

## 297773 - Parecer sobre o uso de calmantes/relaxantes e pílulas para dormir, tratar ansiedade e insônia

---

### Pergunta

Eu quero saber sobre as regras relativas à automedicação no Islam.

Tenho passado por uma fase difícil em meu casamento. Meu marido me negligencia (não sei intencionalmente ou não). Ele passa o dia todo em seu computador ou telefone jogando, conversando com amigos, continuamente. Não temos uma conversa na qual seu telefone não nos interrompa. E ele dificilmente passa duas horas ininterruptas comigo ao longo do dia.

Tivemos muitas brigas sobre isso nos últimos 2 anos, mas decidi ter sabr (paciência) e ficar calada. No entanto, sinto-me deprimida, rejeitada, inquieta e solitária e não consigo dormir. Então, voltei-me para relaxantes musculares. Os tipos que uso estão disponíveis sem receita, mas sinto que agora dependo deles. Tenho muita falta de esperança e ansiedade, mas assim que tomo um relaxante, durmo e acordo me sentindo calma.

Não há prescrição médica para meu uso destes medicamentos. Tenho um histórico de não conseguir dormir direito e uso esses remédios intermitentemente. Seu efeito começa 30 a 40 minutos depois de tomar a pílula e dura de 4 a 6 horas – mas, mesmo depois disso as pílulas me mantêm mental e fisicamente calma. Eu sei que intoxicantes/entorpecentes são haram no Islam. Usar essas pílulas por meio da automedicação também impedirá que minha oração seja aceita por 40 dias? Você pode me falar sobre todas e quaisquer regras a respeito disso?

### Resposta detalhada

Em primeiro lugar:

A esposa tem direitos sobre o marido, a saber: tratamento gentil, manutenção, acomodação e a capacidade do marido em atender às necessidades físicas dela a fim de manter a castidade e satisfação das necessidades emocionais. Todos esses direitos são comprovados no Alcorão e na Sunnah.

Da mesma forma, o marido tem direitos sobre a esposa, a saber: tratamento amável, obediência no que é certo e adequado, permiti-lo a intimidade, cuidado para com ele e não sair de casa senão com a sua permissão. Esses direitos e deveres foram explicados anteriormente na resposta à pergunta nº [10680](#).

Com relação ao que foi mencionado, sobre seu marido estar distraído em relação a você, o remédio para isso é a comunicação e a procura de atividades que possam realizar juntos, como: buscar o conhecimento, memorizar o Alcorão, passear durante seu tempo livre, reduzir uso do telefone e assim por diante.

Em segundo lugar:

Não é permitido usar medicamentos para dormir e relaxantes, exceto sob prescrição de um médico de confiança, porque alguns deles podem conter narcóticos, alguns podem causar dependência e outros fazem mais mal do que bem.

Portanto, tratar-se com esse tipo de medicamento é proibido, pelos motivos que mencionamos.

Shaikh Ibn ‘Uthaimin (que Allah tenha misericórdia dele) foi questionado: Qual é a regra sobre tomar pílulas para dormir ou os remédios que são chamados de relaxantes/calmanes? Eles vêm sob o título de entorpecentes ou não? Isso é permitido em caso de necessidade ou se for prescrito por um médico?

Ele respondeu: Não é permitido o uso dessas pílulas, exceto em caso de necessidade, desde que sejam prescritas por um médico experiente, porque são perigosas e têm um impacto sobre o funcionamento do cérebro. Se alguém as utiliza, elas podem trazer relaxamento por um curto período de tempo, mas isso será seguido por um mal maior. Por isso, é importante ressaltar que é permitido utilizá-las quando houver necessidade, desde que sob supervisão e orientação de um médico.

Fim da citação de Fataawa Nur ‘ala ad-Darb (fita nº 82, lado A).

Em terceiro lugar:

O princípio básico a respeito de qualquer medicamento que contenha qualquer tipo de entorpecente é que seja proibido, mas se for necessário utilizá-lo para tratamento e não houver alternativa permissível, nesse caso é permitido utilizá-lo, nas seguintes condições:

1. Que a necessidade do paciente por aquele medicamento tenha atingido o nível de necessidade ou necessidade urgente.
2. Que um médico muçulmano confiável ateste que aquele medicamento narcótico é de fato benéfico para o paciente.
3. Que o uso do medicamento seja limitado à medida que atenderá a necessidade.
4. Que o medicamento não causará ao paciente nenhum dano maior ou igual ao dano para o qual está sendo utilizado.

Nosso aconselhamento é que você procure o conselho de uma médica especializada no medicamento que está sendo usado; reduza o uso de medicamentos em geral; e busque ajuda para tratar sua ansiedade e insônia por meios benéficos de tratamento que são prescritos nos ensinamentos islâmicos, como ler o Alcorão, lembrar de Allah e enviar bênçãos sobre Seu Profeta (que a paz e as bênçãos de Allah estejam sobre ele), pois isso trará segurança ao coração e dissipará as preocupações.

Allah, exaltado seja, diz (interpretação do significado): *“Os que creem e cujos corações se tranquilizam com a lembrança de Allah – Ora, é com a lembrança de Allah que os corações se tranquilizam.” [ar-Ra'd 13:28].*

Foi narrado que Ubay ibn Ka'b (que Allah esteja satisfeito com ele) disse: Quando dois terços da noite haviam se passado, o Mensageiro de Allah (que a paz e as bênçãos de Allah estejam sobre ele) levantou-se e disse: “Ó povo, lembra-te de Allah, ó povo, lembra-te de Allah, pois o primeiro toque da Trombeta, com o qual a terra tremerá, virá, e será seguido pelo segundo toque da Trombeta. A morte virá com tudo o que ela acarreta, a morte virá com tudo o que ela acarreta.” Ubay disse: Eu perguntei: Ó Mensageiro de Allah, envio muitas bênçãos sobre ti; quanto do meu duaa' deve ser as bênçãos que envio sobre ti? Ele respondeu: “O quanto tu quiseres.” Eu

perguntei: Um quarto? Ele respondeu: “O quanto tu quiseses e se fizeres mais, será melhor para ti”. Eu perguntei: Metade? Ele respondeu: “O quanto tu quiseses e se fizeres mais, será melhor para ti.” Eu perguntei: Dois terços? Ele respondeu: “O quanto tu quiseses e se fizeres mais, será melhor para ti.” Eu disse: farei todo o meu duaa’ enviando bênçãos sobre ti. E ele disse: “Então, tuas preocupações serão cuidadas (atendidas) e teus pecados serão perdoados”.

Narrado por at-Tirmidhi (2457); classificado como hasan por al-Albaani em Sahih at-Tirmidhi.

É dito em Tuhfat al-Ahwadhi: "quanto do meu duaa’ deveria ser bênçãos enviadas sobre ti?" Quer dizer: em lugar do duaa’ que ofereço para mim mesmo. Isso foi afirmado por al-Qaari.

Enviar bênçãos sobre o Profeta (que a paz e as bênçãos de Allah estejam sobre ele) é um dos maiores meios de obter segurança e paz de espírito, além de alívio das preocupações e angústia.

Pedimos a Allah que retifique a condição de seu marido e remova de ti a angústia e tristeza.

E Allah sabe melhor.