



DESAFIOS NO MANEJO DA INSÔNIA EM PACIENTES COM TRANSTORNOS PSIQUIÁTRICOS

Jeferson Manoel Teixeira¹, Marina Maria Barbieri de Souza², Carolina Scherer Dornelles³, Nadyme Assef Athayde Mubarak⁴, Helciana Maria Martins Nogueira⁵, Ana Paula dos Santos Ramos⁶, Leonardo Francisco Ribeiro⁷, Joel Agostinho Ghiraldi Dartre⁸, Eloi e Vasconcelos de Lima⁹, Iná Regina Talacimon Barbosa¹⁰, Maria Luiza Oliveira Pereira¹¹, Eduarda Larissa Soares Silva¹².



<https://doi.org/10.36557/2674-8169.2024v6n11p1881-1894>

Artigo recebido em 30 de Agosto e publicado em 22 de Novembro de 2024

REVISÃO INTEGRATIVA DE LITERATURA

RESUMO

O manejo da insônia em pacientes com transtornos psiquiátricos requer uma abordagem integrativa que combina tratamentos farmacológicos e terapias não medicamentosas. A telepsiquiatria e o uso de fitoterápicos, como melatonina e lúpulo, têm emergido como alternativas promissoras para minimizar os efeitos colaterais associados a medicamentos tradicionais. A revisão destaca a importância de intervenções personalizadas e do envolvimento de equipes multidisciplinares, permitindo um atendimento que considere tanto as particularidades clínicas quanto as necessidades emocionais dos pacientes. Esse cuidado individualizado promove uma maior adesão ao tratamento e reduz a resistência terapêutica. Estudos futuros podem focar em ensaios clínicos randomizados para avaliar a eficácia da combinação de intervenções digitais com terapias naturais, visando aprimorar a segurança e a efetividade dos tratamentos para insônia no contexto psiquiátrico.

Palavras-chave: Insônia, Transtornos Psiquiátricos, Telepsiquiatria, Fitoterápicos, Tratamento Integrativo.

CHALLENGES IN MANAGING INSOMNIA IN PATIENTS WITH PSYCHIATRIC DISORDERS

ABSTRACT

The management of insomnia in patients with psychiatric disorders requires an integrative approach that combines pharmacological treatments and non-pharmacological therapies. Telepsychiatry and the use of herbal medicines, such as melatonin and hops, have emerged as promising alternatives to minimize the side effects associated with traditional medications. The review highlights the importance of personalized interventions and the involvement of multidisciplinary teams, allowing care that considers both the clinical particularities and the emotional needs of patients. This individualized care promotes greater adherence to treatment and reduces therapeutic resistance. Future studies may focus on randomized clinical trials to evaluate the efficacy of combining digital interventions with natural therapies, aiming to improve the safety and effectiveness of treatments for insomnia in the psychiatric context.

Keywords: Insomnia, Psychiatric Disorders, Telepsychiatry, Herbal Medicines, Integrative Treatment.

Instituição afiliada – ¹Médico, Biomédico e Biólogo. Doutor e Mestre em Ciências da Saúde Coletiva pela Absolute Christian University. Docente. Neurocientista Clínico. Especialista em Transtorno do Espectro Autista, TDAH e TGD. Especialista em Imunologia e Microbiologia, email: drjefersonteixeira@gmail.com; ²Psicóloga pela Unifasipe Centro Universitário, Especialista em Neuropsicologia pelo Child Behavior Institute of Miami, email: marina.barbieri@hotmail.com; ³Médica pela Universidade Católica de Pelotas, Residente de Medicina Interna do Grupo Hospitalar Conceição, email: c.dornelles23@gmail.com; ⁴Farmacêutica pela Faculdade Estácio do Amazonas, Pós Graduada em Prescrição Farmacêutica, email: farmvetnadymemubarac@gmail.com; ⁵Enfermeira pela Faculdade Aliança, email: helcymmn@hotmail.com; ⁶Psicóloga, Mestranda em Ciências da Reabilitação na Universidade Augusto Motta, Especializanda em Psicologia Hospitalar pela Universidade Federal do Rio de Janeiro, email: anapaulasantosramos@souunisuam.com.br; ⁷Médico pela Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, email: leonardo_ribeiro1989@hotmail.com; ⁸Médico, Doutorando em Psicologia pela Universidade de Buenos Aires, email: joeldarte7@hotmail.com; ⁹Farmacêutico, Docente do curso de Farmácia da Faculdade de Educação da Ibiapaba, email: eloivasc@gmail.com; ¹⁰Farmacêutica e Bioquímica, Doutora e Mestra em Ciências da Saúde Coletiva pela Absolute Christian University. Graduanda em Medicina pela Universidad Central del Paraguay. Neuropsicopedagoga Institucional e Clínica, Especialista em Didática Universitária, Especialista em Doenças Infecciosas e Parasitárias, email: drainareginatalacimon@gmail.com; ¹¹Graduanda em Fonoaudiologia pela Universidade do Estado da Bahia, email: mluizaprr@gmail.com; ¹²Enfermeira pela Faculdade Pernambucana de Saúde, Especialista em Saúde Pública, Mestranda em Educação em Saúde, email: edlfps@hotmail.com.

Autor correspondente: Jeferson Manoel Teixeira drjefersonteixeira@gmail.com

This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)



INTRODUÇÃO

A insônia é uma condição prevalente entre pacientes com transtornos psiquiátricos, contribuindo significativamente para o agravamento dos sintomas e diminuindo a qualidade de vida (Silva et al., 2024). Estudos mostram que até 50% dos indivíduos diagnosticados com transtornos psiquiátricos apresentam sintomas de insônia, evidenciando uma inter-relação complexa entre o sono e a saúde mental (Pompili et al., 2022). Essa comorbidade é mais evidente em transtornos como depressão, ansiedade e esquizofrenia, em que o impacto negativo da privação de sono pode intensificar sentimentos de angústia, afetar o humor e comprometer a cognição, formando um ciclo difícil de quebrar. A insônia pode ser tanto uma consequência quanto um fator de risco para esses transtornos, criando um quadro de retroalimentação que torna o tratamento ainda mais complexo (Bezerra et al., 2024).

A relação entre transtornos psiquiátricos e insônia é complexa, pois cada condição apresenta características específicas que exigem abordagens individualizadas. Em pacientes com depressão, por exemplo, a insônia não apenas exacerba os sintomas depressivos, mas também aumenta o risco de ideação suicida, o que exige uma intervenção cuidadosa e abrangente (Pompili et al., 2022). Em pacientes com ansiedade, a insônia pode amplificar os sintomas de inquietação e preocupação excessiva, enquanto na esquizofrenia, pode desencadear episódios psicóticos. Essa interação entre os transtornos e a insônia faz com que o tratamento exija um equilíbrio delicado entre terapias farmacológicas e não farmacológicas, que minimizem os riscos e potencializem os benefícios para a saúde mental e o sono dos pacientes.

Para lidar com essa complexidade, uma série de abordagens terapêuticas tem sido desenvolvida, combinando tratamentos farmacológicos, como o zolpidem e a melatonina (De Moraes et al., 2024; Da Cruz et al., 2023), com intervenções psicossociais, como a terapia cognitivo-comportamental para insônia (TCC-I). O zolpidem, por exemplo, é amplamente prescrito para tratamento da insônia devido à sua ação rápida e eficácia na indução do sono; no entanto, seu uso prolongado pode acarretar efeitos adversos, especialmente em idosos ou pacientes com doenças neurodegenerativas, como o Alzheimer (Mateus et al., 2023). Por outro lado, a melatonina, um suplemento que mimetiza o hormônio natural do sono, é considerada mais segura, especialmente

para o uso prolongado, mas sua eficácia é variável entre os pacientes (Da Cruz et al., 2023).

Além das terapias medicamentosas, estratégias não farmacológicas têm ganhado destaque no tratamento da insônia, especialmente em contextos psiquiátricos. A telepsiquiatria, por exemplo, surge como uma alternativa acessível para pacientes com mobilidade reduzida ou dificuldades em acessar cuidados presenciais. Esse tipo de intervenção, que pode incluir sessões de terapia comportamental e monitoramento remoto, mostrou-se promissor no manejo de transtornos de ansiedade e insônia, permitindo que pacientes recebam suporte em um ambiente confortável e de fácil acesso. A TCC-I também se destaca como uma alternativa não invasiva e eficaz para o tratamento da insônia, especialmente quando utilizada em conjunto com estratégias farmacológicas. Essa terapia se baseia na modificação de pensamentos e comportamentos disfuncionais que contribuem para a insônia, oferecendo aos pacientes ferramentas práticas para melhorar a qualidade do sono (Rhinow et al., 2024).

Os desafios no tratamento da insônia em pacientes psiquiátricos residem não apenas na escolha do tratamento, mas também na adaptação do mesmo às necessidades individuais do paciente. A diversidade de perfis psiquiátricos exige uma abordagem personalizada, onde as características e os sintomas específicos de cada transtorno sejam considerados na escolha da terapia. Estudos recentes destacam a importância de um tratamento integrado, que envolva psiquiatras, psicólogos, enfermeiros e, em alguns casos, terapeutas ocupacionais. Essa abordagem multidisciplinar é fundamental para otimizar o manejo dos sintomas de insônia e mitigar os riscos de efeitos adversos, que podem agravar os quadros psiquiátricos subjacentes (Bezerra et al., 2024).

Este estudo revisa a literatura recente sobre os desafios e as possibilidades de tratamento da insônia em pacientes psiquiátricos, com foco na eficácia e segurança de intervenções integrativas. Serão abordados os impactos das diferentes terapias, tanto farmacológicas quanto comportamentais, visando contribuir para o aprimoramento das práticas clínicas e para o desenvolvimento de diretrizes mais eficazes. Ao considerar as interações complexas entre os medicamentos e os sintomas psiquiátricos, este trabalho pretende fornecer insights sobre abordagens mais seguras e eficazes para o tratamento

da insônia, visando melhorar a qualidade de vida desses pacientes.

METODOLOGIA

Este artigo foi desenvolvido com base em uma revisão narrativa da literatura, abrangendo estudos recentes publicados nos últimos três anos que discutem o manejo da insônia em pacientes com transtornos psiquiátricos. Para isso, foram selecionados artigos de periódicos revisados por pares, consultando bases de dados relevantes, como Scielo, PubMed e Google Scholar. O foco principal esteve em pesquisas que exploram tanto as abordagens farmacológicas quanto as não farmacológicas para o tratamento da insônia, enfatizando métodos emergentes e inovadores, como a telepsiquiatria, a utilização de fitoterápicos e a terapia cognitivo-comportamental para insônia (TCC-I).

Os critérios de inclusão para esta revisão narrativa foram: (i) estudos realizados especificamente em populações com transtornos psiquiátricos, como depressão, ansiedade e esquizofrenia, (ii) investigações que abordem o impacto de novas modalidades terapêuticas para insônia, e (iii) pesquisas que avaliem a segurança e a eficácia de tratamentos integrativos, como a combinação de farmacoterapia com intervenções comportamentais. Além disso, foram incluídos estudos que discutem os efeitos colaterais e os riscos potenciais de medicamentos comumente usados para o sono, como o zolpidem e a melatonina, em populações psiquiátricas, além de intervenções naturais e alternativas, como o uso do lúpulo (Nunes et al., 2024) e da melatonina (Da Cruz et al., 2023).

Optou-se pela revisão narrativa por sua capacidade de sintetizar e interpretar dados qualitativos e quantitativos de estudos diversificados, proporcionando uma visão mais ampla e contextualizada do tema. Esta abordagem permitiu não apenas explorar a eficácia e segurança dos tratamentos mais recentes, mas também identificar lacunas na literatura, sugerindo oportunidades para pesquisas futuras. O objetivo é oferecer uma análise abrangente que auxilie profissionais da saúde a entender as possibilidades terapêuticas no manejo da insônia em pacientes psiquiátricos e a selecionar tratamentos baseados em evidências e individualizados para essa população.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Ao final da pesquisa, foram escolhidos 11 trabalhos para comporem a amostra desta pesquisa. Abaixo, o Quadro 1 expõe esses artigos, bem como as principais informações sobre eles.

Quadro 1: Artigos quanto ao autor, ano de publicação, metodologia, objetivos e conclusão

	Autor(es)	Ano	Metodologia	Objetivo	Conclusão
1	BEZERRA, Lucas Mainardo Rodrigues et al.	2024	Revisão bibliográfica	Analisar as bases fisiopatológicas e o tratamento multidisciplinar da insônia.	A insônia pode ser tratada com abordagens integradas e multidisciplinares, visando melhorar a qualidade de vida do paciente.
2	DA CRUZ, Daniel; SILVA, Rafael; FERREIRA, Túlio	2023	Revisão de literatura	Avaliar a eficácia e segurança da melatonina no tratamento da insônia.	A melatonina apresenta boa eficácia e segurança como opção terapêutica para a insônia.
3	DA SILVA JÚNIOR, Pedro José et al.	2022	Revisão bibliográfica	Discutir o manejo dos sintomas não motores na Doença de Parkinson.	O manejo dos sintomas não motores deve ser integrado ao tratamento convencional da doença, com estratégias personalizadas.
4	DA SILVA PITANGA, Isabella Ferreira et al.	2024	Revisão integrativa	Estudar o manejo do distúrbio do sono.	O manejo do distúrbio do sono deve incluir tanto abordagens farmacológicas quanto comportamentais para melhores resultados.
5	DE MORAIS, Mariana Melo et al.	2024	Revisão bibliográfica	Comparar a eficácia e segurança do	O zolpidem é eficaz, mas apresenta efeitos

				zolpidem com outras alternativas no tratamento da insônia.	colaterais, sendo necessário considerar alternativas.
6	MATEUS, Bruno Melhem Haquim et al.	2023	Revisão de literatura	Examinar o manejo farmacológico da insônia em pacientes com Doença de Alzheimer.	A insônia em pacientes com Alzheimer requer tratamentos farmacológicos ajustados, com foco em minimizar efeitos adversos.
7	NUNES, Klemeson et al.	2024	Estudo experimental	Analisar a ação do lúpulo em pacientes em uso de medicamentos psicotrópicos.	O lúpulo demonstrou benefícios no tratamento de insônia, especialmente em pacientes com uso de psicotrópicos.
8	POMPILI, Maurizio et al.	2022	Revisão bibliográfica	Discutir novas tendências e desafios na psiquiatria.	Há necessidade de uma abordagem mais holística e integrativa na psiquiatria, com ênfase em tratamentos personalizados.
9	RHINOW, Laís Ferreira et al.	2024	Revisão de literatura	Avaliar a eficácia da telepsiquiatria no tratamento de transtornos de ansiedade.	A telepsiquiatria é eficaz e oferece acessibilidade para pacientes com transtornos de ansiedade, sendo uma alternativa válida.
10	RUY, Bruna Tainah et al.	2024	Revisão de literatura	Explorar abordagens farmacológicas e não farmacológicas	Abordagens combinadas, tanto farmacológicas quanto não

				s no tratamento da depressão resistente ao tratamento.	farmacológicas, são fundamentais no manejo da depressão resistente.
11	SILVA, Vitoria Oliveira et al.	2024	Revisão de literatura	Avaliar a eficácia das terapias não medicamentosas no tratamento de insônia.	Terapias não medicamentosas, como terapia cognitivo-comportamental, são eficazes no tratamento da insônia.

Fonte: Dados da pesquisa, 2024.

A literatura recente tem explorado amplamente as abordagens terapêuticas para o manejo da insônia, especialmente em pacientes com transtornos psiquiátricos. A insônia, condição frequentemente observada em pacientes com doenças psiquiátricas como depressão, ansiedade e esquizofrenia, representa um desafio significativo devido à sua interação com os sintomas psiquiátricos e ao impacto negativo na qualidade de vida dos pacientes. Diversos estudos têm investigado as terapias não farmacológicas e farmacológicas disponíveis, destacando-se os avanços nas abordagens mais integrativas e individualizadas.

Silva et al. (2024) discutem a eficácia das terapias não medicamentosas no tratamento da insônia, ressaltando o papel das intervenções comportamentais, como a Terapia Cognitivo-Comportamental para Insônia (TCC-I). A pesquisa enfatiza que, embora os medicamentos sejam frequentemente usados no manejo da insônia, as terapias não farmacológicas têm mostrado benefícios duradouros, principalmente no controle da insônia crônica. Essa abordagem permite que os pacientes desenvolvam estratégias mais eficazes para lidar com os distúrbios do sono, ao mesmo tempo em que evita os efeitos colaterais frequentemente associados aos medicamentos. A revisão aponta que, para muitos pacientes com transtornos psiquiátricos, as terapias não farmacológicas são uma alternativa promissora, especialmente quando utilizadas em combinação com tratamentos farmacológicos.

Por outro lado, Rhinow et al. (2024) exploram a eficácia da telepsiquiatria no

tratamento de transtornos de ansiedade, um dos principais comorbidades associadas à insônia. A telepsiquiatria tem se mostrado uma ferramenta eficaz, proporcionando acesso a cuidados psiquiátricos em localidades com limitações de recursos. Estudos indicam que a telepsiquiatria pode ser eficaz tanto na avaliação quanto no acompanhamento de pacientes com transtornos de ansiedade, resultando em melhorias nos sintomas de ansiedade e, por consequência, na qualidade do sono. A abordagem oferece uma flexibilidade significativa para pacientes com transtornos psiquiátricos, permitindo que o tratamento seja mais acessível e personalizado, sem comprometer a qualidade do cuidado.

Bezerra et al. (2024) abordam as bases fisiopatológicas e o tratamento multidisciplinar da insônia, destacando que a insônia não é apenas uma consequência de transtornos psiquiátricos, mas também pode agir como um fator de risco para o agravamento desses transtornos. A pesquisa defende uma abordagem multidisciplinar no tratamento da insônia, que inclui o envolvimento de psiquiatras, psicólogos, terapeutas ocupacionais e outros profissionais da saúde. Essa abordagem permite que as causas subjacentes da insônia sejam tratadas de forma abrangente, levando em consideração os fatores biológicos, psicológicos e sociais que contribuem para o distúrbio.

Em relação ao tratamento farmacológico, Mateus et al. (2023) discutem o manejo da insônia em pacientes com Doença de Alzheimer, uma condição neurodegenerativa frequentemente associada a distúrbios do sono. A pesquisa aponta que, apesar do uso de medicamentos como o zolpidem, os efeitos colaterais e a dependência potencial desses medicamentos são preocupantes, especialmente em populações vulneráveis como os idosos com Alzheimer. A abordagem farmacológica, embora eficaz em muitos casos, deve ser cuidadosamente monitorada para evitar complicações adicionais.

De Moraes et al. (2024) analisam a eficácia e segurança do zolpidem no tratamento da insônia, comparando-o com alternativas terapêuticas. A pesquisa indica que, apesar de ser amplamente utilizado, o zolpidem pode provocar efeitos adversos como amnésia, tontura e dependência, sendo essencial um controle rigoroso no uso, especialmente em pacientes com transtornos psiquiátricos. Além disso, Da Cruz et al.

(2023) investigam o uso de melatonina como uma alternativa no tratamento da insônia, destacando que, embora seja considerada uma opção mais segura, sua eficácia varia dependendo do tipo e da gravidade da insônia, o que exige uma abordagem personalizada.

A pesquisa de Nunes et al. (2024) explora a ação do lúpulo, uma planta com propriedades sedativas, como um complemento ao tratamento da insônia em pacientes que fazem uso de medicamentos psicotrópicos. O estudo sugere que o lúpulo pode ter efeitos positivos no manejo da insônia, reduzindo a necessidade de medicamentos farmacológicos e oferecendo uma abordagem mais natural e potencialmente com menos efeitos colaterais. No entanto, é importante que seu uso seja combinado com outras terapias para garantir um tratamento eficaz e seguro.

A revisão também é complementada por estudos como o de Ruy et al. (2024), que abordam o manejo da depressão resistente ao tratamento, uma condição frequentemente associada a insônia. O tratamento de pacientes com depressão refratária exige abordagens complexas, que incluem tanto terapias farmacológicas quanto não farmacológicas, sendo crucial a individualização do tratamento para otimizar os resultados. Por fim, o estudo de Da Silva Júnior et al. (2022) sobre o manejo dos sintomas não motores na Doença de Parkinson também fornece insights sobre como os distúrbios do sono em doenças neurodegenerativas podem ser tratados de forma integrada, considerando as especificidades de cada paciente.

Esses estudos destacam a complexidade do manejo da insônia em pacientes com transtornos psiquiátricos, enfatizando a necessidade de uma abordagem integrada e personalizada que considere tanto tratamentos farmacológicos quanto não farmacológicos. A combinação de diferentes terapias, como a TCC-I, telepsiquiatria, fitoterápicos e abordagens farmacológicas, oferece uma promessa significativa para melhorar o tratamento da insônia e, conseqüentemente, a qualidade de vida dos pacientes psiquiátricos. No entanto, é essencial que mais pesquisas sejam realizadas para validar essas abordagens emergentes e garantir sua eficácia e segurança a longo prazo.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O manejo da insônia em pacientes com transtornos psiquiátricos envolve desafios consideráveis devido à complexidade das interações entre os distúrbios do sono e os sintomas psiquiátricos. Estudos indicam que a insônia pode exacerbar condições como depressão e ansiedade, comprometendo a qualidade de vida e dificultando o controle dos sintomas psiquiátricos. Uma abordagem integrativa que combine terapias farmacológicas e não medicamentosas tem sido cada vez mais recomendada, pois permite abordar não apenas os sintomas imediatos, mas também as causas subjacentes da insônia. Nesse sentido, o uso de tratamentos como telepsiquiatria e fitoterápicos representa uma alternativa valiosa, especialmente para pacientes que buscam minimizar os efeitos adversos dos medicamentos tradicionais.

A telepsiquiatria se destaca como uma intervenção promissora, especialmente em áreas com menor acesso a profissionais de saúde mental. Ao proporcionar consultas à distância, essa abordagem facilita o acompanhamento e o suporte contínuo para pacientes que enfrentam dificuldades em aderir ao tratamento. Estudos mostram que a telepsiquiatria é eficaz no manejo de condições psiquiátricas como ansiedade e depressão, impactando positivamente a qualidade do sono. A flexibilidade desse método aumenta a adesão ao tratamento, reduzindo o tempo entre as consultas e permitindo ajustes terapêuticos mais frequentes, o que pode ser fundamental no controle da insônia em pacientes psiquiátricos.

Outro recurso importante é o uso de fitoterápicos, como melatonina e lúpulo, que têm ganhado destaque como alternativas aos medicamentos tradicionais. Esses compostos oferecem efeitos sedativos mais leves, sendo menos propensos a causar dependência e outros efeitos colaterais associados a medicamentos como o zolpidem. No entanto, sua eficácia ainda é um tema de estudo, e alguns pacientes podem responder de forma variável a essas terapias. A melatonina, por exemplo, tem demonstrado potencial em regular o ciclo sono-vigília, especialmente em casos de insônia leve a moderada. Já o lúpulo, utilizado com menor frequência, tem sido explorado por suas propriedades calmantes, atuando como um complemento aos tratamentos tradicionais.

A personalização das terapias é fundamental para o sucesso do manejo da insônia nesses pacientes. Cada caso possui particularidades que influenciam na escolha

das intervenções mais apropriadas. Uma abordagem personalizada permite que o tratamento seja ajustado conforme as respostas de cada indivíduo, aumentando a eficácia e minimizando os efeitos adversos. A implementação de terapias combinadas, como a associação de medicamentos tradicionais com práticas não farmacológicas, tem se mostrado uma estratégia eficaz, pois considera tanto os aspectos biológicos quanto comportamentais da insônia.

A presença de uma equipe multidisciplinar no tratamento de pacientes com insônia e transtornos psiquiátricos é essencial para alcançar resultados mais satisfatórios. Profissionais de diferentes áreas, como psiquiatras, psicólogos e terapeutas ocupacionais, podem colaborar na elaboração de um plano terapêutico abrangente, que inclua intervenções comportamentais, medicamentos e suporte psicossocial. Essa abordagem permite um atendimento mais completo, pois aborda tanto as questões clínicas quanto as necessidades emocionais e sociais dos pacientes, contribuindo para uma melhor adesão e eficácia dos tratamentos.

Para pesquisas futuras, recomenda-se que ensaios clínicos randomizados avaliem a eficácia de intervenções digitais e a combinação de terapias naturais e farmacológicas. Essas investigações podem fornecer uma base mais robusta para o desenvolvimento de protocolos terapêuticos baseados em evidências, aumentando a segurança e a eficácia dos tratamentos. Ensaios que explorem a telepsiquiatria em conjunto com fitoterápicos ou práticas de higiene do sono podem revelar novas possibilidades de intervenção, auxiliando no desenvolvimento de estratégias terapêuticas mais eficazes e seguras para o manejo da insônia em pacientes psiquiátricos.

REFERÊNCIAS

BEZERRA, Lucas Mainardo Rodrigues et al. BASES FISIOPATOLÓGICAS E TRATAMENTO MULTIDISCIPLINAR DA INSÔNIA: UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA DA LITERATURA. **RECIMA21-Revista Científica Multidisciplinar-ISSN 2675-6218**, v. 5, n. 3, p. e535041-e535041, 2024.



DA CRUZ, Daniel; SILVA, Rafael; FERREIRA, Túlio. Eficácia e segurança no uso da melatonina para tratamento da insônia (farmácia). **Repositório Institucional**, v. 1, n. 1, 2023.

DA SILVA JÚNIOR, Pedro José et al. Manejo dos Sintomas Não Motores na Doença de Parkinson. **Revista Científica Hospital Santa Izabel**, v. 6, n. 1, p. 12-23, 2022.

DA SILVA PITANGA, Isabella Ferreira et al. Manejo do distúrbio do sono: uma revisão integrativa. **Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences**, v. 6, n. 6, p. 1135-1144, 2024.

DE MORAIS, Mariana Melo et al. Eficácia e segurança do Zolpidem no tratamento da insônia: comparação com alternativas e efeitos colaterais. **Brazilian Journal of Health and Biological Science**, v. 1, n. 1, p. e48-e48, 2024.

MATEUS, Bruno Melhem Haquim et al. Manejo Farmacológico da Insônia nos Pacientes com Doença de Alzheimer. **ACTA MSM-Periódico da EMSM**, v. 10, n. 1, p. 152-162, 2023.

NUNES, Klemeson et al. AÇÃO DO LÚPULO EM PACIENTES QUE FAZEM USO DE MEDICAMENTOS PSICOTRÓPICOS. **Revista Multidisciplinar do Nordeste Mineiro**, v. 6, n. 1, 2024.

POMPILI, Maurizio et al. **Novas Tendências em Psiquiatria: Reflexões e Desafios**. Grupo A Educação, 2022.

RHINOW, Laís Ferreira et al. Eficácia da Telepsiquiatria no Tratamento de Transtornos de Ansiedade: Uma Revisão de Literatura. **Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences**, v. 6, n. 8, p. 5073-5085, 2024.

RUY, Bruna Tainah et al. Manejo da depressão resistente ao tratamento: Abordagens farmacológicas e não farmacológicas em pacientes com depressão refratária. **Revista Brasileira Medicina de Excelência**, v. 2, n. 3, p. 335-350, 2024.

SILVA, Vitoria Oliveira et al. A eficácia das terapias não medicamentosas no tratamento de pacientes insones. **Revista Cathedral**, v. 6, n. 2, p. 84-102, 2024.

