

**O CONSUMO EXCESSIVO DOS MEDICAMENTOS PSICOTRÓPICOS PELOS
USUÁRIOS DA UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE FORMOSA NO MUNICÍPIO DE
BAIXA GRANDE DO RIBEIRO –PI**

*EXCESSIVE CONSUMPTION OF PSYCHOTROPIC DRUGS BY USERS OF THE BASIC
HEALTH UNIT FORMOSA IN THE MUNICIPALITY OF BAIXA GRANDE DO RIBEIRO -PI*

Luís Alberto Rodrigues Cunha Júnior

Sonale do Nascimento Rocha

RESUMO

O uso de medicamentos para tratar doenças é essencial na melhoria da qualidade de vida dos indivíduos de uma área. Sabendo disso, ressalta-se que seu uso indiscriminado pode trazer riscos à saúde de seus usuários. O objetivo geral é abordar os riscos relacionados a automedicação e o uso indiscriminado de medicamentos psicotrópicos, assim como identificar as evidências disponíveis na literatura sobre automedicação, estudar os fatores que levam ao consumo de psicotrópicos, caracterizar os efeitos adversos e riscos associados à automedicação e promover ações para conscientizar a população local sobre os problemas relacionados ao consumo excessivo de medicamentos psicotrópicos. As metas foram caracterização do grupo de pessoas identificadas que mais realizam automedicação na área de saúde, análise das características das doenças e do grupo de medicamentos psicotrópicos mais usados no grupo encontrado e realização ações de promoção e prevenção de saúde ao grupo de pessoas identificadas como praticantes da automedicação. Com a proposta do plano operativo foi possível fazer o registro de dados encontrados sobre o grupo de pessoas identificadas com automedicação nas consultas e visitas domiciliares, e como solução ou forma de amenizar essa problemática realizou-se palestras para os grupos específicos e também para a população em geral sobre automedicação, além da criação de banners para serem postos na Unidade Básica de Saúde como forma de mostrar os riscos e os devidos cuidados com a automedicação.

Descritores: Automedicação. Benzodiazepínicos. Saúde. Qualidade de vida.

ABSTRACT

The use of medicines to treat diseases is essential to improve the quality of life of individuals in an area. Knowing this, it is emphasized that its indiscriminate use can bring risks to the health of its users. The general objective is to address the risks related to self-medication and the indiscriminate use of psychotropic drugs, as well as to identify the evidence available in the literature on self-medication, to study the factors that lead to the consumption of psychotropics, to characterize the adverse effects and risks associated with self-medication and to promote actions to raise awareness among the local population about problems related to excessive consumption of psychotropic drugs. The goals were to characterize the group of identified people who most self-medicate in the health area, analyze the characteristics of diseases and

the group of psychotropic drugs most used in the group found and carry out health promotion and prevention actions to the group of people identified as practitioners. self-medication. With the proposed operational plan, it was possible to record data found on the group of people identified with self-medication in consultations and home visits, and as a solution or way to alleviate this problem, lectures were given to specific groups and also to the population. in general about self-medication, in addition to the creation of banners to be placed in the Basic Health Unit as a way to show the risks and due care with self-medication.

Descriptors: Self-medication. Benzodiazepines Health. Quality of life.

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

ANVISA - Agência de Vigilância Sanitária

BZD- Benzodiazepínicos

OMS- Organização Mundial de Saúde

SNC- Sistema Nervoso Central

1- INTRODUÇÃO

O uso de medicamentos para tratar doenças é essencial na melhoria da qualidade de vida dos indivíduos de uma área. Sabendo disso, ressalta-se que seu uso indiscriminado pode trazer riscos à saúde de seus usuários. A automedicação é compreendida como o ato de ingerir medicamentos sem orientação e/ou acompanhamento de um profissional da área da saúde que seja habilitado (SILVA, et.al, 2015). Podemos dizer então que esta prática reflete na ingestão de medicamentos por conta própria, sem os cuidados devidos e sem uso de receita.

A realização da prática da automedicação tem sido motivo de preocupação para médicos que visam a saúde de seus pacientes, isso por causa da facilidade de que as pessoas apresentam de adquirir os produtos psicotrópicos e os altos riscos dessa prática para a saúde (SCHWEIM,2015).

A unidade básica de saúde Formosa está localizada no Município de Baixa Grande do Ribeiro- PI. Seu horário de funcionamento é 07 às 17h, de segunda à quinta-feira. O número total de atendimento por mês é 300, no qual são realizadas consultas médicas, atendimento odontológico, ações de promoção, prevenção e tratamento relacionadas a saúde da mulher, da criança, saúde mental, planejamento familiar, prevenção a câncer, pré-natal e cuidado de doenças crônicas como diabetes e hipertensão.

Durante os atendimentos médicos para a população local foi possível observar um número significativo de usuários que afirmaram que já fez ou faziam uso de medicamentos benzodiazepínicos como, diazepam, clonazepam e alprazolam, ou seja, se automedicavam sem prescrição médica e sem os cuidados perante aos riscos à saúde. Os Benzodiazepínicos são principais medicamentos psicotrópicos utilizados em vários países no mundo, especialmente para tratamento de problemas de ansiedade e insônia (SOUZA; OPALEYE; NOTO, 2015).

De acordo com as informações da Organização Mundial da Saúde (OMS) mais de 1/2 dos medicamentos são prescritos, vendidos e exonerados de maneira errada, especialmente sobre a psicotrópicos (WANDERLEY e SANTOS, 2015). Os medicamentos psicotrópicos são substâncias químicas que agem no sistema nervoso central prejudicando os processos mentais e modificando os sentimentos, emoções e comportamentos dos seus usuários.

O tema escolhido para a realização do estudo foi o consumo excessivo dos medicamentos psicotrópicos como o principal problema questionou-se: Quais os motivos levam as pessoas a realizarem a prática da automedicação? Quais os riscos e efeitos adversos conhecidos que essa prática pode trazer para seus usuários?

Em virtude disso faz se necessário a proposta de elaborar um plano de ação com o objetivo de diminuir o uso indiscriminado de medicamentos psicotrópicos orientando os usuários da Unidade Básica de Saúde Formosa no Município de Baixa Grande do Ribeiro – PI quanto aos riscos da automedicação.

2- OBJETIVOS

2.1 Geral:

- Elaborar um plano de ação com o objetivo de diminuir o uso indiscriminado de medicamentos psicotrópicos orientando os usuários da Unidade Básica de Saúde Formosa no Município de Baixa Grande do Ribeiro – PI quanto aos riscos da automedicação.

2.2 Específicos:

- Abordar os riscos relacionados a automedicação e o uso indiscriminado de medicamentos psicotrópicos.
- Identificar as evidências disponíveis na literatura sobre automedicação.
- Estudar os fatores que levam ao consumo de psicotrópicos.
- Caracterizar os efeitos adversos e riscos associados à automedicação.

- Promover ações para conscientizar a população local sobre os problemas relacionados ao consumo excessivo de medicamentos psicotrópicos.

3 – REVISÃO DA LITERATURA

3.1 Automedicação: Conceito e Características

Os medicamentos representam um importante papel nos sistemas de saúde, pois salvam vidas e melhoram a qualidade de vida. No Brasil pelo menos 35% dos medicamentos adquiridos são feitos através de automedicação (AQUINO, 2018). Compreende-se como automedicação o uso de medicamentos sem nenhum acompanhamento por parte de um médico, ou outro especialista habilitado. Um dos motivos que fazem com que as pessoas façam a automedicação é a facilidade de acesso a remédios devido ao número elevadíssimo de farmácias e drogarias que atuam contribuindo para a realização dessa prática.

De acordo com a Organização Mundial de Saúde (OMS), a automedicação é conceituada como a seleção e uso de medicamentos por indivíduos para resolver problemas ou doenças que já foram diagnosticadas, sem a orientação médica (BELO, et. al, 2017). Essa prática ocorre da obtenção de medicamentos por compartilhamentos conforme o uso de seus amigos ou familiares sem a prescrição do médico, ou usadas com receitas antigas.

Considerando isso, para Matos, et.al, (2018) a automedicação é um ato que tem como características especialmente, a iniciativa de um doente, ou de seu cuidador/responsável, em adquirir ou produzir e fazer uso de um produto no qual tem em sua concepção uma forma de trazer benefícios no tratamento da doença ou alívio de sintomas.

Podemos dizer então que as principais características para a ocorrência da automedicação é a substituição de receitas médicas por sugestões e informações que são repassadas por outras pessoas que não tem a formação adequada, acontecendo principalmente entre os familiares e amigos ou até mesmos atendentes de farmácias. Outra maneira no qual podemos visualizar a automedicação é a reutilização de receitas anteriores, sem a consulta e orientação de um médico ou especialista da área. O ato de se automedicar é considerada uma prática muito antiga, apresentando-se como uma maneira de autocuidado e tratamento realizado sem a orientação de um profissional habilitado (CRUZ et al 2015). A automedicação é comum e de difícil de ser controlada, que pode acarretar o uso indiscriminado de remédios para fins de problemas de saúde e podem colocar em risco a saúde de seus usuários pelos seus efeitos adversos.

A automedicação é uma prática usada em um número elevado de grupos etários e em diferentes indivíduos, que aponta o princípio da própria pessoa comprar e tomar espontaneamente algum medicamento que considere essencial na resolução de alguma dor ou doença (SOUZA, et.al, 2017).

Os indivíduos passam a realizar essa prática por acharem que sabem quais os medicamentos devem solucionar os problemas de saúdes sentidos ou por indicação de parentes e ou amigos. Muitos usuários acreditam que os medicamentos utilizados pelos vizinhos ou amigos podem servi para resolver suas doenças, por isso fazem uso sem pensar nos riscos que pode estar associado a cada medicamento utilizado.

A prática da automedicação, teoricamente remete a palavra autocuidado, porém especialistas afirmam que esta pode ser altamente prejudicial à saúde tanto individual quanto coletiva, especialmente pelo fato de que nenhum medicamento é inocente ao organismo (OLIVEIRA & BARBOSA, 2018). A presença de dores é o que leva o paciente a buscar uma solução rápida, dessa comete a automedicação para resolver seus problemas de saúde de maneira mais efetiva.

Diante da fala do autor acima, compreendemos que a automedicação nada mais é do que a utilização de medicamentos sem preceito médico. Essa forma alternativa de aliviar dores e problemas gerados por alguma doença sem o acesso a uma consulta médica pode trazer sérios danos aos seus praticantes. Como afirmar Cardoso et.al, (2018) a utilização indevida dos medicamentos pode trazer agravos à saúde dos seus usuários podendo ocultar determinados sintomas, vindo a provocar danos maiores.

O uso de medicamentos sem recomendação médica configura a automedicação, essa prática que requer ser utilizada com responsabilidade, ou seja, ela pode ser até feita desde que sejam observados os efeitos e suas reações adversas com a utilização medicamentosa (ROCHA,2018).

São diversos os fatores que levam a prática de automedicação. Muitos casos de automedicação são baseados no consumo de medicamentos que estão em receitas antigas e, também, por indicações outras pessoas que não tem formação médica.

3.2 Efeitos adversos e riscos associados à automedicação.

A automedicação é praticada por 76,4% dos brasileiros, segundo levantamento feito pelo Datafolha há dois anos. O principal risco da automedicação e o uso indevido de medicamentos é a intoxicação.

Os riscos da automedicação para o indivíduo são o atraso no diagnóstico ou o diagnóstico incorreto, devido ao mascaramento dos sintomas, possibilitando o agravamento do distúrbio; a escolha do medicamento inadequado; a administração incorreta, dosagem inadequada e uso excessivamente curto ou prolongado do medicamento; a dependência; a possibilidade da ocorrência de efeitos indesejados graves; o desconhecimento das interações com outros medicamentos; reações alérgicas, intoxicações; e, ainda, o armazenamento incorreto e uso do medicamento fora de seu prazo de validade (FIGUEIREDO, et.al, 2017, p.3)

Os riscos da automedicação, tal como a receita de maneira errada, podem gerar efeitos indesejáveis como enfermidades iatrogênicas e o surgimento de doenças que podem vir a evoluir a problemas maiores, representando, portanto, problema a ser precavido. É notório que o risco dessa prática está associado a falta de explicação e conhecimentos dos usuários sobre medicamentos, bem como o seu acesso (ARRAIS,2018).

Como se sabe esse ato de engolir medicamentos por conta própria sem nenhuma orientação, é frequente, mesmo contendo riscos fatais para a vida de seus praticantes, o acesso aos remédios facilita muito a ocorrência dessa prática, já que muitas vezes são orientados por balconistas de farmácias sem nenhuma especialidade.

Mesmo sabendo que a automedicação possui riscos associados a esta pratica, constitui uma maneira fundamental de autocuidado aos seus usuários. A utilização de medicamento sem prescrição pode ocasionar graves consequências à saúde individual e coletiva da população (GUALANO, et.al, 2015).

Um dos maiores riscos da automedicação são os efeitos colaterais que muitas vezes, que não são visualizados. Já se sabe que todo medicamento tem algum tipo de efeito, pois são substâncias químicas. Em menor ou maior grau o efeito pode ser tão sutil passa despercebido pelo usuário daquele medicamento (FERNANDES, 2017).

Todo medicamento por ser uma droga podem transmitir aos seus usuários efeitos paralelos, complicações adversas ao uso contínuo ou de forma demasiada de medicamentos. Muitas vezes esses efeitos só podem ser percebidos a partir de doses diárias altíssimas e sem controle algum.

Dessa forma podemos ainda destacar que o uso de medicamentos sem orientação médica ou por um enfermeiro pode causar a impressão que resolveu os problemas de dores da doença, mesmo aliviando os sintomas imediatos, o remédio pode apenas disfarçar a doença, originando um adensamento no caso e atrapalhando uma vistoria clínica por parte dos profissionais da área (SANTOS,2017).

Um dos problemas que pode acometer sérios riscos ao uso da automedicação é a ausência de conhecimento sobre um fármaco no qual pode ter substâncias que podem causar além de dependência, alergia. Sem falar que algumas reações alérgicas geralmente podem-se agravar e desencadear até mesmo a morte.

Adverte que muitos dos riscos mencionados não são exclusivos à prática da automedicação, podendo acontecer em momentos nos quais os remédios são precisamente receitados, ainda que a automedicação imprópria possa acrescentar a existência dos mesmos (FURLAN, 2015).

Frequentemente o paciente, pela automedicação, amplia a quantidade de remédios sem receita médica, e com isso pode ter um risco máximo de intercâmbios de medicamentos e reações adversas. (GOMES, 2015). Um dos graves problemas relacionados a automedicação é a junção de vários medicamentos, já que um tem um efeito diferente do outro podendo até anular o efeito de outro ou potencializar e acusar problemas ainda maiores.

3.3- Medicamentos psicotrópicos: Fatores que levam ao consumo:

Os medicamentos psicotrópicos são substâncias que atuam no Sistema Nervoso Central (SNC), podendo alterar e ainda desenvolver a dependência (CARVALHO et al., 2016). Estes remédios são classificados em quatro categorias: ansiolíticos-sedativos; antidepressivos; mantedores do humor e antipsicóticos ou neurolépticos (FIGUEIREDO, 2015).

A definição da palavra psicotrópico é composta por duas palavras: psico que está relacionada com o que sentimos, fazemos e pensamos, e trópico, que está inteiramente associada a tropismo, que significa “atração por”. Dessa forma, esse termo significa capacidade de se atrair pelo psiquismo, e as drogas psicotrópicas são aquelas que agem sobre o nosso cérebro, fazendo modificações em nosso psiquismo (FIRMO, et.al, 2016).

Conforme a fala deste autor, esses medicamentos devem ser demitidos através de relatórios de que contenham um controle especial regulamentados pela Portaria 344/98, da Agência de Vigilância Sanitária (Anvisa). Estes estão sendo prescritos de maneira exagerada pelos médicos, isso permite que a receita de maneira indefinida, mesmo que sua finalidade é tratar problemas mentais.

Para Silva (2017) fazer uso o tempo todo desses medicamentos pode deixar os usuários dependentes, fazendo com que o indivíduo usuário daquele medicamento aumente a vontade de comprar e desenvolva o vício, o que acabará por afetar sua vida social, pessoal ou até mesmo

profissional. Pode também ocorrer a alteração de várias espécies de células, além de que se ocorra dosagens exageradas do medicamento, podem ocorrer lesões ou intoxicações.

Existem diversos efeitos da prática do consumo desses medicamentos, as pessoas praticantes podem ter alguns destes como: alívio da dor, entusiasmo, desinibição e sonolência, esses problemas acabam por fazer com que as pessoas façam o uso do remédio de forma indiscriminada.

Esta forma de consumo vem aumentando cada dia que passa e tem se tornando um grave problema para os profissionais da saúde e demais autoridades sanitárias, necessitando aos graves prejuízos que esta prática está trazendo à comunidade. As consequências do uso abusivo desses fármacos podem ser citadas em termos tanto fisiológico como psicológico (SILVA,2017).

O representante principal desta classe são os benzodiazepínicos, um dos remédios mais receitados no Mundo, como o Diazepam, o Clonazepam, o Alprazolam e o Midazolam (CARVALHO et al., 2016).

Esses Benzodiazepínicos estão sendo bastante utilizados especialmente como ansiolíticos e hipnóticos, por possuírem efeitos relaxantes e de alta compulsividade. Geralmente são receitados para pessoas que apresentam transtornos relacionados a ansiedade ou outros problemas que possam desencadear esse efeito.

Estes por sua vez, apresentam ação sedativo ao ligar-se aos receptores GABA A (Ácido Gama – Aminobutírico) e criam a ação de neurotransmissores, enriquecendo a inibição dos mesmos ao nível do SNC (MARCHI et al., 2015)

Os BZD são indicados no tratamento do transtorno de pessoas ansiosas que é determinado como um dos problemas mais atuais onde o mecanismo natural psicofisiológico está desajustado (BEZERRA et.al, 2018). Estes medicamentos produzem efeito ansiolítico, usados para solucionar problemas de ansiedade além disso apresentam a capacidade de produzirem dependência, os transtornos de ansiedade têm crescido bastante ao longo dos anos.

A ansiedade, normalmente tem a capacidade de induzir reações importantes ao sistema humano, passa a ser uma doença quando ocorre uma falta de equilíbrio de neurotransmissores, em especial a serotonina, e fornece ações e emoções demasiadas a determinados objetos ou momentos vividos (MAGALHÃES; DINELLY; OLIVEIRA, 2016).

Os Benzodiazepínicos apresentam a finalidade de deixar seus usuários dependentes isto está relacionado a sua composição e frequência de uso e altas dosagem do remédio. Dessa forma como afirma Bezerra et al., (2017) os BZDs promovem taxas de número elevado de dependência, o que leva, simultaneamente, ao aumento da quantidade necessária para o mesmo

efeito medicamentoso e tem sido um dos mais variados problemas de caráter social, envolvendo pessoas de várias classes sociais e grupos etários.

O consumo excessivo de benzodiazepínicos, é um problema acentuado para a saúde pública, que deve ser foco de julgamento no âmbito da atenção básica, devido a sua complexidade e impactos (CORREDERAS, 2018).

Este uso de forma exagerado de BZD é comentado por trabalhos realizados em variados países, de todas as culturas existentes. Além da automedicação, é normal que ocorra o uso indiscriminado destes medicamentos nos serviços de atenção primária à saúde, pois o costume inadequado da falta de receitas é cada vez mais comum, fazendo que haja uma sensação de segurança inexistente quanto ao uso destes remédios SILVA, et. al, (2018).

Tratando do uso abusivo e descontrolado de BZD Silva (2018) nos diz que é desencadeado por diversos fatores, entretanto, dentro dos serviços de saúde são imagens de ações como receitas prescritas mais de forma inadequadas, sem uma análise, reiteração de prescrições ter ido uma nova consulta, além de descontrole no momento da dispensação.

Diante disso, podemos ainda ressaltar que os BZD são consumidos por indivíduos de todas as idades, no entanto, que mais realiza esse consumo são as pessoas da terceira idade, os idosos geralmente utilizam para poder dormir tranquilamente, como uma ação de calmantes. Os idosos, geralmente usam medicamentos de forma exagerada, pois notam que os mesmos já não fazem mais o efeito na quantidade passada pelo médico, acabam por aumentar as doses diárias dos medicamentos sem passar por uma consulta com o médico, isto ocorre por causa das determinações fisiológicas que danificam o bom funcionamento do organismo, ocorridos pela idade (SANTOS et al., 2016).

Então os benzodiazepínicos se tornaram, um dos remédios mais receitados para os idosos, contudo à medida que passou se os anos, o uso excessivo diminuiu a eficiência medicamentosa da droga (ARAÚJO,2015). Ao mesmo tempo que servia para solucionar problemas, ao invés trazer benefícios trouxe riscos de intoxicação, condescendência e dependência.

Nunes e Bastos (2016) afirmam com seu estudo que dentre as classes de remédios ansiolíticos, os benzodiazepínicos, sendo um dos primeiros que são receitados para tratar ansiedade e da insônia. Estas substâncias químicas atuam como depressores do SNC, sendo medicamentos capazes de diminuir a ansiedade e desempenhar uma ação de sedativo e, com pouco ou nenhum efeito sobre as funções motoras ou mentais.

Os BZDs são usados para solucionar problemas de ansiedade devido a seus efeitos de sedativo (SCHALLEMBERGER; COLET, 2016). Dessa maneira, podemos ver durante os

estudos realizados a ansiedade e a insônia são momentos vivenciados no dia-a-dia dos usuários, podendo ser amostras comuns das pressões sofridas diariamente.

O uso de benzodiazepínicos na atualidade tem apontando números alarmantes. Os indivíduos tem a procurar remédios que diminua os sintomas de estresse, nervosismo apreensão conforme a sua vida no dia a dia. Esses fatores podem gerar uso contínuo e como consequência a dependência.

Estudiosos como Matoso e Moura (2018), Favero; Soto e Santiago (2018) e Bezerra e colaboradores (2017) apontaram em seus estudos o uso de BZDs para tratar a doença conhecida como depressão sendo justificado pelo fato de que no início da depressão os doentes podem ter crises de insônia e ansiedade.

4-PLANO OPERATIVO

Situação problema	OBJETIVOS	METAS/ PRAZOS	AÇÕES/ ESTRATÉGIAS	RESPONSÁVEIS
<p>O consumo excessivo dos medicamentos psicotrópicos pelos usuários da Unidade Básica de Saúde Formosa no Município de Baixa Grande do Ribeiro -PI</p>	<p>Geral: Abordar os riscos relacionados a automedicação e o uso indiscriminado de medicamentos psicotrópicos.</p> <p>Específicos: Identificar as evidências disponíveis na literatura sobre automedicação.</p> <p>Estudar os fatores que levam ao consumo de psicotrópicos.</p> <p>Caracterizar os efeitos adversos e riscos associados à automedicação.</p>	<p>Caracterizar o grupo de pessoas identificadas que mais realizam automedicação psicotrópica / 6 meses.</p> <p>Analisar as características das doenças e do grupo de medicamentos psicotrópicos mais usados no grupo encontrado/6 mês.</p> <p>Realizar ações de</p>	<p>Registrar dados encontrados sobre o grupo de pessoas identificadas com automedicação nas consultas e visitas domiciliares.</p> <p>Realizar palestras para os grupos específicos e também para a população em geral sobre automedicação.</p> <p>Criar banner para fixá-los na UBS como forma de mostrar os riscos e os devidos cuidados com a automedicação.</p> <p>Desenvolver ações para conscientizar os farmacêuticos sobre os riscos das vendas</p>	<p>Médico Luís Alberto Rodrigues Cunha Júnior</p> <p>Equipe de Enfermagem e Equipe de Agente Comunitário de Saúde</p>

	Promover ações para conscientizar a população local sobre os problemas relacionados ao consumo excessivo de medicamentos psicotrópicos.	promoção e prevenção de saúde ao grupo de pessoas identificadas como praticantes da automedicação o/ 6 meses.	de medicamentos sem prescrição médica.	
--	---	---	--	--

5- CONCLUSÃO

A automedicação é a forma de consumir medicamentos por conta própria sem recomendação de um médico ou especialista da área. Pode ser vista algumas das vezes como uma maneira de resolver algum problema de saúde ou aliviar ou minimizar sintomas, ao mesmo tempo pode trazer problemas mais sérios a pessoa que faz essa prática.

Fazer o uso de remédio de maneira inadequada pode trazer consequências graves, como uma nova doença, ou também pode causar intoxicação devido à combinação de substâncias em diferentes medicamentos, utilizar esses remédios psicotrópicos de maneira irracional pode levar a dependências e até mesmo a morte.

Com a proposta do plano operativo foi possível fazer o registro de dados encontrados sobre o grupo de pessoas identificadas com automedicação nas consultas e visitas domiciliares, e como solução ou forma de amenizar essa problemática realizou-se palestras para os grupos específicos e também para a população em geral sobre automedicação, além da criação de banners para serem postos na Unidade Básica de Saúde como forma de mostrar os riscos e os devidos cuidados com a automedicação.

6- REFERÊNCIAS

1. AQUINO, D. S. da; **Por que o uso racional de medicamentos deve ser uma prioridade?** Ciência & Saúde Coletiva, v.13, p.733–736, 2018.
2. ARRAIS, Paulo Sérgio D; COELHO, Helena Lutécia L. BATISTA, Maria do Carmo D. S; CARVALHO, Marisa L. Roberto; ARNAU E. Righi e Josep Maria. **Perfil da automedicação no Brasil. Revista de Saude Pública. 2018.**
3. ARAÚJO, P. L. **Associação do uso prolongado de benzodiazepínicos com o aumento do risco de demência em idosos: uma revisão bibliográfica.** 41 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Pós-Graduação) – Curso de Farmácia da Universidade do Extremo Sul Catarinense, UNESC, Criciúma, 2015.

4. BELO, Nídia; MAIO, Patrícia; GOMES, Susana. **Automedicação em idade pediátrica.** NASCER E CRESCER BIRTH AND GROWTH MEDICAL JOURNAL year vol XXVI, n.º 4. 2017.
5. BEZERRA, Daniel Sarmiento; BONZI, André Ricardo Bezerra; SILVA, Girliane Regina da; LIMA, Ana Karla Bezerra da Silva. **Mulheres e o uso de benzodiazepínicos: uma revisão integrativa.** In: Temas em Saúde. Volume 18, Número 2 ISSN 2447-2131 João Pessoa, 2018.
6. BEZERRA, E. R.; JÚNIOR, E. B. A.; DINIZ, A. F. A.; ALVES, L. P.; NOBREGA, R. O.; FELICIO, I. M.; DE QUEIROZ, M. D. S. R. **Utilização de benzodiazepínicos por usuários do sistema único de saúde.** Journal of Biology & Pharmacy and Agricultural Management, v.13, n.3, 2017.
7. CARDOSO, Liliane de Almeida; ANDRADE, Nayranna Fernanda Ribeiro Barbosa; SOUSA, Isabelle Guedes da Silva; SOUZA, Cinthya Maria Pereira de. **Perigos da automedicação irresponsável.** In: Editora Realize. 2018. Disponível em: <http://editorarealize.com.br/revistas/conbracis/trabalhos>.
8. CARVALHO, E.F. de, et al. **Perfil de dispensação e estratégias para uso racional de psicotrópicos.** 45f. Monografia (Linhas de Cuidado em Enfermagem) - Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2016.
9. CORREDERAS, Marlene Gonzalez. **Uso indiscriminado de Benzodiazepínicos no município de Anitápolis, Santa Catarina.** Monografia apresentada ao Curso de Especialização Multiprofissional na Atenção Básica da Universidade Federal de Santa Catarina, como requisito para obtenção do título de Especialista na Atenção Básica. Florianópolis, março de 2018.
10. CRUZ, Pedro Soares et al. **Uma Reflexão Sobre A Automedicação E Medicamentos Não Sujeitos A Receita Médica Em Portugal.** Artigo de Revisão. Revista Port Farmacoter. Coimbra, Portugal, 2015.

11. FÁVERO, Viviane Rosset; SATO, Marcelo del Omo; SANTIAGO, Ronise Martins. **Uso de ansiolíticos: Abuso ou necessidade?** Revista Visão Acadêmica, Curitiba 2017, v.18, n.4.
12. FERNANDES, F. A. **O uso indiscriminado de medicamentos.** Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à Banca Examinadora da Faculdade Araguaia, como parte dos requisitos para a obtenção do título de Licenciado em Ciências Biológicas. Goiânia, 2017.
13. FIGUEIREDO, A.C.D. de. **Consumo e gastos com psicotrópicos no Sistema Único de Saúde no estado de Minas Gerais: análise de 2011 a 2013.** 63f. Dissertação (Mestrado em Saúde Coletiva) - Universidade de Brasília, Brasília, 2015.
14. FIGUEIREDO, M.C, KOTHE V, VIEIRA L, EMERIM J, SILVA K. V.C.L. **Armazenagem e descarte de medicamentos: uma questão de educação e saúde.** In: Anais do 3º Congresso Internacional de Tecnologias para o Meio Ambiente [Internet]; 2017 abril 25-27; Bento Gonçalves, BR. Bento Gonçalves: Proamb; 2017.
15. FIRMO, W.C.A, PAREDES, A.O, CUNHA, C.L. F, TORRES, A. G, BUCCINI, D. F. **Análise das prescrições médicas de psicotrópicos de uma farmácia comercial no município de Bacabal, Maranhão.** J Manag Primary Health Care. 2016; 4 (1):10-18
16. FURLAN, Bruna Tamazzina – REVISTA DE TRABALHOS ACADEMICOS - **Os efeitos adversos e riscos associados à automedicação. Avaliação de conhecimentos da população de America,** 2015.
17. GOMES, Ana Carolina Moreira –BIBLIOTECA DIGITAL- **Automedicação: um importante problema de saúde pública** 2015.
18. GUALANO, M. R, BERT, F; PASSI, S; STILLO, M; GALIS, V; MANZOLI, L. **Uso de automedicação em adolescentes: revisão sistemática e metanálise.** Eur J Saúde Pública. Jun 2015; 25 (3): 444-50.

19. MATOSO, Karina Fernandes Costa; MOURA, Pauline Cristiane. **O uso indiscriminado de benzodiazepínicos por idosos atendidos na atenção primária de Felixlândia, Minas Gerais.** Revista Brasileira de Ciências da Vida, [S.l.] 2018, v. 6, n. 3.
20. MAGALHÃES, A. E. C.; DINELLY, C. M. N.; OLIVEIRA, M. A. S. **Psicotrópicos: perfil de prescrições de benzodiazepínicos, antidepressivos e anorexígenos a partir de uma revisão sistemática.** Eletronic Journal of Pharmacy, vol. XIII, n. 3, p. 111-122, 2016.
21. MARCHI, K. C. et al. **Ansiedade e consumo de ansiolíticos entre estudantes de enfermagem de uma universidade pública.** Revista Eletrônica Enfermagem Internet, v. 15 n. 3, p. 731-739, jul/set. 2015.
22. MATOS, Januária Fonseca; PENA, Davi Alexander Costa; PARREIRA, Milena Pereira; SANTOS, Tamires do Carmo dos; COURA-VITA, Wendel. **Prevalência, perfil e fatores associados à automedicação em adolescentes e servidores de uma escola pública profissionalizante.** Cad. Saúde Colet., 2018, Rio de Janeiro, 26 (1): 76-83.
23. NUNES, B.S.; BASTOS, F.M. **Efeitos colaterais atribuídos ao uso indevido e prolongado de benzodiazepínicos.** Saúde e ciência em ação, v.3, n.1, p.71-82, 2016.
24. ROCHA, A. L. R. **Uso Racional de Medicamentos [monografia] [internet].** Rio de Janeiro: Fundação Oswaldo Cruz; 2018. Disponível em: <https://www.arca.fiocruz.br/bitstream/icict/11634/1/25.pdf>.
25. SANTOS, T. R. A.; LIMA, D. M.; NAKATANI, A. Y. K.; PEREIRA, L. V.; LEAL, G. S.; AMARAL, R. G. **Análise do padrão do uso de medicamentos em idosos no município de Goiânia, Goiás. Consumo de medicamentos por Idosos, Goiânia, Brasil.** Goiânia, v.47, n. 1, p. 94-103, 2015.

26. SANTOS, Vanessa Sardinha dos. "**Riscos da automedicação**"; 2017. Brasil Escola. Disponível em <<http://brasilecola.uol.com.br/saude-na-escola/riscos-automedicacao.htm>>. Acesso em 09 de maio de 2020.
27. SILVA E, G, FERNANDES D, R, TERRA JÚNIOR A, T. **Uma abordagem ao uso indiscriminado de medicamentos benzodiazepínicos**. Rev Cient FAEMA: Revista da Faculdade de Educação e Meio Ambiente - FAEMA, Ariquemes, v. 9, n. ed esp, p. 610-614, maio-jun. 2018.
28. SILVA, A. C. **Implantação de protocolo na unidade de saúde Abdalla Felício para o controle do uso de benzodiazepínicos**. [Monografia]. Juiz de Fora (MG): Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG); 2018. Disponível em: <https://ares.unasus.gov.br/acervo/handle/ARES/8906>.
29. SILVA, F. M, GOULART F. C, LAZARINI, C.A. **Caracterização da prática de automedicação e fatores associados entre universitários do curso de Enfermagem**. Rev. Eletr. Enf. [Internet]. 2015jul/set;16(3):644-51. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.5216/ree.v16i3.20850>. - doi: 10.5216/ree.v16i3.20850.
30. SOUZA, A. R. L.; OPALEYE, E. S.; NOTO, A. R. **Contextos e padrões do uso indevido de benzodiazepínicos entre mulheres**. Ciência & Saúde Coletiva, 18(4):1131-1140, 2015.
31. SOUZA, L. A. F, SILVA, C. D, FERRAZ, G. C, SOUSA, F. A. E.F, PEREIRA, L. V. **Prevalência e caracterização da automedicação para alívio da dor em estudantes de graduação em enfermagem**. Rev Lat-Am Enfermagem.2017. 19(2):245-51. Available from: <http://www.scielo.br/pdf/rlae/v19n2/04.pdf>.
32. SCHALLEMBERGER, Barden Janaína; COLET, Christiane de Fatima. **Avaliação da dependência e ansiedade entre usuários de benzodiazepínicos em um município da província do Rio Grande do Sul, Brazil**. Tendências em Psiquiatria e Psicoterapia. [S.I.] 2016; 38(2): p 63-70.

33. SCHWEIM H, Ullmann M. **Media influenciam a competência de risco na automedicação e autotratamento.** Ger Med. Sci. 2015 Jul; 13: 1-14.

34. WANDERLEY, T.C; SANTOS, S.C. **Uso de benzodiazepínicos e suas implicações: revisão integrativa.** Rev enferm UFPE online, n.9, v.8, p.8865-73, Recife, ago, 2015