

Impacto do uso do CPAP na qualidade de vida em pacientes obesos com apneia obstrutiva do sono.

Impact of continuous positive airway pressure on quality of life in obese patients with obstructive sleep apnea.

Ana Beatriz Coelho Silva Feitosa¹

Romelson Privado Silva

RESUMO

Objetivo: Analisar o impacto do uso da pressão positiva contínua nas vias aéreas (CPAP) na qualidade de vida em pacientes obesos com apneia obstrutiva do sono (AOS). **Metodologia:** Trata-se de revisão de literatura de caráter narrativo, realizada nas bases PubMed/MEDLINE, SciELO e Google Scholar. Foram incluídos estudos publicados entre 2020 e 2025, nos idiomas português e inglês, que abordaram o uso do CPAP, obesidade e qualidade de vida em adultos. A seleção ocorreu em três etapas: leitura de títulos, resumos e textos completos. **Resultados:** Foram incluídos quatro estudos relevantes. Os estudos indicaram que a terapia com CPAP está associada à redução da sonolência diurna excessiva, avaliada pela Epworth Sleepiness Scale, e à melhora de diferentes domínios da qualidade de vida, mensurados por instrumentos como WHOQOL-BREF e SAQLI. Destaca-se o estudo de PLEAVA et al. (2020), que avaliou pacientes com AOS e obesidade (IMC médio de 37,03 kg/m²), demonstrando que a adesão prolongada ao CPAP esteve relacionada à redução do índice de massa

¹Graduanda em Fisioterapia – Centro de Ensino Universitário Santa Terezinha – CEST São Luis/MA, Brasil.

corporal e à melhora de parâmetros cardiovasculares. A adesão ao tratamento foi o principal fator associado à magnitude dos benefícios observados. **Conclusão:** O uso do CPAP contribui para a melhora da sonolência diurna e da qualidade de vida em pacientes com AOS, incluindo indivíduos obesos. A adesão terapêutica mostrou-se determinante para a efetividade clínica, embora ainda represente um desafio na prática, especialmente nessa população.

Palavras-chave: Apneia obstrutiva do sono; CPAP; Qualidade de vida; Obesidade

ABSTRACT

Objective: To analyze the impact of continuous positive airway pressure (CPAP) on quality of life in obese patients with obstructive sleep apnea (OSA). **Methodology:** This is a narrative literature review conducted in PubMed/MEDLINE, SciELO, and Google Scholar databases. Studies published between 2020 and 2025 in Portuguese and English addressing CPAP use, obesity, and quality of life in adults were included. Selection occurred in three stages: title screening, abstract review, and full-text reading. **Results:** Four relevant studies were included. The studies indicated that CPAP therapy is associated with reduced excessive daytime sleepiness, assessed by the Epworth Sleepiness Scale, and improvement in different domains of quality of life, measured by instruments such as the WHOQOL-BREF and SAQLI. Notably, the study by PLEAVA et al. (2020), which evaluated patients with OSA and obesity (mean BMI of 37.03 kg/m²), demonstrated that prolonged CPAP adherence was related to reduced body mass index and improvement in cardiovascular parameters. Treatment adherence was the main factor associated with the magnitude of observed benefits. **Conclusion:** CPAP use contributes to improving daytime sleepiness and quality of life in patients with OSA, including obese individuals. Therapeutic adherence proved to be the main determinant of clinical effectiveness, although it still represents a relevant clinical challenge, especially in this population.

Keywords: Obstructive sleep apnea; Continuous positive airway pressure; Quality of life; Obesity

1 INTRODUÇÃO

A apneia obstrutiva do sono (AOS) é um distúrbio respiratório caracterizado pela interrupção parcial ou total do fluxo aéreo durante o sono, resultando em fragmentação do sono e alterações fisiológicas, como hipóxia intermitente e episódios de hipercapnia. Essas alterações estão associadas a respostas sistêmicas que podem comprometer a saúde do indivíduo (Medeiros & Sousa, 2023).

A obesidade é um dos principais fatores de risco para o desenvolvimento e agravamento da AOS. O acúmulo de tecido adiposo, em especial na região cervical, contribui para o estreitamento das vias aéreas superiores, favorecendo episódios de obstrução durante o sono (Viula et al., 2025). Consequentemente, indivíduos obesos tendem a apresentar maior gravidade da doença e maior frequência de eventos respiratórios.

Na prática clínica, observa-se que a AOS impacta negativamente a qualidade de vida, estando associada à sonolência diurna, fadiga, redução da capacidade funcional e prejuízo cognitivo (Mônico-Neto et al., 2025). Esses fatores interferem no desempenho das atividades diárias e aumentam o risco de complicações cardiovasculares.

O uso da pressão positiva contínua nas vias aéreas (CPAP) é considerado o tratamento padrão-ouro, pois mantém as vias aéreas pérvias durante o sono e reduz os eventos respiratórios (Pinto, Sankari & Sharma, 2025).

Apesar da eficácia do CPAP, a adesão ao tratamento ainda representa um desafio, especialmente em pacientes obesos, e seus impactos na qualidade de vida nessa população específica ainda carecem de síntese na literatura.

Diante disso, o presente estudo tem como objetivo analisar o impacto do uso do CPAP na qualidade de vida em pacientes obesos com apneia obstrutiva do sono.

2 METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão de literatura de caráter narrativo, realizada por meio de buscas nas bases de dados PubMed/MEDLINE, SciELO e Google Scholar (utilizado como ferramenta auxiliar para localização de textos completos).

Foram utilizados os descritores controlados (DeCS/MeSH) em inglês: "sleep apnea, obstructive", "continuous positive airway pressure", "obesity" e "quality of life", e seus correspondentes em português (DeCS): "apneia obstrutiva do sono", "pressão positiva contínua nas vias aéreas", "obesidade" e "qualidade de vida", combinados pelos operadores booleanos AND e OR.

A estratégia de busca foi: ("sleep apnea, obstructive" OR "apneia obstrutiva do sono") AND ("continuous positive airway pressure" OR CPAP OR "pressão positiva contínua nas vias aéreas") AND (obesity OR obesidade) AND ("quality of life" OR "qualidade de vida").

Foram incluídos artigos publicados entre 2020 e 2025, nos idiomas português e inglês, que abordassem sobre o uso do CPAP, obesidade e qualidade de vida em humanos adultos. Foram considerados estudos observacionais, ensaios clínicos e artigos de revisão.

Foram excluídos estudos duplicados, relatos de caso, editoriais e estudos que não abordassem sobre AOS e/ou CPAP e que não apresentassem dados relevantes ao tema ou sem acesso ao resumo e informações principais.

A seleção dos estudos ocorreu em três etapas: (1) leitura de títulos, (2) análise de resumos e (3) leitura completa dos textos elegíveis.

Por se tratar de uma revisão narrativa, não foi realizada avaliação formal da qualidade metodológica dos estudos incluídos.

3 REVISÃO DE LITERATURA

A associação entre obesidade e apneia obstrutiva do sono envolve não apenas fatores estruturais, mas também alterações metabólicas que contribuem para a manutenção da doença. A fragmentação do sono e a hipóxia intermitente influenciam mecanismos hormonais relacionados ao apetite e ao metabolismo, favorecendo o ganho de peso e dificultando o controle clínico desses pacientes.

Contudo, essa relação é bidirecional: além de fator de risco para AOS, a obesidade também pode ser consequência dessa condição. Alterações hormonais, como resistência à leptina e aumento da grelina, contribuem para o aumento do apetite e perpetuação desse ciclo, conforme observado em estudos clínicos com pacientes com AOS e comorbidades associadas (PLEAVA et al., 2020).

Além disso, evidências recentes indicam que a AOS pode estar relacionada a alterações sistêmicas mais amplas, como maior risco de sarcopenia precoce e obesidade sarcopênica, associadas a processos inflamatórios e resistência à insulina. Esses achados ampliam a compreensão da doença, demonstrando que seus efeitos vão além do sistema respiratório e reforçam a importância de abordagens mais abrangentes na avaliação clínica desses pacientes.

Do ponto de vista clínico, esses mecanismos repercutem diretamente na qualidade de vida. Pacientes com AOS moderada a grave frequentemente apresentam sonolência diurna excessiva, fadiga persistente e dificuldades cognitivas, fatores que interferem nas atividades diárias e na produtividade. Nesse contexto, valores elevados na Epworth Sleepiness Scale têm sido frequentemente observados nesses pacientes (Mônico-Neto et al., 2025).

Esse comprometimento também se estende aos aspectos sociais e funcionais, como redução do desempenho no trabalho e maior risco de acidentes, reforçando a relevância de avaliar desfechos centrados no paciente (Tai et al., 2024).

O uso do CPAP tem papel central nesse cenário, atuando na estabilização das vias aéreas durante o sono e na redução dos eventos respiratórios. Estudos demonstram que sua utilização está associada à melhora da sonolência diurna, com redução dos escores da Epworth, mesmo em situações de uso inferior ao ideal (Gaisl et al., 2024).

Além disso, pacientes com maior adesão ao tratamento tendem a apresentar ganhos mais expressivos na qualidade de vida. Melhoras significativas em domínios como funcionamento diário, interação social e bem-estar emocional foram observadas em pacientes avaliados pelo Sleep Apnea Quality of Life Index (Kim et al., 2024).

Apesar desses benefícios, a adesão ao tratamento ainda representa um desafio importante na prática clínica. Fatores como desconforto com o dispositivo e dificuldades de adaptação podem comprometer o uso contínuo, especialmente em pacientes obesos.

Para avaliação desses desfechos, diferentes instrumentos validados são utilizados. A Epworth Sleepiness Scale mensura a sonolência diurna excessiva em situações cotidianas, sendo amplamente empregada na prática clínica. O WHOQOL-BREF avalia a qualidade de vida em domínios físicos e psicológicos, enquanto o Sleep Apnea Quality of Life Index aborda aspectos funcionais, emocionais e sociais. Esses instrumentos permitem mensurar de forma mais abrangente os efeitos do CPAP (Mônico-Neto et al., 2025; Kim et al., 2024).

De forma geral, os estudos indicam que o CPAP contribui para a melhora dos principais desfechos clínicos e da qualidade de vida. No entanto, a diversidade de instrumentos utilizados ainda limita a comparação direta entre os estudos, evidenciando a necessidade de maior padronização nas pesquisas futuras.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os principais achados dos estudos incluídos quanto à sonolência diurna e à qualidade de vida estão na Tabela 1. Entre os estudos incluídos, destaca-se PLEAVA et al. (2020), que avaliou pacientes com apneia obstrutiva do sono associados à obesidade e hipertensão resistente, demonstrando que a adesão prolongada ao CPAP esteve relacionada à redução do índice de massa corporal e melhora de parâmetros cardiovasculares.

Tabela 1 – Síntese dos estudos incluídos sobre o impacto do CPAP na qualidade de vida em pacientes com apneia obstrutiva do sono.

AUTOR/ANO	DELINEAMENTO	POPULAÇÃO	INSTRUMENTOS	PRINCIPAIS DESFECHOS
PLEAVA et al., 2020	Observacional	33 pacientes com AOS e hipertensão resistente, com IMC médio 37,03 kg/m ²	IMC, circunferência abdominal, polissonografia	Adesão ao CPAP por 4 anos associada à redução do IMC (-1,4 ± 3,5) e melhora da frequência cardíaca e arritmias
Gaisl et al., 2024	Ensaio clínico randomizado	Adultos com AOS moderada a grave	ESS	Redução média de 2,4 pontos na sonolência diurna, mesmo com uso <4h/noite
Kim et al., 2024	Estudo de coorte	Pacientes com AOS grave	SAQLI, ESS	62% dos pacientes aderentes; melhora nos domínios funcional, social e emocional
Mônico-Neto et al., 2025	Estudo observacional	Adultos com AOS moderada a grave	ESS, WHOQOL-BREF	Redução da ESS (14 → 8,6); melhora nos domínios físico e psicológico da qualidade de vida

Fonte: Elaborado pela autora, 2026

A análise dos estudos demonstra que a redução da sonolência diurna excessiva é um dos desfechos mais consistentes após o início da terapia com CPAP, sendo avaliada principalmente pela Epworth Sleepiness Scale (ESS). O estudo de GAISL et al. (2024) mostrou que houve melhora mesmo com adesão inferior a 4 h por noite. Esse achado

possui relevância clínica, especialmente como estratégia de incentivo à continuidade do tratamento.

No que se refere à qualidade de vida, os estudos apontam melhora em diferentes domínios, incluindo aspectos físicos, psicológicos e de funcionamento diário. Esses resultados foram observados por meio de instrumentos validados, como o WHOQOL-BREF e o SAQLI, evidenciando que os benefícios do CPAP não se restringem à redução dos eventos respiratórios, mas também impactam diretamente no bem-estar e funcionalidade dos pacientes. Em especial, KIM et al. (2024) demonstraram que pacientes com melhor adesão ao tratamento apresentaram ganhos mais expressivos nos domínios social e emocional.

A adesão ao tratamento mostrou-se como o principal fator associado à magnitude dos benefícios clínicos. No estudo de MÔNICO-NETO et al. (2025), observou-se redução importante da sonolência diurna após seis meses de uso do CPAP, acompanhada de melhora nos domínios físico e psicológico da qualidade de vida. Esses achados reforçam a relação direta entre tempo de uso do dispositivo e resposta terapêutica.

Do ponto de vista fisiopatológico, os efeitos positivos do CPAP podem ser explicados pela estabilização das vias aéreas superiores durante o sono, com consequente redução da hipóxia intermitente e melhora da oxigenação. No contexto da obesidade, destaca-se ainda que a adesão prolongada ao CPAP pode estar associada à redução do IMC, conforme observado por PLEAVA et al. (2020). Esses mecanismos contribuem para a redução da fadiga, melhora do estado de alerta e recuperação da qualidade do sono.

Apesar dos benefícios observados, a adesão ao CPAP ainda representa um desafio relevante na prática clínica. Fatores como desconforto com a máscara, dificuldade de adaptação e necessidade de pressões mais elevadas podem interferir no uso contínuo do dispositivo, impactando sua efetividade a longo prazo.

Além disso, observa-se heterogeneidade entre os estudos quanto aos instrumentos utilizados para avaliação da qualidade de vida, o que dificulta a comparação direta dos resultados e limita a consolidação de evidências mais robustas.

Embora os estudos incluídos não tenham sido conduzidos exclusivamente em populações obesas, a literatura demonstra forte associação entre obesidade e apneia obstrutiva do sono, especialmente em casos moderados a graves. Dessa forma, os achados podem ser interpretados considerando essa relação, sem comprometer o objetivo do estudo.

Dessa forma, os resultados indicam que o uso do CPAP está associado à melhora da sonolência diurna e da qualidade de vida em pacientes com apneia obstrutiva do sono. A adesão ao tratamento é o principal determinante da efetividade terapêutica, sendo fundamental para a obtenção de melhores desfechos clínicos.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Esta revisão indicou que o uso do CPAP está associado à redução da sonolência diurna e à melhora da qualidade de vida em pacientes com apneia obstrutiva do sono, incluindo indivíduos obesos. A adesão ao tratamento mostrou-se o principal determinante da efetividade terapêutica, podendo também estar relacionada a benefícios adicionais, como redução do índice de massa corporal e melhora de parâmetros cardiovasculares. Apesar disso, a adesão ainda representa um desafio clínico relevante. Além disso, a heterogeneidade dos instrumentos utilizados limita a comparação entre os estudos, indicando a necessidade de maior padronização e de estratégias voltadas à melhoria da adesão, especialmente nessa população.

REFERÊNCIAS

GAISL, T. et al. Continuous positive airway pressure improves excessive daytime sleepiness even with suboptimal adherence in obstructive sleep apnea. **Sleep Medicine**, v. 115, p. 45-52, 2024.

KIM, J. et al. Adherence to CPAP therapy and quality of life outcomes in severe obstructive sleep apnea patients. **Journal of Clinical Sleep Medicine**, v. 20, n. 4, p. 567-575, 2024.

MEDEIROS, A.; SOUSA, R. Apneia obstrutiva do sono e repercussões sistêmicas. **Revista Brasileira de Medicina do Sono**, v. 12, n. 2, p. 45-53, 2023.

MÔNICO-NETO, M. et al. Impact of CPAP therapy on sleepiness and quality of life in adults with obstructive sleep apnea. **Sleep Science**, v. 18, n. 1, p. 1-9, 2025.

PINTO, J.; SANKARI, A.; SHARMA, S. Continuous positive airway pressure therapy in obstructive sleep apnea. Treasure Island: StatPearls Publishing, 2025.

PLEAVA, R. et al. Long-term effects of CPAP therapy on body mass index and cardiovascular parameters in patients with obstructive sleep apnea and resistant hypertension. **Medicina**, v. 56, n. 9, p. 1-10, 2020.

TAI, C. et al. Functional and social impacts of obstructive sleep apnea on quality of life: a clinical perspective. **Sleep Health**, v. 10, n. 2, p. 120-128, 2024.

TAO, Y. et al. Obstructive sleep apnea, sarcopenic obesity and metabolic dysfunction: recent perspectives. **Nutrients**, v. 16, n. 3, p. 1-14, 2024.

VIULA, L. et al. Obesity and obstructive sleep apnea: pathophysiological and clinical associations. **Frontiers in Endocrinology**, v. 16, p. 1-12, 2025.