

O USO DE ZOLPIDEM, SEUS EFEITOS ADVERSOS E A QUALIDADE DE SONO: UMA ANÁLISE ENTRE OS ESTUDANTES DE MEDICINA DE UMA INSTITUIÇÃO DO OESTE DO PARANÁ

THE USE OF ZOLPIDEM, SIDE EFFECTS AND SLEEP QUALITY: AN ANALYSIS AMONG MEDICAL STUDENTS AT AN INSTITUTION IN WEST PARANÁ

Julia Alana Brill¹
Omar Abdalalim Alrai²
Juliano Karvat de Oliveira³

RESUMO: O uso de medicamentos para modular o sono é extremamente comum entre universitários, embora o apelo seja a melhora da condição, consigo estes fármacos trazem inúmeros efeitos indesejados. Objetivo foi avaliar o uso de Zolpidem, os efeitos adversos e a qualidade do sono entre estudantes de medicina de uma instituição particular do oeste do Paraná. Trata-se de um estudo transversal, exploratório, descritivo, com levantamento de dados por meio da aplicação de questionário pela plataforma Google Forms® para acadêmicos de medicina do 1º ao 6º ano, com 18 anos ou mais. A coleta de dados ocorreu no primeiro semestre de 2023 após a aprovação do Comitê de Ética sob CAAE nº 65005722.1.0000.5219. Responderam à pesquisa 64 participantes destes, 68,7% afirmaram possuir diagnóstico de algum transtorno psiquiátrico (ansiedade 47,7% e depressão 22,7%). A maior parte da amostra (67,2%) relatou fazer uso ou já ter utilizado algum medicamento para dormir, destes, (39%) responderam ter sido o Zolpidem. O tempo médio de utilização foi de 18 meses. A receita originada de um médico psiquiatra esteve presente em 52% dos casos. Sobre o uso do Zolpidem, 60% respondeu fazê-lo apenas em condições especiais, 28% todos os dias, 8% quatro vezes na semana e 4% duas vezes. Dentre os usuários de Zolpidem, 80% relatou ter pelo menos um efeito adverso, alucinação foi a mais frequente (28,5%), seguido por delirium (22,8%), amnésia (20%), pesadelos (20%) e sonambulismo (8,7%).

2488

Palavras-Chave: Insônia. Saúde Mental. Uso de Medicamentos.

¹Acadêmica de Medicina do Centro Universitário Assis Gurgacz, Brasil. Orcid: <https://orcid.org/0009-0007-6165-6897>.

²Médico, graduado pelo Centro Universitário Assis Gurgacz, Brasil. Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-7515-865X>.

³Mestre. Docente do Curso de Medicina do Centro Universitário Assis Gurgacz, Brasil. 2009 - Graduação em Ciências Biológicas - Centro Universitário Assis Gurgacz, Brasil, 2019 - Mestrado em Ciências Ambientais pela Universidade Estadual do Oeste do Paraná - UNIOESTE. Orcid: <https://orcid.org/0000-0003-4832-7750>.

ABSTRACT: The use of medications to modulate sleep is extremely common among university students, although the appeal is to improve the condition, these drugs bring numerous unwanted effects. The objective was to evaluate the use of Zolpidem, adverse effects and sleep quality among medical students at a private institution in western Paraná. This is a cross-sectional, exploratory, descriptive study, with data collection through the application of a questionnaire using the Google Forms® platform for medical students from the 1st to 6th year, aged 18 or over. Data collection took place in the first half of 2023 after approval by the Ethics Committee under CAAE nº 65005722.1.0000.5219. 64 participants responded to the survey, 68.7% said they had a diagnosis of some psychiatric disorder (anxiety 47.7% and depression 22.7%). Most of the sample (67.2%) reported using or having already used some sleeping medication, of which (39%) said it was Zolpidem. The average time of use was 18 months. The prescription originating from a psychiatrist was present in 52% of cases. Regarding the use of Zolpidem, 60% responded to do so only under special conditions, 28% every day, 8% four times a week and 4% twice. Among Zolpidem users, 80% reported having at least one adverse effect, hallucination was the most frequent (28.5%), followed by delirium (22.8%), amnesia (20%), nightmares (20%) and sleepwalking (8.7%).

Keywords: Insomnia. Mental Health. Drug utilization.

INTRODUÇÃO

2489

Como um determinante altamente prevalente da qualidade de vida, a insônia tornou-se um grande problema de saúde pública. Foi relatado que mais da metade das pessoas pesquisadas experimentaram insônia pelo menos uma vez por mês (RAMOS *et al.*, 2023). Mesmo em estudos que utilizam critérios diagnósticos rigorosos, a prevalência do transtorno de insônia é relatada como sendo de aproximadamente 10% (MAO *et al.*, 2022). O curso da insônia pode ser crônico e persistir por muitos anos. Além de ser um diagnóstico independente, a insônia também é uma comorbidade comum de vários transtornos psiquiátricos/neurológicos, como transtornos de humor e transtornos de ansiedade, que requerem terapia adequada (AQUIZERATE *et al.*, 2023).

Existem muitas causas de insônia, entre eles, os fatores psicológicos têm uma influência importante não só no processo e na duração da insônia, mas também no comportamento de procura de ajuda e nas escolhas de tratamento, incluindo aumentos ou reduções na dosagem de medicamentos (EDINOFF *et al.*, 2021). Os fatores psicossociais mais frequentemente relatados que levam à insônia são eventos estressantes, enquanto as características cognitivas de altas expectativas de duração do

sono e preocupação excessiva com a perda e distorção do sono podem afetar significativamente a automaticidade do sistema sono-vigília e o gerenciamento da dosagem de medicamentos (LYU *et al.*, 2022).

A graduação em medicina pode ser, para muitas pessoas, um evento muito desafiador e estressor (VASCONCELOS & MARTINS, 2022). Tentar identificar relação entre os efeitos adversos dos medicamentos e a qualidade de sono, possíveis abusos da medicação e suas consequências, comorbidades relacionadas e prejuízos sociais e cognitivos ligados à medicação é fundamental para entender parte do contexto onde vive o estudante de medicina (ARAÚJO *et al.*, 2021). De acordo com (SEGUNDO *et al.*, 2017), entre os 277 acadêmicos da Universidade Federal da Paraíba (UFPB), quase três quartos dos alunos apresentaram uma baixa qualidade de sono e quatro quintos apresentam sonolência diurna grave. Além disso, segundo (MARQUARDT *et al.*, 2019), dos 473 alunos da Universidade do Extremo Sul Catarinense de medicina, 33 apresentavam distúrbio de sono e desses, 16 usavam Zolpidem como droga terapêutica, indicando que essa droga já tem uma grande prevalência de uso (ROCHA *et al.*, 2023). Neste contexto, o presente estudo teve por objetivo avaliar o uso, os efeitos adversos e a qualidade do sono entre estudantes de medicina de uma instituição particular do oeste do Paraná e que fazem uso do Zolpidem.

REFERENCIAL TEÓRICO

O sono é uma das mais importantes necessidades fisiológicas do corpo humano. Com o advento das tecnologias e o avanço delas, percebeu-se um novo padrão de organização social em que há uma dependência íntima com o uso da Internet, já que esta está intimamente relacionada com o processo de globalização e suas nuances (ARAÚJO *et al.*, 2021). Seguindo essa perspectiva, a necessidade e a vontade de se manter conectado nas redes sociais para, seja para o lazer, seja para negócios, tornou-se intrínseca essa conexão. Não obstante, o acesso as informações revolucionaram o modo com que as pessoas se relacionassem com o seu meio e com o mundo (TORVES *et al.*, 2023).

Além disso, com a dinamicidade das redes e a rápida transmissão de dados, observa-se, paralelamente a isso, um aumento no número de doenças psíquicas, como a depressão por exemplo. Somando-se a isso, outras doenças psíquicas também podem

afetar o sono, sendo uma delas o transtorno de ansiedade generalizada (SOUSA *et al.*, 2022). O mal do século não traz consigo somente a depressão, mas também a insônia como um problema na população. A dificuldade para se ter uma qualidade de sono aceitável está intimamente relacionada com a qualidade de vida, embora essa quantidade seja subjetiva, tem trazido prejuízos pessoais e sociais (PEREIRA *et al.*, 2022).

Estima-se que a prevalência da insônia seja de cerca de 6% na população geral. Contudo, pelo menos um terço da população em geral apresenta pelo menos um sintoma de insônia crônica (SILVA *et al.*, 2019). Se forem considerados os sintomas diurnos e a insatisfação com o sono associados à insônia, a prevalência aumenta para cerca de 20%. É essencial que essa distinção seja feita porque os indivíduos que relataram sintomas diurnos e insatisfação com o sono pareciam ser consumidores mais significativos de cuidados de saúde e apresentavam mais transtornos mentais (EDINOFF *et al.*, 2021). A insônia crônica tem taxas de prevalência mais altas em mulheres do que em homens, com a prevalência de sintomas de insônia geralmente aumentando com a idade. Foi demonstrado que vários fatores, como estilo de vida, uso de substâncias psicoativas e distúrbios do sono, iniciam ou mantêm a insônia; entretanto, as mais estudadas são as doenças mentais e as doenças orgânicas (FEITOSA & CRUZ, 2021). Uma forte associação entre insônia e episódios depressivos maiores tem sido constantemente relatada na literatura. As ligações genéticas epidemiológicas da insônia ainda não foram estudadas (TEIXEIRA *et al.*, 2021).

Com a Pandemia do Covid-19, houve um aumento significativo na quantidade de busca por consultas e no agravamento de sintomas psiquiátricos (TOMÉ *et al.*, 2022). Por outro lado, ainda há muito preconceito com as doenças mentais, fazendo com que as pessoas ainda negligenciem a saúde mental ou até mesmo menosprezem as dores alheias (MINELLA *et al.*, 2021). Aos que buscam por ajuda, os pilares do tratamento podem se dividir em não medicamentoso - dieta, atividade física, mudança do estilo de vida - e medicamentoso, como os inibidores de recaptção de serotonina (IRSR). Muitas vezes é necessário associar outras medicações de classes diferentes para se ter um efeito sinérgico e um tratamento mais efetivo (REGO *et al.*, 2018).

Tratando-se da insônia ou da incapacidade de se induzir ou manter o sono, podemos citar os das classes dos benzodiazepínicos e os não-benzodiazepínicos como

exemplos. Dos segundos, evidencia-se o Zolpidem, aprovada 2012 pela Anvisa como medicamento hipnótico para indução e melhorar o padrão do sono (CARVALHO & WEBER, 2023).

Zolpidem é um medicamento do tipo sedativo-hipnótico utilizado no tratamento da insônia em adultos. Ele vem em formas de liberação imediata e prolongada; as preparações de liberação imediata são usadas para tratar sintomas relacionados ao atraso no início do sono. A preparação de liberação prolongada trata tanto o atraso no início do sono quanto a diminuição da latência do sono. Para formulações de liberação imediata, as mulheres devem iniciar com uma dose de 5 mg e os homens com 5 ou 10 mg imediatamente antes de dormir (EDINOFF *et al.*, 2021). Deve-se ter cautela ao prescrever este medicamento a pacientes que tomam outros medicamentos, especialmente medicamentos para convulsões, sono, ansiedade, relaxantes musculares ou opioides (AQUIZERATE *et al.*, 2023).

Mulheres grávidas só devem receber prescrição de Zolpidem quando os benefícios potenciais superarem os riscos potenciais para o feto, uma vez que não existem estudos adequados e bem controlados de uso em mulheres grávidas. Para pacientes idosos ou debilitados, o risco de comprometimento do desempenho motor ou cognitivo é maior e os pacientes devem ser monitorados mais de perto. Todos os pacientes, independentemente da idade, devem ser monitorados quanto a efeitos adversos assim que a terapia for iniciada, especificamente para a remissão dos sintomas de insônia, pensamento anormal ou alterações comportamentais, ou reações graves, como anafilaxia (RAMOS *et al.*, 2023).

O Zolpidem é um composto não benzodiazepínico que apresenta um efeito hipnótico de início rápido e de curta duração ao se ligar aos receptores de benzodiazepínicos, particularmente no cerebelo, indicando uma preferência de ligação mais forte aos receptores BZ(ω). Os locais de ligação BZ (ω) estão associados ao subtipo de receptores GABA A, um canal iônico controlado por ligante com cinco subunidades para o neurotransmissor inibitório GABA (MAO *et al.*, 2022). Ao contrário dos benzodiazepínicos, que se ligam de forma não discriminatória a todos os subtipos de BZ, o Zolpidem liga-se melhor aos receptores BZ(ω) contendo subunidades α_1 , evidenciado por baixas concentrações de Zolpidem potencializando os efeitos do GABA (ROCHA *et al.*, 2023).

O receptor BZ (ω) é encontrado principalmente na lâmina IV das regiões corticais sensorio-motoras do cérebro, na substância negra parte reticulada, na camada molecular do cerebelo, no bulbo olfatório, no córtex talâmico ventral, na ponte, no colículo inferior e no globo. pálido. O aumento do sono com ondas lentas ou movimentos oculares não rápidos causado pelo Zolpidem foi confirmado in vivo por eletroencefalograma em gatos e ratos. Nestes estudos, o Zolpidem aumentou o sono sem movimentos oculares rápidos, com pouco efeito sobre o sono com movimentos oculares rápidos, exceto em doses elevadas (LYU *et al.*, 2022).

METODOLOGIA

Estudo transversal, exploratório, descritivo (LAKATOS & MARCONI, 2021), com levantamento de dados por meio da aplicação de questionário pela plataforma Google Forms® para acadêmicos de medicina do 1º ao 6º ano em um centro universitário privado do Oeste do Paraná. O instrumento de coleta de dados foi um questionário semi-estruturado adaptado de outros previamente validados (TORVES *et al.*, 2023; ROCHA *et al.*, 2021). Foram incluídos apenas participantes com idade superior a 18 anos. A coleta de dados ocorreu no primeiro semestre de 2023 após a aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa em Seres Humanos (CEP) do Centro Universitário da Fundação Assis Gurgacz sob CAAE nº 65005722.1.0000.5219 e parecer nº 5.813.106. Os dados foram tabulados em Planilha do Microsoft Excel® e demonstrados na forma de tabelas por meio de estatística descritiva.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Responderam à pesquisa 64 participantes destes, 44 (68,7%) afirmaram possuir diagnóstico de algum transtorno psiquiátrico e 25 (39%) sinalizaram fazer ou já terem feito uso de Zolpidem, um panorama geral é mostrado na tabela 1. A maioria da população foi composta por integrantes do sexo feminino (87,5%), as quais 71,4% relataram possuir diagnóstico de alguma condição psiquiátrica e 33,9% de fazer uso de Zolpidem. No sexo masculino, 50% afirmou possuir algum tipo de diagnóstico e 75% de fazer uso do hipnótico. Com relação a idade, a amostra foi composta por estudantes de 18 a 52 anos, sendo a faixa etária de 21 a 24 anos a mais frequente (51,7%), seguida de 18 a 20 anos (21,9%).

Com relação à presença de algum tipo de diagnóstico psiquiátrico, houve presença em 100% dos integrantes com idade entre 30 e 34 anos e naqueles acima de 40. Para indivíduos com idade entre 25 e 29 anos, 84,6% possuíam diagnóstico, 66,6% entre aqueles com idade entre 21 e 24 anos e 57,2% naqueles com 20 anos ou menos. Sobre o uso de Zolpidem de acordo com a faixa etária, responderam positivamente 100% dos indivíduos com idade entre 30 e 34 anos, 50% para aqueles com 40 anos ou mais e nas faixas etárias inferiores a 30 anos foram 46,1%, 36,3% e 35,7%, respectivamente. Estes dados vão de encontro ao perfil demográfico e de saúde de estudantes de medicina brasileiros já previamente demonstrado na literatura (ROCHA *et al.*, 2021).

No que diz respeito a altas taxas de diagnósticos e uso de medicamentos entre estudantes de medicina, a literatura relata diversos fatores envolvidos (GARBELINI *et al.*, 2023), seja a facilidade de acesso ao atendimento, diagnóstico e ao suficiente aporte financeiro, com alto padrão de consumo, incluindo medicamentos (REGO *et al.*, 2018). Além do reflexo das incertezas, medos e utilização dos fármacos como instrumento para alívio de sintomas psíquicos (TOMÉ *et al.*, 2022). Um estudo global realizado em 2015, no qual participaram quase 300 universidades, foi encontrada uma prevalência de 88% de sintomas psíquicos entre os acadêmicos, sendo ansiedade e depressão os mais prevalentes (MORAIS *et al.*, 2023). Resultado semelhante a um estudo conduzido em Santa Maria no Rio Grande do Sul em 2022 (TORVES *et al.*, 2023).

Analisando o ano da graduação, o maior número de respostas veio de estudantes do 4º ano (29,7%), seguido por acadêmicos do 2º, 5º e 6º anos, com 18,75% cada. A presença de diagnóstico psiquiátrico foi mais frequente (84,2%) entre os alunos do 4º ano, assim como, o uso de Zolpidem (57,8%).

Tabela 1. Características demográficas, diagnóstico psiquiátrico e uso de Zolpidem entre os participantes do estudo.

| Faixa etária | População do Estudo | | Diagnóstico | | Uso de Zolpidem | |
|--------------|---------------------|------|-------------|------|-----------------|------|
| | n | % | n | %* | n | %* |
| 18 a 20 | 14 | 21,9 | 8 | 57,2 | 5 | 35,7 |
| 21 a 24 | 33 | 51,7 | 22 | 66,6 | 12 | 36,3 |
| 25 a 29 | 13 | 20,3 | 11 | 84,6 | 6 | 46,1 |
| 30 a 34 | 1 | 1,5 | 1 | 100 | 1 | 100 |
| 35 a 40 | 1 | 1,5 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| > 40 | 2 | 3,1 | 2 | 100 | 1 | 50 |
| Feminino | 56 | 87,5 | 40 | 71,4 | 19 | 33,9 |
| Masculino | 8 | 12,5 | 4 | 50 | 6 | 75 |
| | 64 | 100 | 44 | | 25 | |
| Ano | | | | | | |
| 1º | 4 | 6,25 | 1 | 25 | 1 | 25 |

| | | | | | | |
|----------------|-----------|------------|-----------|-------------|-----------|-----------|
| 2 ^o | 12 | 18,75 | 8 | 66,6 | 3 | 25 |
| 3 ^o | 5 | 7,8 | 2 | 40 | 2 | 40 |
| 4 ^o | 19 | 29,7 | 16 | 84,2 | 11 | 57,8 |
| 5 ^o | 12 | 18,75 | 9 | 75 | 4 | 33,3 |
| 6 ^o | 12 | 18,75 | 8 | 66,6 | 4 | 33,3 |
| Total | 64 | 100 | 44 | 68,7 | 25 | 39 |

Fonte: dados do estudo (2023). N – Tamanho amostral. % - Percentual com relação ao total de participantes. %* - Percentual com relação aos participantes pertencentes a mesma variável.

Com relação aqueles que informaram ter um diagnóstico de um transtorno mental, os dados são demonstrados na tabela 2. As patologias relatadas pelos alunos foram transtorno de ansiedade, transtorno afetivo bipolar, depressão maior, transtorno do déficit de atenção e hiperatividade, transtorno do pânico. Foi possível observar que a ansiedade foi a mais frequente (47,7%) seguido de estudantes com ansiedade e depressão (22,7%). Considerando ansiedade isolada ou juntamente com outros diagnósticos ela representou 79,5% das doenças mentais entre os participantes da pesquisa e uma prevalência de 54,6% entre todos os indivíduos. A presença de depressão isoladamente ou em conjunto com outras condições esteve presente em 29,5% dos indivíduos. Cabe ressaltar que o alto consumo de substâncias estimulantes, também já explorada na literatura é capaz de piorar os quadros de ansiedade e depressão, senão até mesmo provocar sintomas semelhantes à ansiedade (TEIXEIRA *et al.*, 2021; MORGAN *et al.*, 2017).

Em um estudo com uma população semelhante, também acadêmicos do curso de medicina no interior do Paraná em 2021, Tomé e colaboradores (2022) haviam encontrado uma prevalência de 21% para uso contínuo de ansiolíticos, 16% para antidepressivos e 18% para indutores do sono. Na época, os autores destacaram a importância da pandemia para uma tendência crescente nestes valores. No presente estudo, os dados revelam uma prevalência superior, sugerindo o reflexo da COVID-19 nesta população (TOMÉ *et al.*, 2022).

Tabela 2. Frequência dos transtornos psiquiátricos diagnosticados entre acadêmicos do curso de medicina.

| Diagnóstico Psiquiátrico | n | % |
|---|-----------|------------|
| Ansiedade | 21 | 47,7 |
| Transtorno Afetivo Bipolar | 3 | 6,8 |
| Depressão Maior | 2 | 4,6 |
| Transtorno do Déficit de Atenção e Hiperatividade | 2 | 4,6 |
| Transtorno do Pânico | 1 | 2,2 |
| Ansiedade e depressão | 10 | 22,7 |
| Ansiedade e Transtorno do Déficit de Atenção e Hiperatividade | 2 | 4,6 |
| Ansiedade e Transtorno Afetivo Bipolar | 2 | 4,6 |
| Depressão e Transtorno Afetivo Bipolar | 1 | 2,2 |
| Total | 44 | 100 |

Fonte: dados do estudo (2023). N – Tamanho amostral. % - Percentual com relação ao tamanho amostral.

No que diz respeito a indução do sono, 67,2% (n=43) da população relatou fazer uso ou já ter utilizado algum medicamento para dormir, destes, 25 (39%) responderam que o medicamento foi Zolpidem. Atualmente, 13 (20,3%) da população está em uso de algum medicamento para induzir o sono e destes 6 (9,4%) estão administrando o Zolpidem. Os demais participantes responderam outros, o que incluiu a Trazodona (n=4), Clonazepam (n=2) e Imipramina (n=1). Os dados sobre o uso de hipnóticos estão expostos na tabela 3.

Tabela 3. Frequência do uso de indutores do sono pelos acadêmicos de medicina participantes do estudo.

| | Indutores do Sono | | Zolpidem | | Outros | |
|----------------------------------|-------------------|------------|----------|------|--------|------|
| | n | % | n | % | n | % |
| Nunca utilizou | 21 | 32,8 | | | | |
| Já utilizou e não usa atualmente | 30 | 46,9 | 19 | 29,6 | 11 | 17,1 |
| Utiliza atualmente | 13 | 20,3 | 6 | 9,4 | 7 | 10,9 |
| Total | 64 | 100 | | | | |

Fonte: dados do estudo (2023). N – Tamanho amostral. % - Percentual com relação a população total.

Um estudo realizado no sul do Brasil demonstrou a prevalência do uso de Zolpidem em 3% da amostra de universitários, já o Alprazolam representou 9,1%. No presente estudo a prevalência de 39% provavelmente reflete à uma tendência regional, além do fato dos estudantes de medicina estarem preocupados com a tolerância e dependência induzida pelos benzodiazepínicos (TORVES *et al.*, 2023, TEIXEIRA *et al.*, 2021).

Sobre o Zolpidem, o tempo médio de utilização foi de 18 meses. A receita originada de um médico psiquiatra esteve presente em 52% dos casos. E este profissional prescreveu a dose de 10 mg/dia para 46% dos seus pacientes. A indicação do Zolpidem por médico não psiquiatra representou 48% dos casos e 33,3% deles receberam a dose de 10 mg/dia.

Quando questionados se receberam orientações sobre o tempo de uso da medicação, 56% relatou ter sido bem orientado, 8% responderam que receberam algum tipo de informação e 36% afirmou não ter recebido, por parte do médico, informações sobre o tratamento. No que diz respeito a qualidade do sono, a maioria (60%), afirmou que houve grande melhora, 28% respondeu que houve algum tipo de melhora, 8% não percebeu nenhuma diferença na qualidade do sono e 4% respondeu que houve piora no sono. Vale ressaltar que conforme relatado por Morgan e colaboradores (2017), o consumo de psicoestimulantes é frequente entre os acadêmicos de medicina. Logo, os distúrbios do sono subjacentes seriam, em última análise, esperados. Um estudo

envolvendo 200 acadêmicos de medicina em 2015 revelou que 57,5% faziam uso de psicoestimulantes cujo principal efeito seria a diminuição do sono (MORGAN *et al.*, 2017).

Um estudo com acadêmicos de medicina no Rio de Janeiro (LISBOA & COLLI, 2021), em Ponta Grossa no Paraná (FERREIRA *et al.*, 2017) e em Anápolis, Goiás (ROSA *et al.*, 2019) revelam uma alta taxa de distúrbios do sono e conseqüentemente utilização de medicamentos para tal, dados que corroboram a presente pesquisa.

Pensando no uso racional dos medicamentos, a utilização correta dos mesmos é fundamental para o sucesso terapêutico. Quando questionados sobre a frequência do uso do Zolpidem, a maioria (60%) respondeu fazê-lo apenas em condições especiais, 28% afirmou utilizar todos os dias, 8% pelo menos quatro vezes na semana e 4% duas vezes nela. A chamada higiene do sono é fundamental para que ele seja reparador, isto indiferente de se fazer ou não uso de medicamentos. Quando questionado qual atitude é tomada depois da administração do Zolpidem, 100% relatou que se deita, no entanto, 64% afirmou que permanece fazendo outra atividade como televisor, livro, celular, entre outros. Sobre este tema a literatura é bastante clara em afirmar que o uso de dispositivos eletrônicos próximos ao horário de dormir é prejudicial para a qualidade do sono e, conseqüentemente na efetividade dos medicamentos utilizados para tal. Na presente pesquisa embora a maioria tenha relatado melhora do sono com o uso do Zolpidem, cabe ressaltar que há uma prevalência alta de uso de diversos psicotrópicos. Medicamentos que, poderiam talvez serem dispensáveis caso houvesse uma higiene do sono (BRITO & ABREU, 2021; FERREIRA *et al.*, 2017).

Na seqüência, os estudantes foram questionados sobre fazer uso da medicação por conta própria, ou seja, foram do que lhes fora prescrito, quase metade (48%) respondeu que sim. Estes dados estão detalhados na tabela 4.

Quanto aos acadêmicos que administraram o medicamento por conta própria (n=12), todos relataram que utilizam o dobro da dose prescrita, que não notaram diferença na qualidade do sono. Para aqueles que responderam no quesito frequência “condições especiais”, 100% deles correlacionou esta situação com a semana de provas na graduação. Quando questionados sobre o momento da faculdade que isto ocorreu, a maioria (70%) respondeu no 3º ano. Estes dados corroboram várias pesquisas, as quais demonstraram que a transição para a idade adulta, o aumento da

responsabilidade, a carga horária estendida no chamado ciclo clínico do curso de medicina (3^o e 4^o anos) são fatores desencadeantes (ou agravantes) para as adversidades psicológicas e/ou psiquiátricas entre os acadêmicos (FERREIRA *et al.*, 2017; CORRÊA *et al.*, 2017; ARAÚJO *et al.*, 2022; TOMÉ *et al.*, 2022).

Tabela 4. Panorama geral sobre a utilização do Zolpidem entre acadêmicos de medicina participantes do estudo.

| Quesito estudado | n | % |
|---|----|-------|
| Prescrição | | |
| Médico Psiquiatra | 13 | 52,0% |
| Médico Não Psiquiatra | 12 | 48,0% |
| Orientações sobre o tempo de uso | | |
| Foi bem orientado | 14 | 56,0% |
| Foi orientado | 2 | 8,0% |
| Não houve orientação | 9 | 36,0% |
| Qualidade do sono | | |
| Melhorou muito | 15 | 60,0% |
| Melhorou | 7 | 28,0% |
| Piorou | 1 | 4,0% |
| Não houve diferença | 2 | 8,0% |
| Frequência do uso | | |
| Todos os dias | 7 | 28,0% |
| 4 x na semana | 2 | 8,0% |
| 2 x na semana | 1 | 4,0% |
| Apenas em condições especiais | 15 | 60,0% |
| Após administrar o medicamento | | |
| Dirige-se para dormir, sem distrações | 9 | 36,0% |
| Dirige-se para dormir, com distrações | 16 | 64,0% |
| Uso por conta própria | | |
| Não | 13 | 52,0% |
| Sim | 12 | 48,0% |

Fonte: dados do estudo (2023). N – Tamanho amostral. % - Percentual com relação ao tamanho amostral n=25.

Com relação aos efeitos adversos, 80% (n=20) dos entrevistados relataram a presença constante de pelo menos um. Os acadêmicos foram indagados sobre os principais efeitos relacionados ao uso do medicamento, sendo eles alucinação (percepção de estímulos que não são reais, sejam auditivos, visuais, olfativos, de tato ou paladar), delirium (flutuação da atenção, da cognição e do nível de consciência), amnésia anterógrada (quando a memória de curto prazo desaparece), pesadelos (sonho perturbador, associado a sentimento negativos como ansiedade ou medo) e sonambulismo (episódios de despertar durante o sono). Dentre aqueles com evento adverso, 45% relatou um deles, 35% a presença de dois e 20% apresentou três tipos de efeitos adversos. A alucinação foi a mais frequente (28,5%), seguido por delirium (22,8%), amnésia (20%), pesadelos (20%) e sonambulismo (8,7%), estes dados são demonstrados na tabela 5.

Tabela 5. Descrição dos eventos adversos relacionados ao uso de Zolpidem entre acadêmicos de medicina participantes do estudo.

| Eventos adversos | n | % |
|--------------------------|----------|-----------|
| Não houve | 5 | 20 |
| Apresentou | 20 | 80 |
| Número de eventos | n | %* |
| 1 | 9 | 45 |
| 2 | 7 | 35 |
| 3 | 4 | 20 |
| Tipo | n | %* |
| Alucinação | 10 | 28,5 |
| Delirium | 8 | 22,8 |
| Amnésia | 7 | 20 |
| Pesadelo | 7 | 20 |
| Sonambulismo | 3 | 8,7 |

Fonte: dados do estudo (2023). N – Tamanho amostral. % - Percentual com relação ao tamanho amostral.
* percentual com relação aos 20 participantes que responderam positivamente ao quesito.

A literatura relata que o eventual uso inadequado das medicações pode levar ao aparecimento de diversos efeitos colaterais. Nos últimos anos houve um aumento na dispensação de muitos fármacos, o que remete na ampliação do número de pessoas utilizando, ou o aumento individual da dose, ou ambos. Como consequência, o número de eventos adversos também foi amplamente registrado (PEREIRA *et al.*, 2022; SOUSA *et al.*, 2022). Eventos psiquiátricos induzidos pelo Zolpidem similares aos encontrados no presente estudo estão relatados na literatura atual (CARVALHO & WEBER, 2023; LINARTEVICHI *et al.*, 2021) e incluem alterações psiquiátricas, comportamentais, neurológicas e até mesmo irreversíveis (MAO *et al.*, 2022). A gravidade e a prevalência destes eventos aumentam na presença de comorbidades psiquiátricas prévias (EDINOFF *et al.*, 2021). Um dado preocupante, uma vez que, é exatamente este o perfil dos acadêmicos usuários de Zolpidem abordados neste estudo. O uso indiscriminado, o auto ajuste da dosagem e a carga psicológica vivida por estes estudantes pode ser um fator primordial para a alta taxa de eventos adversos relatados ou ainda ser predisponente para eventos mais graves (ARAÚJO *et al.*, 2021).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Em suma, o estudo revelou que há uma alta taxa de estudantes com diagnóstico psiquiátrico e que fazem uso de medicamentos. A prevalência do uso de Zolpidem foi tão alta quanto a já demonstrada literatura. Falta de informação, automedicação e presença de problemas relacionados ao medicamento também estiveram presentes neste estudo. Assim, é importante que haja mais discussão entre o corpo docente e

discente da instituição objetivando localizar oportunidades para suporte psicossocial para os acadêmicos e intervenções que visem identificar o estudante com sofrimento psíquico de modo a prevenir ou melhor manejar o uso indiscriminado de medicamentos como o Zolpidem. Neste contexto, novos estudos são fundamentais para que estes pontos sejam explanados, assim como o aumento do número de participantes da pesquisa para que melhor reflita a realidade local.

REFERENCIAS

AQUIZERATE, A., LAFORGUE, E. J., ISTVAN, M., ROUSSELET, M., GERARDIN, M., JOUANJUS, E., LIBERT, F., FRENCH ADDICTOVIGILANCE NETWORK, GUERLAIS, M., VICTORRI-VIGNEAU, C. French national addictovigilance follow-up of zolpidem between 2014 and 2020: evolution of drug abuse, misuse and dependence before and after the regulatory change. **European Journal of Public Health**, v.33, n. 2, p. 169-175, 2023. <https://doi.org/10.1093/eurpub/ckad003>

ARAUJO, A. F. L. L., CRISTINA RIBEIRO, M., DIAS VANDERLEI, A. Automedicação de psicofármacos entre estudantes universitários de odontologia e medicina. **Revista Internacional de Educação Superior**, v. 7, p. e021037, 2021. <https://doi.org/10.20396/riesup.v7i0.8659934>

ARAÚJO, F. G., MACÊDO SOBREIRA, P. T., VALÉRIO, E. A., SOUZA, A. C., SILVA, M., BRAGA, T. R. O. Técnicas de manejo da ansiedade no ambiente de trabalho: uma revisão bibliográfica. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, v. 9, n. 8, p. 1807-1815, 2022. <https://doi.org/10.51891/rease.v9i8.10927>

BRITO, L. F., ABREU, T. P. O aumento do consumo de álcool e de benzodiazepínico: alprazolam no período da pandemia do COVID-19. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, v. 7, n. 10, p. 1791-1798, 2021. <https://doi.org/10.51891/rease.v7i10.2698>

CARVALHO, M. S., WEBER, C. A. T. Rabdomiólise secundária a convulsões induzidas por zolpidem. **Debates em Psiquiatria**, v. 13, p. 1-12, 2023. <https://doi.org/10.25118/2763-9037.2023.v13.764>

CORRÊA, C. C., OLIVEIRA, F. K., PIZZAMIGLIO, D. S., ORTOLAN, E. V. P., WEBER, S. A. T. Sleep quality in medical students: a comparison across the various phases of the medical course. **Jornal Brasileiro de Pneumologia**, v. 43, n. 4, p. 285-289, 2017. <https://doi.org/10.1590/s1806-37562016000000178>

EDINOFF, A.N., WU, N., GHAFAR, Y.T. Zolpidem: efficacy and side effects for insomnia. **Health Psychology Research**, v.9, n.1, 2021 <https://doi.org/10.52965/001c.24927>

FEITOSA, R. S., CRUZ, J. R. A. Depressão, ansiedade e o uso de psicofármacos na pandemia da COVID-19. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, v. 7, n. 10, p. 2925-2937, 2021. <https://doi.org/10.51891/rease.v7i10.2978>

FERREIRA, C. M. G., KLUTHCOVSKY, A. C. G., DORNELLES, C. F., STUMPF, M. A. M., MENEZES, T., CORDEIRO, G. Qualidade do sono em estudantes de medicina de uma universidade do Sul do Brasil. **Conexão Ci**, v. 12, n. 1, p. 78-85, 2017.
<http://dx.doi.org/10.24862/cco.v12i1.501>

GARBELINI, G. U., OLIVEIRA, A. V., JUDICE, M. G., ARANTES, A. P. F., SILVA, R. C. D. Sonolência diurna excessiva em internos de uma universidade brasileira: prevalência e fatores associados. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, v. 9, n. 4, p. 1267-1275, 2023.
<https://doi.org/10.51891/rease.v9i4.9320>

LAKATOS, E. M., MARCONI, M. A. **Fundamentos de metodologia científica**. 9ª Ed. Editora Atlas, São Paulo - SP, 2021.

LINARTEVICH, V. F., FROZA, M. G., CURY, R. M., DO NASCIMENTO, F. P. Potential use of psilocybin in the depression treatment: a review. **Brazilian Journal of Development**, v. 7, n. 3, p. 32270-32288, 2021.
<https://doi.org/10.34117/bjdv7n3-783>

LISBOA, I. B., COLLI, L. F. M. Atenção farmacêutica no uso de benzodiazepínicos e outros psicofármacos no tratamento de transtornos de ansiedade e pânico por jovens atualmente no município de Nova Iguacu. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, v. 7, n. 10, p. 1299-1310, 2021.
<https://doi.org/10.51891/rease.v7i10.2663>

LYU, X., HU, Y., ZHAO, Y., WANG, H., DU, J., WANG, J., JIANG, H. Euphoric effect induced by zolpidem: a case study of magnetoencephalography. **General Psychiatry**, v. 35, n. 1, p. e100729, 2022.
<https://doi.org/10.1136/gpsych-2021-100729>

MAO, Z. X., YANG, X., WANG, H. Y., GUO, W. J. Case report: chronological symptom profile after cessation of overdose zolpidem in a patient with comorbid bipolar disorder-from anxiety, craving, paresthesia and influenza-like symptoms to seizures and hallucinations. **Frontiers in psychiatry**, v. 13, p. 962836, 2022.
<https://doi.org/10.3389/fpsyt.2022.962836>

MARQUARDT, M. **Alterações do sono em estudantes de medicina em uma universidade catarinense**. Trabalho de Conclusão de Curso: Universidade do Extremo Sul Catarinense, 2019.

MINELLA, F. C. O., LINARTEVICH, V. F. Efeitos do canabidiol nos sinais e comorbidades do transtorno do espectro autista. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 10, p. e64101018607, 2021.
<https://doi.org/10.33448/rsd-v10i10.18607>

MORAIS, N. V. P., IRENE, D. L., LIMA, V. S., ORSANO, N. M., ORSANO, F. E. Ensino remoto e seus efeitos nos níveis de ansiedade e atividade física em alunos de uma escola de Teresina-PI. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, v. 8, n. 9, p. 512-525, 2022.
<https://doi.org/10.51891/rease.v8i9.6775>

MORGAN, H. L., PETRY, A. F., LICKS, P. A. K., BALLESTER, A. O., TEIXEIRA, K. N., DUMITH, S. C. Consumo de estimulantes cerebrais por estudantes de medicina de uma

universidade do extremo sul do Brasil: prevalência, motivação e efeitos percebidos. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v.41, n.1, p.102-109, 2017.

<https://doi.org/10.1590/1981-52712015v41n1RB20160035>

PEREIRA, M. D., SANTANA, M. F., SILVA, J. P., MORAES FILHO, J. A., ROSA, C. A. S., ANTUNES, P. F. S. Association of anxiety and use of anxiolytics among health-related college students. **SciELO Preprints**, 2022.

<https://doi.org/10.1590/SciELOPreprints.4348>

RAMOS, R. M. de O., FERREIRA, A. W. D., SOUZA, A. M., MALLET, A. C. T., SOUZA, H. L. S. Influência do transtorno de ansiedade generalizada no comportamento alimentar. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, v. 9, n. 9, p. 505-523, 2023.

<https://doi.org/10.51891/rease.v9i9.11178>

REGO, R.M., MARQUES, N.A., MONTEIRO, P.C., OLIVEIRA, C.L.B., LINS, N.A.A., CALDAS, C.A.M. O perfil atual do estudante de Medicina e sua repercussão na vivência do curso. **Pará Research Medical Journal**, v.2, n. e5, p.22-30, 2018.

<https://doi.org/10.4322/prmj.2018.005>

ROCHA, E. P. C., XIMENES, T. M. B., ROCHA, P. B. C., KUBRUSLY, M., PEIXOTO, R. A. C., PEIXOTO, A. A. J. Uso de hipnóticos, qualidade do sono e síndrome de Burnout em estudantes de medicina. **Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool e Drogas**, v. 17, n. 4, p. 74-82, 2021.

<https://dx.doi.org/10.11606/issn.1806-6976.smad.2021.176488>

ROCHA, L. E., PEREIRA, M. B. S. F., TEIXEIRA, L. T. V., ROCHA, D. A., NOGUEIRA, J. G. P., MARTUSCELLO N. C. A eficácia do tratamento de delirium com psicofármacos: uma revisão integrativa de literatura. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, v. 9, n. 8, p. 710-722, 2023.

<https://doi.org/10.51891/rease.v9i8.10812>

ROSA, I. M., CHAVES, M. R. R., SILVA, R. L. S., NASSAR, R. F. F., PEREIRA, T. A. **Análise da qualidade do sono em estudantes de medicina de uma instituição de ensino superior de Anápolis, Goiás**. Trabalho de Conclusão de Curso: Faculdade de Medicina Unievangélica. Anápolis - GO, 44 p., 2019.

SEGUNDO, L. V. G., NETO, B. F. C., PAZ, D. A., HOLANDA, M. M. A. Features related to quality of sleep-in medical students. **Revista Brasileira de Neurologia e Psiquiatria**, v. 3, p. 213-223, 2017.

SILVA, A. P., LINARTEVICH, V. Avaliação da origem das prescrições de medicamentos psicotrópicos em um município do oeste do Paraná. **FAG Journal of Health**, v. 1, n. 2, p. 150-153, 2019.

<https://doi.org/10.35984/fjh.v1i2.100>

SOUSA, G. H. P., ALVES A. F., FERREIRA, K. D. O consumo de zolpidem durante a pandemia da COVID-19: benefícios e consequências. **Revista Liberum Accessum**, v. 14, n. 4, p. 42-52, 2022.

TEIXEIRA, L. A. C., COSTA, R. A., MATTOS, R. M. P. R., PIMENTEL, D. Saúde mental dos estudantes de Medicina do Brasil durante a pandemia da COVID-19. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v.70, n.1, p.21-29, 2021.

<https://doi.org/10.1590/0047-2085000000315>

TOMÉ, F. C. P., TOMÉ, L. A., OLIVEIRA, M. S. R., TOMÉ, R. L., CHEFFER, M. H. Uso de substâncias psicoativas por estudantes de medicina durante a pandemia do coronavírus. **Scientific Electronic Archives**, v. 15, n. 6, p.58-63, 2022.

<https://doi.org/10.36560/15620221547>

TORVES, G. M., DOS SANTOS, I. B., KARNOPP, G., NEIS, J. S., RIES, E. F., BAYER, V. L. Saúde mental e uso de medicamentos psicotrópicos por estudantes de uma universidade federal do sul do país. **Saúde (Santa Maria)**, v. 48, n. 1, p. e68917, 2023.

<https://doi.org/10.5902/2236583468917>

VASCONCELOS, E. G., MARTINS, M. G. T. Ansiedade na pandemia COVID-19: influências no aprendizado da EJA - educação de jovens e adultos e terapia cognitivo comportamental na intervenção. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, v. 8, n. 7, p. 798-820, 2022.

<https://doi.org/10.51891/rease.v8i7.6180>