

A LINHA TÊNUE ENTRE O SONO E EPILEPSIA: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA

**Loanda Carvalho Ribeiro Oliveira, Ana Paula de Melo Guimarães, Ysis Gomes Campos,
Jacqueline Cássia de Castro**

RESUMO

DOI: 10.47094/CESMED.2025/11

INTRODUÇÃO: O sono é um momento de restauração e regulação, sobretudo quando se trata do metabolismo energético e no auxílio no funcionamento fisiológico adequado. As perturbações do sono tem consequências significativas e comprometem a qualidade de vida, pessoas com epilepsia sofrem mais comumente distúrbios de sono além de disfunções diárias. Assim evidencia-se uma correlação entre sono e epilepsia, a presença de um influencia no outro, uma relação bilateral. As convulsões são disfunções temporárias em que ocorrem atividades neuronais excessivas, as descargas podem ocorrer em diversos locais do sistema nervoso central e gerarem variados sintomas. Tem múltiplas causas e alguns fatores que podem desencadear crises e também evitar seu aparecimento. Dentre os fatores desencadeantes encontra-se desregulação no sono e até mesmo a epilepsia noturna, isso ocorre, pois diferentes áreas podem ser afetadas e também variados estímulos que ocorrem ao longo do ciclo sono-vigília podem ser gatilhos. **OBJETIVOS:** Evidenciar por meio de uma revisão sistemática da literatura a correlação entre epilepsia e sono e como um influencia no outro e seus desbalanços na qualidade de vida. **METODOLOGIA:** Esta revisão sistemática foi elaborada com base em uma pesquisa realizada por meio de um levantamento de dados publicados entre 2015 e 2025. As bases de dados consultadas foram SciELO e Google Scholar. Nas buscas, os seguintes descritores, em língua portuguesa, inglesa e espanhola, foram utilizados: “epilepsia”, “sono” e “qualidade de vida”. Utilizando os operadores booleanos “AND”, “OR” para junção dos descritores utilizados para rastreamento das publicações conforme os critérios do DeCS/MeSH. Foram identificadas 8207 publicações e após análise 10 foram selecionadas. **RESULTADOS:** Após uma análise minuciosa dos 10 artigos selecionados, concluiu-se que existe uma correlação bilateral entre o sono e epilepsia, seja o sono como gatilho para convulsões noturnas, já que ao longo de suas diversas fases o sono NREM facilita atividades epiléticas e o sono REM inibe essa atividade ou sua má qualidade pode ser um fator desencadeante e diminuir a qualidade de vida dos indivíduos. As medicações antiepiléticas possuem efeitos variados; podendo tanto produzir resultados benéficos quanto participar da deterioração do sono por meio de insônia juntamente com sonolência diurna piorando a qualidade de vida dos pacientes, relacionando-se a transtornos mentais, o principal associado é a depressão. Alterações em neurotransmissores, desregulação intracelular e desbalanço iônico externo

pode alterar a frequência das ondas com oscilações espontâneas e sincronizadas que podem se desenvolver em atividades epiléticas. **CONCLUSÃO:** A relação sono e epilepsia é bidirecional. Um acaba por influenciar o outro, porém ainda são necessários estudos para que se aprofunde essa correlação, e assim seja possível impedir as disfunções na qualidade de vida bem como na perturbação do sono dos afetados.

PALAVRAS-CHAVE: Epilepsia. Privação de sono. Hábitos do sono. Qualidade de vida.