

ID: 487

Dependência do uso de medicamentos para dormir entre idosos: relato de experiência em uma unidade de saúde de Belém

Elaine Rodrigues Pinheiro¹, Leyla Ana Silva de Medeiros², Pâmella Yumi Taniyama Dantas¹, Marco Davi de Souza¹, Amanda Fernandes Merhe¹, Rayssa Lima Vilela¹, Iara de Brito Silva¹, Jéssica Moura Paulo¹, Fabiana Costa Cardoso², Letícia Vitória Araújo Costa¹

¹Centro Universitário Metropolitano da Amazônia.

²Universidade Federal do Pará.

Introdução: Os benzodiazepínicos estão entre os medicamentos mais utilizados no Brasil devido às suas ações sedativa, hipnótica e ansiolítica. Seu uso é frequente entre idosos para o tratamento de transtornos do sono. No entanto, essa classe medicamentosa está associada ao aumento de quedas e fraturas nessa faixa etária.

Objetivos: Relatar a experiência no acompanhamento de idosos com dependência de benzodiazepínicos para insônia e outros transtornos do sono em uma Unidade de Saúde da Família em Belém. **Materiais e**

Métodos: Trata-se de um estudo descritivo e qualitativo, do tipo relato de experiência, baseado na vivência no atendimento a idosos dependentes de benzodiazepínicos na Atenção Básica. **Relato de Experiência:**

Observou-se que muitos idosos utilizavam benzodiazepínicos por longos períodos, em média cinco anos, muitas vezes sem reavaliação médica ou prescrição adequada. A dependência estava frequentemente associada a transtornos do humor (depressão, ansiedade e transtorno bipolar), além de prescrições indiscriminadas sem acompanhamento contínuo. Foram relatadas a necessidade de doses progressivamente maiores para alívio dos sintomas, bem como insônia severa, letargia e déficits de memória na suspensão abrupta da medicação. As condutas adotadas incluíram o desmame gradual, terapia cognitivo-comportamental com psicólogos da USF, orientações sobre higiene do sono, tratamento dos transtornos do humor e, em casos mais graves, encaminhamento para acompanhamento psiquiátrico. Também foi proposta a criação de grupos de apoio e acompanhamento multiprofissional. Durante o acompanhamento, constatou-se melhora significativa no humor e qualidade do sono entre os idosos que aderiram às condutas, com destaque para a participação familiar e prática de exercícios físicos. **Conclusão:** Os idosos representam um grupo de alto risco para a polifarmácia e a medicalização excessiva. A dependência de benzodiazepínicos é um problema de saúde pública, exigindo estratégias para minimizar riscos e garantir um cuidado integral e humanizado. É fundamental que os profissionais relatem e observem o uso indiscriminado desses fármacos, propondo estratégias terapêuticas seguras para o tratamento dos distúrbios do sono.

Descritores: benzodiazepínicos; insônia; dependência química;



Copyright Pinheiro et al. Este é um artigo publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Attribution, que permite uso, distribuição e reprodução em qualquer meio, sem restrições desde que o trabalho original seja corretamente citado.