



# NOTÍCIAS

## Distúrbios do sono podem provocar arritmia cardíacas, alerta especialista

Sonolência diurna, acordar cansado e sentir-se estressado são alguns dos sintomas de noites mal dormidas, mas estes não são os mais graves. Estudos publicados no Journal of the American College of Cardiology mostram que distúrbios do sono podem causar problemas cardíacos, principalmente pela alteração do ritmo do coração.

Pessoas que sofrem, por exemplo, de apneia – que se caracteriza por pequenas interrupções durante o sono, afetando consideravelmente a saúde e qualidade de vida do paciente – devem considerar outros problemas de saúde além do distúrbio do sono, principalmente problemas cardíacos. “Pacientes com apneia do sono podem ter arritmia cardíaca, pois a respiração fica mais intensa por causa da obstrução nas vias respiratórias”, explica o especialista em odontologia do sono Eduardo Rollo Duarte.

O especialista destaca que, “durante o sono, os portadores de apneia tem uma reação de relaxamento da faringe, dificultando a passagem do ar, causando, no esforço para respirar, um aumento da pressão sanguínea”. A obstrução das vias respiratórias faz com que o organismo precise de uma força maior para que o ar chegue até o pulmão e possa ser distribuído para o organismo, o que força o coração a bombear o sangue com mais força ou rapidez.

Além disso, tipos diferentes de distúrbios do sono estão associados a também diversos tipos de arritmias. “Pacientes com históricos de problemas cardíacos devem se preocupar ainda mais a qualidade do sono”, afirma o especialista. Por isso, ele recomenda procurar um especialista do sono, pois o aumento da pressão arterial que começa apenas enquanto se dorme, com o tempo, pode se tornar uma rotina. Assim, pacientes com históricos de distúrbios de sono também

deveriam ter um controle da pressão, pois sua variação pode lesionar órgãos como cérebro, coração e rins.

Fonte:

[http://boasaude.uol.com.br/news/index.cfm?news\\_id=8461&mode=browse](http://boasaude.uol.com.br/news/index.cfm?news_id=8461&mode=browse)