



CAPÍTULO

5

Sono e Especialidades

Jessica F. de O. L. Batista¹
Laércio G. L. Júnior¹
Marcela C. P do Nascimento²
Sérgio S. Silva¹
Mônica V. Heimer³

1 Doutorandos em Hebiatria
2 Doutoranda em Odontologia
3 Professora Associada da
Universidade de Pernambuco.

Odontologia do Sono

Atua no diagnóstico e tratamento de condições da saúde bucal que afetam o sono. As principais condições são:



Bruxismo do sono

Ronco

Apneia obstrutiva do sono

Os cirurgiões dentistas são os profissionais responsáveis por executar o tratamento, atuando de forma expressiva dentro da equipe multidisciplinar, que é composta por médicos, fisioterapeutas, psicólogos, fonoaudiólogos, terapeutas ocupacionais, e áreas afins.

Bruxismo do Sono

O bruxismo do sono é uma atividade muscular mastigatória caracterizada por apertar e/ou ranger dos dentes durante o sono e pode ser caracterizado como rítmico e não rítmico.



Essa disfunção pode apresentar alguns fatores associados, sendo os principais:



Estresse



Ansiedade



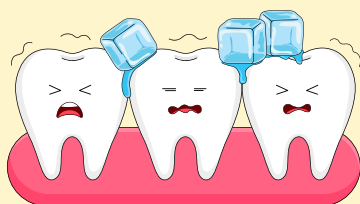
Má qualidade do sono



Uso de alguns medicamentos

Bruxismo do Sono

Algumas consequências:



Sensibilidade dentária



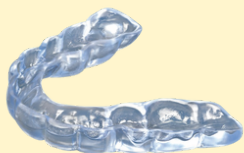
Dor Orofacial



Desgastes e fraturas
nos dentes

Bruxismo do Sono

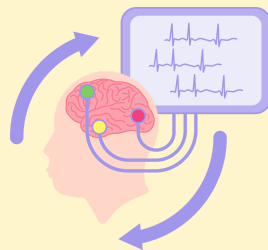
Tratamentos do bruxismo do sono



Placa oclusal



Terapia cognitivo-comportamental



Terapia de biofeedback



Terapia farmacológica



Fisioterapia

Referências

Blobbezoo F et al. International consensus on the assessment of bruxism: Report of a work in progress. *Journal of Oral Rehabilitation*, v. 45, n. 11, p. 837-844, 21 jun. 2018.

Soares JP. et al. Prevalência de sinais e sintomas clínicos do sistema mastigatório e suas associações em crianças com bruxismo do sono: revisão sistemática e meta-análise. *Resenhas sobre medicina do sono*. v. 57, p. 101468, 2021.

Chisini, LA, San Martin, AS, Cademartori, MG, Boscato, N, Correa, MB, Goettens, ML. Interventions to reduce bruxism in children and adolescents: a systematic scoping review and critical reflection. *European Journal of Pediatrics*, 2019.

Apneia Obstrutiva do Sono

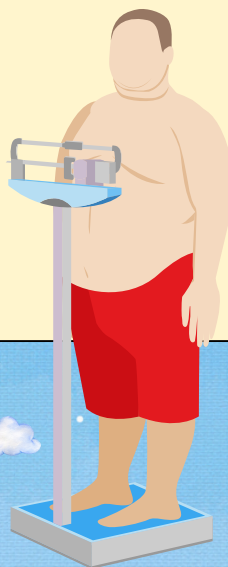
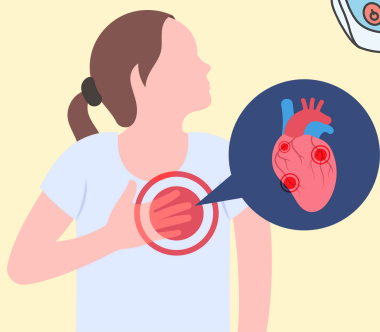
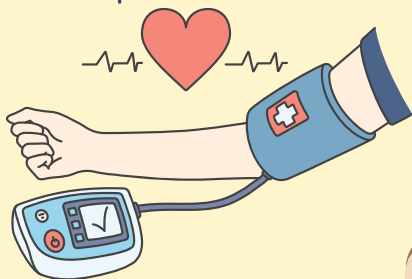
A apneia obstrutiva do sono é caracterizada pela obstrução parcial ou total das vias aéreas superiores durante o sono. Alguns sintomas comuns são a sonolência diurna, a falta de concentração e roncamentos.



Apneia Obstrutiva do Sono

Consequências potenciais da apneia obstrutiva do sono não tratada:

- Hipertensão arterial
- Arritmia cardíaca
- Acidente vascular cerebral (AVC)
- Insuficiência cardíaca
- Doença cardíaca coronariana
- Risco de diabetes tipo II
- Obesidade



Apneia Obstrutiva do Sono

Na identificação de qualquer dos sintomas, deve-se procurar atendimento especializado!



Referências

Bernal-Alzate, María Alejandra, Abaunza-Zafra, Liliana, Suarezfajardo, Ingrid Giovana. O papel do dentista na intervenção da apneia obstrutiva do sono. *CES Odontología*, v. 33, n. 2, p. 128-135, 2020.

Hoffmann, Lara Niehues, Della, Vanessa Porziski Possamai. A relação do bruxismo do sono e a síndrome da apneia obstrutiva do sono: revisão bibliográfica.

Dantas, Carolina Mendonça. Diagnóstico e Tratamento com aparelhos intraorais da Síndrome da Apneia Obstrutiva do Sono. *Cadernos de Odontologia do UNIFESO*, v. 4, n. 1, 2022.

Cruz, Miguel Gonçalves Meira, Giannasi, Lilian Christyane, Machado, Marco Antonio Cardoso. *Tratado de Medicina Oral no Sono*. Vania Santos. São Paulo. Santos Publicações Ltda, 2021.

De Moraes, Letícia Rezende, et al. "A relação entre a apneia do sono e doenças cardiovasculares." *Brazilian Journal of Health Review* 4.2 (2021): 4619-4635.

Terapia Ocupacional

O **terapeuta ocupacional** irá realizar uma observação detalhada da rotina diária e da rotina de sono, identificando fatores que possam interferir no sono e nas ocupações diárias.



Terapia Ocupacional

Além disso, ele vai auxiliar na adoção de práticas saudáveis e higiene do sono adequada, fornecendo suporte para lidar com questões emocionais, cognitivas e físicas com objetivo de promover a melhoria da qualidade de vida, incluindo a qualidade do sono.



Referências

AOTA American Occupational Therapy Association et al. Estrutura da prática da Terapia Ocupacional: domínio & processo-traduzida. Revista de Terapia Ocupacional da Universidade de São Paulo, v. 26, p. 1-49, 2015.


Cruz, Maria Aline Cardoso da Silva. Papel do terapeuta ocupacional nos distúrbios do sono na infância. 2019.

De Macedo Maia, Jéssica Tainara, Júnior, Odair José Mendes Souza, Sampaio, Edilson Coelho. Mental de Estudantes de Terapia Ocupacional e o Ambiente Acadêmico. Revista Contexto & Saúde, v. 20, n. 41, p. 121-133, 2020.

Psicologia do Sono

A psicologia do sono é um campo interdisciplinar que se concentra no estudo dos processos mentais e comportamentais relacionados ao sono.

Busca compreender como os fatores psicológicos podem afetar a qualidade e a duração do sono, assim como o sono pode influenciar o funcionamento psicológico das pessoas.



Pesquisas têm demonstrado que a qualidade e a duração inadequada do sono podem contribuir para problemas de saúde mental, como: ansiedade, depressão e alterações no humor.

Da mesma forma, os transtornos mentais também afetam negativamente a qualidade do sono.



Psicologia do Sono



Intervenções

A psicologia do sono atua na avaliação, diagnóstico e tratamento dos aspectos psicológicos e comportamentais.

Nesse contexto a terapia mais comum é a **Terapia cognitivo-comportamental (TCC)**.



Referências

Almondes, KM. (2018). Psicologia do sono adulto: estado da arte. In Sociedade Brasileira de Psicologia, R. Gorayeb, M. C. Miyazaki & M. Teodoro (Orgs.), PROPSICO Programa de Atualização em Psicologia Clínica e da Saúde: Ciclo 2. (pp. 143-68). Porto Alegre: Artmed Panamericana. (Sistema de Educação Continuada a Distância, v. 2).

Carvalho, APAF. Trabalho por turnos, redução da exposição à luz e práticas de higiene do sono: Impacto sobre o ciclo sono-vigília. 17º Curso de Mestrado em Saúde Pública. Novembro, 2016. Disponível em: <https://run.unl.pt/bitstream/10362/20400/1/RUN%20-%20Disserta%20a7%20a3o%20de%20Mestrado%20-%20Ana%20Paula%20Carvalho.pdf>. Acesso em 19 de jul 2021.

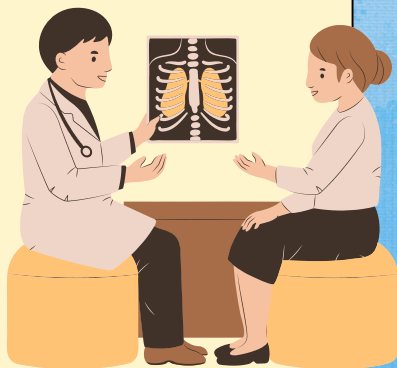
Medeiros, Melka Rodrigues Braúna, Silva, Ralina Carla Lopes Martins da, Almondes, Katie Moraes de. Narcolepsia na Infância: A Atuação Multidisciplinar com a Psicologia do Sono do Diagnóstico ao Tratamento em um Relato de Caso. Psicologia: Ciência e Profissão, v. 42, 2022.

Neves, GSML, Giorelli, AS, Florido, P, Gomes, MM. Transtornos do sono: visão geral. Revista Brasileira de Neurologia. Volume 49, Nº 2, Rio de Janeiro. 2013. Disponível em <http://files.bvs.br/upload/S/0101-8469/2013/v49n2/a3749.pdf>. Acesso em 12 jul 2021.

Fisioterapia do Sono

A fisioterapia é uma área da saúde que atua na: **prevenção, promoção e reabilitação.**

Dentre suas diversas áreas, a fisioterapia respiratória ganhou grande espaço na condução do tratamento dos distúrbios do sono, dentre eles, os **distúrbios respiratórios do sono.**



A Apneia Obstrutiva do Sono é a área na qual os fisioterapeutas desempenham um papel significativo.



Fisioterapia do Sono

O fisioterapeuta respiratório tem cada vez mais espaço na condução do tratamento dos distúrbios respiratórios do sono por conta do amplo conhecimento na **fisiologia, fisiopatologia e sistema respiratório.**



O fisioterapeuta respiratório do sono pode emitir laudos e relatórios, realizar indicação, prescrição e aplicação de exercícios terapêuticos para tratamento das disfunções musculares, fisiopatológicas e álgicas do sono, dentre outras atribuições.

Referências

Nerbass FB, Piccin VS, Peruchi BB, Mortari DM, Ikeda DS, Mesquita FOS, et al. Atuação da Fisioterapia no tratamento dos distúrbios respiratórios do sono. ASSOBRAFIR Ciência, vol.6, n2, p.13-30, 2019.

Recomendações práticas para o papel da fisioterapia no manejo dos distúrbios de sono: diretrizes da Associação Brasileira do Sono 2022 / Organização Associação Brasileira do Sono. São Paulo, SP: Segmento Farma Editores, 2022.

RESOLUÇÃO Nº 536, DE 10 DE AGOSTO DE 2021 - exercício da Fisioterapia nos Distúrbios do Sono.