



# AVAMP

ASSOCIAÇÃO VALEPARAIBANA  
DE ASSISTÊNCIA MÉDICA POLICIAL

## **Apneia do sono complica o diabetes**

A apneia do sono, distúrbio que provoca interrupções na respiração durante o sono, afeta o controle da glicemia e pode agravar problemas de saúde relacionados ao diabetes. Estudo publicado no American Journal of Respiratory and Critical Care Medicine e realizado pela Universidade de Chicago demonstrou a relação entre a apneia e o descontrole glicêmico.

A pesquisa acompanhou 60 pessoas com diabetes tipo 2 e concluiu também que a apneia do sono é bastante comum entre diabéticos tipo 2. Os pesquisadores verificaram ainda que essa é uma complicação geralmente não diagnosticada, embora o problema possa ser tratado.

Os pacientes acompanhados no estudo tinham idades entre 41 e 77 anos e foram monitorados durante o sono. Do total, 75% tinham apneia do sono e somente cinco tinham sido diagnosticados; 38% - 23 pacientes - foram classificados como tendo apneia em grau leve, 25%, grau moderado e 13% apresentavam apneia severa. A apneia ocorreu em pacientes mais velhos e com maior peso. Quanto maior a severidade do distúrbio, maior o descontrole glicêmico.

Segundo a pneumologista Lia Bittencourt, do Instituto do Sono, ligado à Universidade Federal de São Paulo (Unifesp), transtornos do sono podem também provocar o surgimento de diabetes, mesmo em pacientes não obesos. Mesmo na ausência de obesidade, a apneia do sono pode levar à resistência a insulina e diabetes. "No caso de diabéticos tipo 2, se o sono não for contínuo, sendo interrompido por algum motivo, a resistência à insulina pode aumentar", explica a pneumologista.

