

PREVALÊNCIA E REPERCUSSÕES DA INSÔNIA EM PACIENTES COM DOR CRÔNICA: ASSOCIAÇÃO COM SINTOMAS DEPRESSIVOS

PREVALENCE AND REPERCUSSIONS OF INSOMNIA IN PATIENTS WITH CHRONIC PAIN: ASSOCIATION WITH DEPRESSIVE SYMPTOMS

PREVALENCIA Y REPERCUSIONES DEL INSOMNIO EN PACIENTES CON DOLOR CRÓNICO: ASOCIACIÓN CON SÍNTOMAS DEPRESIVOS

Lucas Thadeu Silva de Ferreira Morais¹

Laiane Soares Silva²

Pedro Vitor Medeiros Maurilio³

Larissa Monteiro Ribeiro⁴

Júlia Seixas Arêdes da Silveira⁵

Marina Beatriz Roberto Aleixo⁶

Yure Guimarães⁷

Cássia Aparecida da Silva Santos⁸

Naiara Cunha de Moura⁹

Paulo César Cardoso de Azevêdo Júnior¹⁰

Maria Luiza Torres Gonçalves¹¹

Jefferson da Silva Boeira¹²

João Lucas de Jesus da Silva Paixão¹³

José Victor Moreira Viana¹⁴

RESUMO: A dor crônica representa um importante problema de saúde pública, frequentemente associada a comorbidades que agravam seu impacto clínico e psicossocial. Entre essas, a insônia destaca-se como um dos distúrbios mais prevalentes, exercendo influência significativa sobre a percepção da dor, o funcionamento emocional e a qualidade de vida. Evidências recentes indicam ainda uma estreita associação entre distúrbios do sono e sintomas depressivos, especialmente em pacientes com condições dolorosas persistentes. Diante desse contexto, o presente estudo teve como objetivo analisar a prevalência da insônia em pacientes com dor crônica, bem como discutir suas repercussões clínicas e sua associação com sintomas depressivos, à luz da literatura científica atual. Trata-se de uma revisão narrativa da literatura, realizada a partir de buscas na base PubMed/MEDLINE, utilizando descritores relacionados à insônia, dor crônica e depressão. Foram incluídos estudos observacionais, revisões narrativas e sistemáticas, análises bibliométricas e documentos de referência diagnóstica que abordassem

¹Mestrando em Inovação Tecnológica, Universidade Federal de Minas Gerais – UFMG.

²Graduanda em Medicina, Faculdade Ciências Médicas de Minas Gerais – FCMMG.

³Graduando em Medicina, Faculdade Ciências Médicas de Minas Gerais – FCMMG.

⁴Graduanda em Medicina, Faculdade Ciências Médicas de Minas Gerais – FCMMG.

⁵Graduanda em Medicina, Faculdade de Ciências Médicas de Minas Gerais – FCMMG.

⁶Graduanda em Medicina, Faculdade de Ciências Médicas de Minas Gerais – FCMMG.

⁷Graduando em Medicina, Faculdade de Ciências Médicas de Minas Gerais – FCMMG.

⁸Graduanda em Medicina, Faculdade de Saúde e Ecologia Humana – FASEH. Vespasiano – Minas Gerais, Brasil.

⁹Graduanda em medicina, Pontifícia universidade católica de campinas - PUC Campinas. Orcid: <https://orcid.org/0009-0000-4556-4705/>.

¹⁰Graduado em Medicina, Centro Universitário ZARNES.

¹¹Graduada em Medicina, Universidade Federal de Mato Grosso do Sul – UFMS.

¹²Graduado em Medicina, Universidade Luterana do Brasil – ULBRA.

¹³Graduado em Medicina, Universidade Estadual de Campinas – UNICAMP.

¹⁴Residente em Clínica Médica no Hospital Guilherme Álvaro, Pontifícia Universidade Católica de Campinas - PUC Campinas, Santos- São Paulo, Brasil.

adultos com dor crônica e alterações do sono, com ou sem sintomas depressivos associados. Os achados evidenciam elevada prevalência de insônia nesse grupo populacional, frequentemente superior à observada na população geral, além de associação consistente com maior intensidade da dor, pior funcionalidade e maior frequência de sintomas depressivos. A literatura sustenta uma relação bidirecional entre dor, insônia e depressão, mediada por mecanismos neurofisiológicos e psicossociais compartilhados. Conclui-se que o reconhecimento e o manejo sistemático da insônia são fundamentais para a abordagem clínica integral de pacientes com dor crônica, podendo contribuir para melhores desfechos funcionais e emocionais.

Palavras-chave: Depressão. Dor Crônica. Transtorno Do Sono-Vigília. Ansiedade.

ABSTRACT: Chronic pain represents a major public health problem and is frequently associated with comorbidities that exacerbate its clinical and psychosocial impact. Among these, insomnia stands out as one of the most prevalent disorders, exerting a significant influence on pain perception, emotional functioning, and quality of life. Recent evidence also indicates a close association between sleep disorders and depressive symptoms, particularly in patients with persistent painful conditions. In this context, the present study aimed to analyze the prevalence of insomnia in patients with chronic pain and to discuss its clinical repercussions and its association with depressive symptoms, based on the current scientific literature. This is a narrative literature review conducted through searches in the PubMed/MEDLINE database, using descriptors related to insomnia, chronic pain, and depression. Observational studies, narrative and systematic reviews, bibliometric analyses, and diagnostic reference documents addressing adults with chronic pain and sleep disturbances, with or without associated depressive symptoms, were included. The findings demonstrate a high prevalence of insomnia in this population, often exceeding that observed in the general population, as well as a consistent association with greater pain intensity, worse functional status, and higher frequency of depressive symptoms. The literature supports a bidirectional relationship between pain, insomnia, and depression, mediated by shared neurophysiological and psychosocial mechanisms. It is concluded that the recognition and systematic management of insomnia are essential for a comprehensive clinical approach to patients with chronic pain, potentially contributing to better functional and emotional outcomes.

2

Keywords: Depression. Chronic Pain. Sleep-Wake Disorders. Anxiety.

RESUMEN: El dolor crónico representa un importante problema de salud pública y se asocia con frecuencia a comorbilidades que agravan su impacto clínico y psicosocial. Entre ellas, el insomnio se destaca como uno de los trastornos más prevalentes, ejerciendo una influencia significativa sobre la percepción del dolor, el funcionamiento emocional y la calidad de vida. Evidencias recientes indican además una estrecha asociación entre los trastornos del sueño y los síntomas depresivos, especialmente en pacientes con condiciones dolorosas persistentes. En este contexto, el presente estudio tuvo como objetivo analizar la prevalencia del insomnio en pacientes con dolor crónico, así como discutir sus repercusiones clínicas y su asociación con síntomas depresivos, a la luz de la literatura científica actual. Se trata de una revisión narrativa de la literatura, realizada mediante búsquedas en la base de datos PubMed/MEDLINE, utilizando descriptores relacionados con el insomnio, el dolor crónico y la depresión. Se incluyeron estudios observacionales, revisiones narrativas y sistemáticas, análisis bibliométricos y documentos de referencia diagnóstica que abordaran adultos con dolor crónico y alteraciones del sueño, con o sin síntomas depresivos asociados. Los hallazgos evidencian una

elevada prevalencia de insomnio en este grupo poblacional, frecuentemente superior a la observada en la población general, además de una asociación consistente con mayor intensidad del dolor, peor funcionalidad y mayor frecuencia de síntomas depresivos. La literatura respalda una relación bidireccional entre dolor, insomnio y depresión, mediada por mecanismos neurofisiológicos y psicosociales compartidos. Se concluye que el reconocimiento y el manejo sistemático del insomnio son fundamentales para un abordaje clínico integral de los pacientes con dolor crónico, pudiendo contribuir a mejores resultados funcionales y emocionales.

Palabras clave Depresión. Dolor Crónico. Trastornos Del Sueño-Vigilia. Ansiedad.

INTRODUÇÃO

A dor crônica é reconhecida como uma condição altamente prevalente e incapacitante, afetando aproximadamente 20% da população adulta mundial, com impacto significativo sobre a funcionalidade, a qualidade de vida e os sistemas de saúde. Caracteriza-se pela persistência da dor por período superior a três meses, frequentemente associada a limitações físicas, prejuízos psicossociais e elevada carga emocional. Estudos demonstram que indivíduos com dor crônica apresentam maior risco para o desenvolvimento de comorbidades psiquiátricas e distúrbios do sono, os quais contribuem para a cronificação dos sintomas e para a piora dos desfechos clínicos (Alhalal et al., 2021; Ueda et al., 2024).

Entre os distúrbios do sono, a insônia destaca-se como uma das condições mais frequentemente observadas em pacientes com dor crônica. Evidências epidemiológicas indicam que a prevalência de insônia nesse grupo pode ultrapassar 50%, variando conforme o tipo de dor, a duração do quadro e a presença de comorbidades associadas (Ueda et al., 2024). A dor persistente interfere diretamente na arquitetura do sono, promovendo fragmentação, redução do tempo total de sono e diminuição do sono reparador. Por outro lado, a privação ou a má qualidade do sono intensifica a sensibilidade dolorosa, favorecendo a amplificação da dor e a manutenção do quadro crônico, configurando uma relação bidireccional amplamente documentada na literatura (Finan et al., 2013).

Além disso, a insônia apresenta forte associação com transtornos depressivos, sendo considerada tanto fator de risco quanto manifestação associada à depressão. Estudos observacionais e revisões sistemáticas apontam que indivíduos com distúrbios do sono apresentam maior probabilidade de desenvolver sintomas depressivos, especialmente quando coexistem com condições dolorosas crônicas (Fang et al., 2019). Nesse contexto, a má qualidade do sono tem sido descrita como um importante mediador entre dor crônica e depressão, potencializando alterações do humor, fadiga, anedonia e comprometimento cognitivo (Alhalal

et al., 2021).

Do ponto de vista diagnóstico, a insônia é definida por critérios clínicos bem estabelecidos, incluindo dificuldade para iniciar ou manter o sono, despertar precoce ou sono não reparador, associados a prejuízo funcional diurno, conforme descrito nos manuais diagnósticos psiquiátricos. Entretanto, em pacientes com dor crônica, essa condição ainda é frequentemente subdiagnosticada ou interpretada apenas como consequência secundária da dor, o que contribui para a persistência dos sintomas e para a menor resposta terapêutica global (Morin et al., 2023).

Apesar do crescente volume de evidências demonstrando a interdependência entre dor crônica, insônia e sintomas depressivos, essa tríade clínica permanece subvalorizada na prática assistencial, sobretudo no que se refere à abordagem sistemática dos distúrbios do sono. A ausência de reconhecimento adequado da insônia como componente central do quadro clínico pode resultar em manejo fragmentado e em piores desfechos funcionais e emocionais.

Diante desse cenário, o presente estudo tem como objetivo analisar a prevalência da insônia em pacientes com dor crônica, bem como discutir suas repercussões clínicas e sua associação com sintomas depressivos, com base na literatura científica atual, contribuindo para uma compreensão mais integrada desse fenômeno e para o aprimoramento das estratégias de cuidado clínico.

4

MÉTODOS

A metodologia de um artigo delinea os procedimentos empregados para conduzir a pesquisa, incluindo o tipo de estudo, a seleção da amostra, os métodos de coleta e análise de dados, considerações éticas e limitações do estudo. Sua descrição detalhada e transparente é essencial para garantir a replicabilidade e a confiabilidade dos resultados, além de proporcionar uma base sólida para a interpretação e a generalização dos achados.

Trata-se de um estudo de revisão narrativa da literatura, de abordagem qualitativa, cujo objetivo foi analisar a prevalência da insônia em pacientes com dor crônica e discutir suas repercussões clínicas e sua associação com sintomas depressivos. A escolha por revisão narrativa fundamenta-se na necessidade de integrar evidências provenientes de diferentes delineamentos (estudos observacionais, revisões e análises teóricas), possibilitando uma síntese interpretativa e contextualizada do tema.

A busca bibliográfica foi realizada na base PubMed/MEDLINE, por se tratar de

repositório abrangente e amplamente utilizado para literatura biomédica. Utilizaram-se descritores e termos livres em língua inglesa, combinados por operadores booleanos, com a seguinte estratégia geral:

(insomnia OR “sleep disturbance” OR “sleep quality”) AND (“chronic pain”) AND (depression OR “depressive symptoms”).

Como estratégia complementar, foram utilizados termos correlatos para ampliar a sensibilidade da busca, incluindo: “comorbidity”, “bidirectional relationship” e “mental health”, quando pertinentes ao foco do estudo.

Foram considerados elegíveis estudos com população adulta e com abordagem direta ou integrada dos seguintes eixos: (1) prevalência de insônia em pacientes com dor crônica; (2) repercussões clínicas e funcionais associadas ao distúrbio do sono; (3) associação entre insônia e sintomas depressivos no contexto de dor crônica; e (4) mecanismos fisiopatológicos propostos para a comorbidade. Incluíram-se estudos observacionais, revisões narrativas, revisões sistemáticas, análises bibliométricas e documentos de referência diagnóstica, publicados em inglês, sem delimitação rígida de período, desde que pertinentes ao objetivo do estudo.

Foram excluídas publicações que não tratassem explicitamente da associação entre dor crônica, insônia e sintomas depressivos, estudos centrados exclusivamente em dor aguda, populações pediátricas ou artigos sem relevância direta para a questão investigada. Também foram excluídos editoriais, cartas ao editor e relatos de caso isolados.

A análise do material selecionado foi conduzida de forma crítica e interpretativa, com organização temática dos achados, visando identificar consensos, contradições e lacunas na literatura. Por se tratar de pesquisa baseada exclusivamente em fontes secundárias, sem coleta de dados primários, este estudo dispensa apreciação por comitê de ética em pesquisa.

RESULTADOS

A análise dos estudos incluídos evidenciou elevada prevalência de insônia em pacientes com dor crônica. Estudos observacionais demonstraram que mais da metade dos indivíduos com dor crônica apresenta queixas significativas relacionadas ao sono, incluindo dificuldade para iniciar ou manter o sono, despertares frequentes e sono não reparador (Ueda et al., 2024).

Os artigos analisados também apontaram que a presença de insônia em pacientes com dor crônica está associada a piores desfechos clínicos, como maior intensidade da dor, maior limitação funcional e pior qualidade de vida. A literatura descreve que indivíduos com

distúrbios do sono apresentam maior percepção dolorosa e maior impacto funcional quando comparados àqueles sem queixas relacionadas ao sono (Finan et al., 2013).

No que se refere à saúde mental, os estudos incluídos demonstraram associação consistente entre insônia e sintomas depressivos em pacientes com dor crônica. Evidências indicam que pacientes com alterações do sono apresentam maior frequência e maior intensidade de sintomas depressivos quando comparados àqueles com sono preservado (Alhalal et al., 2021). Revisões narrativas e estudos epidemiológicos corroboraram a coexistência frequente entre insônia e depressão, destacando a recorrência dessa associação em diferentes populações clínicas (Fang et al., 2019).

Os resultados também indicaram a presença de mecanismos fisiopatológicos compartilhados entre dor crônica, insônia e depressão, com destaque para alterações nos sistemas neurotransmissores, especialmente nas vias dopaminérgicas. Estudos de revisão apontaram que tais alterações estão associadas simultaneamente à modulação da dor, à regulação do sono e ao controle do humor, contribuindo para a elevada coexistência dessas condições (Finan et al., 2013).

Outro achado recorrente nos estudos analisados foi a subvalorização clínica da insônia em pacientes com dor crônica. A literatura indica que, frequentemente, os distúrbios do sono não são avaliados de forma sistemática, mesmo na presença de sintomas persistentes e impacto funcional relevante (Morin et al., 2023). Esse padrão foi observado em diferentes contextos clínicos e sistemas de saúde.

De modo geral, os estudos incluídos apresentaram predominância de delineamentos observacionais, além de heterogeneidade nos instrumentos utilizados para avaliação da insônia, da dor e dos sintomas depressivos, o que dificultou a comparação direta entre os resultados. Também foi observada concentração de pesquisas em populações específicas, limitando a generalização dos achados (Ueda et al., 2024; Al Maqbali et al., 2023).

DISCUSSÃO

Os resultados desta revisão corroboram a literatura ao demonstrar que a insônia é altamente prevalente entre pacientes com dor crônica, configurando-se como uma comorbidade frequente e clinicamente relevante. A elevada proporção de indivíduos com queixas persistentes relacionadas ao sono reforça o entendimento de que a dor crônica não deve ser analisada de forma isolada, mas inserida em um contexto mais amplo de alterações funcionais e

psicossociais, no qual os distúrbios do sono desempenham papel central (Ueda et al., 2024).

A associação entre insônia e piores desfechos clínicos, como maior intensidade da dor e maior limitação funcional, sustenta o modelo bidirecional amplamente descrito na literatura, no qual dor e distúrbios do sono se retroalimentam negativamente. Esse modelo é consistente com achados prévios que indicam que a privação ou fragmentação do sono reduz os limiares de tolerância à dor, ao mesmo tempo em que a dor persistente interfere na arquitetura do sono, favorecendo sua cronificação (Finan et al., 2013). Apesar do consenso quanto à bidirecionalidade dessa relação, ainda há controvérsias sobre a predominância causal desses fatores em diferentes síndromes dolorosas, o que evidencia a necessidade de investigações longitudinais.

No que se refere à saúde mental, os achados reforçam a estreita associação entre insônia e sintomas depressivos em pacientes com dor crônica. A literatura sugere que a má qualidade do sono atua como elemento mediador relevante entre dor persistente e depressão, intensificando o sofrimento emocional e comprometendo o funcionamento global do indivíduo (Alhalal et al., 2021). Revisões narrativas apontam que a insônia pode preceder o desenvolvimento de sintomas depressivos ou contribuir para sua manutenção, ao passo que a depressão, por sua vez, tende a agravar os distúrbios do sono, configurando uma relação bidirecional complexa (Fang et al., 2019).

7

Os mecanismos fisiopatológicos propostos para explicar essa comorbidade incluem alterações nos sistemas neurotransmissores, especialmente nas vias dopaminérgicas, além de disfunções nos circuitos de recompensa, motivação e regulação emocional. A hipótese dopaminérgica descrita por Finan et al. (2013) oferece um modelo integrativo relevante, ao relacionar simultaneamente a modulação da dor, do sono e do humor. Contudo, a heterogeneidade dos modelos teóricos e a escassez de estudos longitudinais limitam a consolidação de um modelo explicativo único.

Outro aspecto relevante discutido na literatura refere-se à subvalorização clínica da insônia no manejo de pacientes com dor crônica. Os estudos analisados indicam que, frequentemente, a abordagem terapêutica permanece centrada no controle da dor ou dos sintomas depressivos, sem avaliação sistemática dos distúrbios do sono. Essa conduta fragmentada pode contribuir para a persistência dos sintomas e para a menor efetividade das intervenções terapêuticas, uma vez que a insônia não tratada tende a perpetuar tanto a dor quanto o sofrimento psíquico (Morin et al., 2023).

Apesar da consistência geral dos achados, esta revisão apresenta limitações inerentes ao

delineamento dos estudos incluídos. A predominância de pesquisas observacionais dificulta o estabelecimento de relações causais, enquanto a variabilidade dos instrumentos utilizados para avaliar insônia, dor e sintomas depressivos compromete a comparabilidade entre os estudos. Ademais, a concentração de pesquisas em populações específicas limita a generalização dos resultados para outros contextos clínicos e socioculturais.

Diante desse cenário, pesquisas futuras devem priorizar delineamentos longitudinais e ensaios clínicos que avaliem intervenções integradas, contemplando simultaneamente o manejo da dor, da insônia e dos sintomas depressivos. A padronização de instrumentos diagnósticos e a incorporação sistemática da avaliação do sono na prática clínica emergem como estratégias fundamentais para o aprimoramento do cuidado a pacientes com dor crônica.

CONCLUSÃO

Os achados desta revisão evidenciam que a insônia apresenta elevada prevalência entre pacientes com dor crônica, constituindo uma comorbidade clínica frequente e relevante. A literatura analisada demonstra, de forma consistente, que os distúrbios do sono estão associados a piores desfechos clínicos, incluindo maior intensidade da dor, maior limitação funcional e redução da qualidade de vida, além de sua estreita relação com sintomas depressivos.

8

A associação entre insônia e depressão mostrou-se bidirecional e potencializada no contexto da dor crônica, na qual a má qualidade do sono atua como fator agravante do sofrimento psíquico e como elemento perpetuador da dor. Esses achados reforçam a compreensão de que a insônia não deve ser interpretada apenas como manifestação secundária, mas como componente central da tríade dor crônica–distúrbios do sono–depressão.

Do ponto de vista clínico, os resultados ressaltam a importância do reconhecimento sistemático da insônia na avaliação de pacientes com dor crônica, bem como da adoção de estratégias terapêuticas integradas que contemplem simultaneamente o manejo da dor, do sono e dos sintomas depressivos. A abordagem fragmentada dessas condições tende a comprometer a efetividade do tratamento e a manutenção dos benefícios terapêuticos ao longo do tempo.

Por fim, destaca-se a necessidade de estudos futuros com delineamentos longitudinais e intervenções integradas, capazes de aprofundar o entendimento das relações causais entre insônia, dor crônica e depressão, bem como de subsidiar protocolos clínicos mais eficazes e centrados no paciente.

REFERÊNCIAS

AL MAQBALI, M. et al. Impact of insomnia on mental status among chronic disease patients during COVID-19 pandemic. *Ethics in Medicine and Public Health*, artigo 100879, 2023. DOI: 10.1016/j.jemep.2023.100879.

ALHALAL, E. A. et al. Effects of chronic pain on sleep quality and depression: The mediating role of poor sleep quality. *BMC Psychiatry*, v. 21, artigo 151, 2021. DOI: 10.1186/s12888-021-03151-y.

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-5. 5. ed. Porto Alegre: Artmed, 2014.

CHEN, J. et al. Insomnia Comorbid With Depression: A Bibliometric and Visual Analysis. *Frontiers in Psychiatry*, v. 16, artigo 11991824, 2025. DOI: 10.3389/fpsyt.2025.11991824.

FANG, H. et al. Depression in sleep disturbance: A review on a bidirectional relationship between depression and sleep disorders. *Journal of Cellular and Molecular Medicine*, v. 23, n. 2, p. 2324-2332, 2019. DOI: 10.1111/jcmm.14102.

FINAN, P. H. et al. The comorbidity of insomnia, chronic pain, and depression: dopamine as a putative mechanism. *Sleep Medicine Reviews*, v. 17, n. 3, p. 173-183, 2013. DOI: 10.1016/j.smr.2012.03.003.

MORIN, C. M. et al. What Should Be the Focus of Treatment When Insomnia Coexists With Depression? *Frontiers in Psychiatry*, v. 14, artigo 10004168, 2023. DOI: 10.3389/fpsyt.2023.10004168.

UEDA, M. et al. Insomnia among patients with chronic pain: A retrospective observational study. *BMC Public Health*, v. 24, artigo 11315514, 2024. DOI: 10.1186/s12889-024-11315-5.