



## Qualidade de vida: dormir bem é preciso.

Tradicionalmente, avalia-se a presença e a intensidade de determinada doença mediante pesquisa de sintomas característicos e de parâmetros funcionais objetivos. Já, a melhora ou não desses sintomas e parâmetros costuma ser empregada na aferição da eficácia do tratamento instituído. Embora não existam dúvidas de que tais aspectos sejam importantes e de que nunca devam ser negligenciados, sua capacidade de determinar os efeitos das doenças sobre a saúde do indivíduo, bem como a eficácia do tratamento, nem sempre é adequada ou suficiente.

Na atualidade são incontáveis as evidências de que a percepção da doença, por parte do paciente, é diferente daquela do médico. Esse é, sem dúvida alguma, um elemento a ser ponderado e que, não raro, fornece informações distintas daquelas obtidas pela mera avaliação do quadro clínico. Nesse sentido, profissionais da saúde têm se mostrado cada vez mais interessados na avaliação da qualidade de vida e da satisfação do paciente, paralelamente à de outras características relacionadas à doença ou ao seu tratamento.

A rinite alérgica (RA), embora não seja uma doença grave, é capaz de alterar de forma significativa a qualidade de vida dos pacientes, seu desempenho e produtividade no trabalho e seu aprendizado escolar. Por estar associada freqüentemente a outras condições mórbidas determina ainda, significativo impacto socioeconômico.

É fundamental ressaltar que prejuízos físicos, psicológicos e sociais são vivenciados não apenas por adultos, mas também por crianças e adolescentes com RA. De maneira geral, os pacientes sentem-se incomodados pelos sintomas propriamente ditos, particularmente pela obstrução nasal, coriza e espirros. Sentem-se frustrados e irritados por não conseguirem dormir bem à noite e estarem exaustos durante o dia. Vivenciam, ainda, sintomas não nasais que causam desconforto tais como: sede, baixa concentração e cefaléia. Consideram muito desgastantes alguns problemas de ordem prática como, por exemplo, a necessidade de carregar lenços e de assuar o nariz "o tempo todo".

Nos pacientes com RA os distúrbios do sono - consequência não apenas dos sintomas típicos da doença, notadamente da obstrução nasal, mas também da atuação de mediadores químicos que participam de sua fisiopatologia – são bastante freqüentes e causam impacto inquestionável na qualidade de vida.

Neste número, publicamos o estudo de Montovani e colaboradores que avaliaram distúrbios do sono em pacientes com rinite alérgica. Empregando método simples, prático e acessível além de demonstrarem freqüência significativa de queixas relacionadas ao sono, constataram condições precárias de higiene no domicílio dos pacientes.

Ao concluir os autores enfatizam, de forma bastante oportuna e pertinente, a importância das orientações quanto às medidas de higiene do ambiente e do sono como elementos fundamentais na prevenção dos distúrbios respiratórios obstrutivos e suas repercussões na qualidade de vida.

**Profa. Dra. Inês Cristina Camelo-Nunes**

Doutora em Medicina pela UNIFESP-EPM

Profa. Titular da Disciplina Imunologia e

Reumatologia - UNISA