



X NEUROCOR

VI PRÊMIO CUSHING PAZZANESE

DISTÚRBIOS DO SONO E SUAS IMPLICAÇÕES NEURODEGENERATIVAS: UMA REVISÃO DE LITERATURA

Júlia Ayumi Funatu de Souza¹; Maria Luisa Schincke Figueiredo²; Gabriella Corrêa Leite³; Maria Clara Ali de Godoy³; Bianca de Oliveira Bisognin³; Victor Campeão Francisco⁴; Lucas Scrocaro Gracioli^{5*}.

- 1- Discente do curso de Enfermagem na Universidade de Marília (UNIMAR) - Marília, São Paulo;
- 2- Discente do curso de Medicina na União das Faculdades dos Grandes Lagos (UNILAGO) - São José do Rio Preto, São Paulo;
- 3- Discente do curso de Medicina na Universidade Cesumar (UniCesumar) - Maringá, Paraná;
- 4- Discente do curso de Medicina na Universidade de Marília (UNIMAR) - Marília, São Paulo;
- 5- Docente do curso de Medicina na União das Faculdades dos Grandes Lagos (UNILAGO) - São José do Rio Preto, São Paulo - Orientador.

INTRODUÇÃO: O sono é um processo biológico fundamental essencial para manter a saúde do cérebro e o bem-estar geral. Na atualidade, os distúrbios do sono têm se tornado comuns, devido às demandas contínuas e às obrigações sociais. Nesse sentido, estudos têm demonstrado uma conexão entre distúrbios do sono, comprometimento cognitivo leve, doença de Parkinson e demência - incluindo a doença de Alzheimer. **OBJETIVO(S):** O presente trabalho tem como objetivo avaliar os efeitos e os mecanismos de ação da qualidade do sono, associando os distúrbios do sono ao declínio cognitivo e patologias neurodegenerativas. **METODOLOGIA:** Trata-se de uma revisão integrativa de literatura, realizada a partir do PubMed. Dois autores, de forma independente, selecionaram 11 artigos publicados entre 2015 e 2025, em português, inglês e espanhol, utilizando os seguintes descritores: "Sleep disorders" "Neurological disorders" "Neurodegenerative disorders" e termos relacionados. Foram descartados os

trabalhos duplicados, do tipo letter, incompletos, sem acesso disponível, ou que não atendiam aos objetivos do estudo. RESULTADOS: Demonstrou-se relação entre a insônia e o risco de demências, devido à elevação do cortisol, inflamação e estresse oxidativo. Um ensaio clínico, realizado com 7444 mulheres de 65 a 80 anos, evidenciou que a duração do sono (<6 horas/noite e > 8 horas/noite) está associada ao maior risco de demência, independentemente dos riscos vasculares. Em outro estudo, constatou-se relação entre a diminuição do neurotransmissor GABA (ácido gama-aminobutírico), induzida pelos distúrbios do sono, à Doença de Parkinson (DP). DISCUSSÃO: A relação entre distúrbios do sono e demência envolve diversos mecanismos, incluindo a insônia, cuja ativação sustentada do eixo hipotálamo-hipófise-adrenal eleva o cortisol, inflamação e estresse oxidativo. Além disso, a privação do sono e a apneia obstrutiva do sono prejudicam a depuração de proteínas neurotóxicas, associadas à patogênese da doença. Evidenciou-se uma associação entre a duração do sono e o declínio cognitivo, enquanto outro estudo expressou melhora expressiva da memória de trabalho ao aplicar uma intervenção adequada do sono, mas nenhum impacto devido ao sono insuficiente. Portanto, a associação entre distúrbios do sono e Doença de Alzheimer permanece contraditória, demandando mais estudos. Na DP, constatou-se que a insônia subclínica e a curta duração do sono reduzem o neurotransmissor GABA no cérebro, o qual possui um efeito protetor contra a degeneração dos neurônios dopaminérgicos. Portanto, essa redução favorece a degeneração neuronal. CONCLUSÕES: Distúrbios do sono atuam como fatores de risco e marcadores de patologias neurodegenerativas, influenciando declínio cognitivo e progressão de demências e doença de Parkinson. Entretanto, são necessários mais estudos para que associações fortemente significativas sejam feitas. PALAVRAS-CHAVE: Demência; Doença de Parkinson; Doença de Alzheimer; Distúrbios do sono.