

Introdução

A insónia é um distúrbio do sono presente em todas as faixas etárias e grupos étnicos, cuja prevalência aumenta com a idade. É uma condição clínica complexa que envolve vários fatores intrínsecos e extrínsecos.

Em contexto de internamento é extremamente frequente, sobretudo entre utentes idosos, que constituem uma grande parte da população internada. Nestes casos, pode surgir de forma aguda durante o internamento ou corresponder a uma condição crónica pré-existente. Em ambos os casos, mal gerida pode atrasar a recuperação clínica, prejudicar a reabilitação funcional e agravar o estado geral do doente. Existe uma escassez significativa de recomendações específicas sobre o tratamento da insónia em utentes internados, estando as decisões clínicas dependentes de extrapolações, utilizações *off-label*, experiência profissional e avaliação risco-benefício.

Objetivos

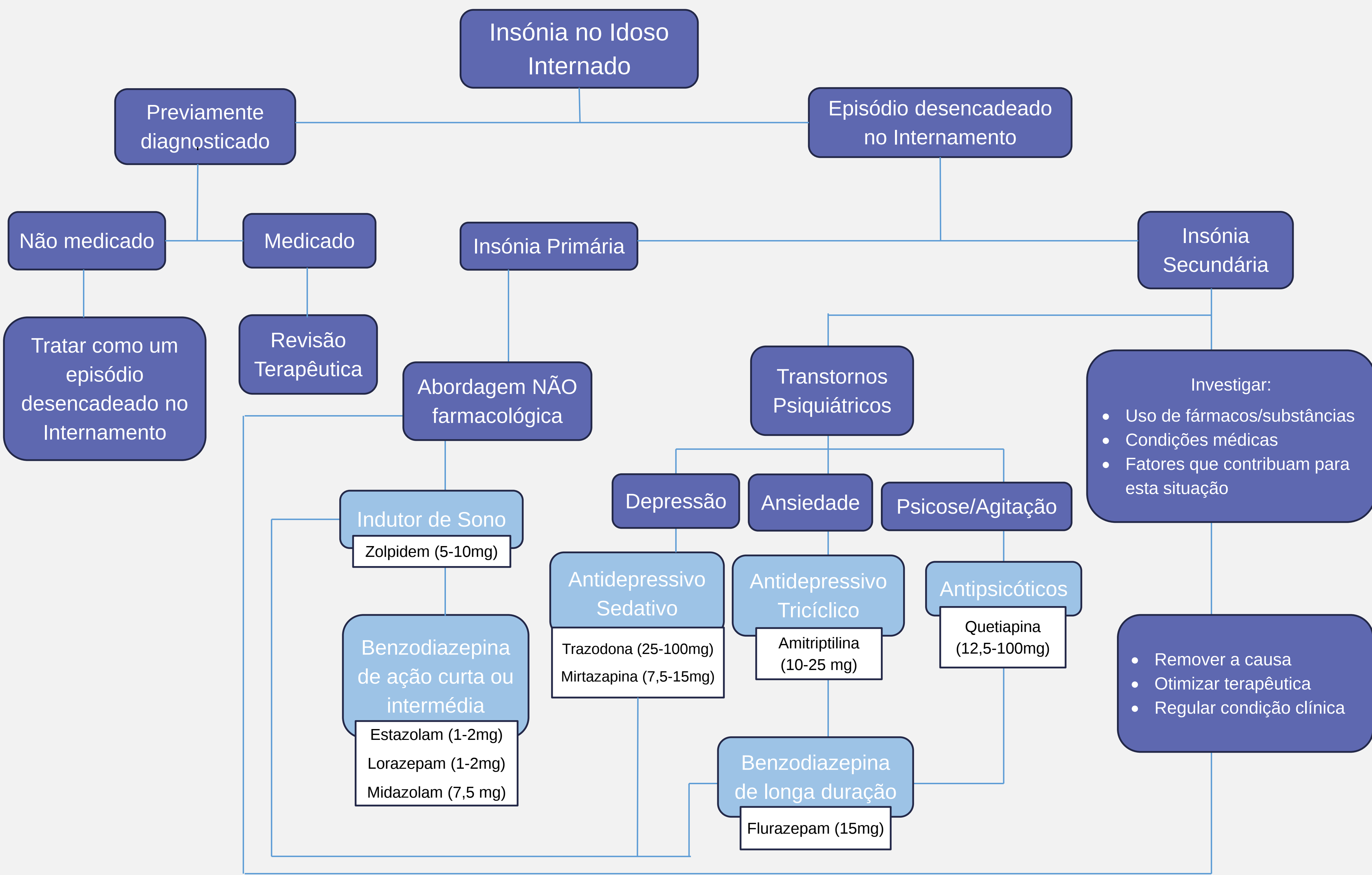
Explorar abordagens terapêuticas (farmacológicas e não farmacológicas), avaliar os riscos e benefícios dos fármacos e melhorar a prática clínica com base na melhor evidência disponível através da elaboração de um protocolo.

Metodologia

Foi realizada uma revisão da literatura, sintetizando informação aplicável ao contexto hospitalar. Foram analisados fatores de risco, manifestações clínicas, complicações e estratégias de tratamento da insónia. A partir desta análise, foi desenvolvido um diagrama de decisão que sistematiza a abordagem terapêutica, *off-label* ou não, orientando a instituição da terapêutica conforme a gravidade dos sintomas, o perfil do doente e a segurança do fármaco.

Resultados

Os resultados encontrados na literatura vieram a fundamentar as prescrições *off-label* e o ajuste de dosagens. Através destes resultados elaborou-se um protocolo, onde foi desenhado um diagrama de decisão terapêutica, que orienta a escolha do fármaco com a dosagem mais adequada, garantido eficácia e segurança com a melhor evidência possível.



Conclusão

A ausência de orientações específicas nesta área torna essencial a disponibilização de protocolos que guiem a intervenção farmacêutica e a prescrição médica, promovendo decisões fundamentadas, seguras e individualizadas, com impacto positivo na qualidade de vida dos utentes idosos hospitalizados.

Referências

Schutte-Rodin S, Broch L, Buysse D, Dorsey C, Sateia M. Clinical guideline for the evaluation and management of chronic insomnia in adults. J Clin Sleep Med
Influence of Ageing on the Pharmacodynamics and Pharmacokinetics of Chronically Administered Medicines in Geriatric Patients: A Review. Clinical Pharmacokinetics
Monteiro L, Monteiro-Soares M, Matos C, Ribeiro-Vaz I, Teixeira A, Martins C. Inappropriate Prescriptions in Older People—Translation and Adaptation to Portuguese of the STOPP/START Screening Tool. Int J Environ Res Public Health.
Riemann D, Espie CA, Altena E, Arnardottir ES, Baglioni C, Bassetti CLA, et al. The European Insomnia Guideline: An update on the diagnosis and treatment of insomnia 2023.
Beswick AD, Wyde V, Bertram W, Whale K. The effectiveness of non-pharmacological sleep interventions for improving inpatient sleep in hospital: A systematic review and meta-analysis.
Távora C, Silva J, Alves M, Fonseca T, Paiva T. Tratamento da Insónia no Doente Idoso Hospitalizado Management of Insomnia in Hospitalized Elderly Patients.
Renee R. Koski. Treatment of Insomnia in Hospitalized Patients. 2011; Available from: <https://www.uspharmacist.com/article/treatment-of-insomnia-in-hospitalized-patients>
Berlim MT, Lobato MI, Manfro GG. Diretrizes e algoritmo para o manejo da insônia. Porto Alegre: Artmed/Psicofármacos: Consulta Rápida; 2005.