



Núcleo de Estudos em Fisiopatologia Respiratória e Sono  
Associação Portuguesa de Cardiopneumologistas

Caros colegas,

Quando iniciamos os estudos nem sempre temos uma ideia concreta do que será o futuro. Quando escolhi a Cardiopneumologia, com todas as certezas que se podem ter aos 18 anos, não duvidei que era aqui que iria acontecer o meu. Após conhecer o que significa ser cardiopneumologista, após entender como as pessoas depositam em nós a sua confiança e as suas vidas, dia após dia, amei ainda mais esta profissão do que no dia em que a escolhi. Mas, como em todas as coisas, desejamos sempre mais e crescer com a profissão é uma necessidade. Nesta profissão fazemos sempre o melhor pelos outros e por isso temos que ser melhores todos os dias. E foi assim que nasceu esta ideia, a de dinamizar o Núcleo de Estudos de Fisiopatologia Respiratória e Sono da Associação Portuguesa de Cardiopneumologistas. Após a ideia foi necessário encontrar os companheiros de aventura. Não hesitei na escolha destes, nem nas suas recomendações. Neste momento reunimos a vontade e a inspiração para trabalhar em prol da Cardiopneumologia.

Gostaríamos de convidar os interessados em fisiopatologia respiratória e sono a interagir connosco, com ideias e planos, e principalmente com vontade de trabalhar e evoluir. Façam chegar a nós a vossa opinião, o vosso contributo, para que juntos possamos crescer com a Cardiopneumologia.

Espero ter a vossa companhia nesta aventura!

Ana Cristina da Silva Lutas

Coordenadora do Núcleo de Estudos em Fisiopatologia Respiratória e Sono da Associação Portuguesa de Cardiopneumologistas



## Agenda de Eventos

**20/03/2015 – 22/03/2015**

20º Congresso Português de Cardiopneumologia - Póvoa do Varzim

**21/03/2015**

Workshop Ventilação 360º – 20º Congresso Português de Cardiopneumologia – Póvoa do Varzim

**22/03/2015**

Workshop Oxigenoterapia – 20º Congresso Português de Cardiopneumologia – Póvoa do Varzim



## Dia Mundial da Espirometria 2014

No passado dia 27 de Setembro, o NEFiRS tomou a iniciativa de comemorar o Dia Mundial da Espirometria junto da população. Nesse sentido, foi realizado um rastreio espirométrico no parque das Nações, junto à Gare do Oriente.

Este evento foi realizado com o apoio científico e institucional da European Respiratory Society (ERS), da European Lung Foundation (ELS) e da Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Lisboa (ESTeSL), e ainda com o apoio, indispensável, da Associação Nacional dos Alistados das Formações Sanitárias (ANAFS) e da Tecnifar.

O objectivo do NEFiRS ao realizar esta acção foi sensibilizar a população para a patologia respiratória e dar a conhecer a espirometria e a sua importância como exame essencial no diagnóstico e controlo destas doenças. Esta comemoração contou ainda com a presença do Dr. Pedro Martins, em representação da Sociedade Portuguesa de Alergologia e Imunologia Clínica, e do Professor João Lobato, em representação da ESTeSL, assim como estimado colega e associado.

### Resultados

Foram realizadas 45 espirometrias, das quais 35 eram compatíveis com um padrão ventilatório dentro dos limites do normal. Foram detectadas alterações ventilatórias obstrutivas em 7 indivíduos, entre os quais 4 de gravidade moderada e 3 de gravidade ligeira. Os restantes 4 participantes tinham uma espirometria compatível, por critérios espirométricos, com um padrão ventilatório restritivo.

Todos os participantes foram esclarecidos quanto aos resultados da espirometria, tendo-lhes sido entregue uma cópia da mesma. Foi ainda sugerida a entrega do exame ao seu médico assistente e/ou de família.

Confluindo com o objectivo inicial desta acção, foram distribuídos panfletos pela população geral, participantes e não participantes, com informações acerca da espirometria e da sua importância no diagnóstico e controlo da doença respiratória.

### Algumas considerações...

O NEFiRS gostaria de agradecer a todos os intervenientes que, de forma direta ou indireta, puderam contribuir para esta acção, tornado-a possível.

Contamos ainda com todos vós para acções futuras.

## Correspondência

Este espaço servirá como plataforma de interação com os sócios e demais cardiopneumologistas. Temos a ambição de estabelecer um contacto próximo e com sentido na evolução, esclarecimento e partilha de conhecimentos entre todos os colegas.

De forma a contribuir para este espaço, é favor enviar email para [nefirs@aptec.pt](mailto:nefirs@aptec.pt).

Ficamos à espera.

## Notícias

### Dia Mundial do Sono

Este ano, a 13 de março foi celebrado o dia mundial do Sono. Este marco pretende alertar o público acerca da importância do sono na saúde e no bem estar, na educação, no contexto social e na condução. Aconteceram várias celebrações, entre as quais o simpósio "Sono, a quanto obrigas" organizado pela Associação Portuguesa de Cronobiologia e Medicina do Sono" e o lançamento de uma linha de apoio do sono, 707 100 015, com o objectivo de melhorar a qualidade do sono dos portugueses. Mais informações acerca do dia mundial do Sono em <http://worldsleepday.org>.

## Inspira opinião...

(cada newsletter terá um texto de opinião, onde um colega cardiopneumologista irá comentar um artigo de referência sobre um tema em destaque)

### Novas Guidelines da American Academy of Sleep Medicine – Critérios de dessaturação na classificação de hipopneia

“Rules for Scoring Respiratory Events in Sleep: Update of the 2007 AASM Manual for the Scoring of Sleep and Associated Events” tem duas definições para hipopneias: a recomendada, que identifica hipopneia como sendo uma redução do fluxo aéreo durante 10 segundos em 30%, associado a uma dessaturação igual ou superior a 4%, ou a alternativa como sendo uma redução do fluxo aéreo durante 10 segundos em 50%, associado a uma dessaturação igual ou superior a 3% ou a existência de despertares.

“The New AASM Criteria for Scoring Hypopneas: Impact on The Apnea Hypopnea Index” é um estudo que tem como objetivo comparar o índice de Apneia e Hipopneia usando três definições publicadas pela American Academy of Sleep Medicine (AASM) para hipopneia: 1ª definição (AHI Chicago) “redução do fluxo aéreo superior a 50%, associado a uma dessaturação superior a 3% ou a existência de despertares”; 2ª definição “recomendada (AHI rec)” que consiste na “redução do fluxo aéreo igual ou superior 30%, associado a uma dessaturação igual ou superior a 4%”; 3ª definição “alternativa (AHI alt)” que consiste na “redução do fluxo aéreo igual ou superior 50%, associado a uma dessaturação igual ou superior a 3% ou a existência de despertares”.

Este estudo teve a participação de um número considerável de doentes (328, cinco dos quais excluídos) 323 com média de idades de 51 anos, 211 homens e 112 mulheres com índice de massa corporal médio de 32,7 Kg/m<sup>2</sup>, com avaliação por Polissonografias Nível 1 da eficiência de sono médio de 76,6% e um índice médio de despertares de 22,1/hora.

Nas conclusões deste estudo, ficou demonstrado que o uso de diferentes definições leva a resultados diferentes de AHI, o que penso ser perfeitamente natural.

O comentário que me oferece fazer a este estudo, é a prova da impossibilidade de obtenção de uma definição de critérios únicos, não existindo consenso para o conceito de hipopneia.

Outro ponto que realço é o facto deste estudo se basear em polissonografias de nível 1. O estudo ao incluir a avaliação de AHI com as definições de “AHI chicago” e “AHI alt” impõe a possibilidade de avaliação da estrutura de sono para obtenção de um dos critérios dessas definições que são os “despertares”.

Finalmente concluirei que a definição “AHI rec” será a única a utilizar no scoring das Poligrafias Respiratórias.

Luís Quintão Caldeira

Cardiopneumologista, Técnico Responsável da Clinica do Sono em Lisboa desde 1992

A edição desta newsletter é da responsabilidade do Núcleo de Estudos em Fisiopatologia Respiratória e Sono da Associação Portuguesa de Cardiopneumologistas. Distribuição electrónica. Periodicidade trimestral.