



fotos: arquivo pessoal

Sono agitado pode ser considerado novo transtorno do sono na infância

Estudo inédito na *Sleep Medicine* mostra que existem evidências suficientes para a classificação de um novo transtorno do sono que pode explicar uma **queixa comum nos consultórios pediátricos**.

Na casa da fonoaudióloga Maria Carolina Furlan, mãe do Theo, 10 anos, e do Noah, 4 anos, as noites costumam ser bem agitadas. Enquanto o mais velho adormece rápido e dorme tranquilamente a noite toda, o pequeno Noah resiste a dormir e, pelo menos quatro vezes na semana, vai para a cama dos pais durante a madrugada.

“O Noah está sempre muito ligado e é difícil para dormir, fica resistindo. Passa mais de uma hora e pede para contar histórias, inventa desculpas para sair da cama. Depois que dorme, umas quatro vezes na semana vai para a nossa cama. Ele chuta e empurra, falo que parece que ele quer a cama para ele”, conta Maria Carolina. Ela explica que o filho se movimenta muito durante o sono, e não é raro acordar de ponta cabeça.

A fonoaudióloga relata que a movimentação do filho ao longo da noite impacta no sono dela e, principalmente, do marido que fica irritado e já precisou sair algumas vezes da cama para dormir no sofá.



foto: arquivo pessoal

Segundo a **Dra. Rosana Cardoso Alves**, neuropediatra e especialista em Medicina do Sono, queixas de sono infantil agitado são muito frequentes no dia a dia do consultório. “É aquela criança que tem uma movimentação excessiva durante o sono. A mãe comenta

que o filho se movimenta demais, não pára em nenhuma posição, acorda em posição diferente daquela que dormiu e acorda até no chão”, conta.

Nova classificação

Reportado na literatura médica desde a década de 1970, o sono infantil agitado vem ganhando mais atenção da comunidade médica e científica, tanto que a revista *Sleep Medicine* (Volume 75, Novembro 2020) está publicando um artigo em que especialistas sugerem a definição de uma nova doença do sono, denominada “Transtorno do Sono Agitado ou Transtorno do Sono Inquieto” (do original: *Restless Sleep Disorder* - RSD). A nomenclatura em português ainda merece discussão.

O artigo “*Consensus diagnostic criteria for a newly defined pediatric sleep disorder: restless sleep disorder (RSD)*” foi elaborado por 10 médicos internacionais, especialistas em Medicina do Sono, que revisaram 250 artigos científicos sobre o tema, discutiram suas próprias experiências e critérios diagnósticos para a definição do novo distúrbio do sono. As recomendações foram revisadas e endossadas pelo Comitê Executivo do Grupo Internacional de Estudo da Síndrome das Pernas Inquietas (IRLSSG).

Os pesquisadores concluíram que existem evidências suficientes para classificar uma nova



Mariana Carolina Furlan com o filho Noah

entidade clínica, considerando a aplicação em crianças e adolescentes com idades entre 6 e 18 anos. “Está sendo descrita uma doença nova, com uma nova classificação e critérios do ponto de vista diagnóstico que, no futuro, irão ajudar a trazer opções de tratamento para melhorar a condição dessas crianças”, explica Dra. Rosana Cardoso Alves.

O artigo descreve oito critérios essenciais para orientar o diagnóstico do transtorno do sono agitado no público pediátrico. São eles:

- 1.** Queixa de sono inquieto/ agitado relatado por um familiar ou cuidador.
- 2.** Movimentação excessiva que envolva grandes grupos musculares, como o corpo inteiro ou os quatro membros, diferenciando da Síndrome das Pernas Inquietas em que a movimentação é mais restrita às pernas.
- 3.** Movimentos ocorrem durante o sono ou próximo do início do sono, o que caracteriza que se trata de um transtorno do sono.
- 4.** Documentação por meio da vídeo-polissonografia, mostrando um índice total de cinco ou mais movimentos por hora de sono.
- 5.** Ocorrência dos sintomas de, pelo menos, três vezes por semana.
- 6.** Presença do sono agitado pelo período mínimo de três meses.
- 7.** Impacto clínico com alterações comportamentais, sociais ou de aprendizado, como sonolência excessiva durante o dia que cause irritabilidade ou impulsividade, fadiga e outras alterações de comportamento.
- 8.** O transtorno do sono agitado não é explicado por outros transtornos do sono, como apneia obstrutiva do sono, síndrome das pernas inquietas, transtorno rítmico do movimento, insônia, ou até uma crise convulsiva.

“Muitas vezes não conseguíamos dar um nome adequado para essa queixa tão comum no consultório. Tentávamos encontrar outras causas, mas muitos pacientes ficavam sem uma definição, apesar do impacto no dia a dia da

criança. Agora os médicos pediatras e especialistas do sono podem fazer um diagnóstico mais específico, contribuindo para a melhora do sono da criança”, analisa Dra. Rosana Cardoso Alves.

A partir desse estudo, a expectativa é que a comunidade médica desenvolva novas diretrizes para definir os melhores caminhos de tratamento do transtorno do sono agitado, além da aplicação a faixas etárias menores que também costumam apresentar esses sintomas.

Outras causas devem ser pesquisadas

Dra. Rosana Cardoso Alves lembra que outros transtornos do sono podem estar relacionados ao sono agitado na criança, por exemplo, o ronco e apneia do sono e a síndrome das pernas inquietas, que impactam o sono. “No caso da apneia, a criança procura uma posição melhor para dormir, por isso, se movimenta muito tentando melhorar as condições da própria via aérea. Aquelas que têm pernas inquietas, por exemplo, apresentam uma movimentação periódica excessiva das pernas e pode ser outra causa que se confunde com sono agitado”, explica a neurologista.

Outras condições associadas ao sono agitado são as parassonias do sono, como terror noturno, sonambulismo e despertar confusional que podem ser confundidas com o sono agitado, mostrando que existem vários diagnósticos possíveis para serem investigados. ■

REFERÊNCIA

Lourdes M. DelRosso et al. *Consensus diagnostic criteria for a newly defined pediatric sleep disorder: restless sleep disorder (RSD)*. *Sleep Medicine*. Volume 75, November 2020, pages 335-340. <https://doi.org/10.1016/j.sleep.2020.08.011>

Transtorno infantil do sono agitado

- Presença de queixa de sono agitado/ inquieto.
- Grandes movimentos corporais durante o sono.
- Documentação por vídeo-polissonografia de cinco ou mais movimentos grandes corporais por hora.
- Ocorrência de, no mínimo, três vezes por semana e por, pelo menos, três meses.
- Comprometimento clinicamente significativo
- Outros transtornos não explicam o sono agitado.

