



USO DE ZOLPIDEM A LONGO PRAZO EM ADULTOS E IDOSOS

Jhony Krachinski Felicetti¹
Cleverson Martins²

Resumo

O Zolpidem, um hipnótico-sedativo da classe das imidazopiridinas, é amplamente utilizado no tratamento da insônia, apresentando eficácia tanto na indução quanto na manutenção do sono. Contudo, o uso prolongado deste medicamento levanta preocupações significativas devido aos efeitos adversos associados, que podem incluir comprometimento cognitivo, dependência e diversos distúrbios comportamentais. Este estudo busca investigar os efeitos colaterais do uso prolongado de Zolpidem em adultos e idosos, reunindo evidências de pesquisas recentes para oferecer uma compreensão aprofundada dos riscos à saúde envolvidos. A análise abrange uma revisão sistemática da literatura disponível, enfatizando a necessidade de conscientização sobre o uso seguro de hipnóticos e a importância de abordagens alternativas no tratamento da insônia, a fim de minimizar o impacto negativo dessas substâncias na qualidade de vida dos pacientes.

Palavras-chave: Zolpidem. Sedativos. Hipnóticos. Insônia. Efeito colateral.

Abstract

Zolpidem, a hypnotic-sedative from the imidazopyridine class, is widely used in the treatment of insomnia, demonstrating effectiveness in both sleep induction and maintenance. However, prolonged use of this medication raises significant concerns due to associated adverse effects, which can include cognitive impairment, dependence, and various behavioral disturbances. This study aims to investigate the side effects of long-term Zolpidem use in adults and the elderly, gathering evidence from recent research to provide an in-depth understanding of the health risks involved. The analysis encompasses a systematic review of the available literature, emphasizing the need for awareness regarding the safe use of hypnotics and the importance of alternative approaches in insomnia treatment to minimize the negative impact of these substances on patients' quality of life.

Keywords: Zolpidem. Sedatives. Hypnotics. Insomnia. Side effect.

1 Introdução

Em 2020, observou-se pico de vendas com 23,3 milhões de caixas de Zolpidem no Brasil. Entre janeiro e junho de 2022, 10,6 milhões de caixas do medicamento foram comercializadas, mais da metade (55,6%) do total vendido em 2021 (Mellis, 2022).

O aumento significativo nas vendas de Zolpidem no Brasil evidencia uma crescente demanda por tratamentos rápidos para distúrbios do sono, particularmente entre a população mais velha, que é mais suscetível a condições como insônia (Alagia et al, 2022). No entanto, a adesão crescente a esse tipo de medicação levanta questões sobre o uso a longo prazo e os potenciais riscos à saúde. Embora medicamentos hipnóticos como o Zolpidem ofereçam alívio imediato para problemas

¹ Acadêmico do curso de Farmácia da Universidade Tuiuti do Paraná (Curitiba, PR);
Endereço para correspondência: jhonyk_live@hotmail.com

² Farmacêutico, Prof. Dr. da Universidade Tuiuti do Paraná; Endereço para correspondência: cleveson.martins@utp.br



relacionados ao sono, seu uso prolongado tem gerado preocupações devido aos efeitos adversos. Este cenário sugere uma reflexão crítica não apenas sobre a eficácia do medicamento, mas também sobre a necessidade de uma gestão terapêutica mais responsável, que leve em consideração os riscos associados ao uso contínuo.

O Zolpidem é considerado uma opção segura para o tratamento a curto prazo, a literatura aponta que seu uso prolongado está diretamente relacionado a complicações graves. O impacto negativo sobre a qualidade de vida, especialmente entre idosos, sublinha a importância de uma abordagem terapêutica que considere não apenas os efeitos imediatos, mas também os riscos de longo prazo.

O trabalho tem como objetivo reunir os principais estudos científicos para melhor embasar o entendimento do leitor sobre os efeitos a longo prazo do uso do Zolpidem.

2 Materiais e Métodos

Este trabalho resume dados dos buscadores PubMed, Scientific Electronic Library Online (SciELO), ScienceDirect e Capes. Para este estudo foram utilizados os termos: “zolpidem”, “longo prazo”, “efeito colateral”. Pesquisas realizadas em aba anônima.

No Pubmed, utilizando todas as palavras chaves, filtrando por período entre 2011-2024, destes foram lidos títulos e resumos para inclusão de artigos.

Na SciELO, um termo foi utilizado: “zolpidem”. Um estudo deste buscador foi incluído neste trabalho.

No ScienceDirect, a pesquisa feita sobre os termos: “zolpidem”, “side effects”, “long term”, entre os anos 2011-2024. Filtrando por artigos de revisão e sobre farmacologia, toxicologia e ciência farmacêutica, abrangendo os artigos que mencionam efeitos colaterais ao longo do tempo.

Na Capes, o termo utilizado foi “zolpidem”, filtrando por ano de publicação entre 2011-2024 e por ciências biológicas, da saúde e multidisciplinar.

Foram excluídos os seguintes tipos de artigos: testes feitos em não humanos, textos duplicados, trabalhos sem acesso livre, artigos em linguagem diferente de português, inglês ou espanhol.

A presente pesquisa abrange o uso do Zolpidem ao longo prazo, outros indutores do sono ou medicamentos para tratamento de insônia não foram avaliados.

3 Resultados e Discussão

3.1 Efeitos relatados na bibliografia

O uso prolongado ou indevido do Zolpidem pode aumentar as chances de comprometimento cognitivo (Mariano, 2014).



No trabalho de Tavares (2021) em que a média de idade dos participantes do estudo foi de 69 anos, as doses analisadas foram: 5, 6,25, 10 e 12,5 mg. Quanto às alterações cognitivas, ao comparar Zolpidem com placebo, não foi observada diferença estatisticamente significativa entre os grupos. No entanto, em relação às alterações de equilíbrio, houve uma diferença estatisticamente significativa entre o grupo de intervenção e o de comparação.

Para Alagia et al. (2022) e Ribeiro et al. (2018) mesmo o fármaco sendo considerado uma das melhores opções por ter poucas contra indicações, seu uso pode trazer efeitos prejudiciais, especialmente para idosos, como o aumento do risco de quedas devido à instabilidade postural que o medicamento provoca. A atenção deve ser redobrada nessa população, pois a redução na depuração do medicamento e o aumento dos níveis séricos podem acentuar esses riscos. Quedas podem levar a fraturas e lesões, comprometendo a capacidade funcional e a qualidade de vida a longo prazo, além de aumentar riscos de distúrbios cognitivos, sedação, entre outros problemas.

Estudos de Świąder et al. (2023), Alves, Ferreira e Souza (2022) e Wo-chou (2012), apontam para problemas como comprometimento cognitivo, comprometimento da memória, confusão mental, tolerância, dependência e abstinência.

Ao analisar o uso e as reações adversas de hipnóticos-z Silva; Soliani; Sanches (2022) concluíram que dor de cabeça, sonolência e tontura, riscos de suicídios e alguns relatos de transtorno alimentar são acometimentos que ocorrem por causa da droga. Efeitos como fadiga, diarreia e vômitos, alucinações, distorção da realidade, fraturas ósseas e sonambulismo são citados no estudo de Azevedo et al. (2022).

Foram encontradas associações do aumento do risco a pessoas idosas desenvolverem Alzheimer, após uso de Zolpidem (Cheng et al, 2017).

A amnésia global transitória é uma condição caracterizada por episódios temporários de perda de memória, durante os quais a pessoa não consegue formar novas memórias ou lembrar de eventos recentes. Um trabalho de Sorato (2021) feito com 783 pacientes, notou que 104 (13,28%) apresentavam este tipo de amnésia.

No trabalho de Ferreira e Santos (2021) que investigava os resultados de pacientes refratários a descontinuação de benzodiazepínicos e não-benzodiazepínicos, que se submeteram a terapia para a insônia e/ou ansiedade noturna, com utilização de óleo de Cannabis sp. foram notados os efeitos de ataxia, tontura, hipersedação, amnésia e dependência.

Sintomas como desinibição, despersonalização, alucinações, alterações de humor, amnésia anterógrada e sonambulismo aparecem quando é explorado o entendimento atual da psicofarmacologia específica do Zolpidem (Daley; Mcniel; Binder, 2011).

3.2 Efeitos na gestação

Durante a gestação, os distúrbios do sono são prevalentes, como indica Fagundes et al. (2022). Em alguns casos, há alterações no sono que constituem um problema complexo e atual de



saúde materna, atingindo todas as faixas etárias e afetando gravemente a qualidade de vida das gestantes. Os efeitos adversos relatados podem levar a baixo peso ao nascer e a um possível parto prematuro ou cesáreo. O uso do Zolpidem deve ser orientado por um profissional de saúde, sendo necessário cautela e restrição ao tempo de uso, conforme a classificação de risco para gestantes.

3.3 *Uso racional*

O uso racional de medicamentos (URM) é essencial para evitar problemas de saúde, como automedicação e o uso inadequado de medicamentos sem orientação profissional. A OMS define o URM como o uso de medicamentos na dose certa, no tempo adequado e com o menor custo possível (Brasil, 2021). O uso irracional de medicamentos é influenciado por fatores como a facilidade de acesso à informação, o consumo de medicamentos sem prescrição, e a falta de organização na assistência à saúde. Consequências desse uso inadequado incluem reações alérgicas, interações medicamentosas e resistência bacteriana, além de problemas ambientais causados pelo descarte inadequado de medicamentos (Paula; Campos; Souza, 2021).

No caso das drogas Z, o uso irracional pode causar efeitos físicos e psicológicos, como sedação excessiva, amnésia, depressão respiratória e dependência física. A solução para esse problema é complexa e envolve compreender as causas sociais, culturais e governamentais, além de promover campanhas de conscientização e educação sobre o uso racional de medicamentos. A atuação dos farmacêuticos é crucial, pois eles são responsáveis por orientar os pacientes, evitar interações perigosas e reduzir riscos de abuso e dependência, garantindo um uso mais seguro e eficaz dos medicamentos (Paula; Campos; Souza, 2021).

A insônia, por sua vez, é um distúrbio do sono comum, caracterizado pela dificuldade persistente em iniciar ou manter o sono, resultando em um descanso não restaurador e comprometendo o desempenho diurno (Edinoff, 2021 e Burman, 2017).

É possível promover um uso mais consciente de drogas Z entre os pacientes da atenção primária. Isso envolve conscientizar os prescritores sobre a importância de estabelecer vínculos com seus pacientes e alertá-los sobre os riscos da medicalização excessiva. A meta é diminuir o número de prescrições desnecessárias, além de fornecer orientações adequadas a pacientes e médicos sobre os perigos associados a esses medicamentos. É fundamental que o tratamento medicamentoso seja sempre acompanhado de psicoterapia, visando reduzir tanto a duração das prescrições quanto o risco de recaídas.

Além disso, reduzindo a prescrição, substituindo ou retirando estas medicações, de forma eficaz e ajustando às necessidades dos usuários, minimiza-se o risco de reabilitação.



Conclusão

Em síntese, o uso prolongado de Zolpidem, embora eficaz para o tratamento da insônia, apresenta uma série de efeitos colaterais que podem comprometer a saúde física e mental em adultos e idosos. A literatura revisada destaca riscos significativos, como comprometimento cognitivo, dependência e acidentes, evidenciando a necessidade de uma abordagem cautelosa na prescrição deste medicamento. É fundamental que médicos e pacientes estejam cientes dos potenciais danos associados à medicalização excessiva e considerem alternativas terapêuticas, recomenda-se, portanto, restringir as prescrições desse fármaco a períodos curtos de tratamento.

A integração de psicoterapia com tratamento medicamentoso pode ser uma estratégia eficaz para mitigar esses riscos, promovendo um manejo mais seguro e sustentável da insônia.

Referências

ALAGIA, et al. Os efeitos adversos do uso prolongado do zolpidem na população idosa: uma revisão sistemática de literatura. 2022. 13 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Medicina) - Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais. Disponível em: <https://revista.fmc.br/ojs/index.php/RCFMC/article/view/1040>. Acesso em: 06 nov. 2024.

2024.

ALVES, Lucas Ferreira; SOUZA, Gustavo Henrick Pontes; FERREIRA, Karla Daniela. O consumo de zolpidem durante a pandemia da Covid-19: Benefícios e consequências. *Revista Liberum Accessum*, 2022;14(4):1-52. Disponível em: <https://revista.liberumaccesum.com.br/index.php/RLA/article/view/199>. Acesso em: 06 nov. 2024.

AZEVEDO, et al. Perfil farmacoterapêutico do Zolpidem. *Revista Brasileira de Ciências Biomédicas*. v. 3, n. 1, p. E0642022 – 1, 2022. Disponível em: <https://rbcbm.com.br/journal/index.php/rbcbm/article/view/64>. Acesso em: 30 out. 2024.

BRASIL. Ministério da Saúde. Uso Racional de Medicamentos. 2021 Sep 27. O que é uso racional de medicamentos? Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/composicao/sctie/daf/u>. Acesso em: 05 nov. 2024.

BURMAN, Deepa. Sleep Disorders: Insomnia. *FP essentials* vol. 460 (2017): 22-28. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28845958/>. Acesso em: 06 nov. 2024.

2024.

CHENG et al. The Association Between the Use of Zolpidem and the Risk of Alzheimer's Disease Among Older People. *J Am Geriatr Soc*, 65: 2488-2495, 2017. Disponível em: <https://doi.org/10.1111/jgs.15018>. Acesso em: 22 ago. 2024.

DALEY, Christopher; MCNIEL Dale E; BINDER Renée L. "I Did What?" Zolpidem and the Courts. *The Journal of the American Academy of Psychiatry and the Law*.

December 2011. Disponível em: <https://jaapl.org/content/39/4/535.long>. Acesso em: 06 nov. 2024.

EDINOFF, A. N. et al. Zolpidem: Efficacy and side effects for insomnia. *Health psychology research*, v. 9, n. 1, 2021. DOI:10.52965/001c.24927. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34746488/>. Acesso em: 22 ago. 2024.



FAGUNDES, Dennys Lapenda, et al. Tratamento farmacológico da insônia durante a gravidez / Pharmacological treatment of insomnia during pregnancy. *Brazilian Journal of Health Review*. 2022;5(2):7295-308. Disponível em:

<https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/view/46881>. Acesso em: 06 nov. 2024.

FERREIRA, Kenmelly A; SANTOS, Karla C. Uso de óleo de cannabis em pacientes com insônia e ansiedade noturna refratários em uso prolongado de benzodiazepínicos e não-benzodiazepínicos. Trabalho de Conclusão de Curso. UNA / Pouso Alegre: Faculdade Una Pouso Alegre; 2021. Disponível em: <https://repositorio.animaeducacao.com.br/items/2b55d06a-fbc0-4f7e-a352-c30b8d45bb65>. Acesso em: 06 nov. 2024.

MARIANO, Elissa Ney. O uso indevido de benzodiazepínicos e suas consequências: como estabelecer redução de dosagens ou substituição. Trabalho de Conclusão de Curso da Universidade Aberta do SUS, 2014. Disponível em: <https://core.ac.uk/download/pdf/84847412.pdf>. Acesso em: 22 ago. 2024.

MELLIS, Fernando. Venda de zolpidem, remédio da moda para dormir, cresce 676% em dez anos no Brasil. R7, 28 de novembro de 2022. Disponível em: <https://noticias.r7.com/saude/venda-de-zolpidem-remedio-da-moda-para-dormir-crece-676-em-dez-anos-no-brasil-28112022>. Acesso em: 30 out. 2024.

PAULA, Claudia Costa da Silva; CAMPOS, Renata Bernardes Faria; SOUZA, Maria Celeste Reis Fernandes de. Uso irracional de medicamentos: uma perspectiva cultural. *Brazilian Journal of Development*. 2021 Mar 04. Disponível em: <https://brazilianjournals.com/ojs/index.php/BRJD/article/view/25683/20418B>. Acesso em: 05 nov. 2024.

RIBEIRO, Tatiane Bomfim, et al. Medication-related inpatient falls: a critical review. *Brazilian Journal of Pharmaceutical Sciences*. 2018;54(1):1-18 art. e17355. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/bjps/a/nWJzRSCCHXhFyzFh5DCXxpP/#>.

Acesso em: 06 nov. 2024.

SORATO, Laíse Rohde. Amnesia Global Transitoria en pacientes adultos y ancianos consumidores de drogas Z: una revisión sistemática. Trabalho de Conclusão de Curso da Facultad de Medicina y Ciencias de la Salud Carrera de Medicina. 2021. Disponível em: <https://dspaceapi.uai.edu.ar/server/api/core/bitstreams/7e49eb1-9419-4670-9378-84223dce4ed5/content>. Acesso em: 06 nov. 2024.

ŚWIĄDER K, et al. An insight into zolpidem abuse and dependence. *Journal of Education, Health and Sport*. 2023. 13(3):245-51. Disponível em: <https://apcz.umk.pl/JEHS/article/view/41801>. Acesso em: 06 nov. 2024.

TAVARES, G. et al. Cognitive and balance dysfunctions due to the use of zolpidem in the elderly: a systematic review. *Dement neuropsychol*. 2021 Sep;15(3):396–404. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1980-57642021dn15-030013>. Acesso em: 22 ago. 2024.

WU-CHOU, Ana Isabel; SHEN, Winston W. Complex behaviors related to zolpidem: An analysis of published clinical cases from Taiwan. *Journal of experimental and clinical medicine*, v. 4, n. 2, p. 113–118, 2012. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1878331712000307>. Acesso em: 22 ago. 2024.