



TERAPÊUTICA DA INSÔNIA DA DEMÊNCIA DE ALZHEIMER NA ATENÇÃO BÁSICA

ANA CLAUDIA MACHADO DE REZENDE; ROGÉRIO OSCAR FERNANDES;
TÂMARIS COCCHIARO MILITELLI

RESUMO

A qualidade do sono é primordial para se ter uma vida saudável seja no âmbito físico, social, mental e cognitivo. O sono é um estado fisiológico, transitório, reversível que se alterna com a vigília. Em idosos, a secreção de melatonina diminui e isso é ainda mais importante em indivíduos com insônia, em pacientes com comprometimento cognitivo leve (CCL) e doença de Alzheimer. A Melatonina (MEL) é considerado um hormônio não esteroide (indolamina), sintetizada na glândula pineal e tem ação regulatória do ritmo circadiano. O objetivo do estudo visou avaliar a eficácia da suplementação de melatonina na qualidade do sono em idosos com Doença de Alzheimer fase leve na atenção básica. O presente estudo é revisão bibliográfica onde foram selecionados artigos na língua portuguesa. As seguintes bases de dados foram utilizadas: Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e na biblioteca eletrônica Scientific Electronic Library On-line (SciELO), Biblioteca Virtual em Saúde (BVS). Os descritores utilizados foram: demência, insônia, melatonina, Alzheimer; Atenção Básica; SUS, conforme os Descritores em Ciências da Saúde (DeCS). Foram considerados como critérios de inclusão: artigos caso controle; artigos de estudo randomizado controlado completos de acesso livre, online e gratuitos. A insônia na maioria das vezes afeta diretamente pacientes idosos portadores de Alzheimer, e o objetivo deste artigo foi avaliar a eficácia da melatonina no tratamento da insônia em idosos com Doença de Alzheimer fase leve usuários dos serviços de Saúde Pública, tais como UBS e USAFAS. Concluiu-se que para combater a insônia de pacientes portadores de insônia e demência de Alzheimer leve por meio de tratamentos o uso da Melatonina foi de grande valia uma vez que com baixo índice de efeitos colaterais, por ser assemelhar ao hormônio produzidos pelo corpo humano.

Palavras-chave: Atenção Básica; Insônia; Melatonina; Doença de Alzheimer; SUS.

1 INTRODUÇÃO

A qualidade do sono é primordial para se ter uma vida saudável seja no âmbito físico, social, mental e cognitivo. O sono é um estado fisiológico, transitório, reversível que se alterna com a vigília. É processo que envolve mecanismos, inclusive comportamentais, e necessita da atuação de diversas regiões do sistema nervoso central, sendo desta forma, considerado fundamental na manutenção da saúde, sob diversos aspectos, inclusive sob o sistema imunológico (OLIVEIRA et al., 2021).

O aumento da expectativa de vida acarreta no aparecimento de doenças crônicas, entre elas as síndromes demenciais o que pode determinar mudanças qualitativas e quantitativas do sono (OLIVEIRA et al., 2021).

A Melatonina (MEL) é considerado um hormônio não esteroide (indolamina), sintetizada na glândula pineal e tem ação regulatória do ritmo circadiano. Pode ser encontrada em nossos suplementos alimentares diários, incluindo vegetais, frutas, cereais, vinho, cerveja,

carne, ovos, entre outros. Em alimentos de origem animal, ovos e peixes apresentam um maior conteúdo de MEL do que a carne, enquanto em alimentos de origem vegetal, os maiores teores de MEL foram encontrados nas nozes, e em alguns cereais e sementes (SUMSUZZMAN 2021).

Tendo em vista que o efeito da melatonina parece controlar o ciclo sono-vigília e também regular o ritmo circadiano em humanos, seu uso tem recebido atenção como possibilidade terapêutica para idosos com doença de Alzheimer (SCORALICK et al., 2014).

Sendo assim o objetivo da pesquisa foi avaliar a eficácia da melatonina no tratamento da insônia em idosos com Doença de Alzheimer fase leve na atenção básica.

2 MATERIAIS E MÉTODOS

O presente estudo é revisão bibliográfica onde foram selecionados artigos na língua portuguesa. As seguintes bases de dados foram utilizadas: Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e na biblioteca eletrônica Scientific Electronic Library On-line (SciELO), Biblioteca Virtual em Saúde (BVS). Os descritores utilizados foram: demência, insônia, melatonina, Alzheimer; Atenção Básica; SUS, conforme os Descritores em Ciências da Saúde (DeCS). Foram considerados como critérios de inclusão: artigos caso controle; artigos de estudo randomizado controlado completos de acesso livre, online e gratuitos.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Em 2002 o Ministério da Saúde institui o Programa de Assistência aos Portadores da doença de Alzheimer. Nos centros de referência de assistência de saúde ao idoso são realizados o diagnóstico, tratamento, acompanhamento e orientação a pacientes e familiares. (CASTRO SILVA, 2019).

Em portadores de demência a insônia é o distúrbio mais comum, seguido de uma latência prolongada de sono, aumento da fragmentação, pesadelos e despertares, sono em horários irregulares, por isso a institucionalização acaba sendo a opção mais frequente, esses distúrbios de sono são atribuídos a neuro degeneração das regiões cerebrais envolvidas na regulação do sono como núcleo supraquiasmático, quanto maior a gravidade da demência, maior a gravidade dos distúrbios do sono, em portadores de demências, as queixas de distúrbios do sono são acentuadas e podem também levar a piora no quadro de cognição (SOUZA, 2018).

O uso de melatonina é eficaz para tratar a insônia primária e secundária em diferentes fases da vida, desde crianças e adolescentes até adultos e os idosos. Também houve grande diversidade nas variáveis investigadas, principalmente quanto à dose, tempo de uso, e resultados do sono (BUENO et al., 2021).

Em pacientes com doença de Alzheimer, a melatonina foi sugerida para melhorar ritmicidade circadiana, diminuição do comportamento agitado, confusão noturna (sundwoning). A melatonina também foi sugerida para ter efeitos benéficos na memória de pacientes portadores da doença de Alzheimer (WU; SWAAB, 2005).

O tratamento com melatonina, até agora conhecido principalmente como eficaz na terapia de alterações do ciclo sono/vigília (LOW et al., 2020).

4 CONCLUSÃO

Os distúrbios do sono tais como insônia afetam principalmente pacientes idosos. Foi avaliada a eficácia da melatonina no tratamento da insônia em idosos com Doença de Alzheimer fase leve, e a prescrição deste medicamento pode ser uma opção a ser utilizada pois a melatonina

apresenta um baixo índice de efeitos colaterais, por ser semelhante aos hormônios produzidos pelo próprio organismo.

REFERÊNCIAS

OLIVEIRA, Mariana de Lemos Santos de Souza et al. DISTÚRBIOS DO SONO EM PACIENTES IDOSOS COM DEMÊNCIAS. 2021. Revista Ibero- Americana de Humanidades, Ciências e Educação- **REASE**. Disponível em:

<https://periodicorease.pro.br/rease/article/download/2554/977>. Acesso em: 20 ago. 2023.

SCORALICK, Francisca Magalhães et al. Tratamento ambulatorial dos transtornos do sono em pacientes com doença de Alzheimer. 2014. **Einstein**. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/eins/a/p3PpVMwSMpGFHwPqV9sMJdL/?format=pdf&lang=pt>.

Acesso em: 20 ago. 2023

CASTRO SILVA, E. Tratamento de Alzheimer oferecido pelo SUS: Uma análise da qualidade do serviço público oferecido ao idoso. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Administração Pública) - **Instituto de Ciências Humanas e Sociais**, Universidade Federal Fluminense, 2019 Acesso em: 20 ago. 2023

SOUZA, Larissa Zochio de. Melatonina, Distúrbios Do Sono E Genótipo Da Apolipoproteína E Em Pacientes Com Demências: Possível Interação? 2018. **Faculdade De Medicina De Marília**. Disponível em:

https://www.famema.br/ensino/mestrado_acade/dissertacoes/Souza,%20LZ%20-%20MELATONINA,%20DIST%3%9ARBIO%20DO%20SONO%20E%20GEN%3%93TIPO%20DA%20APOLIPOPROTE%3%8DNA%20E%20EM%20PACIENTES%20COM%20DEM%3%8ANCIAS%20%20POSS%3%8DVEL%20INTERA%3%87%3%83O.pdf. Acesso em: 20 ago. 2023.

SUMSUZZMAN, Dewan Md. et al. Efeitos neuro cognitivos do tratamento com melatonina em adultos saudáveis e indivíduos com doença de Alzheimer e insônia: uma revisão sistemática e meta-análise de ensaios clínicos randomizados. 2021. **Revista Elsevier**.

Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0149763421001974>.

Acesso em: 20 ago. 2023.

BUENO, Ana Paula Rosinski et al. Aspectos regulatórios e evidências do uso de melatonina em distúrbio do sono e insônia: uma revisão integrativa. 2021. **Arq. Neuro- Psiquiatra**

Disponível

em: <https://www.scielo.br/j/anp/a/v9JddrJ34mKHG3DW3mKy6gq/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 20 ago. 2023.

WU, Ying Hui; SWAAB, Dick F. A glândula pineal humana e a melatonina no envelhecimento e na doença de Alzheimer. 2005. **Jornal de Pesquisa Pineal**. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/15725334/#:~:text=Melatonin%20not%20only%20plays%20an,even%20more%20pronounced%20in%20AD..> Acesso em: 20 ago. 2023.

LOW, Tian Ling et al. A eficácia da melatonina e dos agonistas da melatonina na insônia – uma revisão geral. 2020. **Revista Elsevier**. Disponível em:

<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0022395619309872?via%3Dihub>.

Acesso em: 20 ago. 2023.