

Caracterizada pelo aparecimento de uma confusão mental no fim do dia, a síndrome do pôr do Sol é muito comum em pacientes de doenças neurodegenerativas. Entenda as possíveis causas e como amenizar os sintomas

POR TAINÁ HURTADO*

O pôr do Sol marca o fim de mais um dia e, geralmente, é acompanhado por uma onda de sensações, como alívio, cansaço e vontade de descansar. Porém, para pessoas com alguma doença neurodegenerativa, o entardecer pode ser acompanhado por confusão mental e mudanças de humor, transformando-se no momento mais turbulento do dia.

Essa perturbação mental desencadeada no fim do dia e começo da noite é o que especialistas chamam de síndrome do pôr do Sol. "É um distúrbio neurocomportamental complexo que ocorre em pacientes com demência, caracterizado pela presença de sintomas neuropsiquiátricos no período vespertino e início da noite", explica a neurologista Vanessa Gil.

De acordo com ela, fatores fisiológicos, psicológicos e ambientais podem influenciar a síndrome. O ambiente e a rotina do paciente desempenham um papel fundamental no aparecimento de sintomas. "Mudanças na rotina, estresse ou atividades inadequadas durante o dia podem contribuir para a exacerbação dos sintomas à noite", explica a médica.

*Estagiária sob a supervisão de Sibeles Negromonte

Turbulência ao entardecer

SINTOMAS

■ Muito comum em pacientes de doenças neurodegenerativas, como Alzheimer, a síndrome do pôr do sol não é uma enfermidade e, sim, uma condição caracterizada pelo aparecimento, ou intensificação, de sintomas que incluem agitação, confusão, ansiedade, delírios e dificuldade para dormir. "Os mais comuns são irritabilidade, comportamento noturno, agressividade, alucinações, agitação psicomotora e apatia", completa a neurologista Vanessa Gil.

CAUSAS

■ De acordo com o neurologista Marco Aurélio, apesar das causas da síndrome ainda não serem totalmente compreendidas, alguns fatores podem levar ao aparecimento dos sintomas, como mudanças na rotina, baixa produção de melatonina, cansaço e estresse. "A transição do dia para a noite pode ser um momento de mudança na rotina, causando desconforto e agitação", diz.

■ Segundo ele, em pessoas com demência, danos nas áreas do cérebro, responsáveis pela regulação do humor e do comportamento, podem contribuir para o aparecimento dos sintomas. "O acúmulo de fadiga ao longo do dia, juntamente com a desorientação causada pela demência, pode levar a um aumento da agitação e da confusão à medida que o dia chega ao fim."

