

2023-03-17 15:37:54

<http://justnews.pt/noticias/lidel-lanca-livro-sono-para-medicina-geral-e-familiar>

## Lidel lança livro «Sono para Medicina Geral e Familiar»

A editora Lidel acaba de anunciar o lançamento de um livro sobre o sono e dedicado especialmente à Medicina Geral e Familiar. A obra chegará durante a próxima semana às bancas e conta com a participação de 26 especialistas de diversas especialidades médicas.

A coordenação está a cargo de Susana Sousa, pneumologista, Ana Rita Peralta, neurologista e assistente da Faculdade de Medicina da Universidade de Lisboa, Ana Santa Clara, psiquiatra e parte integrante do Centro de Electroencefalografia e Neurofisiologia Clínica, e ainda António Bugalho, pneumologista e elemento do Serviço de Pneumologia do Hospital CUF Descobertas e do Hospital CUF Tejo.

### **O sono como "um sinal vital"**

Na Nota Introdutória do livro, os coordenadores esclarecem qual o objetivo: "Facultar aos clínicos uma revisão atualizada e baseada na melhor evidência científica nesta área específica, promovendo e melhorando os cuidados de quem necessita de ajuda e assistência. (...) Para que o sono passe a ser avaliado como um sinal vital, é necessário conhecer a sua fisiologia, evolução ao longo da vida e a forma de abordar, diagnosticar, orientar ou tratar os principais distúrbios do sono."

Durante a obra os autores dedicam-se à compreensão do sono normal, à sua evolução ao longo da vida e à fisiologia básica. Ao longo dos capítulos são retratados temas relativos à avaliação clínica, que englobam a estruturação da anamnese e exame objetivo, bem como a solicitação dos principais exames complementares nesta área.

O livro termina com 23 subcapítulos, onde os autores descrevem as doenças do sono mais frequentes, organizadas de modo a que este manual seja "uma ferramenta útil na prática clínica".

Ainda de acordo com a editora, é certo que os médicos internos e especialistas de Medicina Geral e Familiar são os principais destinatários, mas o livro é considerado relevante igualmente para médicos e internos de várias especialidades, estudantes de Medicina e outros profissionais da área de saúde.

**Conteúdos Abordados:**

- Fisiologia básica do sono
- Sono normal e evolução ao longo da vida
- Classificação das doenças do sono
- Sintomas e exame físico na avaliação do sono
- Questionários em patologia do sono
- Exames complementares de diagnóstico (testes em laboratório de sono, imagiologia e avaliação laboratorial e outros exames)
- Apneia obstrutiva do sono, bruxismo, Cheyne-Stokes e apneia central do sono, distúrbios do ritmo circadiano, doença cardiovascular, doença endócrina, doença neurológica, doença psiquiátrica, doença respiratória, dor, hipersónias, iatrogenia, insónia, narcolepsia, obesidade e síndromes de hipoventilação, parassónias, pernas inquietas e movimentos periódicos dos membros, privação de sono, roncopatia, sono e exercício, sono e nutrição, sono na grávida e na puérpera e impacto cultural, social, laboral e jurídico do sono.