

## O USO DE MEDICAMENTOS CONTROLADOS PARA DORMIR

Emily Brand Guindani<sup>1</sup>, Flavia Bartolomeu<sup>2</sup>, Mariana Rizzo<sup>3</sup>, Vitor Coser<sup>4</sup>, Rodrigo Geremias<sup>5</sup>

1. Discente do curso de graduação em Farmácia, Unoesc, Videira, SC
2. Discente do curso de graduação em Farmácia, Unoesc, Videira, SC
3. Discente do curso de graduação em Farmácia, Unoesc, Videira, SC
4. Discente do curso de graduação em Farmácia, Unoesc, Videira, SC
5. Docente do curso de graduação em Farmácia, Unoesc, Videira, SC

**Autor correspondente:** Emily Brand Guindani, emibrand219@gmail.com

**Área:** Ciências da Vida e Saúde

**Introdução:** Nos dias atuais, o estresse e a rotina do dia a dia, tem ocasionado diversos problemas para dormir na população, ocasionando o aumento significativo do uso de medicamentos para dormir. Nesse contexto, os medicamentos para dormir desempenham um papel significativo em uma boa saúde. **Objetivo:** A finalidade do estudo é avaliar a eficácia, segurança e impacto a longo prazo no bem-estar do uso de medicamentos para dormir, bem como explorar alternativas e abordagens para promover um sono saudável e restaurador. **Método:** O estudo caracterizou-se através de abordagens de como o sono afeta nossa rotina, nos dias atuais, como o distúrbio do sono leva ao uso de medicamentos como o Bromazepam, Clonazepam, Zolpidem entre outros. **Resultados:** Foi possível evidenciar, através de pesquisas, que os pacientes que usam esses medicamentos, demonstram uma redução na latência do sono, resultando em um início de sono mais rápido após a administração. Existem diferentes tipos de remédios para dormir disponíveis no mercado, cada um com suas próprias características. Além disso, os antidepressivos com propriedades sedativas e os medicamentos à base de melatonina são alternativas que também podem ser consideradas. **Conclusão:** O uso de medicamentos para dormir, quando administrado de forma adequada e sob supervisão médica, demonstra uma ferramenta eficaz para muitas pessoas que sofrem distúrbios do sono, agem de maneira rápida e podem ser uma solução temporária para períodos de estresse agudo, crises de insônia ou situações em que a qualidade do sono é essencial para o bem estar e o funcionamento diário. Apesar de serem eficazes para melhorar o sono, os remédios para dormir podem apresentar efeitos colaterais, como sonolência diurna, tontura e dificuldade de concentração. É fundamental seguir as dosagens corretas e as orientações do profissional de saúde para minimizar riscos

**Palavras-chave:** Medicamentos para Dormir; Alprazolam; Distúrbios do Início e da Manutenção do Sono; Tontura; Medicamentos Indutores do Sono.