

Neurologia

narcolepsia

Para mais informações
consulte o seu médico.

Pode também obter mais informação
no site da Associação Portuguesa do
Sono em www.apsono.com



SNS SERVIÇO NACIONAL
DE SAÚDE



UNIDADE DE SANTO TIRSO

Tel. 252 830 700 | Fax. 252 858 986
Morada: Largo Domingos Moreira
4780-371 Santo Tirso

UNIDADE DE VILA NOVA DE FAMALICÃO

Tel. 252 300 800 | Fax. 252 312 963
Morada: Rua Cupertino de Miranda s/n
Apartado 31 4761-917 V.N.Famalicão



Centro Hospitalar do Médio Ave, E.P.E.

O que é a narcolepsia?

A narcolepsia é uma doença neurológica que se caracteriza por sonolência excessiva e incontrolável durante o dia, podendo ocorrer episódios de sono súbito (“ataques de sono”).

A prevalência da doença é de 0,03 a 0,05% na população. A doença afeta homens e mulheres em igual proporção sendo a idade de início habitualmente entre os 15 e os 35 anos, embora possa aparecer em qualquer idade.



Quais são os sintomas de narcolepsia?

As pessoas que sofrem desta doença referem os seguintes sintomas principais:

- Sonolência excessiva durante o dia: a sonolência pode ser incontrolável e surgir em alturas inadequadas como durante uma conversa, uma refeição ou a condução, mas habitualmente surge durante atividades monótonas ou repetitivas.

- Cataplexia: cerca de 60% das pessoas com narcolepsia referem episódios transitórios de perda súbita e involuntária do tónus (força) muscular o que provoca a “paralisia” de alguns músculos. Alguns doentes podem cair para o chão sem perda de consciência, outros referem queda da mandíbula ou balanceio da cabeça, por exemplo. Estas situações são precipitadas pelo riso ou emoções fortes e duram segundos a breves minutos.

- Alucinações ao acordar ou ao adormecer: alguns doentes podem referir alucinações, ou seja, ver imagens, ouvir sons e ter sensações. Nos primeiros episódios estes sintomas podem ser assustadores.

- Paralisia do sono: ocorre em cerca de 2/3 dos doentes com narcolepsia e consiste na incapacidade que o doente tem de se mexer, principalmente depois de acordar. Este sintoma é transitório, durando apenas alguns minutos.

- Outras perturbações do sono associadas: sonhos vivos (pesadelos), fragmentação do sono por múltiplos acordares (“microdespertares”) e sono não reparador.

Quais são as causas?

A narcolepsia parece estar associada ao défice de uma substância a nível cerebral (denominada hipocretina) e a uma alteração da normal distribuição das fases do sono. Existe também uma predisposição genética associada: os familiares em primeiro grau de doentes com narcolepsia têm um risco de 1 a 2% de desenvolver a doença.

Como é feito o diagnóstico?

Para o diagnóstico é importante, além das queixas do doente, o estudo do sono ao longo de uma noite (polissonografia). Este estudo permite excluir outras causas mais comuns para a sonolência como a apneia obstrutiva do sono, o efeito de medicamentos, entre outras. Um estudo específico, denominado teste da latências múltiplas do sono permite avaliar a facilidade que a pessoa tem em adormecer, mesmo após uma noite de sono.

Qual é o tratamento desta patologia?

Os doentes com narcolepsia podem ter necessidade de dormir sestas ao longo do dia uma vez que têm dificuldade de se manter acordadas por longos períodos. Devem manter boa higiene do sono, com horários estabelecidos de modo a que durmam o número de horas adequadas e evitar alimentos ou bebidas estimulantes antes de deitar. Uma atividade física regular é também recomendada.

Os sintomas de sonolência diurna excessiva podem ser aliviados com medicamentos estimulantes como o madafinil e o metilfenidato. A cataplexia e a paralisia do sono são habitualmente tratados com fármacos antidepressivos.