



C A P Í T U L O 10

SEXSÔNIA: A INTERSECÇÃO ENTRE SEXO E SONO – EXPLORANDO SONOFILIA, DORMOFILIA E SEXSÔNIA

Kyslley Francisca Torres de Sá Urtiga Rego

Psicóloga. Especialista em Sexualidade Humana (FMUSP) e Presidente da Academia Brasileira do Sono – Regional PI (ABS-PI 2025/2026).

RESUMO: O estudo aborda a intersecção entre sono e sexualidade por meio da análise dos fenômenos sonofilia, dormofilia e sexsônia. A sonofilia refere-se à atração por pessoas adormecidas; a dormofilia, ao desejo de ser passivo durante o sono; e a sexsônia, a um distúrbio do sono caracterizado por comportamentos sexuais involuntários. Embora distintas, essas manifestações convergem em torno de questões de consentimento, vulnerabilidade e poder, exigindo reflexão ética e abordagem multidisciplinar. A sexsônia destaca-se pelo caráter clínico e forense, pois envolve atos sem consciência ou lembrança, requerendo diagnóstico diferencial por meio da polissonografia. Já a sonofilia e a dormofilia situam-se no campo das parafilias e suscitam debates sobre fantasia, controle e entrega. A pesquisa reforça a importância de práticas éticas, diálogo aberto e educação sexual para reduzir estigmas e promover compreensão mais ampla da sexualidade humana, integrando aspectos médicos, psicológicos e sociais.

Palavras-Chave: sono; sexualidade; parassonias; parafilias; sonofilia; dormofilia; sexsônia; consentimento; ética; comportamento sexual.

INTRODUÇÃO

A intersecção entre sono e sexualidade constitui uma área de investigação que tem recebido crescente atenção nas últimas décadas, evidenciando como estados alterados de consciência podem influenciar desejos e comportamentos sexuais (Agrawal *et al.*, 2023; Martínez Vázquez, 2023). Fenômenos, como sonofilia, dormofilia e sexsônia representam dimensões complexas dessa relação, desafiando as normas tradicionais relacionadas à sexualidade, ao consentimento e às fronteiras éticas (Deehan; Bartels, 2023; Holoyda B.W. *et al.*, 2021).

A sonofilia, inicialmente definida como a atração sexual por indivíduos adormecidos ou inconscientes, pode ser entendida como uma expressão de dinâmicas de poder, controle e passividade, frequentemente presentes em fantasias e comportamentos que exploram o limiar entre consentimento e coerção (Deehan; Bartels, 2023). Sua definição é diversa e tem sido objeto de debates, englobando tanto atos consensuais quanto não consensuais (Deehan; Bartels, 2023). Por sua vez, a dormofilia refere-se ao desejo de ser o receptor passivo durante atividades sexuais enquanto se está dormindo ou em estado de sono, ressaltando aspectos de submissão, vulnerabilidade e prazeres relacionados à passividade, que levantam questões complexas sobre consensualidade (Deehan; Bartels, 2023).

Já a sexsônia constitui um distúrbio do sono caracterizado pela realização involuntária de atos sexuais durante episódios de parassonia, muitas vezes sem que o indivíduo tenha consciência ou controle sobre suas ações (Della Marca *et al.*, 2009; Rossi *et al.*, 2023). Tal fenômeno desafia os conceitos tradicionais de autonomia e consentimento, considerando que as ações ocorrem de forma não consciente, configurando um desafio ético e legal. A sexsônia é classificada principalmente como uma parassonia do sono não REM (associada ao sono de ondas lentas), mas também pode ocorrer em transtornos, como o distúrbio comportamental do sono REM e a síndrome da apneia obstrutiva do sono (Della Marca *et al.*, 2009; Rossi *et al.*, 2023).

Tais distúrbios podem desencadear comportamentos sexuais involuntários, frequentemente sem recordação posterior, o que evidencia a natureza não consciente dessas ações. Essa diversidade de mecanismos reforça a importância da utilização de exames especializados, como a polissonografia, para diagnóstico preciso (Riha, 2023). Além disso, apelam para uma análise multidisciplinar que considere os fatores psicológicos, sociais e culturais envolvidos, ressaltando as delicadas implicações éticas, médicas e legais associadas (Andersen; Schenck; Tufik, 2024; Watson; Weiss, 2024).

Diante desse contexto, este capítulo visa analisar a relevância dos fenômenos da sonofilia, dormofilia e sexsônia para uma compreensão ampliada das parassonias e parafilias, promovendo uma reflexão crítica, concernente à necessidade de práticas e pesquisas fundamentadas na ética, na informação e no respeito ao consentimento, a fim de abordar de forma responsável essas complexas manifestações da sexualidade humana.

FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

A compreensão da relação entre sono e sexualidade envolve principalmente três fenômenos: sonofilia, dormofilia e sexsomnia. Embora distintos em suas definições, eles compartilham o contexto associado ao estado de sono, o que levanta questões fundamentais relativas ao consentimento, à vulnerabilidade e à dinâmica de poder (Holoýda B.J. *et al.*, 2021). Portanto, a convergência desses fenômenos evidencia a complexidade das relações entre estados alterados de consciência, sexualidade e os limites legais e éticos do consentimento, enfatizando a importância do avanço científico e clínico para uma abordagem multidisciplinar eficaz.

SONOFILIA

Definida como o interesse sexual em manter relações com pessoas adormecidas. Esse conceito foi introduzido por John Money (1986) e, desde então, tem despertado crescente interesse na literatura sobre sexualidade. Pesquisas indicam que a origem dessas fantasias frequentemente está associada a experiências vivenciadas na infância ou adolescência, em contextos de exploração e descoberta sexual (Deehan; Bartels, 2023). Indivíduos com essa parafilia relatam experiências intensas, vinculadas a sentimentos de poder e controle. A ausência de consentimento, intrínseca a esse comportamento, levanta questões éticas relevantes, ressaltando a complexidade das dinâmicas de poder envolvidas (Deehan; Bartels, 2023). A prática pode incluir desde o toque e o acariciar pessoas adormecidas até atos não consensuais que exploram a passividade e a incapacidade de resistência das vítimas. Em alguns casos, a sonofilia se relaciona com outras parafilias, como a biastofilia (atração pelo estupro) e a necrofilia (atração por cadáveres) (Pettigrew, 2017).

DORMOFILIA

Conceito relativamente recente, refere-se ao desejo de ser o parceiro passivo durante o sono. Está associada a temas de submissão, vulnerabilidade e prazer decorrente da passividade. Embora ainda pouco estudada, relatos indicam diversidade nas experiências: alguns indivíduos preferem permanecer adormecidos durante a relação sexual, enquanto outros desejam ser acordados no decorrer do ato (Deehan; Bartels, 2023). Essa variação reforça a necessidade de aprofundamento nas investigações, pois sugere que a dormofilia pode incluir subtipos distintos, influenciados por experiências pessoais, relações afetivas e fatores culturais (Deehan; Bartels, 2023). Refere-se ao desejo erótico de ser passivo durante a atividade sexual em estados de sono ou semiconsciência. A dinâmica erótica envolve a rendição ao parceiro ativo, evidenciando elementos de submissão, poder e vulnerabilidade, o que suscita debates sobre a complexidade do consentimento e suas limitações em estados alterados de consciência (Deehan; Bartels, 2023).

SEXSÔNIA

A sexsomnia é uma parassonia do sono caracterizada por atos sexuais involuntários realizados durante diferentes estágios do sono, sem que o indivíduo tenha consciência ou controle sobre tais comportamentos (Della Marca *et al.*, 2009; Rossi *et al.*, 2023). Embora ocorra predominantemente no sono não REM, especialmente durante episódios de transtornos do despertar, essa condição também pode manifestar-se no sono REM, associando-se a mecanismos patofisiológicos variados, como a apneia obstrutiva do sono e o transtorno comportamental do sono REM (Della Marca *et al.*, 2009). A ausência de controle consciente dificulta o diagnóstico e o manejo clínico, dada a possibilidade de sobreposição com comportamentos socialmente indesejáveis ou mesmo criminais (Shapiro *et al.*, 1997). Além disso, os episódios de sexsomnia envolvem comportamentos automáticos, tais como masturbação, toques e até relação sexual, frequentemente acompanhados por amnésia total ou parcial ao despertar (Della Marca *et al.*, 2009; Shapiro *et al.*, 1997).

INTER-RELAÇÕES E PREVALÊNCIA

Embora distintos, esses três fenômenos compartilham pontos de intersecção: a sonofilia e a dormofilia envolvem a dimensão do desejo direcionado a estados de sono, enquanto a sexsônia se configura como manifestação clínica involuntária (Toscanini *et al.*, 2021). Estudos sugerem que a sonofilia pode ser mais frequente do que se supunha, ao passo que dormofilia e sexsônia permanecem pouco estudadas, exigindo investigações adicionais para compreender sua real prevalência na população. Essas manifestações desafiam categorias tradicionais da sexualidade e evidenciam a necessidade de discussões éticas e científicas consistentes acerca da diversidade do desejo humano (Deehan; Bartels, 2023).

ANÁLISE CRÍTICA

A análise das manifestações de sonofilia, dormofilia e sexsônia evidencia dinâmicas complexas entre desejo, vulnerabilidade e poder, que extrapolam categorias tradicionais da sexualidade. Esses fenômenos exigem reflexão ética profunda, sobretudo no que se refere ao consentimento, questão central na discussão sobre práticas sexuais associadas ao sono (Deehan; Bartels, 2023; Holoyda B.J. *et al.*, 2021).

Estudos qualitativos indicam que parte dos indivíduos envolvidos nessas práticas relata prazer e excitação, vinculando tais fantasias a mecanismos de escapismo, submissão e reconhecimento do desejo pelo parceiro. Esses relatos sugerem que o prazer pode estar associado à sensação de entrega, à confiança estabelecida e à exploração de vulnerabilidades em um ambiente considerado seguro (Deehan; Bartels, 2023).

Na análise das dinâmicas de gênero, observa-se que homens tendem a relatar preferências ligadas à dominação e ao controle, enquanto mulheres frequentemente descrevem fantasias de submissão. Essas diferenças refletem construções sociais e culturais sobre papéis sexuais, ainda fortemente presentes no imaginário coletivo (Deehan; Bartels, 2023; Lehmillier, 2021). A literatura mostra que, para muitos, a submissão pode representar não fragilidade, mas sim uma forma de prazer derivada da vulnerabilidade emocional controlada (Larva; Rantala, 2024).

No caso da dormofilia, destacam-se subcategorias que variam desde a manutenção do estado de sono durante o ato até a preferência por ser acordado no decorrer da atividade. Essa diversidade de experiências demonstra o caráter multifacetado do fenômeno, sugerindo influências de fatores pessoais, experiências de infância/adolescência, uso de pornografia e narrativas culturais. Tais aspectos reforçam a necessidade de mais investigações empíricas, especialmente de natureza quantitativa, para ampliar o entendimento sobre a prevalência, as motivações e os impactos dessas práticas (Andersen; Schenck; Tufik, 2024; Deehan; Bartels, 2023).

A sexsônia, por sua vez, demanda atenção especial por suas implicações clínicas e forenses. O caráter involuntário dos episódios desafia conceitos de responsabilidade individual e coloca profissionais de saúde diante de dilemas éticos. É essencial diferenciar a sexsônia de práticas intencionais para evitar estigmatização injusta e garantir que pacientes recebam diagnóstico e acompanhamento adequados, incluindo avaliação polissonográfica quando necessário (Holoyda B.W. *et al.*, 2021; Ingravallo *et al.*, 2014; Schenck, 2015).

De modo geral, esses achados reforçam a relevância de uma abordagem multidisciplinar, que envolva medicina do sono, psicologia, sexologia e direito, para compreender as múltiplas dimensões desses fenômenos. Ao mesmo tempo, destacam a importância de diálogo aberto, comunicação entre parceiros e educação sexual como estratégias para reduzir riscos, promover consentimento informado e desmistificar práticas frequentemente estigmatizadas.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A análise dos fenômenos da sonofilia, dormofilia e sexsomnia evidencia a importância do consentimento explícito, informado e ético na compreensão e no manejo clínico dessas manifestações. O contraste entre fantasia e prática real demonstra que, na ausência de limites claros, podem surgir conflitos emocionais, psicológicos e legais.

Nesse contexto, profissionais de saúde devem adotar uma postura acolhedora e isenta de estigmas, promovendo um diálogo sensível que contribua para a prevenção de prejuízos psicoemocionais e amplie a compreensão da diversidade sexual. A educação e a conscientização social configuram estratégias essenciais para a redução do preconceito e para o fomento de práticas mais seguras.

Apesar dos avanços, persistem lacunas significativas na literatura, principalmente no que se refere à prevalência, às classificações clínicas e às repercussões psicológicas dessas práticas. Estudos quantitativos e longitudinais são fundamentais para aprofundar o conhecimento acerca de suas origens, motivações e impactos na saúde mental.

A promoção de informações acessíveis, fundamentadas e éticas é condição indispensável para uma vivência mais inclusiva, saudável e respeitosa da sexualidade humana. Assim, reforça-se a necessidade de uma abordagem que valorize os direitos, a autonomia e o bem-estar dos indivíduos, favorecendo uma sociedade mais informada e aberta às múltiplas formas de expressão do desejo e do comportamento sexual.

A importância clínica e forense desses fenômenos reside nas questões referentes ao consentimento e à responsabilidade, uma vez que as condutas sexuais durante o sono podem ocorrer sem qualquer controle consciente ou memória subsequente, configurando uma atividade automática em estados alterados da consciência. Essa característica exige avaliação criteriosa por meio de polissonografia para definição do quadro específico, considerando que os diferentes distúrbios do sono apresentam mecanismos fisiopatológicos e tratamentos distintos. Por exemplo, enquanto a síndrome da apneia obstrutiva do sono (SAOS) e o transtorno comportamental do sono REM (RBD) possuem terapias eficazes, os transtornos do despertar ainda carecem de tratamentos específicos, o que ressalta a relevância do diagnóstico diferencial (Della Marca *et al.*, 2009).

Ademais, a compreensão dessas manifestações no contexto dos fenômenos eróticos durante o sono revela dinâmicas complexas envolvendo vulnerabilidade, poder e consentimento, aspectos centrais na análise ética e psicossocial. A sonofilia e a dormofilia, por envolverem experiências conscientes relacionadas ao sono, seja no despertar do parceiro ou na passividade durante o estado dormindo, apresentam nuances distintas da sexsomnia, na qual as ações são inconscientes. Essa diferenciação é fundamental para a abordagem terapêutica, educativa e jurídica responsável em sexualidade humana (Della Marca *et al.*, 2009; Holoyda, B.J. *et al.*, 2021).

Portanto, o aprofundamento do estudo sobre a interseção entre sono e sexualidade demanda uma abordagem interdisciplinar que articule conhecimentos da neurofisiologia do sono, da psicologia sexual e da ética, a fim de ampliar a compreensão das implicações biopsicossociais e proporcionar suporte clínico adequado às pessoas que experienciam esses fenômenos.

REFERÊNCIAS

- ANDERSEN, M. L.; SCHENCK, C. H.; TUFIK, S. Understanding Sexual Parasomnias: A Review of the Current Literature on Their Nature, Diagnosis, Impacts, and Management. *Sleep medicine clinics*, v. 19, n. 1, p. 21-41, 2024.
- AGRAWAL, P. et al. Sleep Disorders Are Associated with Female Sexual Desire and Genital Response - A U.S. *Claims Database Analysis*. *Urology*, v. 172, p. 79-83, 2023.
- DEEHAN, E. T.; BARTELS, R. M. A Qualitative Exploration of Sleep-Related Sexual Interests: Somnophilia and Dormaphilia. *Sexual abuse: a journal of research and treatment*, v. 35, n. 3, p. 288-312, 2023. <https://doi.org/10.1177/10790632221098359>
- DELLA MARCA, G. et al. Abnormal sexual behavior during sleep. *Journal of Sexual Medicine*, v. 6, n. 12, p. 3490-3495, 2009. Disponível em: <https://academic.oup.com/jsm/article/6/12/3490/6834862>. Acesso em: 19 maio 2025.
- HOLYDA, B. J. et al. Forensic Evaluation of Sexsomnia. *The journal of the American Academy of Psychiatry and the Law*, v. 49, n. 2, p. 202-210, 2021.
- HOLYDA, B. W. et al. Sexual behavior and sleep: implications for consent, vulnerability, and power dynamics. *Journal of Sexual Health*, 2021.
- INGRAVALLO, F. et al. Sleep-related violence and sexual behavior in sleep: a systematic review of medical-legal case reports. *Journal of clinical sleep medicine*, v. 10, n. 8, p. 927-935, 2014.
- JOHNSON, R. *Psychological Aspects of Altered States of Consciousness*. New York: Academic Press, 2018.
- LARVA, M. A.; RANTALA, M. J. An evolutionary psychological approach toward BDSM interest and behavior. *Archives of sexual behavior*, v. 53, n. 6, p. 2253-2267, 2024.
- LEHMILLER, J. J. *Tell Me What You Want: The Science of Sexual Desire and How It Can Help You Improve Your Sex Life*. New York: Da Capo Lifelong Books, 2021.
- LIMA, F. A.; PEREIRA, M. *Metodologias em Pesquisas Qualitativas*. Belo Horizonte: Editora PV, 2017.
- MAHOWALD, M. H.; SCHENCK, C. H. Sleep Disorders and Their Ethical Implications. *Sleep Medicine Reviews*, v. 9, p. 319-330, 2005.

MARTÍNEZ VÁZQUEZ, S. *et al.* Association between sexual function in women and sleep quality. *Frontiers in medicine*, v. 10, p. 1196540, 2023.

MONEY, J. *Lovemaps: Clinical Concepts of Sexual and Erotic Behavior Patterns*. New York: Irvington, 1986.

PETTIGREW, M. Comorbid, sequential, or different desires? Exploring the relationship between somnophilia and necrophilia. *Journal of Sexual Aggression*, [s. l.], v. 23, n. 3, p. 351-359, 2017.

RIHA, R. L. *et al.* A case-control study of sexualised behaviour in sleep: A strong association with psychiatric comorbidity and relationship difficulties. *Sleep Medicine*, v. 103, p. 33-40, 2023.

ROSSI, J. *et al.* Do the EEG and behavioral criteria of NREM arousal disorders apply to sexsomnia? *Sleep*, v. 46, n. 7, p. zsad056, 2023.

SCHENCK, C. H. Update on sexsomnia, sleep related sexual seizures, and forensic implications. *NeuroQuantology*, v. 13, n. 4, 2015.

SHAPIRO, C. M. *et al.* Sexsomnia. *In: Sleep Disorders and Sexual Function*. Boston: Butterworth-Heinemann, 1997.

SILVA, A. P. Revisão Sistemática da Literatura sobre Fenômenos Sexuais Relacionados ao Sono. *Revista Brasileira de Medicina do Sono*, v. 12, n. 2, p. 101-110, 2020.

TOSCANINI, A. C. *et al.* Sexsomnia: case based classification and discussion of psychosocial implications. *Sleep science* (Sao Paulo, Brazil), v. 14, n. 2, p. 175-180, 2021.

WATSON, C.; WEISS, K. J. Sleep disorders and criminal behavior. *Behavioral Sciences & the Law*, v. 42, n. 3, p. 176-185, 2024.