



**CENTRO UNIVERSITÁRIO UNIFACIG**  
**MEDICINA**

**O IMPACTO DO USO INDISCRIMINADO DE DROGAS Z: CONSEQUÊNCIAS E  
DESAFIOS NA SAÚDE PÚBLICA**

**Lucas Coutinho de Souza**

**Manhuaçu / MG**

**2025**

**LUCAS COUTINHO DE SOUZA**

**O IMPACTO DO USO INDISCRIMINADO DE DROGAS Z: CONSEQUÊNCIAS E  
DESAFIOS NA SAÚDE PÚBLICA**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado no Curso de Superior de Medicina do Centro Universitário UNIFACIG, como requisito parcial à obtenção do título de Bacharel em Medicina.

Orientador: Pedro Antônio Laguardia Grossi.

Manhuaçu / MG

2025

**LUCAS COUTINHO DE SOUZA**

**O IMPACTO DO USO INDISCRIMINADO DE DROGAS Z: CONSEQUÊNCIAS E  
DESAFIOS NA SAÚDE PÚBLICA**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado no  
Curso de Superior de Medicina do Centro  
Universitário UNIFACIG, como requisito parcial à  
obtenção do título de Bacharel em Medicina.

Orientador: Pedro Antônio Laguardia Grossi

Banca Examinadora:

Data da Aprovação: DD/MM/AAAA

---

Titulação e Nome do Professor – INSTITUIÇÃO (Orientador)

---

Titulação e Nome do Professor – INSTITUIÇÃO

---

Titulação e Nome do Professor – INSTITUIÇÃO

## RESUMO

O uso indiscriminado de medicamentos hipnóticos não benzodiazepínicos, conhecidos como Drogas Z — especialmente o zolpidem — tem se tornado uma preocupação crescente na saúde pública brasileira. Desenvolvidas como alternativas mais seguras aos benzodiazepínicos, essas substâncias passaram a ser amplamente prescritas para o tratamento da insônia. No entanto, seu uso prolongado, muitas vezes sem a devida supervisão médica, tem resultado em uma série de consequências adversas, como dependência química, efeitos cognitivos e comportamentais, e aumento do risco de acidentes. Este trabalho teve como objetivo analisar os impactos do uso excessivo das Drogas Z, com ênfase no zolpidem, considerando suas repercussões físicas, psicológicas e sociais, bem como os desafios enfrentados pelos serviços públicos de saúde. Trata-se de uma pesquisa de abordagem qualitativa, com levantamento bibliográfico em bases científicas e documentos técnicos publicados entre 2010 e 2024. Os resultados apontam para um aumento expressivo na prescrição e no consumo dessas substâncias nos últimos anos, especialmente durante o período da pandemia de COVID-19. Observou-se ainda uma lacuna na regulação e no controle da prescrição, além da ausência de estratégias eficazes para prevenção e tratamento da dependência. Conclui-se que o enfrentamento do uso inadequado das Drogas Z exige ações integradas entre os setores da saúde, educação e vigilância sanitária, com foco na conscientização, no uso racional de medicamentos e na ampliação de terapias alternativas para o manejo da insônia.

**Palavras-chave:** Zolpidem. Drogas Z. Dependência medicamentosa. Saúde pública. Transtornos do sono

## SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO 5
2. MÉTODOS 6
3. RESULTADOS E DISCUSSÃO 7
4. CONCLUSÃO 7
5. REFERÊNCIAS 15

## 1. INTRODUÇÃO

Nas últimas décadas, observou-se um aumento significativo no uso de substâncias hipnóticas e sedativas não benzodiazepínicas, popularmente conhecidas como *Drogas Z*. Essas substâncias, com destaque para o zolpidem, têm sido amplamente prescritas para o tratamento de distúrbios do sono, como a insônia, por apresentarem, inicialmente, menor potencial de dependência quando comparadas aos benzodiazepínicos. No entanto, o uso excessivo, prolongado e, muitas vezes, não regulamentado dessas substâncias tem despertado preocupações tanto no meio científico quanto entre os profissionais da saúde (García, 2020).

O uso indiscriminado dessas drogas tem acarretado uma série de consequências físicas e mentais nos indivíduos, como dependência química, alterações comportamentais, quadros depressivos, comprometimento cognitivo e risco aumentado de acidentes. Além disso, seu impacto social e econômico é evidente, contribuindo para o aumento da demanda por serviços de saúde mental, internações hospitalares e afastamentos do trabalho. A acessibilidade facilitada a essas substâncias, muitas vezes adquiridas por meios não legalizados ou por prescrições sem o devido acompanhamento, agrava ainda mais o problema, tornando-o um desafio de saúde pública (Silva et al., 2018).

Nesse cenário, torna-se fundamental compreender os fatores associados ao uso abusivo dessas substâncias, bem como os efeitos a curto e longo prazo sobre a saúde dos usuários. Além disso, é imprescindível discutir as falhas na regulação e no controle do comércio e prescrição das *Drogas Z*, uma vez que a ausência de políticas públicas eficazes contribui diretamente para a banalização de seu uso e para o aumento de casos de intoxicação e dependência (Oliveira, 2017).

Diante disso, o presente estudo tem como objetivo analisar as consequências do uso excessivo e não regulamentado das *Drogas Z*, considerando seus impactos físicos, mentais, sociais e econômicos, bem como refletir sobre os desafios enfrentados pelos sistemas de saúde pública no combate a esse fenômeno. O trabalho se justifica pela necessidade de ampliar o debate acadêmico e científico sobre os riscos do uso inadequado dessas substâncias, promovendo uma

conscientização crítica e subsidiando estratégias de prevenção e cuidado mais eficazes.

## 2. MÉTODOS

Este estudo caracteriza-se como uma pesquisa de natureza qualitativa, com abordagem bibliográfica e documental, tendo como objetivo analisar o impacto do uso indiscriminado das chamadas “Drogas Z” — como o zolpidem, zopiclona e zaleplona — na saúde pública brasileira. A escolha por esse tipo de investigação se justifica pela necessidade de compreender, por meio de dados secundários, os padrões de consumo, os efeitos adversos e os desafios enfrentados pelos serviços de saúde no tratamento dos transtornos relacionados a essas substâncias.

A pesquisa bibliográfica foi conduzida por meio da seleção e análise crítica de artigos científicos, dissertações, teses, manuais técnicos e documentos oficiais publicados entre os anos de 2010 e 2024. As bases de dados utilizadas foram: SciELO (Scientific Electronic Library Online), PubMed, Google Acadêmico, Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e o Portal de Periódicos da CAPES. Os descritores utilizados nas buscas foram: “Drogas Z”, “zolpidem”, “zopiclona”, “zaleplona”, “uso indiscriminado”, “dependência medicamentosa”, “transtornos do sono” e “saúde pública”, tanto em português quanto em inglês (Z-drugs, misuse, dependence, publichealth).

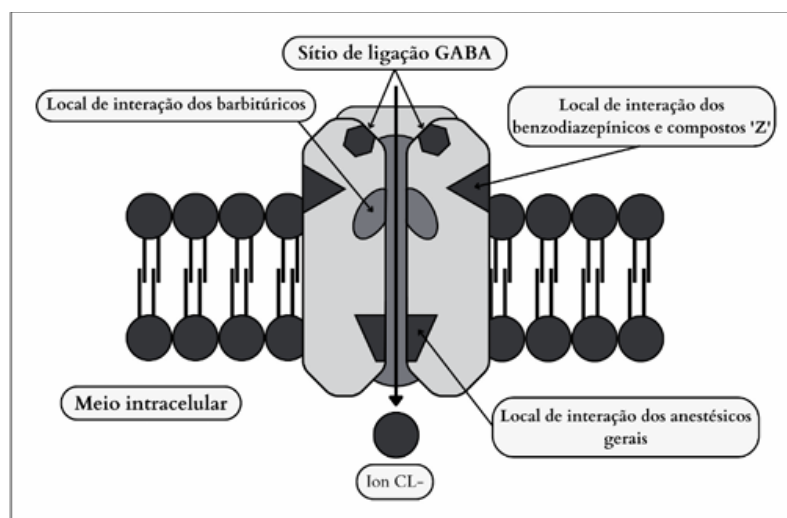
Para a seleção das obras, adotaram-se os seguintes critérios de inclusão: publicações com acesso ao texto completo, disponíveis gratuitamente, publicadas em português, inglês ou espanhol, que abordassem direta ou indiretamente os efeitos, riscos ou políticas públicas relacionadas às Drogas Z. Foram excluídos trabalhos repetidos entre as bases, artigos opinativos sem respaldo técnico ou científico e publicações anteriores a 2010 que não fossem citadas por outros estudos relevantes.

A análise do material coletado foi feita de forma interpretativa, com a sistematização dos dados por categorias temáticas, organizadas a partir dos seguintes eixos: histórico de prescrição e uso das Drogas Z, riscos à saúde, desafios no tratamento e implicações para o sistema de saúde pública. Como não houve envolvimento direto de seres humanos nem coleta de dados primários, esta pesquisa não exigiu submissão ao Comitê de Ética em Pesquisa (Resolução nº 510/2016, do Conselho Nacional de Saúde).

### 3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

As Drogas Z, especialmente o zolpidem, tornaram-se amplamente utilizadas no tratamento da insônia devido ao seu rápido início de ação e curta duração. Esse perfil farmacocinético é particularmente atraente para pacientes que buscam soluções imediatas para distúrbios do sono. O zolpidem, um composto imidazopiridínico, atua como agonista seletivo do receptor benzodiazepínico-1 (BZ1), modulando a atividade do neurotransmissor GABA e promovendo efeitos sedativos e hipnóticos (NEUBAUER, 2023). Apresenta alta afinidade pelas subunidades  $\alpha 1$  do receptor GABA-A, relacionadas aos efeitos sedativos, com menor afinidade pelas subunidades  $\alpha 2$  e  $\alpha 3$ , e praticamente nenhuma ação na  $\alpha 5$  (INAGAKI et al., 2010; PARK et al., 2016; SANGER; DEPORTERE, 1998).

Figura 1: Representação do Receptor GABA  $\alpha$ .



Fonte: Artigo perfil farmacoterapêutico do Zolpidem.

Embora esses medicamentos tenham sido introduzidos como alternativas mais seguras aos benzodiazepínicos, estudos demonstram que o uso prolongado de zolpidem está associado à tolerância, dependência física e psicológica, e sintomas de abstinência mesmo em doses terapêuticas (BOULANGER-ROSTOWSKY et al., 2004; SAKKAS et al., 1999). A presença de comportamentos de risco, como sonambulismo, amnésia anterógrada, e reações paradoxais como agressividade e alucinações, acentuam os riscos associados ao uso crônico.

Tabela 1: Principais efeitos adversos do zolpidem relatados em literatura científica

<b>Efeito Adverso</b>	<b>Frequência Relatada</b>	<b>Consequência Clínica</b>
Sonambulismo	Alta	Acidentes Domésticos e quedas
Alucinações Visuais	Médica	Desorientação e Pânico
Amnésia anterógrada	Alta	Perda de memória recente
Reações agressivas	Baixa	Riscos sociais e interpessoais

Fonte: Adaptado de Silva et al. (2022).

Tabela 2: Principais Efeitos Adversos do Uso Indiscriminado de Zolpidem

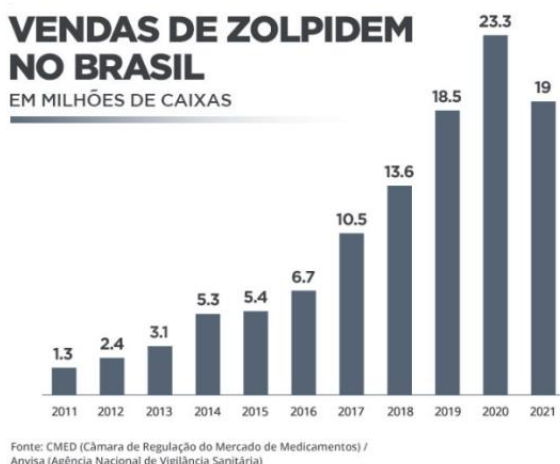
<b>Efeito Adverso</b>	<b>Descrição</b>	<b>Consequência Clínicas</b>	<b>Referência</b>
<b>Tolerância e Dependência</b>	<b>Necessidade de doses maiores para obter o mesmo efeito, levando à dependência</b>	<b>Risco aumentado de abuso e sintomas de abstinência</b>	<b>SaúdeLab, 2024</b>
<b>Sintomas de Abstinência</b>	<b>Insônia, irritabilidade, ansiedade, convulsões</b>	<b>Complicações no processo de descontinuação do medicamento</b>	<b>SaúdeLab, 2024</b>
<b>Alterações Cognitivas e Comportamentais</b>	<b>Afeta memória, atenção e coordenação</b>	<b>Aumento do risco de acidentes e prejuízos nas atividades diárias</b>	<b>Hospital Santa Mônica, 2022</b>
<b>Comportamentos de Risco</b>	<b>Sonambulismo, dirigir ou cozinhar sem plena consciência</b>	<b>Perigo para o paciente e terceiros</b>	<b>SaúdeLab, 2024</b>
<b>Alucinações e Delírios</b>	<b>Percepções sensoriais sem estímulo real</b>	<b>Confusão mental e potencial para comportamentos perigosos</b>	<b>Revista FMC, 2024</b>
<b>Depressão do Sistema Nervoso Central</b>	<b>Redução da atividade cerebral</b>	<b>Sonolência excessiva, dificuldade respiratória em casos graves</b>	<b>Revista Revinter, 2023</b>

<b>Agressividade e Irritabilidade</b>	<b>Mudanças abruptas de humor</b>	<b>Conflitos interpessoais e risco de violência</b>	<b>Anima Educação, 2023</b>
<b>Anafilaxia (Reação Alérgica Grave)</b>	<b>Reação alérgica potencialmente fatal</b>	<b>Necessidade de intervenção médica imediata</b>	<b>Revista Revinter, 2023</b>

Fonte: Elaborado com base em diversas fontes científicas (2022–2024).

Dados da Câmara de Regulação do Mercado de Medicamentos (CMED) e da Anvisa revelam um crescimento alarmante nas vendas de zolpidem no Brasil nos últimos anos, com aumento de 113% entre 2019 e 2021, impulsionado principalmente pela pandemia de COVID-19 e pelo agravamento dos distúrbios do sono (BORGES et al., 2023). Esse aumento não é apenas quantitativo, mas qualitativo: o perfil dos usuários tem mudado, com destaque para mulheres jovens em idade produtiva e idosos, grupos particularmente vulneráveis aos efeitos adversos e à dependência.

Figura 2 – Tabela sobre a quantidade de caixas de zolpidem vendidas



Fonte: CMED (Câmara de Regulação do Mercado de Medicamentos) / Anvisa (Agência Nacional de Vigilância Sanitária)

A questão torna-se ainda mais crítica quando se analisa a regulação e o acesso. Apesar de ser uma substância controlada, o zolpidem é frequentemente prescrito sem o devido acompanhamento médico ou adquirido por meios informais, revelando falhas na fiscalização e na educação dos profissionais e da população. Além disso, há registros de uso recreativo, especialmente entre jovens, que utilizam o medicamento com fins não terapêuticos, como indução de alucinações ou alteração do estado de consciência (INSTITUTO DE PSIQUIATRIA, 2024).

Estudos também apontam para a sobrecarga dos serviços públicos de saúde, principalmente nas unidades básicas e nos CAPS, que enfrentam dificuldades para tratar a dependência dessas substâncias. O cenário se agrava com a ausência de alternativas terapêuticas de fácil acesso e a escassez de capacitação dos profissionais para lidar com quadros de dependência medicamentosa.

No campo biomédico, há preocupações adicionais. Evidências apontam para a possibilidade de o zolpidem interferir na atividade de canais iônicos cardíacos (como o canal hERG), sugerindo risco potencial para pacientes com síndrome do QT longo (NOVARTIS, 2020). Isso reforça a importância de avaliações criteriosas antes da prescrição, especialmente em pacientes com comorbidades cardiovasculares.

Outras drogas da mesma classe, como a zaleplona, zopiclona e eszopiclona, também apresentam perfis semelhantes de ação e riscos. Embora tenham diferenças na meia-vida e na manutenção do sono, todas compartilham a capacidade de induzir tolerância e apresentar efeitos colaterais cognitivos e comportamentais (CIPRIANI et al., 2022; YANG et al., 2005).

Portanto, o que inicialmente foi promovido como um avanço terapêutico se revela, na prática, como uma ameaça subestimada à saúde pública. A medicalização excessiva do sono, somada à fragilidade das políticas públicas de controle, à desinformação dos usuários e à leniência na prescrição, contribui para a banalização do uso de substâncias que exigem controle rigoroso. O combate a esse problema exige não apenas ajustes regulatórios, mas também mudanças profundas na abordagem médica, com incentivo ao uso de terapias não farmacológicas, como a terapia cognitivo-comportamental para insônia (TCC-I) e maior investimento em educação em saúde.

### **3.2 Dependência Biopsicológica**

Dormir bem é essencial para manter o equilíbrio físico e mental, além de favorecer o desempenho cognitivo ao longo do dia. Distúrbios do sono, como a insônia, comprometem significativamente essa função vital (WATSON et al., 2015). O transtorno da insônia, que tem aumentado a cada ano, é frequentemente associado à hiperestimulação visual e mental, caracterizando-se por uma qualidade de sono insatisfatória e dificuldade em manter o sono por mais de três horas. Essa condição resulta em uma qualidade de vida reduzida, com menor produtividade, aumento do estresse e da ansiedade, além de elevar a probabilidade de desenvolver outras

condições, como síndrome metabólica, hipertensão e transtornos mentais (MALLON; BROMAN; HETTA, 2002). A insônia transitória afeta mais de um terço dos adultos em algum momento de suas vidas, e em aproximadamente 40% dos casos, pode evoluir para uma condição mais crônica e persistente (K. PAVLOVA; LATREILLE, 2019).

Diante desse cenário, observa-se um aumento na prescrição das chamadas Drogas Z como zopiclona, eszopiclona, zaleplona e zolpidem, cujos efeitos hipnóticos são mediados pela ação sobre os receptores benzodiazepínicos, potencializando uma resposta do neurotransmissor GABA. Isso resulta em propriedades sedativas, ansiolíticas e hipnóticas. No entanto, o uso dessa matéria pode levar à dependência química e psicológica, manifestando-se como dificuldade em dormir sem medicação, abstinência, ansiedade e alterações comportamentais.

Com o tempo, foi possível constatar a ocorrência de insônia rebote e sintomas de abstinência após a descontinuação abrupta da dosagem terapêutica de hipnóticos, como o zolpidem. Esses efeitos adversos foram determinantes para a orientação sobre a redução gradual e a necessidade de cuidados adicionais na prescrição dessas drogas, especialmente em pacientes com histórico de dependência de álcool ou outras substâncias (CHIARO et al., 2018; SCHIFANO et al., 2019).

Estudos indicam que cerca de 50% dos casos de dependência de zolpidem ocorrem em indivíduos com histórico de dependência química, indicando que pacientes com antecedentes de dependência têm uma probabilidade significativamente maior de desenvolvimento de dependência deste hipnótico-sedativo (BOULANGER-ROSTOWSKY et al., 2004). É importante ressaltar que o risco de dependência e abuso do zolpidem é ainda mais elevado em pacientes idosos diagnosticados com transtornos depressivos, que frequentemente são prescritos com doses em torno de 5 mg por noite (POURSHAMS; MALAKOUTI, 2014).

Embora o zolpidem seja classificado como um hipnótico seletivo com potencial de abuso reduzido, há relatos de casos em que pacientes desenvolveram tolerância e dependência, incluindo sintomas de abstinência, já no primeiro mês de uso do medicamento (SAKKAS et al., 1999). Essa situação ressalta a importância de monitorar de perto os pacientes que iniciam o tratamento com zolpidem, especialmente aqueles com fatores de risco.

Alguns estudos evidenciaram que a descontinuação abrupta do zolpidem, mesmo em doses dentro da faixa normal recomendada (2 a 4 semanas de tratamento), não foi associada a sintomas de abstinência. No entanto, foi observado que pacientes que

receberam doses diárias de 160 a 2.000 mg apresentaram sinais de abstinência e dependência, mesmo em períodos curtos de uso (CUBAŁA; LANDOWSKI, 2007; HUANG; LIN; CHEN, 2007). Esses achados sugerem que a dose e a duração do tratamento são fatores críticos a serem considerados na avaliação do risco de dependência.

Diante desse panorama, é fundamental que os profissionais de saúde adotem uma abordagem cautelosa ao prescrever zolpidem e outras drogas Z, levando em conta o histórico do paciente e a necessidade de um plano de descontinuação gradual, quando necessário. A educação do paciente sobre os riscos associados ao uso prolongado e a importância de relatar qualquer sintoma de abstinência ou dependência são essenciais para garantir um tratamento seguro e eficaz. Além disso, uma implementação de alternativas não farmacológicas para o manejo da insônia, como terapia cognitivo-comportamental, pode ser uma estratégia poderosa para reduzir a dependência de hipnóticos e melhorar a qualidade do sono a longo prazo.

### **3.3 Falhas na Regulação e Controle de Prescrição**

Uma análise documental de notas técnicas e pareceres da ANVISA (2020–2024) revela lacunas significativas na regulamentação e fiscalização da prescrição de emissão como o zolpidem. Embora o zolpidem esteja classificado na lista de controle especial, sua distribuição permanece elevada, incluindo a venda por meio ilegal e sem receita médica.

De acordo com o Departamento de Psiquiatria da Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo, há relatos de que muitas pessoas estão utilizando o zolpidem de forma recreativa, buscando alterar seu estado mental, o que é facilitado pelo fácil acesso ao medicamento. Essa prática levanta preocupações sobre o uso inadequado e os riscos potenciais associados à automedicação.

Além disso, a falta de treinamento adequado para profissionais de saúde e a ausência de campanhas educativas sobre os riscos associados ao uso das Drogas agravam ainda mais esse cenário preocupante. A conscientização sobre os efeitos adversos e a dependência potencial dessas substâncias é crucial para prevenir o uso indevido e promover uma prescrição responsável.

Para mitigar esses problemas, é fundamental que as autoridades de saúde implementem medidas mais rigorosas de controle e fiscalização, além de promoverem

programas de educação continuada para profissionais da saúde. Campanhas informativas direcionadas ao público em geral também são essenciais para esclarecer os riscos do uso recreativo de medicamentos e incentivos a busca por alternativas seguras para o tratamento de distúrbios do sono. A combinação dessas estratégias pode contribuir para um uso mais seguro e responsável das Drogas Z, protegendo a saúde pública e reduzindo os casos de dependência e abuso.

### **3.4 Desafios para a Saúde Pública**

A utilização descontrolada de substâncias como o zolpidem tem gerado uma sobrecarga crescente no sistema de saúde pública, impactando significativamente os serviços de atenção primária e os Centros de Atenção Psicossocial (CAPS). Nesses locais, observa-se uma dificuldade particular em gerenciar casos de dependência, com ocorrências frequentes entre os pacientes. Muitos deles relatam resistência ao abandonar o uso do medicamento, enfrentando recorrentes recaídas e a ausência de estratégias alternativas eficazes para o controle da insônia.

Além disso, é crucial destacar o impacto indireto dessas substâncias, que se manifestam em quedas, acidentes de trânsito e violência doméstica, especialmente entre idosos e indivíduos em situação de vulnerabilidade (Oliveira et al., 2020). Esses eventos adversos não comprometem apenas a saúde e a segurança dos indivíduos, mas também sobrecarregam ainda mais os serviços de saúde, exigindo instruções que vão além do tratamento farmacológico.

Diante desse cenário, torna-se urgente a implementação de estratégias integradas que envolvem os setores de saúde, educação e regulação sanitária. É fundamental promover campanhas de conscientização sobre os riscos associados ao uso inadequado de hipnóticos, além de oferecer treinamento contínuo para profissionais de saúde, capacitando-os a identificar e gerenciar casos de dependência de forma mais eficaz.

A criação de programas de apoio psicológico e terapias alternativas para o tratamento da insônia também é essencial, proporcionando aos pacientes opções viáveis que não dependam exclusivamente de medicamentos. Essas abordagens integradas podem contribuir para a redução do uso inadequado de substâncias, melhorar a qualidade de vida dos pacientes e aliviar a pressão sobre o sistema de saúde pública.

#### 4. CONCLUSÃO

O presente estudo destaca que o uso incluído nas Drogas Z, em particular do zolpidem, se tornou um problema preocupante de saúde pública no Brasil. A banalização do uso do zolpidem não reflete apenas falhas regulatórias, mas também uma cultura médica que prioriza a medicalização rápida de sintomas complexos, como a insônia. Embora esta substância tenha sido inicialmente desenvolvida como alternativas mais seguras aos benzodiazepínicos, sua utilização tem se tornado abusiva, muitas vezes ultrapassando as restrições terapêuticas e resultando em consequências físicas, psicológicas e sociais.

A análise dos dados revelou que a facilidade de acesso, a normalização das prescrições e as deficiências na regulação e fiscalização são fatores centrais para o aumento expressivo no consumo dessas substâncias. Entre os principais riscos identificados, destacam-se o desenvolvimento de dependência, efeitos adversos cognitivos e comportamentais, além do impacto na segurança pública, evidenciado por registros de acidentes, quedas e comportamentos de risco.

Além disso, a sobrecarga nos serviços públicos de saúde se torna evidente, uma vez que esses serviços enfrentam dificuldades especiais para lidar com a complexidade dos casos de dependência associados às Drogas Z. O cenário atual é ações urgentes, que incluem políticas públicas mais rigorosas de controle de prescrição, capacitação de profissionais de saúde, supervisão mais eficaz e campanhas de conscientização à população.

Portanto, é necessário que o enfrentamento do uso abusivo das Drogas Z seja realizado de forma integrada, com a participação ativa dos setores de saúde, educação, vigilância sanitária e justiça. Essa abordagem colaborativa é fundamental para mitigar os danos e promover alternativas terapêuticas mais seguras e sustentáveis. Este trabalho reforça a necessidade de ampliar os debates sobre o tema e abre caminhos para novas pesquisas que possam aprofundar o entendimento sobre os efeitos de longo prazo desses materiais, bem como desenvolver estratégias mais estratégias de prevenção e tratamento.

## 5. REFERÊNCIAS

CIPRIANI, A. et al. Comparative effects of pharmacological interventions for the acute and long-term management of insomnia disorder in adults: a systematic review and network meta-analysis. *The Lancet*, v. 400, n. 10347, p. 170–184, 2022. DOI: 10.1016/S0140-6736(22)00873-4.

BRASIL. Ministério da Saúde. *Factsheet 2 – Drogas Z e o abuso de indutores de sono*. Brasília: Ministério da Saúde, 2022. Disponível em: <https://acesse.one/pPEMU>. Acesso em: 25 de abril de 2025.

OLIVEIRA, Daniel Barros de; MOGAGABE, Demcy Desmond; LEITE, Verônica da Silveira. *Riscos do uso crônico e indiscriminado de zolpidem: uma revisão de literatura*. *Ciências da Saúde*, [S.l.], v. 27, n. 122, 17 maio 2023. Disponível em: <https://revistaft.com.br/riscos-do-uso-cronico-e-indiscriminado-de-zolpidem-uma-revisao-de-literatura/>. Acesso em: 10 maio 2025.

CARDOSO, Bárbara Leal; VALADÃO, Lucas Pires; MARCOLINO, Maria Eduarda Mendonça; NETA, Nilcéa Ramos Costa; FERNANDES, Taynara Augusta (Orient.). *Uso recreativo das drogas Z na população brasileira*. *Ciências da Saúde*, v. 29, n. 145, 30 abr. 2025. DOI: 10.69849/revistaft/ar10202504301037. Disponível em: <https://revistaft.com.br/uso-recreativo-das-drogas-z-na-populacao-brasileira/>. Acesso em: 10 maio 2025.

MOTA, Karolayne Gomes da; SÁ, Raquel de Oliveira; ROSA, Erica Carine Campos Caldas. *Estudo sobre o uso indiscriminado de zolpidem por mulheres de 20 à 40 anos no período de pandemia no Brasil*. *Revista Real*, São Paulo, v. 17, n. 35, p. 104–116, jan./jun. 2024. Disponível em: <https://revistas.icesp.br/index.php/Real/article/viewFile/4963/2711>. Acesso em: 10 maio 2025.

AZEVEDO, Bárbara de Oliveira; SANTOS, Emmily Fernandes dos; LIMA, Gabriela Silva; PUJOL, Julia Tavares; ANTUNES, Aline Alexandrino; JESUS, Larissa Oliveira Passos. *Perfil farmacoterapêutico do zolpidem*. *Revista Brasileira de Ciências Biomédicas*, v. 3, e0642022, p. 1–7, 2022. Disponível em: <https://revistabiomedicas.com.br/ojs/index.php/RBCBM/article/view/64>. Acesso em: 11 maio 2025.

INSTITUTO DE PSIQUIATRIA. *Vício em Zolpidem*. São Paulo: IPq, 8 mar. 2024. Disponível em: <https://ipqhc.org.br/2024/03/08/12301/>. Acesso em: 11 maio 2025.

GARCIA, M. C.; COSTA, M. E. O uso de Zolpidem e seus impactos na saúde mental: uma revisão integrativa. *Revista Brasileira de Psiquiatria*, São Paulo, v. 42, n. 4, p. 402–410, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbp/>. Acesso em: mai. 2025.

SILVA, A. L.; SOUZA, R. M.; FERREIRA, T. J. Consequências do uso indiscriminado de hipnóticos não benzodiazepínicos: enfoque no Zolpidem. *Revista Saúde em Foco*, Belo Horizonte, v. 10, n. 2, p. 85–94, 2018. Disponível em: <https://www.saudeemfoco.com.br>. Acesso em: mai. 2025.

OLIVEIRA, D. S.; MOURA, R. L.  
A problemática do uso de hipnóticos e sedativos no Brasil: desafios para a saúde pública. *Cadernos de Saúde Pública*, Rio de Janeiro, v. 33, n. 5, e00123417, 2017. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csp/>  
Acesso em: mai. 2025.

RISCOS do uso crônico e indiscriminado de zolpidem: uma revisão de literatura. *Revista Formação & Trabalho*, 2024. Disponível em: <https://revistaft.com.br/riscos-do-uso-cronico-e-indiscriminado-de-zolpidem-uma-revisao-de-literatura/>. Acesso em: 10 jun. 2025.

ZOLPIDEM: abuso revela distúrbios do sono como problema de saúde pública. *Futuro da Saúde*, 2024. Disponível em: <https://futurodasaude.com.br/zolpidem-abuso-revela-problema-de-saude-publica/>. Acesso em: 10 jun. 2025.

USO recreativo das Drogas Z na população brasileira. *Revista Formação & Trabalho*, 2024. Disponível em: <https://revistaft.com.br/uso-recreativo-das-drogas-z-na-populacao-brasileira/>. Acesso em: 12 jun. 2025.

SILVA, Luana Cristina; OLIVEIRA, Daniela R. de. Estudo sobre o uso indiscriminado de zolpidem por mulheres de 20 à 40 anos. *Revista Real – Revista de Estudos Acadêmicos da Faculdade Icesp*, v. 13, n. 28, p. 1-10, 2023. Disponível em: <https://revistas.icesp.br/index.php/Real/article/viewFile/4963/2711>. Acesso em: 12 jun. 2025.

MACHADO, Ana Paula Pires et al. Política de drogas e saúde coletiva: diálogos necessários. *Cadernos de Saúde Pública*, v. 35, n. 7, e00242618, 2019. Disponível em: <https://www.scielo.org/article/csp/2019.v35n7/e00242618/>. Acesso em: 20 jun. 2025.

ABUSO e dependência de drogas na perspectiva da saúde pública. *Ciência & Saúde Coletiva*, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/Zz9tfz7LnpMWkrFFPkXGbwH/>. Acesso em: 20 jun. 2025.

POR que o Brasil vive uma epidemia de uso abusivo de zolpidem? *Drauzio Varella*, 2024. Disponível em: <https://drauziovarella.uol.com.br/psiquiatria/por-que-o-brasil-vive-uma-epidemia-de-uso-abusivo-de-zolpidem/>. Acesso em: 20 jun. 2025.