhas de pesquisa, conhecimento dos profissionais, níveis de carreira e geografia”.



Cláudia Moreno

É comum que os autores permaneçam ao lado de seus pôsteres para apresentar e explicar o conteúdo de forma concisa e objetiva. Nessa dinâmica, o pôster funciona como apoio visual e ponto de partida para conversas diretas: durante a sessão, os pesquisadores ficam disponíveis para discutir o trabalho com participantes interessados, o que favorece o diálogo e estimula a troca de ideias.

Claudia Moreno, bióloga, Doutora em Saúde Pública, representante do Conselho de Cronobiologia da Academia Brasileira do Sono (ABS), destacou que os temas apresentados nos pôsteres foram relevantes e abrangentes, contemplando diferentes frentes dentro do campo da Medicina e da Biologia do sono. “Os projetos trazem resultados notáveis e merecem o devido destaque no Congresso”, enfatizou.



Os pôsteres em números

- FORAM 245 SUBMISSÕES EM 2025, CONTRA 219 SUBMISSÕES NO ANO ANTERIOR, UM AUMENTO DE 12%
- FORAM APRESENTADOS 245 TRABALHOS, DIVIDIDOS ENTRE PÔSTERES (231, NO TOTAL) E APRESENTAÇÕES ORAIS (14):
- 39 PROJETOS
- 32 RELATOS DE CASO
- 36 DA ÁREA BÁSICA
- 124 DA ÁREA CLÍNICA
- 14 TRABALHOS NO FORMATO DE APRESENTAÇÕES ORAIS

Destaques

1º Lugar – Áreas Clínica e Básica – Pôster de Guilherme Pereira Saborosa, com tema “A relação entre a distância da prova e os parâmetros de sono em atletas de corrida em trilha de ultrarresistência”

1º Lugar – Modalidade Projetos – Carlos Mauricio Oliveira de Almeida, com o tema “Impacto da síndrome das pernas inquietas na função motora, na qualidade do sono e na ansiedade na doença de Parkinson: evidências do estudo Q-Sono”.

1º Lugar – Relatos de Caso – Pôster na categoria relatos de caso, o primeiro lugar foi atribuído a Guilherme Marques Miranda Menezes, autor do relato “Noite após noite, o demônio retornava — até a terapia com CPAP”.

1º Lugar – Apresentação Oral – Sara Quaglia de Campos Giampá, com a apresentação “Efeitos do tratamento da apnéia obstrutiva do sono na saúde cardiovascular e do sono de parceiros de sono: ensaio clínico randomizado”.



ABROS, ABS e ABMS lançam o Consenso de Odontologia do Sono

Documento reúne recomendações para tratamento dos distúrbios respiratórios do sono pelos odontólogos do sono

por Giovanna Rausini

Divulgação lançamento consenso Odontologia do Sono

O 1º Consenso Brasileiro de Odontologia do Sono foi lançado pela Associação Brasileira de Odontologia do Sono (ABROS), Associação Brasileira de Medicina do Sono (ABMS) e pela Academia Brasileira do Sono (ABS) durante o 21º Congresso Brasileiro do Sono.

Este documento tem como objetivo nortear e estabelecer os parâmetros de atuação em Odontologia do Sono dentro das práticas em concordância com as diretrizes da American Academy of Dental Sleep Medicine (AADSM).

Normas, diretrizes clínicas e critérios para o tratamento com aparelho intraoral de avanço mandibular no tratamento de indivíduos com distúrbios respiratórios do sono (DRS) nos quais o dentista pode atuar, como o ronco, a Apneia Obstrutiva do Sono (AOS) e a Síndrome da Resistência das Vias Aéreas Superiores em adultos, são temas abordados no material. O consenso reforça que a prática da Odontologia do Sono deve ocorrer de forma multidisciplinar e interdisciplinar, uma vez que a AOS está associada a comorbidades físicas, cognitivas e mentais, exigindo a atuação integrada de diferentes profissionais para o cuidado e a melhoria da qualidade de vida do paciente.

De acordo com Lilian Giannasi, dentista do sono e presidente da ABROS, o consenso apresenta de forma estruturada o papel da Odontologia no tratamento dos DRS, baseado em evidências para a formação e atuação de dentistas do sono, contemplando anamnese, diagnóstico, a escolha do design, o registro de mordida, instalação, titulação e o manejo dos efeitos colaterais e adversos a longo prazo do aparelho intraoral (AIO), especialmente aqueles de avanço mandibular (AIOam), em indivíduos adultos, sendo o principal escopo da área.

Ela explica que um consenso em odontologia do sono significa estabelecer normas e diretrizes para atuação fundamentadas cientificamente, trazer segurança jurídica para o profissional e garantir ao paciente um tratamento de excelência para a melhoria da qualidade de vida. “O documento é indispensável como fonte de consulta diária, pois garante ao dentista informações consistentes e robustas para que seja possível atuar com segurança e esteja pautado na excelência em sua prática clínica”.

Para profissionais sem formação específica na área, o consenso informa sobre a área de atuação do dentista do sono e define as diretrizes e limites da atuação profissional, reforçando a necessidade de capacitação em odontologia do sono para uma prática segura e ética, para todos.



Capa Consenso Brasileiro de Odontologia do Sono

Novidades para quem gosta de ler

A programação do congresso contou com lançamentos de livros sobre estratégias terapêuticas, pesquisa científica e desafios atuais relacionados ao sono

por Giovanna Rausini

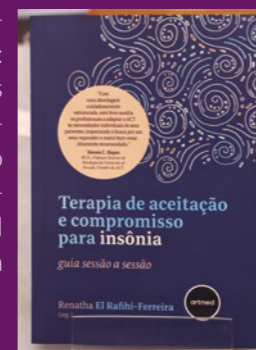
Na programação do Congresso Brasileiro do Sono 2025, além de mesas redondas e conferências, houve espaço para a apresentação de obras que contribuem para o avanço do campo científico do sono.

Entre os autores presentes esteve Renatha El Rafi-Ferreira, psicóloga do sono, professora associada de Psicologia Clínica e Psiquiatria da Universidade de São Paulo (USP), que lançou o livro “Terapia de Aceitação e Compromisso para Insônia”. A obra apresenta um protocolo baseado em evidências da Terapia de Aceitação e Compromisso (ACT) para o tratamento da insônia, organizado por sessões e integrado a estratégias comportamentais, como controle de estímulos e restrição do sono. O conteúdo reúne orientações práticas que abrangem a avaliação clínica e intervenções voltadas à adesão ao tratamento e à manutenção das mudanças. Destina-se a profissionais da saúde interessados na aplicação clínica de intervenções para melhora do sono e da qualidade de vida.



Renatha El Rafi-Ferreira

Ferreira também participou da programação do Congresso Brasileiro do Sono como palestrante, com as apresentações “Insônia sob uma nova lente: contribuição das terapias comportamentais de terceira onda no tratamento não farmacológico” e “Terapias contextuais: o papel da ACT no tratamento da insônia”.



Para a profissional, um dos principais desafios na prática clínica do sono é a adesão a técnicas como o controle de estímulo. Segundo ela, “é preciso trabalhar a relação que o indivíduo tem com o próprio sono. Muitas vezes, a insônia não vem sozinha. Vem acompanhada de outras comorbidades, como a ansiedade e a depressão. Precisamos olhar além do sono e, para o paciente, além do sintoma”.

Renato Mendes, doutor em biotecnologia, lançou o livro “O sono nosso de cada dia: resgate histórico e atualizações científicas”. A obra reúne um panorama histórico, clínico e interdisciplinar sobre o sono no estado do Piauí, por meio de capítulos que abordam estratégias terapêuticas e temas atuais, ampliando a compreensão biopsiossocial do sono.



Renato Mendes

A publicação destaca ainda a relevância do ensino, da pesquisa e da extensão na área, reforçando o compromisso regional com a formação e a promoção da saúde. Conforme relata o autor, “o livro pode ser tratado como desejo de compreender e transformar essa curiosidade em conhecimento, através de escritos e ações eficazes”.



Para Martins, a falta de incentivo à pesquisa por parte dos órgãos governamentais, somada às dificuldades de acesso aos tratamentos e aos custos de procedimentos relacionados aos distúrbios do sono, configura um dos principais empecilhos da área, uma vez que o sono deveria ser tratado como questão de saúde pública. “Compreender o sono é compreender o humano, e até o descanso pode ser uma forma de amor e de resistência. Espero que, além dessa obra, nossos colegas do sono possam ajudar novas gerações de pesquisadores e profissionais do sono a continuarem investigando e ensinando”, conclui.

Durante o Congresso Brasileiro do Sono 2025, também foi lançado mais um título da reconhecida Série Sono. Trata-se de uma coleção de livros técnicos voltados à medicina do sono e às diferentes áreas multidisciplinares que dialogam com o tema. Ao longo de seus volumes, a série reúne conteúdos destinados a profissionais como médicos, psicólogos, fisioterapeutas e fonoaudiólogos, abordando de forma abrangente o diagnóstico e o tratamento dos distúrbios do sono.



Luciano Ribeiro Pinto Júnior e Andrea Bacelar

As publicações contam com patrocínio institucional da Academia Brasileira do Sono (ABS) e já somam quatro volumes, sendo o mais recente, “Clínica Médica e os Transtornos do Sono”, lançado em 2025. Os autores e coordenadores da Série Sono são os neurologistas e médicos do sono Luciano Ribeiro Pinto Júnior e Andrea Bacelar.

A obra aborda a relação do sono com doenças de espectro clínico, neurológico e psiquiátrico, organizando o conteúdo em quatro eixos: fundamentos da medicina do sono, doenças neurológicas, transtornos psiquiátricos e enfermidades clínicas, com destaque para os distúrbios respiratórios.



Fernando Stelzer e Andrea Bacelar

Por último, também houve o lançamento de um livreto sobre Desprescrição de drogas Z, elaborado pelo departamento científico da Academia Brasileira do Sono (ABS), sob a coordenação dos neurologistas e médicos do sono Andrea Bacelar e Fernando Stelzer. Todos os participantes neurologistas também são membros da ABMS.

A finalidade desta força-tarefa foi fornecer recomendações, após revisão da literatura e opinião dos especialistas, sobre como proceder frente ao desafio da retirada/do desmame do Zolpidem, oferecendo ao leitor as melhores opções, individualizando cada caso.



ANUIDADE 2026

FORTALECER HOJE O SONO QUE QUEREMOS AMANHÃ

A ANUIDADE 2026 DA ABS, ABMS E ABROS ESTÁ DISPONÍVEL NO SITE DA ABS

FAÇA SUA RENOVAÇÃO ATÉ 31/03 E GARANTA ATÉ 15% DE DESCONTO*

ACESSE O SITE DA ABS E APROVEITE AS CONDIÇÕES ESPECIAIS

10% ATÉ 31/03

DESCONTO RENOVAÇÃO ATÉ 31/03

+5% ADIMPLENTES

ADIMPLENTES ÚLTIMOS 5 ANOS GANHAM + 5%

FAÇA SUA RENOVAÇÃO, ACESSE

absono.com.br

Sono na saúde pública ainda é desafio no Brasil

O atendimento no SUS para doenças do sono é aquém da real necessidade. É para promover maior acesso à população que a ABS atua com o poder público

por Simone Machado

Dormir bem é uma necessidade biológica fundamental ao ser humano, tão importante quanto se alimentar adequadamente ou praticar atividade física. Ainda assim, a saúde do sono não é levada a sério por grande parte da população e permanece à margem das políticas públicas no Brasil.

Em um país marcado por longas jornadas de trabalho, deslocamentos exaustivos, uso excessivo de telas e aumento das doenças crônicas, a negligência com o sono se traduz em adoecimento. Levantamento feito pela Fiocruz aponta que mais de 70% dos brasileiros sofrem com distúrbios do sono. Entre os problemas mais comuns, a insônia lidera o ranking, seguida da apneia obstrutiva do sono (AOS).

O sono inadequado não é apenas sintoma de uma vida corrida, ele é um fator de risco independente e contribui diretamente para o desenvolvimento de diabetes tipo 2, hipertensão, doenças cardiovasculares e, claro, a obesidade. É um problema de saúde em cadeia com custos sociais e econômicos bilionários, medidos em perda de produtividade e sobrecarga dos sistemas de saúde.

Apesar disso, o acesso ao diagnóstico e ao tratamento dos distúrbios do sono no Sistema Único de Saúde (SUS) ainda é limitado e insuficiente para atender à demanda da população.

Situação que ficou comprovada no estudo sobre a desigualdade no acesso ao diagnóstico e tratamento da apneia obstrutiva do sono no Brasil. O trabalho teve o objetivo de avaliar os recursos disponíveis para diagnóstico e tratamento com PAP (Pressão positiva nas vias aéreas) da apneia no SUS e identificar potenciais desigualdade e lacunas.

Segundo o estudo, há apenas 47 centros no Brasil atendendo AOS pelo SUS, sendo que dez dos 27 estados brasileiros não possuem nenhum serviço de diagnóstico ou tratamento, sendo a região Norte a mais desassistida.

Essa desigualdade se mantém quando o assunto é exame e diagnóstico. Os dados apontam que 14.932 exames para detectar doenças do sono são realizados por ano no SUS, sendo a maior parte no sudeste (6.348) e sul (4.380). A região centro-oeste foi a que teve menor número de exames realizados, com apenas 240. Além disso, o tempo médio de espera para diagnóstico foi de 11 meses, ou seja, quase um ano. Os dados são referentes ao período de 2018 e 2019.

Já com relação ao tratamento, o número médio anual de pacientes tratados com CPAP, aparelho utilizado para tratar a apneia do sono e o ronco, foi de 24.360. Apenas 46% dos pacientes tiveram acesso ao tratamento por financiamento público. Outros 32% não tiveram acesso ao tratamento e 22% precisaram pagar do próprio bolso.

“Existe hoje atendimento no SUS para doenças do sono, só que ele é ínfimo e muito aquém da real necessidade. A gente tem a epidemiologia das doenças relacionadas ao sono que acomete boa parte da população geral. Temos a insônia crônica, que atinge cerca de 15% da população, e a síndrome das pernas inquietas, com 6% da população geral acometida. São doenças de alta prevalência e equivalente a outras condições clínicas, como doença pulmonar obstrutiva crônica (DPOC), diabetes e hipertensão”, ressalta Alan Luiz Éckeli, neurologista e médico do sono.

“É necessário que o nosso sistema de saúde incorpore tratamentos e protocolos para doenças relacionadas ao sono, bem como em profissionais, na educação médica e na informação à população. Ainda estamos muito longe do básico quando o assunto é saúde do sono”, diz o otorrinolaringologista e médico do sono Edilson Zancanella, coordenador do Conselho de Administração da Academia Brasileira do Sono (ABS).

Um problema frequente, porém, invisível

Insônia crônica, apneia obstrutiva do sono, distúrbios do ritmo circadiano e sonolência excessiva diurna são as condições mais comuns entre a população brasileira, mas frequentemente subdiagnosticadas.

Sintomas como ronco intenso, despertares frequentes durante à noite, cansaço ao acordar e dificuldade de concentração ao longo do dia costumam ser naturalizados como consequências do estresse ou da rotina acelerada.

O problema é que essas alterações não fazem nada bem à saúde. A apneia obstrutiva do sono, por exemplo, está associada a maior risco de hipertensão arterial, infarto do miocárdio, acidente vascular cerebral (AVC), arritmias cardíacas e diabetes tipo 2. A privação crônica do sono, por sua vez, interfere no metabolismo, favorece o ganho de peso, aumenta processos inflamatórios e compromete a saúde mental.

Além dos impactos individuais, os distúrbios do sono têm efeitos coletivos relevantes, contribuindo para maior uso de serviços de saúde, aumento de afastamentos do trabalho e elevação dos custos assistenciais.

Entre os campos mais estudados da Medicina do Sono está a saúde do trabalhador. Profissionais que atuam em turnos noturnos, escalas alternantes ou jornadas prolongadas apresentam maior risco de desenvolver distúrbios do sono e de doenças associadas.



Unsplash

É nesse contexto que a Academia Brasileira do Sono (ABS) tem intensificado sua atuação junto ao poder público, defendendo o reconhecimento da Saúde do Sono como um dos pilares da saúde integral. A proposta inclui maior investimento em ambulatorios especializados, ampliação do acesso a exames, diagnósticos e inserção estruturada do tema nas políticas de prevenção e promoção da saúde.

A desregulação do ritmo circadiano compromete funções cognitivas fundamentais, como atenção, memória e tempo de reação. A sonolência excessiva está relacionada ao maior número de acidentes de trânsito e de trabalho, além de erros operacionais que podem colocar vidas em risco. Por isso, os especialistas afirmam que tratar o sono desses trabalhadores é uma medida de segurança, não apenas de bem-estar.

A lacuna no SUS

Pela primeira vez na história, na última Assembleia Geral da ONU, realizada no ano passado, a nova Declaração Política Global sobre Doenças Crônicas não Transmissíveis (DCNTs) incluiu os distúrbios do sono, com destaque para privação crônica como um fator de risco primário. Isso significa que condições como insônia e AOS foram incluídas como fatores de risco primário para doenças crônicas como obesidade, diabetes e hipertensão.

Por décadas, os esforços de prevenção de doenças crônicas não transmissíveis (DCNTs) estavam direcionados apenas ao tabagismo, sedentarismo, álcool e alimentação não saudável.

Apesar da relevância do tema, a estrutura disponível no SUS para o cuidado com os distúrbios do sono é insuficiente. Há escassez de ambulatórios especializados, poucos centros habilitados para a realização de exames como a polissonografia e falta de protocolos bem definidos para o diagnóstico precoce na atenção primária.

Na prática, isso significa que muitos pacientes são tratados apenas pelas consequências das doenças do sono, e não por suas causas. Pessoas com apneia do sono, por exemplo, recebem tratamento para hipertensão ou diabetes sem que o distúrbio respiratório noturno seja identificado. Esse modelo fragmentado reduz a efetividade do tratamento, fazendo com que apenas as consequências sejam tratadas e não a causa.

“Falta um olhar dos gestores para o tema e o quão importante ele é. É preciso conscientizar, para que consigamos evoluir no atendimento e tratamentos.”

Edilson Zancanella

Para Zancanella, ampliar o acesso ao diagnóstico e ao tratamento é fundamental para romper esse ciclo e tornar o cuidado mais resolutivo.



Freepick

Além da ampliação da oferta de serviços especializados, a capacitação de profissionais da atenção básica é vista como estratégica. Médicos, enfermeiros e outros profissionais de saúde podem desempenhar papel central na identificação de sinais de alerta, na orientação sobre hábitos saudáveis de sono e no encaminhamento adequado dos pacientes. A educação em saúde também é um ponto-chave. Informar a população sobre a importância do sono, combater mitos e estimular a busca por ajuda quando necessário são ações que fortalecem a prevenção e o autocuidado.

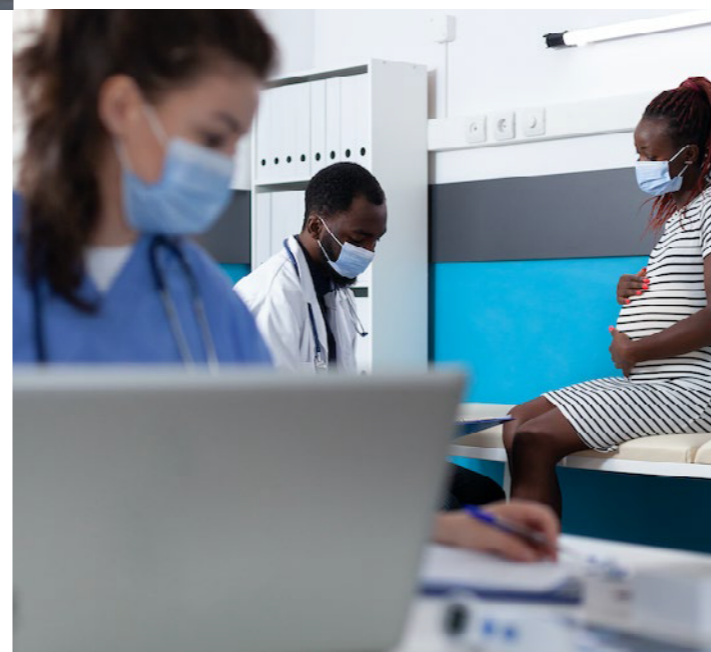
“Falta um olhar dos gestores para o tema e o quão importante ele é. É preciso conscientizar, para que consigamos evoluir no atendimento e tratamentos”, diz Zancanella.

Políticas públicas

Diante do problema, algumas, poucas ainda segundo os especialistas, políticas públicas estão sendo criadas em âmbito nacional e estadual para dar destaque à importância da saúde do sono.

A deputada estadual Clarice Ganem, juntamente com o filho, o deputado federal Bruno Ganem, criou a frente parlamentar em prol da saúde do sono. O objetivo é promover a medicina do sono como uma especialidade médica essencial, abordando a temática de forma abrangente, com projetos de lei que promovam a saúde do sono.

“A Frente Parlamentar em Prol da Saúde do Sono surge exatamente para mudar o nosso cenário: trazer o tema ao centro do debate legislativo, promover conscientização, incentivar a pesquisa científica e, principalmente, garantir que o diagnóstico e o tratamento dos distúrbios do sono sejam acessíveis à população. Essa é uma pauta que dialoga muito com saúde mental, segurança, educação, produtividade e dignidade humana. Ignorar o sono compromete toda a saúde pública”, diz Bruno Ganem.



Midjourney

Ainda segundo o deputado, entre os principais objetivos estão o fortalecimento de propostas de projeto de lei voltadas ao diagnóstico e tratamento de distúrbios do sono, como apneia, insônia e narcolepsia, e a ampliação do debate sobre a inclusão desses cuidados de forma estruturada no SUS.

“Também pretendemos intensificar campanhas de conscientização sobre higiene do sono, estimular estudos epidemiológicos e científicos no Brasil e promover a capacitação de profissionais de saúde, educadores e gestores públicos”, acrescenta.

No estado de São Paulo, a deputada Clarice Ganem é quem está à frente dos trabalhos. Três projetos de Lei de sua autoria voltados à saúde do sono foram criados.

Através deles ficou instituído o Dia Estadual do Sono, a ser celebrado anualmente na terceira sexta-feira do mês de março; o “Dia Estadual da Hipersonia” celebrado no primeiro sábado do mês de junho; e também foi criado o “Selo Amigo do Sono” para empresas públicas e privadas que se destacam na promoção da saúde do sono*.

“Apresentei Projetos de Lei para viabilizar essas iniciativas. Pretendemos continuar trabalhando e cobrando melhores políticas públicas para que as pessoas possam ter uma qualidade melhor de vida priorizando o sono, evitando-se assim, doenças, acidentes de trabalho e acidentes de trânsito”, diz ela.

*A título de curiosidade, no Brasil, mais duas datas lembram a importância da saúde do sono: o Dia Mundial do Sono, que ocorre durante o mês de março (na sexta-feira anterior ao equinócio de primavera do hemisfério norte e que, em 2026, será celebrado em 13 de março), e o Dia Mundial da Narcolepsia, em 22 de setembro.

Estudos abordam a relação entre o sono e o câncer

Apresentados por Cibele Dal Fabbro no Congresso Brasileiro do Sono, os estudos mostraram a importância de todas as especialidades médicas se preocuparem com o sono de seus pacientes

por Simone Valente

Freepick

O 21º Congresso Brasileiro do Sono contou com a participação de pesquisadores que atuam em renomados institutos internacionais. Cibelle Dal Fabbro, odontóloga do sono, Professora Adjunta da Université de Montréal, Canadá, e Coordenadora Científica do Conselho de Administração da ABS, palestrou no evento sobre a relação entre a saúde do sono e o câncer, tema que acompanha na prática clínica e em pesquisas em Montreal, Canadá. Nesta entrevista, ela abordou um pouco do tema.

Revista Sono > É comum relacionar as doenças do sono a riscos aumentados de doenças cardiovasculares e metabólicas. Mas não se ouviu muito sobre a relação do sono com o câncer. Existem muitos estudos nessa área?

Cibele Dal Fabbro > Acredita-se que alguns pesquisadores tenham levantado a hipótese dessa associação entre os distúrbios do sono, em especial a apneia do sono, e o câncer, mas foi apenas há cerca de dez anos que o interesse científico cresceu nessa área. Parece que existe uma conexão bidirecional entre o sono e o câncer, embora a essa associação e suas causas subjacente ainda sejam obscuras.

Revista Sono > A senhora, em palestra no Congresso Brasileiro do Sono 2025, abordou a relação entre a Apneia Obstrutiva do Sono Grave (AOS Grave) e o câncer. Pode-se afirmar que quem sofre de apneia corre maior risco de desenvolver câncer?

Cibele Dal Fabbro > Sim, isso é verdade, em especial para os que sofrem de AOS grave com dessaturação da oxihemoglobina (queda de oxigênio no sangue). Dois estudos, realizados dos Estados Unidos, mostraram resultados interessantes. Num deles, indivíduos com câncer e AOS grave sobreviveram menos ao longo do tempo, se comparados a indivíduos com AOS leve ou moderada ou aqueles sem AOS. O outro estudo, com 22 anos de acompanhamento, mostrou que pacientes com AOS grave apresentavam 4,8 mais chance de morte por câncer.

Segundo a pesquisa de Campos-Rodrigues e colaboradores, da Espanha, o que define essa relação é a baixa saturação da oxihemoglobina e não o índice de apneia e hipopneia (IAH). Tem uma série de hipóteses para explicar esse risco aumentado. A AOS leva a duas consequências imediatas aos eventos, que são a fragmentação do sono e a hipoxia intermitente. Essas podem levar a outras consequências celulares e metabólicas que fazem parte do contexto do desenvolvimento de diversos tipos de câncer.

“Felizmente, entre indivíduos com diagnóstico de câncer, a presença de AOS não foi associada a um aumento no risco de metástase ou morte.

Cibele Dal Fabbro

Revista Sono > Quais tipos de câncer estariam mais ligados à AOS?

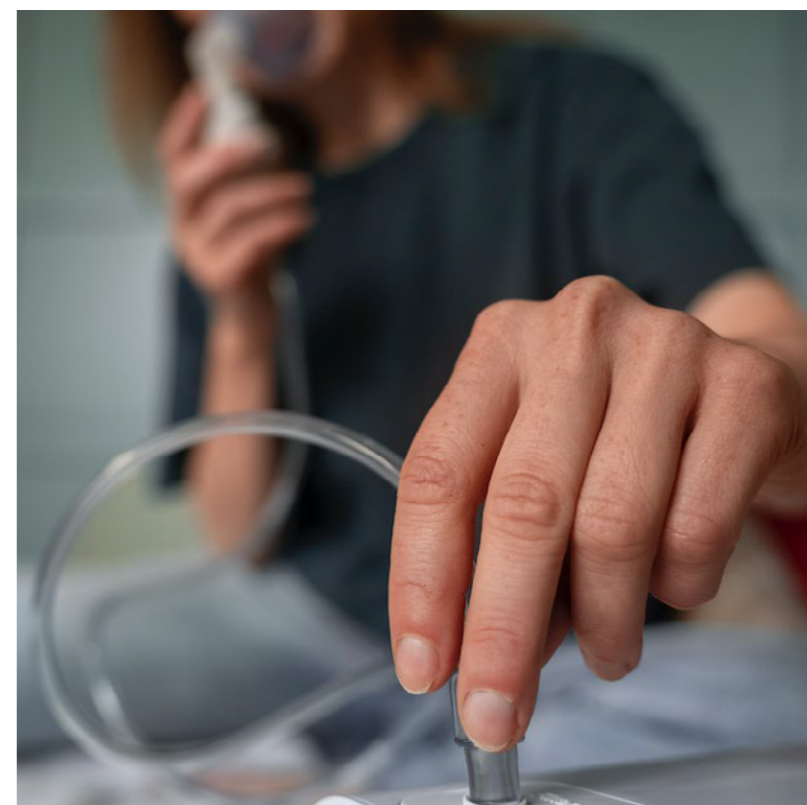
Cibele Dal Fabbro > Ainda são poucos dados na literatura, mas parece que o melanoma (tipo mais grave de câncer de pele) é o câncer mais frequentemente relacionado à hipoxia intermitente. Segundo um estudo com 5,6 milhões de indivíduos com AOS (coorte longitudinal), a presença de AOS está relacionada a um risco aumentado para câncer de pâncreas, de rim e melanoma, e sem risco para câncer colorretal, de mama e de próstata.

Felizmente, entre indivíduos com diagnóstico de câncer, a presença de AOS não foi associada a um aumento no risco de metástase ou morte.

Revista Sono > Existe algum perfil de paciente mais suscetível a esse quadro?

Cibele Dal Fabbro > Essa é uma pergunta bastante difícil de ser respondida, uma vez que o câncer é uma doença multifatorial, assim como a apneia do sono.

Eu diria, do ponto de vista clínico, que devemos olhar com muito cuidado pacientes que dessaturam, principalmente os mais graves, sobretudo aqueles que apresentam história clínica que aumenta o risco de câncer, como o hábito do fumo, do álcool, do sedentarismo e obesidade.



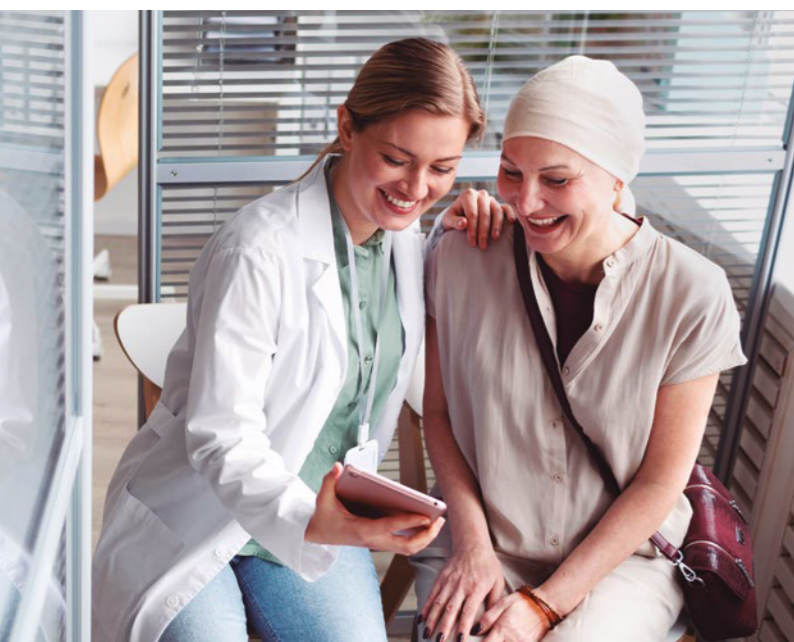
Unsplash

Revista Sono > O uso do CPAP tem alguma ingerência positiva ou negativa no quadro de câncer ligado às doenças do sono?

Cibele Dal Fabbro > Para algumas das questões abaixo, não temos respostas ainda, tais como: Tratando a AOS, podemos reduzir o câncer? Podemos retardar o crescimento do tumor? Podemos retardar a metástase? Aumentar a sensibilidade do tumor à terapia? Ou ainda, se a AOS não for tratada, existe risco de reduzir a eficácia da quimio ou da radioterapia?

Alguns estudos têm mostrado que a terapia eficaz com CPAP em pacientes com AOS e câncer produzem efeitos bastantes expressivos, tais como promovendo uma downregulation na maioria dos genes associados ao câncer e a normalização do padrão de expressão dos leucócitos no sangue.

Outro estudo mostra que o fenótipo imunossupressor visto em indivíduos com AOS (células imunitárias, como monócitos e células NK com fenótipo alterado) é revertido após seis meses de tratamento efetivo com CPAP (com boa adesão). Outro estudo mostrou que a radioterapia assistida por CPAP foi tolerável e produziu planos de tratamento superiores no câncer da mama.



Unsplash

Entretanto, é importante citar que esses dados são contraditórios, e talvez dependam do fenótipo e do tipo de câncer, além da presença de outras comorbidades. Isso porque segundo um estudo de coorte multicêntrico de 5,4 anos, publicado por Justeau em 2022, a adesão ao CPAP não foi associada a uma redução na incidência de todos os tipos de câncer, já que a incidência de câncer em pacientes aderentes ao CPAP (quatro horas por noite ou mais) não foi diferente daquela dos não aderentes ao CPAP (9,1% versus 10,7%).

Revista Sono > O que a senhora pode falar sobre sua experiência prática com pacientes com câncer?

Cibele Dal Fabbro > A minha experiência concentra-se especialmente com pacientes com o câncer de orofaringe, posso explicar sobre o tratamento para esse tipo de câncer. Foram publicados cinco estudos nessa área.

Eles trouxeram os seguintes dados: em dois estudos, um em cada três pacientes com câncer de orofaringe se adaptaram ao uso do CPAP (33,33%).

Em dois estudos, nenhum paciente conseguiu se adaptar ao CPAP (0%). Em apenas um dos estudos, houve adaptação de 75% dos pacientes ao CPAP. A partir dos resultados desses estudos, iniciamos um projeto inédito em Montreal, Canadá, com uso de aparelho intraoral (de avanço mandibular) para esses pacientes e estamos tendo resultados bastante promissores de maior facilidade de adaptação, com melhora clínica, de sintomas e melhora polissonográfica.

Recentemente, nossa equipe publicou alguns artigos e capítulos de livro sobre esse tema, e gostaria de sugerir um livro recém-publicado, no qual contribuí com o capítulo sobre câncer orofaríngeo: Sleep & Cancer, de Maria Paola Mogavero, Guiseppe Lanza, Luigi Ferini-Strambi e Raffaele Ferri (Editora Academic Press). ■



Cibele Dal Fabbro odontóloga do sono, Professora Adjunta da Université de Montréal, Canadá, e Coordenadora Científica do Conselho de Administração da ABS

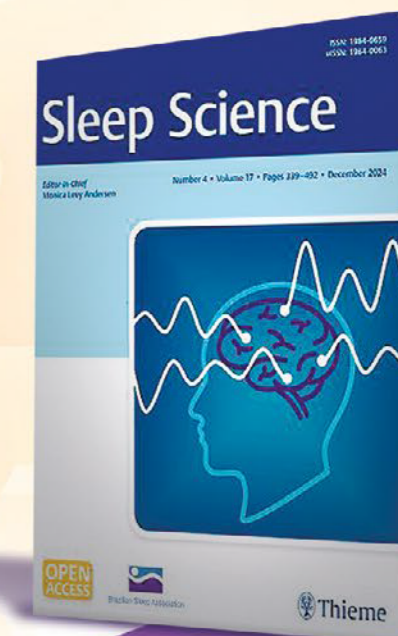


Celebramos mais uma conquista da revista Sleep Science

QUALIS A4
AVALIAÇÃO QUADRIENAL
CAPES
2021-2024

A Revista Sleep Science acaba de alcançar **Qualis A4** na avaliação quadrienal da **CAPES** (2021-2024). Esse reconhecimento reforça a relevância científica, qualidade editorial e o impacto acadêmico da revista no cenário nacional e internacional.

Essa conquista é resultado de um trabalho contínuo, criterioso e coletivo: editores, revisores, autores, pesquisadores e comunidade científica que acredita e contribui para o fortalecimento da revista.



DESCUBRA MAIS, ACESSE

absono.com.br

Acompanhe as novidades



@absono

TerSono

S ✓ Q Q S S D

Programa de Atualização Continuada em Sono

A cada TerSono, um tema diferente é debatido por especialistas do sono.

REC

**A AULA GRAVADA
FICA DISPONÍVEL**

- RESTRITA A ASSOCIADOS(AS) ADIMPLENTES;
- ACESSO ATRAVÉS DA ÁREA RESTRITA A ASSOCIADOS(AS);
- DISPONÍVEL POR 6 MESES;

PARA PARTICIPAR ACESSE

absono.com.br



Acesso exclusivo para associados(as) através da Área Restrita, no site da ABS

Ainda não é associado? Faça já sua filiação e participe

Acompanhe as novidades



@absono