

ADESÃO AO CPAP NA APNEIA DO SONO: REVISÃO DE ENSAIOS CLÍNICOS RANDOMIZADOS RECENTES ODS (3)

Bruna dos Santos Silva (Universidade de Taubaté)
Renata Barreto de Mattos Benedito (Universidade de Taubaté)
Gustavo Luiz Naves Del Nero (Universidade de Taubaté)
Letícia Cunha Montandon (Universidade de Taubaté)
Vinícius Notário Ligerio (Universidade de Taubaté)

A apneia obstrutiva do sono (AOS) é uma condição caracterizada por episódios repetidos de obstrução das vias aéreas superiores durante o sono, levando a fragmentação do sono, hipoxemia intermitente e aumento do risco cardiovascular, além de impactar a qualidade de vida. A adesão ao tratamento com pressão positiva contínua nas vias aéreas (CPAP) é essencial para o controle da doença, porém permanece um desafio significativo, motivando a investigação de estratégias para melhorar a aceitação e a persistência do uso do dispositivo. Esta revisão bibliográfica teve como objetivo analisar estudos randomizados recentes sobre intervenções que favoreçam a adesão ao CPAP e explorar alternativas terapêuticas complementares. Foram encontrados 12 artigos a partir de uma estratégia de busca no PubMed, utilizando ((Sleep apnea) OR ("Sleep apnoea") OR ("Obstructive sleep apnea") OR (OSA)) AND ((CPAP) OR ("Continuous positive airway pressure") OR (PAP)) AND ((Adherence) OR (Compliance) OR (Persistence) OR (Tolerance) OR ("Barriers to treatment") OR (Acceptance) OR ("Long-term use") OR (Dropout)), considerando apenas ensaios clínicos randomizados publicados no último ano. Um artigo foi excluído por não fazer o uso de CPAP, totalizando 11 estudos para presente revisão. Entre as intervenções analisadas, destacou-se o uso de vídeos educativos curtos, que demonstraram aumento significativo da adesão ao CPAP em pacientes adultos, especialmente em indivíduos com maior escolaridade e menor índice de massa corporal. Outros estudos investigaram abordagens farmacológicas, como a combinação de corticosteroide intranasal e anti-histamínico, mostrando benefício restrito a subgrupos específicos de pacientes com pressões menores de 15 cm H₂O. Intervenções estruturadas em clínicas multidisciplinares e programas de apoio entre pares também foram associadas a melhorias na adesão, coordenação do cuidado e satisfação do paciente, evidenciando a importância de estratégias integradas de manejo. Pesquisas comparativas entre CPAP, pressão fixa, novos dispositivos como o Kairos PAP e aparelhos de avanço mandibular (MAS) indicaram que, embora o CPAP seja mais eficaz na redução de eventos respiratórios, a adesão tende a ser maior com dispositivos alternativos, sugerindo que a escolha individualizada do tratamento pode otimizar resultados clínicos. Estudos exploratórios adicionais

avaliaram biomarcadores, como endocan, e fármacos adjuvantes, incluindo tirzepatide e pitolisante, com efeitos positivos sobre sonolência diurna e parâmetros metabólicos, independentemente do uso do CPAP. Em síntese, as evidências recentes destacam que intervenções educativas, suporte multidisciplinar e escolha personalizada do dispositivo contribuem significativamente para melhorar a adesão ao CPAP, reduzindo complicações da AOS e promovendo maior qualidade de vida. Conclui-se que estratégias combinadas, que considerem fatores clínicos, comportamentais e tecnológicos, apresentam potencial para otimizar o tratamento a longo prazo da apneia do sono, ressaltando a necessidade de estudos adicionais para validar e ampliar essas abordagens.

Palavras-chave: Apneia obstrutiva do sono; CPAP; Adesão; Intervenções educativas; Qualidade de vida.