

O USO INDISCRIMINADO DE ZOLPIDEM, E A DEPENDÊNCIA ENTRE ADULTOS: uma revisão bibliográfica¹

THE UNRESTRICTED USE OF ZOLPIDEM AND DEPENDENCE AMONG ADULTS: a bibliographic review

Estefani Batista da Silva²

Rodrigo Gomes da Costa³

Eder Gonçalves de Oliveira⁴

RESUMO

A dependência de substâncias psicoativas é uma questão crescente, especialmente entre adultos, devido ao estilo de vida acelerado e à ansiedade, que frequentemente levam à insônia. O zolpidem, um hipnótico não benzodiazepínico, tem se destacado pelo uso crescente no tratamento de distúrbios do sono, mas apresenta um preocupante potencial de abuso e dependência. Este estudo revisou a literatura científica entre 2020 e 2024 para mapear o perfil de uso e as consequências do zolpidem. Foram analisados 13 artigos, selecionados após a exclusão de estudos fora dos critérios de filtro, como duplicidade, idioma ou aplicação em animais. Os resultados mostraram um amplo uso e abuso do zolpidem, especialmente entre jovens adultos, muitas vezes associado ao consumo de álcool em festas, potencializando seus riscos. Inicialmente considerado uma alternativa aos benzodiazepínicos, o zolpidem, devido à facilidade de prescrição, tornou-se um foco de preocupação. Qualquer médico com registro ativo podia prescrevê-lo, mesmo sem especialização, o que contribuiu para o uso prolongado e não supervisionado. A revisão evidenciou seu alto poder de dependência, destacando que a combinação com outras drogas aumenta os riscos. A pesquisa reforça a necessidade de maior controle na prescrição e de campanhas de conscientização sobre os perigos do uso indiscriminado desse medicamento. Profissionais de saúde devem adotar práticas rigorosas para prevenir o abuso e proteger a saúde dos pacientes, sobretudo dos jovens adultos, que são os mais vulneráveis.

Palavras-chave: Dependência; Zolpidem; Revisão Bibliográfica; Adultos.

ABSTRACT

The dependence on psychoactive substances is a growing issue, especially among adults, due to the fast-paced lifestyle and anxiety, which often lead to insomnia. Zolpidem, a non-benzodiazepine hypnotic, has gained prominence due to its

¹ Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à Faculdade FacMais de Ituiutaba, como requisito parcial para a obtenção do título de Bacharel em Farmácia, no segundo semestre de 2024.

² Acadêmica do 10º Período do curso de Farmácia pela Faculdade FacMais de Ituiutaba. E-mail: estefani.silva@aluno.facmais.edu.br

³ Acadêmico do 10º Período do curso de Farmácia pela Faculdade FacMais de Ituiutaba. E-mail: rodrigo.costa@aluno.facmais.edu.br

⁴ Professor orientador. Especialista em Administração Hospitalar e Homeopatia. Docente da Faculdade FacMais de Ituiutaba. E-mail: eder.oliveira@facmais.edu.br

increasing use in treating sleep disorders, but it presents a concerning potential for abuse and dependence. This study reviewed the scientific literature between 2020 and 2024 to map the usage profile and consequences of zolpidem. Thirteen articles were analyzed, selected after excluding studies that did not meet the filter criteria, such as duplication, language, or animal studies. The results showed widespread use and abuse of zolpidem, particularly among young adults, often combined with alcohol consumption at parties, amplifying its risks. Initially considered an alternative to benzodiazepines, zolpidem, due to its easy prescription, became a cause for concern. Any doctor with an active registration could prescribe it, even without specialization, contributing to its prolonged and unsupervised use. The review highlighted its high dependence potential, emphasizing that combining it with other drugs increases the risks. The research underscores the need for stricter prescription controls and awareness campaigns about the dangers of indiscriminate use of this medication. Healthcare professionals must adopt strict practices to prevent abuse and protect patients' health, especially young adults, who are the most vulnerable.

Keywords: Dependence; Zolpidem; Bibliographic Review; Adults.

INTRODUÇÃO

O uso indiscriminado de medicamentos prescritos, como o zolpidem, tem se tornado uma preocupação crescente em saúde pública, especialmente entre adultos. O zolpidem, um hipnótico amplamente utilizado para tratar insônia, apresenta um elevado potencial de abuso e dependência.

Entre 2020 e 2024, a venda de zolpidem no Brasil registrou um aumento de impressionantes 40%, evidenciando o crescente problema do seu uso e abuso. Inicialmente considerado uma alternativa mais segura aos benzodiazepínicos, o medicamento passou a ser prescrito de forma facilitada, muitas vezes sem supervisão de especialistas, como psiquiatras ou neurologistas, o que contribuiu para o agravamento do cenário.

Esse cenário é agravado pela automedicação e pelo uso recreativo de substâncias, que podem resultar em sérios efeitos adversos. A dependência de zolpidem compromete não apenas a saúde física e mental dos adultos, mas também afeta suas interações sociais e desempenho profissional. Estudos recentes ressaltam a gravidade dessa situação. Segundo Silva (2022).

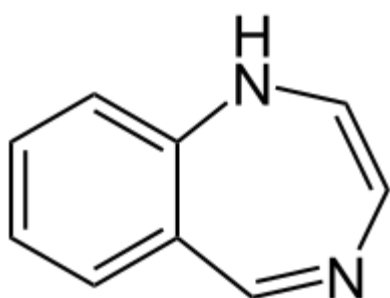
O uso não supervisionado de zolpidem, pode levar a consequências devastadoras, incluindo a deterioração da saúde mental, desenvolvimento de comportamentos de risco e dificuldades nas relações interpessoais. A dependência química não é apenas uma questão individual, mas também um fenômeno que afeta a dinâmica familiar e a comunidade como um todo, exigindo uma resposta abrangente que envolva educação, prevenção e intervenção (Silva *et al.*, 2022, p. 123).

Diante desse contexto, esta pesquisa tem como objetivo investigar como o uso indiscriminado de zolpidem impacta a saúde dos adultos e as implicações decorrentes de sua dependência. Serão analisados os padrões de uso, os fatores de risco associados e as consequências para a saúde dessa população, além de explorar estratégias eficazes para a prevenção e o tratamento da dependência.

FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

A prescrição e uso indiscriminado de medicamentos para distúrbios do sono, como o zolpidem, vêm se tornando uma questão alarmante de saúde pública, com implicações graves para a saúde mental e física dos adultos. Zolpidem é um hipnótico não benzodiazepínico, amplamente utilizado para o tratamento de insônia e outros distúrbios do sono. Originalmente, ele foi introduzido no mercado como uma alternativa mais segura e de menor risco em relação aos benzodiazepínicos, como mostrado nas formas moleculares estruturais abaixo:

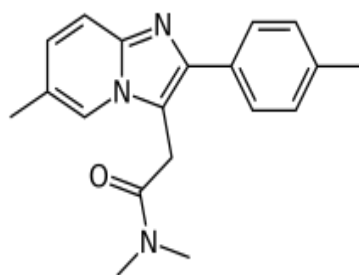
Benzodiazepínicos:



1H-Benzo-1,4-Diazepina

Fonte: (SANAR SAÚDE, 2024)

Zolpidem:



N,N-Dimetil-2-(6-metil-2-p-tolilimidazo[1,2-a]piridin-3-il)acetamida.

Fonte: (DREAMSTIME, 2021)

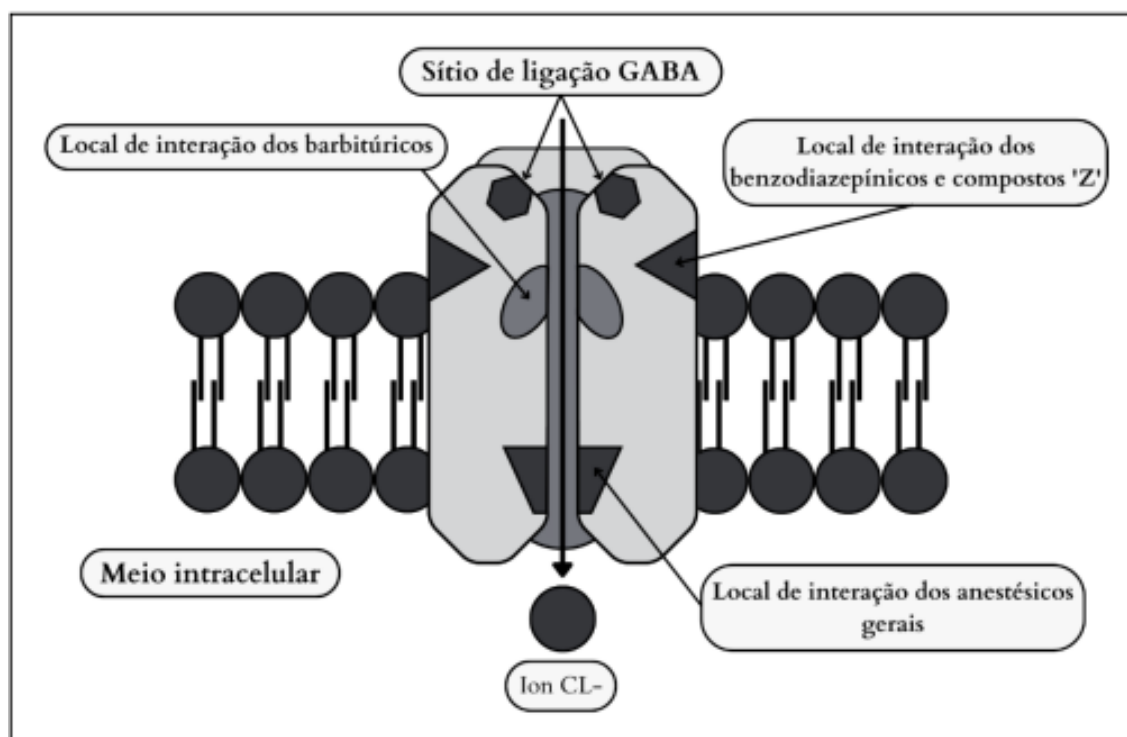
No entanto, estudos recentes têm indicado que o potencial de dependência e abuso do zolpidem podem ser subestimados, exigindo uma análise cuidadosa de seus impactos e de estratégias preventivas e terapêuticas (Silva; Pereira; Oliveira, 2022).

Desde sua introdução, o zolpidem tem sido amplamente prescrito em diversos contextos médicos e sua popularidade cresceu rapidamente, principalmente entre aqueles que procuram soluções rápidas para insônia causada por fatores cotidianos, como o estresse e a ansiedade. Como apontado por Almeida e Santos (2022, p. 43):

o zolpidem, inicialmente visto como uma alternativa de baixo risco em comparação aos benzodiazepínicos, possui um perfil de dependência que pode desencadear uso abusivo e repetido, levando o paciente a desenvolver tolerância e, eventualmente, a aumentar a dosagem para alcançar o efeito terapêutico desejado.

A neurofarmacologia do zolpidem é complexa e explica em parte os mecanismos de dependência. Ele atua nos receptores GABA-A, promovendo o sono, mas com um perfil de ação rápido e de curta duração, o que pode levar ao seu uso repetido e em horários fora da recomendação médica. Segundo estudo recente de Martins e Costa (2023, p. 211) o uso repetido de zolpidem em curto intervalo de tempo pode resultar na ativação contínua dos receptores GABA-A, contribuindo para alterações na neurotransmissão e, em casos extremos, para quadros de dependência psicológica e física. Essa propriedade do zolpidem eleva o risco de dependência, pois usuários frequentemente percebem que o efeito calmante e indutor do sono diminui com o tempo, levando-os a aumentar a dosagem sem orientação médica.

Figura 1. Representação do receptor GABA α .



Fonte: (ZOTTI; BELLÓ, 2020)

O zolpidem age nos receptores de ácido gama-aminobutírico (GABA), promovendo uma sensação de relaxamento e induzindo o sono. No entanto, diferente dos benzodiazepínicos, ele tem uma estrutura molecular que busca minimizar os efeitos colaterais no dia seguinte. Mesmo assim, o uso contínuo e sem orientação pode ocasionar uma série de efeitos colaterais, incluindo tonturas, problemas de memória e até episódios de sonambulismo. Em estudo realizado por Oliveira *et al.* (2022, p. 78), foi identificado que:

o uso prolongado de zolpidem pode comprometer funções cognitivas e induzir efeitos colaterais como alterações de humor, lapsos de memória e sonambulismo, aumentando o risco de acidentes e comprometendo a qualidade de vida dos pacientes.

O uso prolongado de zolpidem para insônia pode resultar em uma série de consequências físicas e psicológicas, entre elas a dependência e a síndrome de abstinência. De acordo com um estudo realizado por Rezende e Filho (2023, p. 115):

Os sintomas de abstinência do zolpidem, que incluem insônia de rebote, ansiedade e irritabilidade, demonstram o potencial do medicamento de induzir dependência, desafiando a visão original de que o zolpidem seria um agente hipnótico de baixo risco.

Além disso, o aumento no consumo recreativo do zolpidem entre adultos jovens também tem sido relatado em festas e eventos sociais, onde o medicamento é frequentemente combinado com bebidas alcoólicas, potencializando seus efeitos depressivos no sistema nervoso central.

A facilidade de prescrição do zolpidem por não especialistas também é um ponto de atenção, pois a automedicação tem se tornado comum, principalmente em adultos que enfrentam altos níveis de estresse e buscam alívio rápido. Em artigo recente, Fernandes e Carvalho (2023, p. 56) afirmam que:

A prescrição de zolpidem sem uma avaliação completa do histórico de saúde do paciente e sem o acompanhamento de um especialista aumenta o risco de automedicação e abuso do medicamento, gerando quadros de dependência e até de intoxicação.

Dada a capacidade do zolpidem de induzir estados de dependência, é crucial que os profissionais de saúde considerem o acompanhamento contínuo desses pacientes e orientem sobre os riscos do uso prolongado.

Assim, a revisão da literatura recente aponta para a necessidade de maior rigor no controle e supervisão das prescrições de zolpidem, especialmente no contexto de saúde pública. A dependência, os riscos de efeitos adversos graves e a tendência ao uso recreativo ressaltam a importância de se implementar estratégias educativas e preventivas, que informem os pacientes sobre os riscos do uso indiscriminado desse medicamento.

METODOLOGIA

Este estudo de abordagem qualitativa foi desenvolvido a partir de uma revisão bibliográfica sistemática, com o objetivo de mapear as principais causas do abuso de zolpidem. A revisão incluiu artigos científicos publicados entre 2020 e 2024. Foram considerados estudos que abordavam o uso, dependência, fatores de risco e impactos na saúde relacionados ao zolpidem, excluindo aqueles focados em populações não adultas, estudos com animais ou com duplicidade de dados.

A principal vantagem da pesquisa bibliográfica consiste no fato de os pesquisadores terem acesso a uma variedade de fenômenos através de documentos, que seriam praticamente impossíveis de cobrir de forma direta utilizando-se de outros métodos (Gil, 2007, p. 50).

Dessa forma, foram consultadas bases de dados, incluindo a *Scientific Electronic Library Online* (SciELO) e Google acadêmico. Ao acessar utilizou-se a palavra chave “zolpidem” para refinar os resultados, e foram aplicados filtros específicos, como o recorte temporal dos últimos quatro anos (ou seja, publicações de 2020 a 2024) e a seleção de artigos em língua portuguesa. E foram excluídos artigos que não atendiam aos critérios, como estudos com populações não adultas, pesquisas com modelos animais e publicações duplicadas, ou fora do nosso recorde temporal.

Para a análise de dados, utilizou-se a Análise de Conteúdo (AC) de Bardin, que segundo Bardin (2011), ela consiste em um conjunto de técnicas que permitem a descrição sistemática, objetiva e quantitativa ou qualitativa do conteúdo das mensagens, com o objetivo de identificar indicadores que permitam inferências sobre a origem ou o impacto da comunicação.

Essa abordagem metodológica é estruturada em três etapas principais:

1. **Pré-Análise:** Representa o momento de organização dos dados. Aqui, ocorre a seleção do corpus (documentos ou materiais a serem analisados), a leitura inicial e flutuante para familiarização com o conteúdo, a formulação de hipóteses e objetivos, além da definição de categorias e indicadores que direcionarão a análise (Bardin, 2011). É essencial que os documentos sejam representativos e pertinentes ao tema da pesquisa.
2. **Exploração do Material:** Nesta fase, os dados são codificados e categorizados. Elementos relevantes, como palavras, expressões ou temas, são destacados e organizados em categorias com base em critérios claros. Essa etapa visa à transformação dos dados brutos em informações organizadas que possam ser analisadas.
3. **Tratamento dos Resultados e Interpretação:** Após a categorização, os dados são interpretados com base em inferências lógicas, considerando o contexto e os objetivos da pesquisa. Essa etapa permite identificar padrões, relações ou mensagens implícitas no conteúdo analisado, promovendo uma compreensão mais profunda das informações (Bardin, 2011; Câmara, 2013).

Esse método destaca-se por sua flexibilidade e adaptabilidade a diferentes contextos de pesquisa, como estudos de comunicação, educação e saúde pública. A aplicação rigorosa das etapas propostas garante maior confiabilidade aos resultados, permitindo que o pesquisador compreenda as mensagens de maneira mais ampla e crítica.

O processo de seleção dos artigos foi realizado de forma rigorosa e em etapas sucessivas. Primeiramente, as bases de dados selecionadas foram acessadas, e as informações principais, como autores, título, ano de publicação e resumo, foram coletadas e registradas em uma planilha eletrônica no Google Planilhas. Em seguida, foi realizada uma triagem criteriosa para excluir materiais que não atendiam aos objetivos do estudo, como artigos sobre uso de zolpidem em animais, estudos duplicados ou aqueles redigidos em idiomas diferentes do português. Após essa filtragem, os artigos aprovados foram organizados, codificados e analisados detalhadamente, garantindo que os dados estivessem alinhados com os objetivos do trabalho.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Após a inserção dos termos de busca no campo de pesquisa das bases de dados explicitadas e a configuração do sistema para realizar os filtros apresentados anteriormente, foram encontrados 16 resultados. Os materiais resultantes foram organizados em uma planilha e, após a etapa de pré-análise, houve a exclusão de 5 artigos, por não estarem de acordo com os critérios estabelecidos previamente.

Na segunda etapa, os artigos foram codificados com a letra "A" seguida de um número em ordem crescente, para facilitar a organização e análise dos dados. Os artigos que atenderam aos critérios de inclusão receberam as identificações A01, A02,

Os resultados obtidos são apresentados no Quadro 1, no qual são apresentadas informações gerais a respeito de cada um dos artigos resultantes do processo de busca.

Quadro 1 – Organização dos resultados obtidos a partir da busca nos bancos de dados, de acordo com procedimento explicitado.

CÓD.	TÍTULO	AUTORES	BASE DE DADOS
A01	Os perigos do zolpidem: relato de caso The dangers of zolpidem: a case report	Arbache, Moreira, e Costa (2023).	Revista da Associação Médica Brasileira
A02	Rabdomiólise secundária a convulsões induzidas por zolpidem	Carvalho e Weber (2023).	Revista da Associação Brasileira de Psiquiatria
A03	Zolpidem: o que está por trás do remédio da moda.	Miranda (2020).	PEBMED
A04	Zolpidem: aumento do seu uso associado ao cenário pandêmico da covid-19	Santos Junior <i>et. al.</i> (2023).	SCIELO
A05	Impactos relacionados ao aumento do uso abusivo e prolongado de zolpidem	Suassuna <i>et. al.</i> (2023).	Revista Ibero- Americana de Humanidades, Ciências e Educação- REASE
A06	O consumo de zolpidem durante a pandemia da covid- 19: benefícios e consequências	Sousa, Alves e Ferreira (2022).	REVISTA LIBERUM ACCESSUM

A07	Estudo sobre o uso indiscriminado de zolpidem por mulheres de 20 à 40 anos no período de pandemia no brasil (farmácia)	Mota, Oliveira e Rosa (2023).	SCIELO
A08	USO INDISCRIMINADO DE ZOLPIDEM	Torres e Andrade (2024).	SCIELO
A12	Efeitos adversos decorrentes do uso indiscriminado de zolpidem: breve revisão de literatura.	Cavalcante <i>et. al.</i> (2024).	SCIELO
A09	O USO E AS CONSEQUÊNCIAS DO ZOLPIDEM	GOULART <i>et. al.</i> (2024).	SCIELO
A10	Uma atualização sobre os efeitos adversos do uso do zolpidem	Santos e Ferreira	Revista Científica da Faculdade de Medicina de Campos
A11	Tolerância ao fenômeno alucinatório induzido pelo zolpidem: relato de caso revisado	Bahls (2023)	SCIELO

Fonte: Elaborado pelos autores (2024).

Para a análise de dados desse estudo, realizou-se uma leitura criteriosa e se agrupou os resultados de acordo com a familiaridade no campo de aplicação a que se discorria. Dessa forma, observou-se, a partir dos resultados levantados, que a maior parte dos trabalhos resultantes da busca são referentes ao abuso do medicamento zolpidem, principalmente quando prescrito por mais de 2 meses, visto que o mesmo paciente passava por vários médicos e pegava vários receituários e muitos pacientes compravam em farmácias distintas, mais de uma caixa, caracterizando, assim, o uso indevido e o abuso do citado medicamento, mesmo que comprado de forma legal. Até a data que se iniciava a produção deste artigo científico qualquer médico, com registro no Conselho Regional de Medicina (CRM) ativo poderia prescrever essa medicação, mesmo sem ter especialidade em psiquiatria, a revisão da literatura recente aponta para a necessidade de maior rigor no controle e supervisão das prescrições de zolpidem, especialmente no contexto de saúde pública.

Durante a pandemia de COVID-19, o uso de zolpidem cresceu de forma alarmante. Estudos como os de Sousa, Alves e Ferreira (2022) e Santos Junior *et. al.* (2023) destacam que as restrições sociais e o aumento do estresse e da ansiedade associados ao período pandêmico contribuíram significativamente para a intensificação do consumo deste fármaco, especialmente devido ao aumento dos distúrbios de sono na população. Esse fenômeno tem sido atribuído, em parte, à busca

de alívio rápido para a insônia, que se tornou ainda mais comum em um contexto de incertezas. O aumento do consumo de zolpidem não foi acompanhado por orientações médicas adequadas, o que resultou em um quadro de automedicação e uso prolongado, expondo os pacientes a efeitos adversos cada vez mais frequentes e severos.

No estudo de Arbache, Moreira e Costa (2023), são discutidos diversos efeitos adversos graves decorrentes do uso de zolpidem, com destaque para eventos psiquiátricos e neurológicos, que podem chegar a episódios de convulsão. Carvalho e Weber (2023), em seu relato de caso, relatam um episódio particularmente grave em que um paciente, após o uso de zolpidem, apresentou convulsões que levaram à rabdomiólise (Condição caracterizada pela destruição de fibras musculares, liberando substâncias intracelulares como mioglobina e creatina quinase na corrente sanguínea). Este efeito secundário ilustra como o uso de zolpidem pode desencadear complicações que se desdobram em condições potencialmente fatais. A literatura enfatiza que, ao ser administrado sem a supervisão médica necessária, o zolpidem apresenta riscos que vão além dos efeitos colaterais comuns, podendo comprometer seriamente a saúde física e mental dos usuários.

A pesquisa de Torres e Andrade (2024) e de Suassuna *et. al.* (2023) explora o uso indiscriminado do zolpidem, especialmente entre mulheres de 20 a 40 anos, conforme analisado por Mota, Oliveira e Rosa (2023). Esses estudos apontam que o uso excessivo e sem controle entre essa faixa etária está frequentemente relacionado a questões emocionais e psicológicas agravadas pela pandemia. Além dos efeitos psiquiátricos, a literatura destaca problemas físicos sérios, incluindo sintomas de dependência, alucinações e desenvolvimento de tolerância a doses mais elevadas, como relatado por Bahls (2023). Muitos pacientes, ao longo do tempo, desenvolvem uma tolerância ao efeito alucinatório do zolpidem, o que os leva a buscar doses crescentes, aumentando assim o risco de abuso e dos efeitos adversos associados. Esse ciclo de tolerância é especialmente perigoso, pois o paciente se expõe continuamente a um risco maior de reações adversas e possíveis danos neurológicos e cognitivos permanentes.

O uso prolongado de zolpidem também está diretamente associado ao comprometimento da memória, à redução da capacidade cognitiva e a sintomas de abstinência quando o medicamento é interrompido abruptamente, conforme observado por Cavalcante *et. al.* (2024) e Goulart *et. al.* (2024). A dependência do zolpidem cria um ciclo vicioso no qual o paciente não apenas aumenta a dose, mas também apresenta dificuldade em interromper o uso, o que pode agravar ainda mais o quadro de dependência. Esses efeitos adversos impactam profundamente a qualidade de vida dos usuários e tornam o uso contínuo de zolpidem um risco à saúde pública, dado o crescente número de pessoas expostas a esses perigos.

Miranda (2020) destaca que o zolpidem se popularizou como uma “solução rápida” para a insônia, mas que seu uso inadequado e sem orientação pode desencadear problemas graves e potencialmente irreversíveis. Esse fenômeno levanta questões sobre a conscientização e educação dos pacientes quanto ao uso do medicamento. A falta de orientação adequada não apenas facilita o uso indiscriminado, como também dificulta que os pacientes compreendam os riscos aos quais estão expostos. O aumento do uso sem orientação médica pode ser atribuído a uma percepção equivocada de que o zolpidem é uma solução segura para problemas de sono, enquanto, na realidade, seu uso incorreto pode resultar em consequências sérias, como convulsões e outros efeitos psiquiátricos e neurológicos.

O estudo de Mota, Oliveira e Rosa (2023) foca em um grupo particularmente afetado pelo uso indiscriminado de zolpidem: mulheres de 20 a 40 anos, especialmente durante o período pandêmico. Essa análise revela que o contexto emocional e psicológico exacerbado pela pandemia impulsionou o aumento do consumo de zolpidem entre esse grupo, que frequentemente recorreu ao medicamento como uma solução para problemas de sono e ansiedade. Esses dados sugerem que campanhas de conscientização e políticas públicas específicas são essenciais para educar e orientar essa população quanto aos riscos associados ao uso prolongado e abusivo de zolpidem.

Por fim, os riscos de abuso e dependência do zolpidem, conforme enfatizado por diversos estudos revisados, indicam a necessidade urgente de uma abordagem mais rigorosa em relação à prescrição e monitoramento do medicamento. Cavalcante *et. al.* (2024) e Santos e Ferreira (2024) ressaltam que protocolos claros e eficientes devem ser implementados para regulamentar o uso de medicamentos hipnóticos como o zolpidem. Esses autores também enfatizam a necessidade de treinamento para profissionais de saúde, a fim de que compreendam plenamente os riscos associados e possam orientar os pacientes adequadamente. Os profissionais de saúde devem ser capacitados para reconhecer os sinais de dependência e tolerância ao zolpidem, auxiliando no desenvolvimento de alternativas terapêuticas que minimizem os riscos e ofereçam opções seguras para o tratamento da insônia.

Em síntese, os efeitos adversos associados ao zolpidem e o aumento no uso abusivo destacam a importância de uma vigilância mais ampla e detalhada. A análise conjunta dos estudos revela que o zolpidem pode representar um risco significativo à saúde física e mental dos usuários, especialmente em contextos de automedicação e uso prolongado. A necessidade de uma abordagem multidisciplinar, com o envolvimento de profissionais de saúde e políticas de conscientização, torna-se evidente para mitigar os impactos negativos do uso deste medicamento na sociedade.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este Trabalho de Conclusão de Curso, conduzido como uma revisão bibliográfica, examinou extensivamente a literatura recente sobre o uso e abuso do zolpidem, com o intuito de mapear as principais causas e implicações do consumo inadequado desse medicamento. Embora o zolpidem seja amplamente prescrito como um tratamento eficaz para distúrbios do sono, seu uso fora das indicações médicas, aliado à automedicação e à sua associação com outras substâncias, tem gerado um cenário alarmante no campo da saúde pública. Evidências revisadas indicam que o zolpidem apresenta um alto potencial de dependência, especialmente entre jovens adultos, uma faixa etária cada vez mais exposta aos efeitos adversos de seu uso contínuo e abusivo.

A revisão da literatura revelou que o uso indiscriminado de zolpidem está fortemente associado a uma série de riscos, incluindo efeitos colaterais como prejuízos cognitivos, alterações de comportamento, impacto na capacidade motora e aumento da probabilidade de quedas e acidentes. Esses efeitos não se restringem apenas ao âmbito físico, mas também envolvem aspectos psicossociais, afetando a saúde mental, o desempenho profissional e a qualidade de vida dos usuários. Os estudos apontaram que a prescrição facilitada e a obtenção do medicamento sem o devido acompanhamento médico têm contribuído significativamente para o uso

abusivo, revelando a necessidade urgente de um maior controle sobre a prescrição e o monitoramento do uso dessa substância.

Ao longo do trabalho, destacou-se a necessidade de maior conscientização e capacitação dos profissionais de saúde quanto aos riscos envolvidos no uso de zolpidem, com o intuito de promover abordagens mais seguras e focadas na prevenção de seu uso inadequado. Essa conscientização deve incluir o desenvolvimento de programas educativos para a população e o estímulo a alternativas terapêuticas menos propensas a causar dependência. Além disso, a revisão sugere que estratégias preventivas baseadas em políticas de saúde pública podem ser fundamentais para reduzir os índices de abuso, incluindo campanhas de sensibilização e o estabelecimento de critérios mais rigorosos para a prescrição do zolpidem.

Dada a abrangência dos problemas associados ao uso indiscriminado do zolpidem, concluiu-se que são necessários esforços conjuntos entre pesquisadores, profissionais da saúde e órgãos reguladores para compreender e mitigar os impactos negativos dessa substância na saúde dos pacientes. Com o avanço de pesquisas futuras, espera-se que novas diretrizes sejam estabelecidas para melhorar a segurança do uso do zolpidem e desenvolver protocolos de intervenção mais eficazes e direcionados às necessidades dos pacientes, contribuindo assim para um uso mais consciente e seguro desse medicamento. Este estudo reforçou a relevância do controle, do acompanhamento especializado e da prevenção como pilares fundamentais na promoção de uma prática de prescrição e uso de medicamentos mais responsável e segura.

REFERÊNCIAS

BRILL, Juliana; ALRAI, Omar Abdalalim; OLIVEIRA, Juliano Karvat. 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. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**. São Paulo, v. 9, n. 9, p. 2488-2503, 2023.

CAMARGO, Bruno V.; JUSTO, Ana Maria. **Itens de Análise de Conteúdo na Pesquisa Científica**. *Revista Brasileira de Pesquisa em Ciências Sociais*, v. 12, n. 3, p. 101-120, 2014.

CARVALHO, Maxwell Silva; WEBER, César Augusto Trinta. Rabdomiólise secundária a convulsões induzidas por zolpidem. **Debates em Psiquiatria**, Rio de Janeiro, v. 13, p. 1–12, 2023. Disponível em: <https://revistardp.org.br/revista/article/view/764>. Acesso em: 15 nov. 2024.

DREAMSTIME. **Zolpidem insônia fármaco molécula pílula dorsal fórmula esquelética**. 2021. Disponível em: <https://pt.dreamstime.com/zolpidem-ins%C3%B4nia-f%C3%A1rmaco-mol%C3%A9cula-p%C3%ADlula-dorsal-f%C3%B3rmula-esquel%C3%A9tica-image187166674>. Acesso em: 10 dez. 2024.

SANTOS, Thayná Costa dos; FERREIRA, Carlos Eduardo Faria. Uma atualização sobre os efeitos adversos do uso do zolpidem. **Revista Científica da Faculdade de Medicina de Campos**, [S. l.], v. 19, n. 1, p. 57–67, 2024. Disponível em:

<https://revista.fmc.br/ojs/index.php/RCFMC/article/view/1040>. Acesso em: 14 nov. 2024.

DENSCOMBE, Martyn. **The Good Research Guide: For Small-Scale Social Research Projects**. 7. ed. Nova Iorque: Open University Press, 2022.

GOULART, Yara Fernanda Oliveira; PEREIRA, Júlia Pizzo; SILVA, Ingrid de Oliveira; Gastaldelo, Victoria; MAGALHÕES, Thainá Cruz; RIBEIRO, Ingrid pedroso; MARINE, Danyelle Cristine. O USO DE ZOLPIDEM PARA TRATAMENTO DE INSÔNIA. **Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences**, v. 6, n. 1, p. 1806-1823, 2024. Disponível em: <https://bjih.emnuvens.com.br/bjih/article/view/1289/1507>. Acesso em 23 abr. 2024.

GOULART, Gabriella; ANDRADE, Geórgia; GASTALDELO, Victória; MAGALHÃES, Thainá; SILVA, Ingrid; OLIVEIRA, Júlia; MARINI, Danyelle. O USO E AS CONSEQUÊNCIAS DO ZOLPIDEM. **Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences**, [S. l.], v. 6, n. 2, p. 1590–1604, 2024. Disponível em: <https://bjih.emnuvens.com.br/bjih/article/view/1392>. Acesso em: 10 nov. 2024.

HEWLETT, Susan; et al. **The effects of zolpidem on sleep architecture and cognitive function**. *Sleep Medicine Reviews*, v. 59, p. 101-109, 2021.

JONES, Mark; et al. **Adolescent insomnia and its impact on academic performance and behavioral health**. *Journal of Adolescent Health*, v. 72, n. 2, p. 174-182, 2023.

LEAL, Rafaela Pereira; MIRANDA, Lourival Rodrigues; SANTOS, Gérsika Biterncourt. Riscos da automedicação em jovens com insônia. **Research, Society and Development**, [S. l.], v. 13, n. 9, p. e7313946721, 2024. DOI: 10.33448/rsd-v13i9.46721. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/46721>. Acesso em: 1 out. 2024.

LOPEZ, Maria; et al. **Prescription drug abuse among adolescents: a review of epidemiology and prevention strategies**. *Substance Abuse Treatment, Prevention, and Policy*, v. 18, p. 16, 2022. Disponível em: <https://substanceabusepolicy.biomedcentral.com/articles/10.1186/s13011-022-00475-w>. Acesso em: 15 ago. 2024.

MILLER, Patricia; et al. **Effects of sleep medications on adolescents: a critical review**. *Journal of Child and Adolescent Psychopharmacology*, v. 31, n. 4, p. 321-335, 2021. Disponível em: <https://www.liebertpub.com/doi/10.1089/cap.2020.0148>. Acesso em: 22 ago. 2024.

MIRANDA, Tayne. **Zolpidem: o que está por trás do remédio da moda**. Brasil PEBMED, 2020. Disponível em: <https://portal.afya.com.br/psiquiatria/zolpidem-o-que-esta-por-tras-do-remedio-da-moda>. Acesso em: 16 nov. 2024.

MOTA, Karolayne Gomes da; SÁ, Raquel de Oliveira; ROSA, Erica Carine Campos Caldas. **Estudo sobre o uso indiscriminado de zolpidem por mulheres de 20 à**

40 anos no período de pandemia no brasil. Revista Scientia 21, v. 2, n. 2, 2023. Disponível em: <https://revistas.icesp.br/index.php/Real/article/view/4963/2711>. Acesso em 16 nov. 2024.

JUNIOR, Cláudio Murilo dos Santos; SOUZA, Júlia Isabela de; MACHADO, Karaina Viana; FERRAZ, Lunna David; ROCHA, Mariana Pereira. Zolpidem: Aumento do Seu Uso Assocaido ao Cenário Pandêmico da COVID-19. **Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences**, v. 5, n. 3, p. 955-982, 2023. Disponível em: <https://bjih.s.emnuvens.com.br/bjih/article/view/333/417>. Acesso em: 12 nov. 2024.

SANAR SAÚDE. **Farmacologia dos benzodiazepínicos: farmacocinética dos BDZ**. Disponível em: https://blog.sanarsaude.com/portal/carreiras/artigos-noticias/farmacologia-dos-benzodiazepinicos-farmacocineticabdz?srsId=AfmBOorCpNSApg22ZOplchQcBtirQWwbaL196fIA_nEQVpBpB1s1BB. Acesso em: 10 dez. 2024

SILVA, Luiz Augusto Testi da; SOIANI, Flaviane Cristina Brito Guzzo; SANCHES, Ana Cláudia Soncini. Hipnóticos-z no tratamento da insônia. **Revista Brasileira de Farmácia**, v. 30, n. 1, p. 1-17, 2022. Disponível em: <https://periodicos.unifesp.br/index.php/neurociencias/article/view/12663>. Acesso em: 09 maio. 2024.

SOUSA, José Raul de; SANTOS, Simone Cabral Marinho dos. Análise de conteúdo em pesquisa qualitativa: modo de pensar e de fazer. **Pesquisa e Debate em Educação**, Juiz de Fora: UFJF, v. 10, n. 2, p. 1396 - 1416, jul.-dez. 2020. DOI: <https://doi.org/10.34019/2237-9444.2020.v10.31559>.

SOUZA, José Raul de; SANTOS, Simone Cabral Marinho dos. Análise de conteúdo em pesquisa qualitativa: modo de pensar e de fazer. **Pesquisa e Debate em Educação**, Juiz de Fora: UFJF, v. 10, n. 2, p. 1396 - 1416, jul. - dez. 2020.

SUASSUNA, Carolina Almeida; GUARÁ, Pedro Teixeira; RANGEL, Lorrane de Oliveira Braga; REGIS, Railson Cipriano; TAFURI, Gabriela Batista; OLIVEIRA Patrick Domingues de. IMPACTOS RELACIONADOS AO AUMENTO DO USO ABUSIVO E PROLONGADO DE ZOLPIDEM. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, [S. l.], v. 1, n. 2, p. 280–289, 2024. Disponível em: <https://periodicorease.pro.br/rease/article/view/10987>. Acesso em: 12 nov. 2024.

TORRES, Denise; ANDRADE, Leonardo Guimarães de. USO INDISCRIMINADO DE ZOLPIDEM. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, [S. l.], v. 10, n. 5, p. 4278–4291, 2024. Disponível em: <https://periodicorease.pro.br/rease/article/view/14136>. Acesso em: 14 nov. 2024.

WESTERMEYER, Joseph; CARR, Tegan M. Zolpidem-associated consequences: an updated literature review with case reports. **The Journal of Nervous and Mental Disease**, v. 208, n. 1, p. 28-32, jan. 2020. Disponível em: http://journals.lww.com/jonmd/abstract/2020/01000/zolpidem_associated_consequences__an_updated.5.asp. Acesso em: 18 abr. 2024.

ZOTTI, André Luiz Costa; BELLÓ, Marcelo Azevedo. *Figura 3: Estrutura do receptor GABA-A e seus subtipos*. 2020. Disponível em: https://www.researchgate.net/figure/Figura-3-Estrutura-do-receptor-GABA-A-e-seus-subtipos_fig2_375984257. Acesso em: 09 dez. 2024.