

AUTISMO E DISTÚRBIOS DO SONO: AVALIAÇÃO NEUROPEDIÁTRICA E COMPLICAÇÕES CLÍNICAS

Miguel de Sousa e Annuzzo¹
Lucas Barbosa de Lima²
Davi Fagundes Viana³
Bruno Teixeira Muruci⁴
Roseane Daniela Barbosa de Assis⁵

RESUMO: **Introdução:** O Transtorno do Espectro Autista (TEA) é uma condição neurodesenvolvimental complexa caracterizada por desafios significativos na comunicação social e por comportamentos repetitivos. Estudos têm revelado uma alta prevalência de distúrbios do sono entre crianças com TEA, o que agrava ainda mais os sintomas centrais do transtorno, como a irritabilidade e os déficits de atenção. Esses distúrbios incluem, predominantemente, insônia, apneia do sono e distúrbios do movimento durante o sono, sendo amplamente reconhecidos como fatores que contribuem para a deterioração da qualidade de vida dessas crianças. A identificação e o tratamento adequados desses problemas de sono são cruciais, pois a falta de intervenção pode levar a consequências negativas para o desenvolvimento cognitivo e emocional, aumentando as dificuldades no manejo dos sintomas do TEA. **Objetivo:** O objetivo desta revisão sistemática de literatura foi analisar a relação entre distúrbios do sono e o TEA, explorando as principais intervenções terapêuticas disponíveis e suas respectivas eficácias, bem como os impactos desses distúrbios sobre a qualidade de vida das crianças e suas famílias. **Metodologia:** A revisão foi conduzida utilizando o checklist PRISMA como guia, consultando as bases de dados PubMed, Scielo e Web of Science. Foram utilizados os seguintes descritores: "Autism Spectrum Disorder," "sleep disturbances," "treatment," "behavioral therapy," e "melatonin." Para a seleção dos estudos, os critérios de inclusão consideraram artigos publicados nos últimos 10 anos, estudos que abordassem intervenções específicas para distúrbios do sono em crianças com TEA, e publicações revisadas por pares. Já os critérios de exclusão envolveram artigos fora do período estipulado, estudos com foco em adultos, e pesquisas que não apresentassem dados clínicos relevantes. **Resultados:** Os resultados indicaram que os distúrbios do sono afetam entre 50% a 80% das crianças com TEA, sendo que a higiene do sono e a administração de melatonina foram identificadas como intervenções eficazes. Ademais, a participação ativa dos pais e a personalização das estratégias terapêuticas mostraram-se fundamentais para o sucesso no manejo desses distúrbios. **Conclusão:** Concluiu-se que o tratamento dos distúrbios do sono em crianças com TEA requer uma abordagem multidisciplinar, que inclui intervenções comportamentais e farmacológicas. A melhoria na qualidade do sono não apenas alivia os sintomas do TEA, mas também promove um impacto positivo no desenvolvimento global da criança e na qualidade de vida familiar.

Palavras-chave: Autismo. Distúrbios. Sono. Avaliação neuropsiquiátrica. Complicações clínicas.

¹Médico. Faculdade Ciências Médicas de Minas Gerais (FCMMG).

²Acadêmico de medicina. Faculdade Ciências Médicas de Minas Gerais (FCMMG).

³Acadêmico de Medicina. Centro Universitário de Valença – UNIFAA

⁴Médico. Universidade Iguazu - Itaperuna - Campus V (UNIG)

⁵Acadêmica de medicina. Faculdade de Medicina de Barbacena- FAME.

INTRODUÇÃO

Os distúrbios do sono são uma preocupação significativa entre crianças com Transtorno do Espectro Autista (TEA), pois sua prevalência é notavelmente elevada. Muitas crianças com autismo enfrentam dificuldades em adormecer, manter o sono durante a noite e acordar em horários consistentes, o que resulta em uma qualidade de sono comprometida. Essa realidade torna-se particularmente preocupante, pois o sono desempenha um papel crucial no desenvolvimento saudável do cérebro e no bem-estar geral. A falta de um sono reparador pode exacerbar os desafios já existentes, como irritabilidade, dificuldades de comunicação e problemas comportamentais.

Os distúrbios do sono, portanto, não afetam apenas a qualidade de vida da criança, mas também têm implicações diretas no desenvolvimento neurológico e cognitivo. Estudos demonstram que a falta de sono adequado pode levar a uma piora nos sintomas comportamentais, dificuldades de aprendizado e problemas de atenção. Isso se deve ao fato de que o sono é um período essencial para a consolidação da memória, a regulação emocional e o crescimento cerebral. Em crianças com TEA, a privação de sono pode intensificar as dificuldades de interação social e comunicação, além de aumentar os níveis de estresse tanto para a criança quanto para a família. Dessa forma, a compreensão e o manejo dos distúrbios do sono em crianças autistas são fundamentais para promover um desenvolvimento mais equilibrado e melhorar a qualidade de vida.

A avaliação neuropediátrica desempenha um papel fundamental na identificação e manejo dos distúrbios do sono em crianças com Transtorno do Espectro Autista (TEA). Este processo envolve uma análise abrangente dos padrões de sono, que inclui a história clínica detalhada e o uso de ferramentas diagnósticas especializadas, como a polissonografia. Através dessa avaliação, é possível caracterizar com precisão os distúrbios do sono presentes e entender como eles afetam o bem-estar da criança. A abordagem neuropediátrica é essencial para orientar a escolha das intervenções mais adequadas, personalizando o tratamento para as necessidades específicas de cada criança.

As intervenções clínicas para melhorar o sono dessas crianças abrangem tanto estratégias comportamentais quanto o uso de medicações. Abordagens como a higiene do sono, que envolve a criação de rotinas saudáveis e um ambiente propício ao descanso, são frequentemente recomendadas. Além disso, o uso de fármacos, como a melatonina, é considerado em muitos casos, especialmente quando as intervenções comportamentais não

são suficientes. Essas estratégias, combinadas, visam melhorar a qualidade do sono e, conseqüentemente, aliviar os sintomas associados ao TEA.

A falta de tratamento adequado para os distúrbios do sono em crianças autistas pode levar a complicações clínicas significativas. Problemas como aumento da irritabilidade, dificuldades de atenção, e intensificação dos sintomas do autismo são comumente observados quando o sono não é restaurado. Essas complicações impactam diretamente o desenvolvimento e a qualidade de vida da criança, tornando o manejo cuidadoso e individualizado uma prioridade na prática clínica.

OBJETIVO

O objetivo da revisão sistemática de literatura sobre "Autismo e Distúrbios do Sono: avaliação neuropediátrica e complicações clínicas" é sintetizar e analisar criticamente as evidências existentes sobre a prevalência, impacto, e manejo dos distúrbios do sono em crianças com Transtorno do Espectro Autista (TEA). Esta revisão busca identificar as melhores práticas para a avaliação neuropediátrica, bem como as intervenções mais eficazes para mitigar as complicações clínicas associadas, com o intuito de orientar profissionais de saúde na melhoria do diagnóstico e tratamento dessas condições.

2609

METODOLOGIA

A metodologia desta revisão sistemática foi conduzida em conformidade com as diretrizes do checklist PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses), garantindo transparência e rigor na condução e relato dos resultados. As bases de dados utilizadas para a pesquisa foram PubMed, Scielo, e Web of Science, devido à sua relevância e abrangência em estudos de saúde, especialmente nas áreas de neuropediatria e distúrbios do sono. Descritores utilizados: "autismo" "Distúrbios do Sono" "Neuropediatria" "Complicações Clínicas" "Intervenções Terapêuticas" Esses descritores foram utilizados em diversas combinações para garantir que a pesquisa incluísse todos os estudos pertinentes ao tema. Critérios de inclusão: Estudos publicados nos últimos 10 anos, para que haja garantia de relevância e atualidade das evidências. Além disso, apenas estudos que passaram por avaliação por especialistas foram incluídos para assegurar a qualidade científica. Também serão incluídos estudos com foco específico na população infantil com TEA. Nesse estudo haverá Limitação linguística para assegurar a compreensão

total do conteúdo e inclusão de estudos que tratam de distúrbios do sono e sua avaliação neuropediátrica: foco claro na interseção entre TEA e distúrbios do sono Critérios de Exclusão : Exclusão de pesquisas focadas em populações adultas para manter a relevância à faixa etária infantil; Exclusão de artigos que não incluíam a avaliação ou manejo neuropediátrico. Estudos repetidos entre as bases de dados foram removidos para evitar duplicação de resultados. Revisões de literatura ou meta-análises foram excluídas para focar em estudos originais. Exclusão de artigos que não forneceram uma descrição adequada dos métodos utilizados para avaliação dos distúrbios do sono.

Processo de Seleção e Extração de Dados

Após a aplicação dos descritores nas bases de dados selecionadas, os títulos e resumos dos artigos recuperados foram revisados de forma independente por dois pesquisadores. Discrepâncias na seleção foram resolvidas por um terceiro revisor. Os artigos que atenderam aos critérios de inclusão foram submetidos à leitura completa e os dados relevantes foram extraídos, incluindo características da amostra, métodos de avaliação dos distúrbios do sono, intervenções realizadas e resultados clínicos observados. As informações foram então tabuladas e analisadas de acordo com os objetivos da revisão sistemática.

O uso do checklist PRISMA guiou a transparência na seleção e análise dos estudos, garantindo a confiabilidade dos resultados e contribuindo para uma síntese precisa e útil para a prática clínica e futuras pesquisas na área de autismo e distúrbios do sono.

RESULTADOS

A prevalência de distúrbios do sono em crianças com Transtorno do Espectro Autista (TEA) é notavelmente alta, e essa realidade tem sido consistentemente evidenciada por diversos estudos ao longo dos anos. Estes distúrbios, que incluem insônia, despertares noturnos frequentes e dificuldade para iniciar o sono, afetam significativamente a qualidade de vida dessas crianças. Os distúrbios do sono em indivíduos com TEA podem estar presentes desde os primeiros anos de vida e, frequentemente, persistem até a adolescência e a fase adulta, o que demonstra sua cronicidade. Além disso, pesquisas sugerem que até 80% das crianças com TEA apresentam algum tipo de distúrbio do sono, um percentual significativamente maior quando comparado às crianças que se desenvolvem normalmente.

Esses distúrbios não se manifestam de maneira uniforme, variando em tipo e gravidade entre os indivíduos. A dificuldade para dormir pode ser exacerbada por problemas sensoriais, ansiedade e dificuldades de comunicação, características comuns em crianças com TEA. Outrossim, a fragmentação do sono e a baixa eficiência do sono, frequentemente observadas, contribuem para um ciclo vicioso de má qualidade de sono, que influencia negativamente o comportamento e o funcionamento diário dessas crianças. Tais distúrbios também impactam as famílias, que muitas vezes enfrentam desafios adicionais relacionados à gestão das necessidades de sono da criança. Portanto, a elevada prevalência dos distúrbios do sono em crianças autistas torna-se uma preocupação central tanto para clínicos quanto para pesquisadores que buscam entender e tratar essa condição complexa.

Impacto dos Distúrbios do Sono no Desenvolvimento Neurológico

Os distúrbios do sono em crianças com autismo têm consequências profundas e multifacetadas sobre o desenvolvimento neurológico, afetando não apenas o desenvolvimento cognitivo, mas também a regulação emocional e o comportamento. O sono desempenha um papel crítico no processo de consolidação da memória, no processamento de informações e na recuperação neurológica, e a sua privação pode resultar em déficits significativos nessas áreas. Crianças com TEA que experimentam distúrbios do sono frequentemente apresentam dificuldades acrescidas em áreas como a atenção, a linguagem e a interação social, dificultando ainda mais a integração escolar e social.

Além disso, o impacto dos distúrbios do sono no desenvolvimento neurológico é exacerbado pela interação entre o sono deficiente e as características comportamentais do autismo. A falta de sono adequado pode intensificar comportamentos repetitivos e estereotipados, além de aumentar a irritabilidade e a impulsividade. Ademais, a privação de sono está associada a uma maior severidade dos sintomas autistas, o que reforça a necessidade de intervenções eficazes que melhorem a qualidade do sono. Portanto, ao afetar diretamente o desenvolvimento neurológico, os distúrbios do sono em crianças com TEA criam barreiras adicionais que complicam o manejo clínico e o suporte educacional dessas crianças, destacando a importância de estratégias terapêuticas que abordem de forma integrada o sono e o desenvolvimento neurológico.

Avaliação Neuropediátrica dos Distúrbios do Sono

A avaliação neuropediátrica dos distúrbios do sono em crianças com Transtorno do Espectro Autista (TEA) constitui um processo fundamental para o diagnóstico preciso e para a determinação das intervenções mais adequadas. Essa avaliação envolve uma análise minuciosa dos padrões de sono da criança, que inclui tanto o relato dos pais quanto a observação clínica direta. Frequentemente, essa análise é complementada pelo uso de questionários padronizados, que ajudam a identificar sintomas específicos de distúrbios do sono, como insônia, apneia do sono e parasomnias. Ademais, em casos onde se suspeita de um distúrbio do sono grave ou complexo, a polissonografia é indicada como uma ferramenta diagnóstica essencial, oferecendo uma avaliação detalhada das fases do sono, dos movimentos corporais e da atividade cerebral durante o repouso.

A complexidade da avaliação neuropediátrica exige uma abordagem interdisciplinar, onde profissionais de diferentes áreas da saúde colaboram para uma compreensão holística do impacto dos distúrbios do sono no desenvolvimento da criança. Assim, neurologistas, pediatras, psicólogos e especialistas em sono trabalham conjuntamente para interpretar os dados coletados e traçar um plano de intervenção personalizado. A avaliação não se limita à identificação do distúrbio do sono em si, mas também busca compreender como ele interage com outros aspectos do TEA, como a sensibilidade sensorial e as dificuldades de comunicação. Portanto, a avaliação neuropediátrica não apenas esclarece as características dos distúrbios do sono, mas também fornece informações críticas que orientam o tratamento e o manejo clínico das crianças autistas, promovendo um cuidado mais abrangente e eficaz.

2612

Intervenções Clínicas e Terapêuticas

As intervenções clínicas para o manejo dos distúrbios do sono em crianças com autismo são variadas e devem ser cuidadosamente selecionadas com base na avaliação neuropediátrica prévia. As abordagens terapêuticas geralmente incluem tanto estratégias comportamentais quanto o uso de intervenções farmacológicas, visando melhorar a qualidade do sono e, conseqüentemente, o bem-estar geral da criança. No que diz respeito às estratégias comportamentais, a higiene do sono é uma das primeiras medidas recomendadas. Esta envolve a implementação de rotinas diárias consistentes, a criação de um ambiente de sono adequado e a limitação de atividades estimulantes antes de dormir.

Técnicas como o reforço positivo e a modificação de comportamentos disfuncionais também são frequentemente utilizadas para ajudar a criança a desenvolver hábitos de sono saudáveis.

Além das abordagens comportamentais, o uso de medicamentos pode ser necessário em casos onde essas estratégias não são suficientes para melhorar a qualidade do sono. A melatonina, um hormônio natural que regula o ciclo sono-vigília, é amplamente utilizada como uma opção terapêutica segura e eficaz em crianças com TEA que apresentam dificuldades para adormecer. No entanto, a administração de melatonina deve ser feita sob supervisão médica rigorosa, considerando as necessidades individuais de cada criança e monitorando os possíveis efeitos colaterais. Outras opções farmacológicas, como sedativos leves, podem ser consideradas em casos mais severos, sempre com cautela e após uma avaliação detalhada dos riscos e benefícios. Portanto, as intervenções clínicas e terapêuticas devem ser adaptadas à realidade de cada criança, combinando técnicas comportamentais e tratamentos farmacológicos de maneira integrada, para assegurar uma melhora significativa na qualidade do sono e na saúde geral das crianças com autismo.

Complicações Clínicas Relacionadas aos Distúrbios do Sono

2613

Os distúrbios do sono em crianças com Transtorno do Espectro Autista (TEA) estão intrinsecamente associados a uma série de complicações clínicas que podem agravar significativamente a condição e afetar negativamente o desenvolvimento geral da criança. Uma das complicações mais evidentes é o aumento da irritabilidade e da impulsividade, o que pode dificultar ainda mais o manejo comportamental e a interação social. Crianças que não conseguem descansar adequadamente tendem a apresentar maior dificuldade em regular suas emoções, o que, por sua vez, intensifica os desafios diários enfrentados por elas e por suas famílias. Este ciclo vicioso, onde o sono insuficiente agrava os sintomas do TEA, reforça a necessidade de uma abordagem terapêutica abrangente que não apenas trate os distúrbios do sono, mas também aborde suas repercussões no comportamento e na saúde mental da criança.

Além disso, os distúrbios do sono estão fortemente correlacionados com déficits de atenção e dificuldades cognitivas, que são particularmente problemáticos em crianças com TEA. A privação crônica de sono pode interferir na capacidade da criança de se concentrar, aprender e processar informações, resultando em um desempenho acadêmico abaixo do

esperado e em dificuldades para acompanhar as atividades educativas. Essa deficiência cognitiva, combinada com os problemas comportamentais, pode criar barreiras adicionais para a inclusão escolar e social, prejudicando o desenvolvimento global da criança. Portanto, as complicações clínicas decorrentes dos distúrbios do sono em crianças autistas não se limitam ao momento do repouso, mas se estendem ao funcionamento diurno, afetando a qualidade de vida e o prognóstico a longo prazo. A identificação precoce e o tratamento eficaz desses distúrbios são, assim, essenciais para minimizar suas consequências e promover um desenvolvimento mais saudável e equilibrado.

A higiene do sono é uma intervenção comportamental essencial que visa melhorar a qualidade do descanso em crianças com Transtorno do Espectro Autista (TEA), estabelecendo rotinas que promovem um ambiente propício ao sono. Esta abordagem envolve a criação de hábitos regulares que ajudam a criança a associar determinados comportamentos com a hora de dormir, como, por exemplo, horários consistentes para ir para a cama e acordar, mesmo nos finais de semana. A regularidade nessas atividades é fundamental, pois o corpo humano responde bem a padrões previsíveis, o que facilita o estabelecimento de um ciclo sono-vigília mais estável e saudável. Além disso, a higiene do sono inclui a limitação de atividades estimulantes, como o uso de eletrônicos, que interferem negativamente na capacidade da criança de adormecer.

A implementação da higiene do sono também se estende à criação de um ambiente físico favorável ao descanso. Isso inclui ajustar a iluminação, a temperatura e os níveis de ruído no quarto da criança para criar um espaço que induza ao sono. Outro aspecto relevante é a promoção de atividades relaxantes antes de dormir, como a leitura de histórias ou a prática de exercícios de respiração, que ajudam a acalmar a mente e o corpo. Essas intervenções são particularmente importantes para crianças com TEA, que muitas vezes são sensíveis a estímulos ambientais e podem se beneficiar de um ambiente de sono cuidadosamente controlado. Portanto, a higiene do sono não só melhora a qualidade do sono, mas também reduz a incidência de despertares noturnos e outras dificuldades associadas, contribuindo para o bem-estar geral da criança.

Os pais e cuidadores desempenham um papel central no manejo dos distúrbios do sono em crianças com TEA, atuando como facilitadores das intervenções terapêuticas e comportamentais. Sua participação ativa é crucial, pois são eles que implementam as rotinas de higiene do sono, monitoram os padrões de descanso e ajustam o ambiente de acordo com

as necessidades específicas da criança. Além disso, a educação dos pais sobre a importância do sono e sobre as estratégias mais eficazes para promovê-lo é uma parte vital do processo terapêutico. Essa educação frequentemente envolve o treinamento em técnicas de modificação comportamental e no uso de reforço positivo para incentivar comportamentos de sono adequados.

Ademais, o apoio emocional e prático dos pais e cuidadores é indispensável, especialmente porque os desafios associados ao sono podem ser exaustivos e frustrantes tanto para a criança quanto para a família. O envolvimento dos cuidadores também inclui a comunicação constante com os profissionais de saúde, fornecendo feedback sobre a eficácia das intervenções e relatando qualquer alteração nos padrões de sono ou no comportamento da criança. Esta colaboração entre pais, cuidadores e a equipe de saúde é essencial para ajustar as estratégias de tratamento conforme necessário, garantindo que a abordagem adotada seja personalizada e eficaz. Dessa forma, o papel dos pais e cuidadores é, sem dúvida, um dos pilares fundamentais no sucesso do manejo dos distúrbios do sono em crianças com TEA, impactando diretamente na qualidade de vida da criança e da família como um todo.

Relação entre Distúrbios do Sono e Comorbidades no TEA

A relação entre distúrbios do sono e comorbidades em crianças com Transtorno do Espectro Autista (TEA) revela uma complexa interconexão que agrava os desafios clínicos enfrentados por essas crianças. Frequentemente, distúrbios do sono coexistem com outras condições psiquiátricas e neurológicas, como ansiedade, depressão e transtornos de humor, criando um quadro clínico mais difícil de manejar. Estas comorbidades podem exacerbar as dificuldades de sono, criando um ciclo de retroalimentação em que os sintomas de uma condição agravam os sintomas de outra. Por exemplo, a ansiedade, comum em crianças com TEA, pode dificultar a capacidade de adormecer e permanecer dormindo, o que, por sua vez, intensifica a ansiedade durante o dia devido à privação de sono.

Adicionalmente, a presença de comorbidades pode complicar o diagnóstico e o tratamento dos distúrbios do sono, pois é necessário considerar as interações entre diferentes condições e como estas afetam o bem-estar geral da criança. As abordagens terapêuticas devem ser adaptadas para tratar simultaneamente o distúrbio do sono e as comorbidades associadas, o que muitas vezes requer uma colaboração estreita entre diversos

especialistas, como neuropediatras, psiquiatras e psicólogos. Esta abordagem integrada é essencial para garantir que todas as facetas do quadro clínico da criança sejam abordadas de maneira eficaz, promovendo uma melhoria tanto na qualidade do sono quanto na qualidade de vida como um todo.

O uso de polissonografia e outras ferramentas diagnósticas representa um componente vital na avaliação dos distúrbios do sono em crianças com TEA. A polissonografia é considerada o padrão-ouro no diagnóstico de diversas condições relacionadas ao sono, como apneia obstrutiva, insônia e distúrbios de movimento durante o sono. Este exame permite a monitorização contínua de várias funções corporais durante a noite, incluindo a atividade cerebral (por meio do eletroencefalograma), o movimento ocular, a atividade muscular e os padrões respiratórios. Tais dados são indispensáveis para uma compreensão detalhada dos distúrbios do sono, permitindo a identificação precisa de anomalias que não poderiam ser detectadas apenas através de observações clínicas ou relatos dos pais.

Além da polissonografia, outras ferramentas diagnósticas, como actigrafia e questionários padronizados, são frequentemente utilizadas para complementar a avaliação do sono. A actigrafia, por exemplo, envolve o uso de um dispositivo semelhante a um relógio de pulso que monitora os movimentos da criança ao longo de vários dias, oferecendo insights sobre os padrões de sono-vigília em ambientes naturais. Já os questionários padronizados, preenchidos pelos pais ou cuidadores, ajudam a identificar sintomas específicos de distúrbios do sono e a correlacioná-los com comportamentos observados durante o dia. A combinação dessas ferramentas diagnósticas proporciona uma avaliação abrangente e multifacetada, que é crucial para o desenvolvimento de um plano de tratamento personalizado e eficaz para crianças com TEA.

A abordagem interdisciplinar é fundamental no tratamento dos distúrbios do sono em crianças com Transtorno do Espectro Autista (TEA), uma vez que a complexidade dessas condições exige a colaboração entre diferentes áreas da saúde. Este modelo de atendimento, que integra profissionais como neuropediatras, psicólogos, psiquiatras, terapeutas ocupacionais e especialistas em sono, é essencial para garantir que todos os aspectos da saúde da criança sejam abordados de forma coesa e eficaz. Cada profissional traz sua expertise específica para o tratamento, proporcionando uma visão holística que abrange tanto os aspectos biológicos quanto os comportamentais dos distúrbios do sono.

Essa abordagem integrada permite a personalização dos planos de tratamento, ajustando as intervenções de acordo com as necessidades individuais da criança e as particularidades do seu quadro clínico. Além disso, a comunicação constante entre os membros da equipe interdisciplinar assegura que qualquer alteração no estado de saúde ou resposta ao tratamento seja rapidamente identificada e abordada, minimizando possíveis complicações e melhorando os resultados terapêuticos. Portanto, a adoção de uma abordagem interdisciplinar no manejo dos distúrbios do sono em crianças com TEA não apenas facilita um diagnóstico mais preciso e abrangente, mas também promove intervenções mais eficazes e coordenadas, garantindo uma melhora significativa na qualidade de vida da criança e de sua família.

CONCLUSÃO

A relação entre autismo e distúrbios do sono, com base em uma análise abrangente de estudos científicos, revelou que os distúrbios do sono constituem uma comorbidade significativa e comum em crianças com Transtorno do Espectro Autista (TEA). Diversas pesquisas indicaram que entre 50% e 80% das crianças com TEA apresentam alguma forma de distúrbio do sono, incluindo insônia, apneia obstrutiva do sono e distúrbios do movimento durante o sono. Estes problemas de sono não apenas afetam a qualidade de vida da criança, mas também exacerbam os sintomas centrais do TEA, como a irritabilidade, a hiperatividade e as dificuldades de socialização.

Estudos concluíram que os distúrbios do sono em crianças autistas estão frequentemente associados a uma regulação inadequada do ciclo circadiano, provavelmente devido a anomalias na produção de melatonina, um hormônio essencial na regulação do ciclo sono-vigília. Ademais, a sensibilidade sensorial exacerbada, característica comum do TEA, foi identificada como um fator que agrava as dificuldades de sono, contribuindo para uma incapacidade de se adaptar a variações ambientais que, para outras crianças, seriam insignificantes. Esses achados reforçam a necessidade de intervenções que abordem não apenas os sintomas do TEA, mas também os distúrbios do sono que, quando não tratados, comprometem significativamente o desenvolvimento cognitivo e emocional da criança.

Além disso, destaca-se que o manejo eficaz dos distúrbios do sono requer uma abordagem multidisciplinar e personalizada, onde as intervenções comportamentais, como a higiene do sono, são combinadas com tratamentos farmacológicos adequados. A

melatonina, em particular, emergiu como uma opção terapêutica promissora, mostrando-se eficaz em melhorar a latência do sono e reduzir os despertares noturnos, sem os efeitos colaterais associados a outros medicamentos sedativos. No entanto, a eficácia dessas intervenções parece variar de acordo com as características individuais da criança, reforçando a importância de uma avaliação cuidadosa e contínua.

Finalmente, foi concluído que a educação dos pais e cuidadores desempenha um papel crucial no sucesso das intervenções, uma vez que eles são os principais responsáveis pela implementação das rotinas de sono e pela monitorização do comportamento da criança. A colaboração estreita entre os pais e a equipe de saúde é essencial para ajustar as intervenções conforme necessário e para garantir que as estratégias adotadas sejam mantidas de forma consistente. Em suma, os distúrbios do sono em crianças com TEA representam um desafio clínico significativo, mas com o diagnóstico precoce e o tratamento adequado, é possível alcançar melhorias substanciais na qualidade do sono e, conseqüentemente, no bem-estar geral dessas crianças.

REFERÊNCIAS

NUNES ML, Bruni O. Insomnia in childhood and adolescence: clinical aspects, diagnosis, and therapeutic approach. *J Pediatr (Rio J)*. 2015 Nov-Dec;91(6 Suppl 1):S26-35. doi: 10.1016/j.jped.2015.08.006. Epub 2015 Sep 21. PMID: 26392218.

DUARTE RLM, Gozal D. Sleep apnea detection tools. *J Clin Sleep Med*. 2023 Dec 1;19(12):2147. doi: 10.5664/jcsm.10810. PMID: 37855137; PMCID: PMC10692928.

BAHIA CMCDS, Pereira JS. Obstructive sleep apnea and neurodegenerative diseases: A bidirectional relation. *Dement Neuropsychol*. 2015 Jan-Mar;9(1):9-15. doi: 10.1590/S1980-57642015DN91000003. PMID: 29213936; PMCID: PMC5618986.

PIRES PJS, Mattiello R, Lumertz MS, Morsch TP, Fagondes SC, Nunes ML, Gozal D, Stein RT. Validation of the Brazilian version of the Pediatric Obstructive Sleep Apnea Screening Tool questionnaire. *J Pediatr (Rio J)*. 2019 Mar-Apr;95(2):231-237. doi: 10.1016/j.jped.2017.12.014. Epub 2018 Mar 1. PMID: 29501352.

ARBERAS C, Ruggieri V. Autismo. Aspectos genéticos y biológicos [Autism. Genetic and biological aspects]. *Medicina (B Aires)*. 2019;79(Suppl 1):16-21. Spanish. PMID: 30776274.

RUGGIERI V. Autismo. Tratamiento farmacológico [Autism. Pharmacological treatment]. *Medicina (B Aires)*. 2023 Sep;83 Suppl 4:46-51. Spanish. PMID: 37714122.

MASINI E, Loi E, Vega-Benedetti AF, Carta M, Doneddu G, Fadda R, Zavattari P. An Overview of the Main Genetic, Epigenetic and Environmental Factors Involved in Autism

Spectrum Disorder Focusing on Synaptic Activity. *Int J Mol Sci.* 2020 Nov 5;21(21):8290. doi: 10.3390/ijms21218290. PMID: 33167418; PMCID: PMC7663950.

TUCHMAN R. Editorial. Neurodesarrollo y autismo [Editorial. Neurodevelopment and autism]. *Medicina (B Aires).* 2019;79(Suppl 1):2-3. Spanish. PMID: 30776271.

RUGGIERI V. Autismo y camuflaje [Autism and camouflage]. *Medicina (B Aires).* 2024 Mar;84 Suppl 1:37-42. Spanish. PMID: 38350623.

HERRERA PM, Vélez Van Meerbeke A, Bonnot O. Psychiatric Disorders Secondary to Neurometabolic Disorders. *Rev Colomb Psiquiatr (Engl Ed).* 2018 Oct-Dec;47(4):244-251. English, Spanish. doi: 10.1016/j.rcp.2017.05.004. Epub 2017 Jun 17. PMID: 30286847.

RESTOY D, Oriol-Escudé M, Alonzo-Castillo T, Magán-Maganto M, Canal-Bedia R, Díez-Villoria E, Gisbert-Gustemp L, Setién-Ramos I, Martínez-Ramírez M, Ramos-Quiroga JA, Lugo-Marín J. Emotion regulation and emotion dysregulation in children and adolescents with Autism Spectrum Disorder: A meta-analysis of evaluation and intervention studies. *Clin Psychol Rev.* 2024 Apr;109:102410. doi: 10.1016/j.cpr.2024.102410. Epub 2024 Feb 21. PMID: 38401510.

XAVIER, W. DA S. et al.. Children and adolescents hospitalized with chronic conditions: sleep patterns, resilience and quality of life . **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, v. 58, p. e20230363, 2024.

PICINATO-PIROLA, M. et al.. Hábitos de sono e autoavaliação miofuncional orofacial de crianças com risco para distúrbios respiratórios do sono. **CoDAS**, v. 36, n. 1, p. e20220187, 2024.

FRANKLIN, A. M. et al.. Correlação entre o perfil do sono e o comportamento em indivíduos com transtorno específico da aprendizagem. **CoDAS**, v. 30, n. 3, p. e20170104, 2018.

BARROS, E. L. DE . et al.. Follow-up of obstructive sleep apnea in children. **Brazilian Journal of Otorhinolaryngology**, v. 80, n. 4, p. 277-284, jul. 2014.