

Um conhecimento básico sobre “Narcolepsia”: a doença do sono

Caroline Câmara¹, Dálleb Souza¹, Karyne Soares¹, Michelle Cardoso da Silva²

¹Estudantes do curso de Técnico em Agronegócio integrado ao Ensino Médio, letiva no 1º ano. IFTO-Campus Gurupi – carolinecasb@hotmail.com; dallibdiogo@hotmail.com; liline_gpi@hotmail.com

²Graduada em Direito. TAE- IFTO-Campus Gurupi. e-mail: michelle.silva@ifto.edu.br

Resumo: Este artigo tem como objetivo relatar uma doença que até então é pouco conhecida pela sociedade, pelo fato de ocorrer em uma a cada mil pessoas. A narcolepsia é um distúrbio de etiologia genética caracterizado por sonolência excessiva que, tipicamente, está relacionada com cataplexia e outros fenômenos do sono REM, como a paralisia do sono e as alucinações hipnagógicas, também pode ser um déficit do neurotransmissor denominado orexina no hipotálamo. O sintoma mais expressivo é a “preguiça” e a sonolência diurna, que deixa o indivíduo em perigo ao executar tarefas que mesmo exigindo certo esforço são consideradas normais em nosso dia a dia. Enquanto o ataque de sono está acontecendo à pessoa é incapaz de mover os músculos, o que a previne de reagir fisicamente durante o sono que está tendo. Esses “ataques de sono” geralmente ocorrem depois da pessoa não ter dormido o suficiente durante a noite, mesmo acordando se sentindo descansado. O objetivo da pesquisa é identificar o conhecimento dos entrevistados a respeito da doença. A forma de abordagem a pesquisa é classificada como qualitativa. Utilizou-se do método indutivo, e a pesquisa é classificada como exploratória, através de pesquisa de campo utilizando como método de coleta de dados questionário específico, direcionados aos sujeitos da pesquisa, onde 40 alunos do IFTO – Campus Gurupi foram localizados e estudados.

Palavras-chave: Distúrbios; Narcolepsia; Sonolência excessiva.

1. INTRODUÇÃO

O presente artigo insere-se em um momento no qual o IFTO realiza a 5ª edição da Jornada de Iniciação Científica e Extensão. O presente trabalho tem a finalidade de propiciar aos pesquisadores experiência e, através dela adquirir conhecimento com a pesquisa científica.

Aborda-se sobre a narcolepsia. Assim, para sua definição recorreremos ao dicionário Aurélio no qual aduz que a narcolepsia é “doença caracterizada por períodos de sono breves, repetidos e incontrolláveis; de etiologia desconhecida, pode manifestar-se associada a alucinações hipnagógicas, cataplexia e paralisia do sono.” (FERREIRA, p.1452, 2010)

Compartilha dessa definição Flávio Alóe,:

A narcolepsia é um transtorno neurodegenerativo crônico caracterizado por sonolência excessiva (SE) e manifestações dissociativas do sono REM, como cataplexia, paralisia do sono, alucinações hipnagógicas e sono REM precoce. O significativo impacto psicossocial e funcional da narcolepsia fazem com que sua importância clínica exceda a magnitude da sua prevalência. A narcolepsia em humanos envolve fatores ambientais, agindo em uma plataforma genética autoimune específica com perda neuronal. (ALÓE, 2010)

Ressalta MORGADINHO (2013) que a narcolepsia pode ser dividida em narcolepsia com cataplexia e narcolepsia sem cataplexia, e sua forma secundária pode ser consequência de outra condição médica, como a doença de Parkinson ou um trauma severo de crânio.

A literatura médica aduz que excesso de sono também é capaz de indicar uma disfunção. Ela afeta uma em cada 2 mil pessoas e apesar de dormir a noite toda, o narcoléptico costuma ter

acessos de sono incontroláveis durante o dia. A hipersonolência diurna pode ser um dos principais indícios desse distúrbio e é um problema que pode ter sérias conseqüências, pois o indivíduo está mais sujeito aos acidentes domésticos, de trabalho e de trânsito e enfrenta dificuldades no rendimento escolar e nos relacionamentos sociais.

Não é fácil diagnosticar a narcolepsia. As manifestações geralmente começam durante a adolescência ou início da idade adulta. Apagar sem motivo durante o dia, despertar inúmeras vezes durante a noite e ter sonhos que parecem reais são outros sintomas. As pessoas com narcolepsia apresentam um risco significativamente mais elevado de morte ou de uma lesão grave. Por esta razão, devem ter o cuidado de evitar conduzir e determinadas atividades laborais se a doença não estiver controlada.

Durante a pesquisa de campo foram utilizados como instrumentos de coleta de dados um roteiro de perguntas, que permitiu no transcorrer da pesquisa identificar o real conhecimento dos estudantes do 2º ano do Ensino Médio sobre a narcolepsia, justamente por que seus sintomas podem aparecer na faixa etária dos entrevistados.

Assim, a premissa subjacente para a pesquisa é a de que a falta de informação causa o desconhecimento de mais de 80% dos entrevistados sobre a doença, que ainda não existe uma cura.

2. METODOLOGIA

A metodologia da presente pesquisa teve como referencial pressupostos de abordagem qualitativa e a exploratória que caracterizou-se segundo (GIL, 2002, p. 43), num trabalho que envolve:

Levantamento bibliográfico, entrevistas com pessoas que tiveram (ou tem) experiências práticas com o problema pesquisado e análise de exemplos que estimulem a compreensão. Possui ainda a finalidade básica de desenvolver, esclarecer e modificar conceitos e ideias para a formulação de abordagens posteriores.

O objetivo fora aplicar um questionário no qual pretendemos caracterizar o conhecimento dos alunos no Ensino Médio do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Tocantins sobre a narcolepsia. O lócus da pesquisa foram 40 estudantes, regularmente matriculados no 2º ano do Ensino Médio Integrado ao Agronegócio, no Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Tocantins (IFTO), Campus Gurupi.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os dados coletados na pesquisa foram desenvolvidos no IFTO campus Gurupi, no período de agosto de 2014. Tem por objetivo mapear o conhecimento dos pesquisados sobre as principais causas e/ou motivos, sintomas e tratamentos sobre a narcolepsia.

Os primeiros dados demonstra a distribuição por gênero de todo o universo dos entrevistados 68% (27) do gênero masculino e 32% (13) do gênero feminino. Quanto à faixa etária 5% (2) tem entre 13-15 anos, 80% (32) entre 15-17 anos, 12% (5) entre 17-20 anos e 3% (1) 20 anos ou mais.

O primeiro gráfico temos a indagação se os entrevistados sabem o que é narcolepsia. E 80% (35) responderam que não sabem doença, e 12% (5) disseram que sabem o que é a doença.



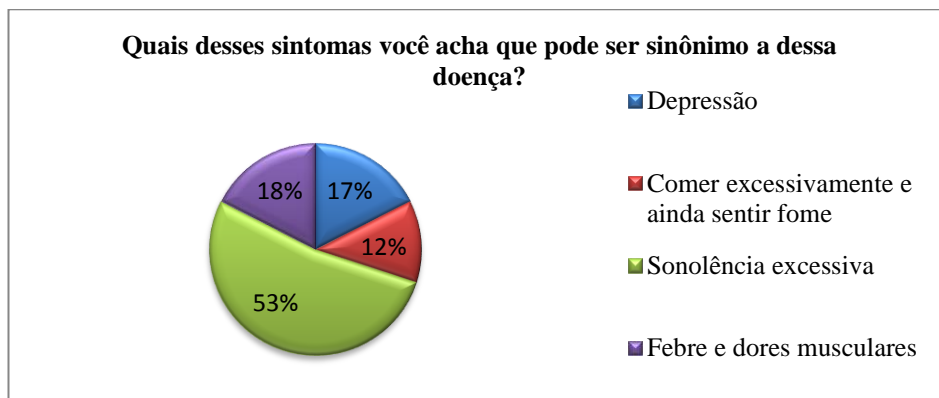
Fonte: Dados primários

Quanto aos sintomas da doença, revela-se ataques irresistíveis de sono, episódios temporários de fraqueza muscular, paralisia do sono e alucinações hipnagógicas que se assemelham a sonhos, elas envolvem a visão e a audição e, possivelmente, outros sentidos (alucinações que ocorrem durante o adormecer ou durante o despertar).

Esses períodos duram cerca de 20 minutos cada, embora possam ser mais longos. Geralmente, ocorrem após as refeições, mas podem ocorrer enquanto a pessoa dirige ou quando fala com alguém, dentre outras situações. A paralisia do sono acontece quando a pessoa não consegue se mover assim que acorda, também pode acontecer no início da sonolência.

A maioria dos ataques dura menos de 30 segundos e pode passar despercebida, a cabeça de repente cai para frente, a mandíbula se folga, e os joelhos travam, nos casos mais graves, a pessoa pode cair e ficar paralisada por até vários minutos.

Indagados sobre os sintomas da doença, 53% dos entrevistados acham ser a sinônimo de sonolência excessiva.



Fonte: Dados primários

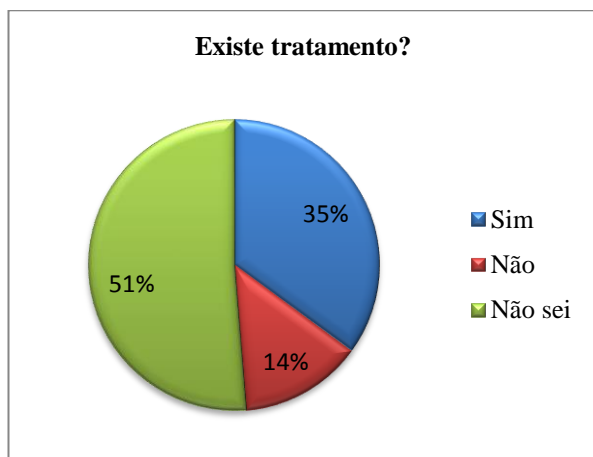
Sobre as causas e conseqüências, 90% dos entrevistados não souberam responder. Fatores genéticos estão envolvidos na narcolepsia, que é causada por alteração no equilíbrio existente entre algumas substâncias químicas (neurotransmissores) situados numa região do cérebro – o hipotálamo, responsável pela produção de um neurotransmissor específico (hipocretina). A hipocretina é uma substância que atua como estimulante em diversas áreas do cérebro, e na sua ausência, ocorre um estado de sonolência excessiva. O doente com narcolepsia

pela sonolência incapacitante apresenta deficiências a vários níveis: profissional, familiar e social.

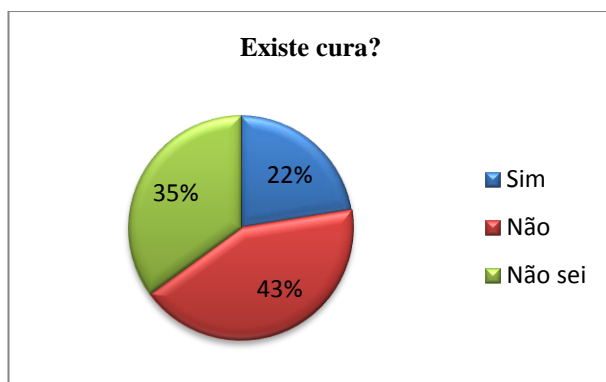
Em geral, o distúrbio está associado a um alelo ligado ao complexo maior de histocompatibilidade, ou seja, a uma proteína relacionada com a sonolência excessiva durante o dia. Em cães, o gene responsável pela narcolepsia já foi isolado. A cataplexia, isto é, a perda súbita e reversível da força muscular durante a vigília, é o único sintoma exclusivo da narcolepsia. Os outros são: sonolência diurna excessiva, anormalidades do sono REM, paralisia muscular e alucinações hipnagógicas.

Sobre o tratamento, 51% afirmaram não saber seu tratamento e 43% afirmaram não existir cura.. Condições que podem causar a narcolepsia incluem: insônia e outros Distúrbios do sono; Síndrome das pernas inquietas; Convulsões; Apneia do sono; Outras doenças do sistema nervoso, psiquiátricas e físicas.

Outros exames possíveis para o diagnóstico da narcolepsia são: ECG (mede a atividade elétrica do coração); Eletro encefalograma (mede as atividades do cérebro); Monitoramento da respiração; Testes genéticos para identificar o gene da narcolepsia.



Fonte: Dados primários



Fonte: Dados primários

Apesar de ser uma doença tão frequente quanto à esclerose múltipla, muitos profissionais de saúde ainda não estão preparados para o diagnóstico correto. Infelizmente, muitos portadores

de narcolepsia ainda hoje são incorretamente diagnosticados e tratados como sendo portadores de outras doenças como distúrbios psiquiátricos e epilepsia.

6. CONCLUSÕES

Neste trabalho abordamos sobre narcolepsia, uma doença que é causada por alterações no equilíbrio existente entre algumas substâncias químicas situadas numa região do cérebro, o hipotálamo.

Após a aplicação do questionário, podemos analisar qual era o grau de conhecimento das pessoas no ambiente onde estávamos realizando a pesquisa, e chegamos a conclusão que mais de 50 por cento das pessoas entrevistadas não tem total conhecimento da doença.

Abordamos também alguns sintomas, como o excesso de sono, fraqueza muscular, paralisia do sono, entre outros. Com este artigo conseguimos cumprir todos os objetivos que nos tínhamos proposto que foi ter e transmitir um maior conhecimento dessa doença, já que a mesma é tão rara e pouco conhecida.

REFERÊNCIAS

ALBERT EINSTEIN SOCIEDADE BENEFICENTE ISRAELITA BRASILEIRA. **Narcolepsia: bem além da preguiça**. Disponível em: <http://www.einstein.br/einstein-saude/em-dia-com-a-saude/Paginas/narcolepsia-bem-alem-da-preguica.aspx>. Acesso em 29 de ago. 2014.

ALÓE, Flávio. **Diretrizes brasileiras para o diagnóstico da narcolepsia**. Revista Brasileira de Psiquiatria. vol 32, nº 3, set2010. Disponível em: (<http://www.scielo.br/pdf/rbp/v32n3/aop1410.pdf>)

VARELLA, Dráuzio. **Distúrbios do sono: Narcolepsia**. Disponível em: <http://drauziovarella.com.br/letras/n/narcolepsia/>. Acesso em: 29 de ago. 2014.

GIL, Antonio Carlos. **Como Elaborar Projetos de Pesquisa**. 4 ed. São Paulo: Atlas. 2002.

FERREIRA, Aurélio Buarque de Holanda. **Dicionário Aurélio da Língua Portuguesa**. 5ed. Curitiba: Positivo, 2010.

HEAL. **Narcolepsia**. Disponível em: http://ec.bledar.com/narcolepsia#ox_treatments-and-drugs. Acesso em: 29 de ago. 2014

HMSPORTUGAL. **O que é narcolepsia?**. Disponível em: <http://hmsportugal.wordpress.com/2011/03/18/o-que-e-narcolepsia/>. Acesso em: 29 de ago. 2014.

MINHA VIDA. **Narcolepsia**. Disponível em: <http://www.minhavidacom.br/saude/temas/narcolepsia>. Acesso em: 29 de ago. 2014.



POLISONO. **narcolepsia: tratamento e sintomas (cataplexia)**. Disponível em: <http://www.polisono.com.br/disturbios-sono/narcolepsia-cataplexia.asp>. Acesso em: 29 de ago. 2014.

MARCONI, Marina de Andrade; LAKATOS, Eva Maria. **Metodologia do trabalho científico**. 6 ed. São Paulo: Atlas, 2006

MORGADINHO, Fernando. **Narcolepsia: bem além da preguiça**. Disponível em: <http://www.einstein.br/einstein-saude/em-dia-com-a-saude/Paginas/narcolepsia-bem-alem-da-preguica.aspx>)