



Relação entre a insônia e os sintomas comportamentais em indivíduos com Transtorno do Espectro Autista (TEA): uma revisão de literatura.

AUTORES:

Laura Fabem Bizi; Rebecca Barbosa Rocha; Sabrina Fernandes Machado; Vitória Borghi do Vale.

OBJETIVOS:

Investigar, por meio da literatura científica, a relação entre a insônia e os sintomas comportamentais em indivíduos com Transtorno do Espectro Autista (TEA).

DADOS DE REVISÃO DA LITERATURA:

O Transtorno do Espectro Autista (TEA) é uma condição do neurodesenvolvimento caracterizada por déficits na comunicação, na interação social e por padrões comportamentais restritivos. Dentre as comorbidades associadas ao TEA, destacam-se os distúrbios do sono, especialmente a insônia, que se manifesta por atraso no início do sono, dificuldade para mantê-lo e despertares precoces. Esses sintomas se enquadram nos critérios da Classificação Internacional de Distúrbios do Sono. A revisão foi conduzida nas bases PubMed, SciELO e Elsevier abrangendo publicações entre 2015 e 2025. Foram incluídos 16 estudos que abordam os fatores neurobiológicos, genéticos e comportamentais envolvidos na insônia em pessoas com TEA. Os achados indicam que a insônia pode se apresentar como sono fragmentado, não reparador e com redução da fase REM, etapa fundamental para a consolidação da memória. Alterações genéticas, especialmente nas vias de síntese da melatonina, contribuem para a disfunção do ritmo circadiano. Além disso, comportamentos como hipersensibilidade sensorial, sobretudo visual, afetam negativamente o funcionamento do relógio biológico. Estratégias de manejo como a higiene do sono e a suplementação com melatonina de liberação prolongada demonstraram eficácia na melhora do padrão de sono desses pacientes.

CONCLUSÃO:

A insônia em indivíduos com TEA é multifatorial e persistente ao longo da vida, com impactos significativos no comportamento, na cognição e na qualidade de vida dos pacientes e seus cuidadores. O reconhecimento precoce e intervenções integradas são fundamentais para minimizar seus efeitos.