

A SÍNDROME DA APNEIA OBSTRUTIVA DO SONO (SAOS)

Uma das perturbações do sono mais comuns

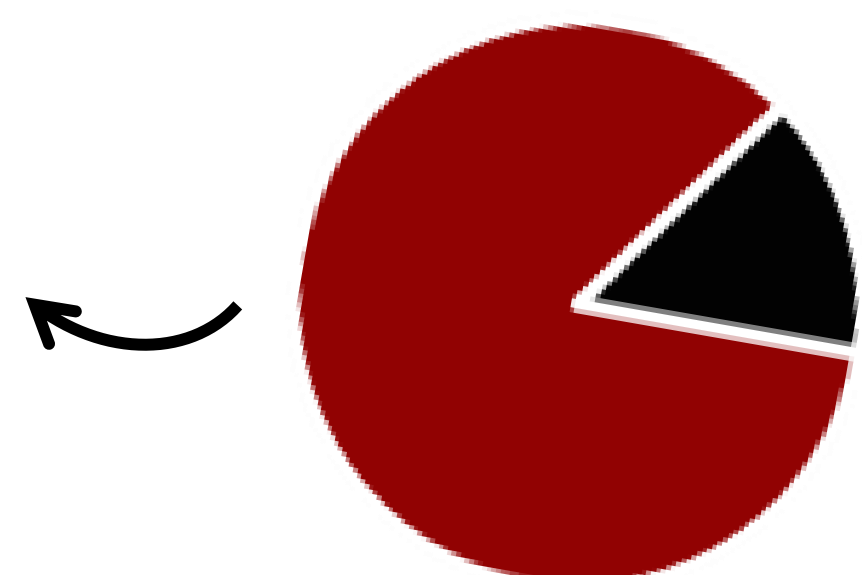


100,000,000

Pessoas no mundo têm SAOS



Diagnosticados



80-90% DOS CASOS NÃO DIAGNOSTICADOS

Números continuam a aumentar devido a:

Obesidade

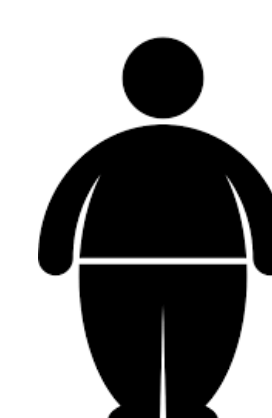
Envelhecimento

O termo *apneia* deriva de *paragem da respiração* - os indivíduos afetados sofrem breves e repetidas interrupções da respiração enquanto dormem

Tais eventos são provocados por episódios de **obstrução das vias respiratórias aéreas** que bloqueiam temporariamente o fluxo respiratório



FATORES DE RISCO



Excesso de peso



Sexo masculino



Envelhecimento



Álcool e sedativos

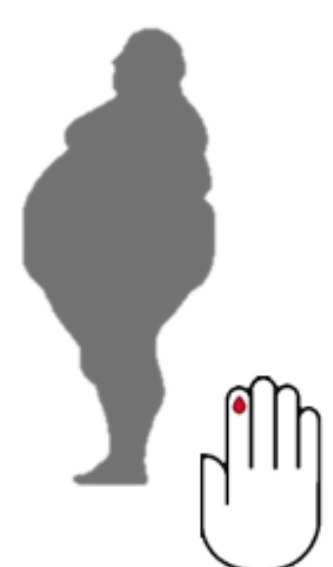
A maioria das interrupções respiratórias são também acompanhadas de **despertares**, ou **micro despertares**, durante o sono

CONSEQUÊNCIAS

Sonolência

Cansaço

Dificuldades na concentração



Doenças metabólicas (diabetes, obesidade, entre outras)

Doenças cardiovasculares



Doenças neurodegenerativas

Cancro

Depressão



Envelhecimento

Morte

DIAGNÓSTICO E TRATAMENTO

Sintomas

Consulta médica (médico de família)

Questionários

Teste em casa

56% dos casos têm de ser confirmados

Polisonografia (PSG)

≈ 600€ por doente

Diagnóstico

SAOS ligeira, moderada ou severa

E cada caso é um caso!

Tratamento

Estilo de vida mais saudável

Máscara CPAP
Outros dispositivos

A inserir frase de ligação com a peça

