

# TERAPÊUTICA DA INSÔNIA DA DEMÊNCIA DE ALZHEIMER NA ATENÇÃO BASICA

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 esteroidal (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 Eletronic 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 Publica, 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 avalia 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 esteroidal (indolamina), sintetizada na glândula pineal e tem ação regulatória do ritmo circadiano. Pode ser encontrada em nossos suprimentos 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 Eletronic 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%C3%9ARBIOS%20DO%20SONO%20E%20GEN%C3%93TIPO%20DA%20APOLIPOPROTE%C3%8DNA%20E%20EM%20PACIENTES%20COM%20DEM%C3%8ANCIAS%20%20POSS%C3%8DVEL%20INTERA%C3%87%C3%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%2 0an,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.