



**5° Sim Saúde- Simpósio em Saúde 2014**  
Faculdade de Odontologia de Araçatuba, UNESP  
13 de setembro de 2014 – Araçatuba, Brasil

## **DORMIR BEM PARA VIVER MELHOR: O SEU CIRURGIÃO-DENTISTA PODE TE AJUDAR**

Binhardi TDR, Dekon SFC, Túrcio KHL  
*Faculdade de Odontologia de Araçatuba, UNESP*

A qualidade do sono é de suma importância para a manutenção da saúde geral. A Binômica qualidade de sono x qualidade de vida reflete a prevenção na prevenção de diversas doenças que vão desde a hipertensão até aos acidentes vasculares, passando também na prevenção de doenças psicossomáticas. O Cirurgião Dentista tem nesse contexto um campo de trabalho adicional, sendo que na consulta e durante o próprio atendimento, é possível ser identificado um possível déficit de sono, uma vez que com frequência temos pacientes adormecendo em pleno atendimento profissional. Uma vez orientado o paciente de que é possível avaliar seu sono através de uma polissonografia, o restante do processo vai depender do diagnóstico de possíveis distúrbios do sono. O Cirurgião Dentista atua na presença de bruxismo, ronco primário e de apnéias leves e moderadas. Sendo assim podemos concluir que a Odontologia contribui no tratamento de distúrbios do sono, melhorando na qualidade de vida de nossos pacientes, que passarão a ter um sono mais reparador.

**Descritores:** Transtorno do Sono, Qualidade de Vida.