



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO
CURSO DE ESPECIALIZAÇÃO EM SAÚDE DA FAMÍLIA

**ESTRATÉGIA EDUCATIVA PARA DIMINUIR O CONSUMO ABUSIVO DE
PSICOFÁRMACOS NO PSF LAPA EM SÃO JOAQUIM DA BARRA-SP.**

Autor: Yumei Rosada Navarro

Orientadora: Prof^a. Raquel Queiroz de Araújo

SÃO JOAQUIM DA BARRA - SP

Maior/2015

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO
CURSO DE ESPECIALIZAÇÃO EM SAÚDE DA FAMÍLIA

Yumei Rosada Navarro

**ESTRATÉGIA EDUCATIVA PARA DIMINUIR O CONSUMO ABUSIVO DE
PSICOFÁRMACOS NO PSF LAPA EM SÃO JOAQUIM DA BARRA-SP.**

**Trabalho de conclusão de curso
apresentado como exigência parcial à
Faculdade Federal de São Paulo.**

Orientador (a): Prof^a. Raquel Queiroz de Araújo

SÃO JOAQUIM DA BARRA - SP

Maio/2015

1 INTRODUÇÃO

O interesse pelo tema surgiu ao observar a necessidade de uma estratégia educativa para diminuir o consumo abusivo de psicofármacos no Psf Lapa em São Joaquim da Barra-SP, visto que os pacientes fazem o uso desses medicamentos com grande frequência, os quais usados em longo prazo podem trazer efeitos colaterais indesejáveis e conseqüentemente dependência química.

Os medicamentos constituem a tecnologia mais utilizada no mundo contemporâneo na prevenção e tratamento de doenças em todos os níveis de atenção sanitária, deles depende em grande medida a capacidade que hoje tem a medicina de interromper ou mudar o curso natural das doenças, de prevení-las, ou, em qualquer caso, fazer seu peso mais leve. A sociedade ocidental tem colocado um grande desafio, tanto do ponto de vista econômico, como ético relacionado com seu uso adequado, e especialmente com psicotrópicos por serem os que têm aumentado nos últimos 20 anos seu uso principalmente os ansiolíticos do tipo benzodiazepínicos e antidepressivos¹.

A Organização Mundial da saúde (OMS) emite estudos de utilização de medicamentos com a finalidade de alcançar uma prática terapêutica racional e melhorar o nível de conhecimento para aumentar a capacidade de tomada de decisões sobre o uso de fármacos por os facultativos e propõe a adoção de uma política nacional de medicamentos, em que o papel da informação sobre os medicamentos é o componente fundamental para a promoção do uso racional².

Os psicofármacos também chamados psicoativos, psicotrópicos ou psicoterapêuticos, são substâncias químicas de origem natural ou sintético que afetam especificamente as funções do sistema nervoso Central (SNC), estes são capazes de inibir a dor, mudar o humor ou alterar percepções, estão incluídos neste grupo os ansiolíticos, antidepressivos, antipsicóticos e antiepiléticos³.

A utilização de medicamentos é hoje algo cotidiano na vida do paciente e na população em geral, mas seu uso inadequado pode tornar-se um verdadeiro perigo para a saúde das pessoas. Em nossa sociedade é uma realidade e é preocupação para o setor da saúde porque o uso a longo prazo destas drogas traz consigo efeitos colaterais indesejáveis e causa dependência química, além de dificuldades quando deseja-se a interrupção do tratamento³.

No Brasil, existem poucos estudos investigando a prevalência do uso de psicotrópicos na atenção primária de saúde. Num estudo realizado em Pelotas (RS) por Rodrigues et al. no ano 2006 comparo-se a prevalência de consumo de psicotrópicos pela população com dados coletados em um estudo anterior realizado na mesma cidade, a prevalência de consumo de psicofármacos observado no estudo em 2006 foi de 9,9%, enquanto o uso de antidepressivos foi de 31,6%, representando um aumento nas taxas de consumo em relação a taxa de consumo observada no estudo anterior, que foi de 8,4%⁴.

Durante nosso trabalho no posto de saúde da família no bairro da Lapa em São Joaquim da Barra- SP observamos a procura constante de drogas psicotrópicas por muitos pacientes, alguns com prescrição prévia e outros sem ela, também comprovamos a insatisfação ao não conseguir a receita para adquiri-los na farmácia popular, alguns levantam a necessidade de obter-los de qualquer jeito, chegando a comprá-los nas farmácias particulares, o que nos preocupa e motiva a dar mais interesse a esta situação.

Inúmeros trabalhos de investigação alertam sobre o excessivo uso de psicotrópicos na população adulta. Em estudos epidemiológicos feitos na Espanha, o consumo de substâncias psicoativas afeta entre 10% a 20% da população adulta, em Cuba tem realizado estudos que colocam os psicotrópicos entre os três primeiros grupos de medicamentos consumidos, outras pesquisas demonstram que são o grupo mais utilizado de medicamentos e que é a automedicação, ou seja, o uso sem prescrição a causa mais comum de sobredoses³.

Na cidade de São Paulo um estudo detectou que durante um ano 10,2% dos habitantes consumiram psicotrópicos, sendo os tranquilizantes os mais frequentes⁵. No Brasil quase todas as drogas são dispensadas com receita médica o que evita, em parte, seu uso indiscriminado, mas é necessário a implementação de uma estratégia para promover o uso racional dos medicamentos onde combinem elementos de comunicação massiva, seletiva e pessoal.

O consumo inadequado destes fármacos tornou-se um problema de saúde pública, em alguns casos é devido ao modo que é prescrito e usado, mas a preocupação maior é o consumo destas drogas pela população sem prescrição correspondente e supervisão médica, problema que identificamos em nosso trabalho diário, e sobre o qual começamos a trabalhar.

O Brasil é um país que ainda sofre uma política mercantilista e a maior parte da população desconhece os riscos que a automedicação pode provocar a sua saúde, portanto o objetivo deste projeto é identificar as principais causas associadas a essa prática e realizar intervenções educativas para modificá-las e elevar a educação terapêutica na comunidade, além de diminuir o consumo de fármacos que podem causar muitos efeitos indesejáveis aos pacientes e assim aumentar a qualidade de vida da população do Psf Lapa em São Joaquim da Barra-SP.

2. OBJETIVOS

2.1 Geral

Elevar o nível de conhecimento sobre os efeitos adversos e riscos do consumo abusivo de psicofármacos com estratégias educativas a partir de diálogos individuais e coletivos, palestras, informativos impressos e orientações, com a finalidade de diminuir esta prática na população adulta do posto de saúde da família.

2.2 Específicos

Identificar as causas do consumo excessivo de psicofármacos em pacientes adultos do posto de saúde da família.

Determinar o grau de conhecimento da população adulta com relação aos efeitos indesejáveis e riscos do uso abusivo dos psicofármacos.

3. REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

No Brasil na constituição de 1988 a saúde é estabelecida como direito da população e dever do estado. Assim foi criado o SUS cujas principais transformações foram em atenção básica de saúde que foi valorizada e priorizada como ambiente preferencial para a realização da assistência em saúde ⁶.

A partir de 1994 a equipe de saúde da família foi escolhida como novo eixo norteador da atenção básica de saúde no Brasil, na tentativa de orientar a assistência na busca da atenção integral contemplando o indivíduo e a famílias em seu próprio contexto de vida, ou seja, seu território. Em muitos municípios as equipes básicas de saúde foram instaladas em unidades básicas de saúde, desde então se observa uma melhora nos indicadores de saúde em populações assistidas por o modelo ⁶.

Com as políticas atuais, as unidades básicas de saúde (UBS) tornam-se um recurso muito importante para o diagnóstico e tratamento de transtornos mentais. Na atual rede de saúde mental os portadores de transtornos mentais considerados severos como esquizofrenia e transtorno afetivo bipolar são tratados em unidades especializadas, os chamados CAPS ⁶.

As desordens mentais são altamente prevalentes na prática médica e existem estudos que demonstram que frequentemente não são diagnosticadas e tratadas, em contraponto ao dito acima temos fato inequívoco do largo consumo mundial de psicotrópicos particularmente os benzodiazepínicos. Por isso a introdução de programas de saúde mental em atenção primária e essencial, pois cerca de 400 milhões das pessoas vivas no mundo hoje sofrem de desordens mentais ou de problemas psicossociais como aqueles relacionados com o abuso de drogas ou de álcool ⁷⁻⁹.

Segundo a Organização Pan-Americana da saúde em 2007, o 15% da população consumem mais de 90% da produção farmacêutica; 25-70% do gasto em saúde dos países em desenvolvimento corresponde a medicamentos; 50-70% das consultas geram uma prescrição e 50% de todos os medicamentos são prescritos, dispensados o usados inadequadamente. No Brasil pelo menos 35% dos medicamentos são adquiridos por automedicação, ou seja, por decisão e iniciativa dos consumidores ⁹.

Muitos são os medicamentos incluídos dentro dos psicotrópicos entre os, mais usados estão os ansiolíticos e antidepressivos, são usualmente prescritos por alguns médicos quando se sentem impotentes diante as queixas e sintomas dos pacientes no tratamento de problemas sócio-familiares ,pessoais e profissionais para os quais o paciente não tem solução,enquanto acredita na ação dos medicamentos,e em outros casos são usados por decisão própria dos pacientes,empregados adequadamente são úteis mas podem aparecer efeitos adversos como déficits cognitivos (diminuição da atenção e memória de fixação entre outros), seu uso prolongado provoca tolerância com a necessidade de doses cada vez maiores para manutenção de efeitos terapêuticos ^{10,11}.

Também podem provocar dependência química que é o estado psíquico e ou físico resultante da interação entre um organismo vivo e uma substância, caracterizado por modificações de comportamento e outras reações que sempre incluem o impulso a utilizar a substância de modo contínuo ou periódico, com a finalidade de experimentar seus efeitos psíquicos e, algumas vezes, de evitar o desconforto da privação, o qual é um fenômeno grave que pode manifestar-se com síndrome de abstinência, caracterizado por o conjunto de modificações orgânicas que se dão em razão da suspensão brusca do consumo da droga geradora de dependência física e psíquica, este apresentam sintomas como náuseas, disforia, insônia, ansiedade, irritabilidade, agitação, taquicardia, hipertensão, alucinações e crises convulsivas^{10,11}.

No país, existem poucas instituições que forneçam com eficiência e idoneidade informações confiáveis sobre a farmacologia clínica e aspectos práticos sobre a utilização dos medicamentos. O governo por sua agência nacional de vigilância sanitária não atua em sentido da educação pública quanto a uso correto, apenas recentemente tem sido tomadas algumas ações governamentais no sentido de regulamentar as propagandas dos medicamentos^{7,8}.

Assim, em ausência de uma fonte segura de informação os médicos são instruídos por propagandas da indústria farmacêutica e os pacientes são influenciados a consumirem medicamentos em quantidades crescentes, pois as propagandas maximizam as indicações terapêuticas e os benefícios e minimizam o risco de seu uso. Se a prescrição de medicamentos é executada sob bases científicas e éticas aceitáveis ou desviadas, os eventos relacionados a esta terão padrões distintos, inclusive o perfil das reações adversas (RAM) previsíveis ou imprevisíveis, o que está intrinsecamente relacionado com todos os atores da cadeia dos medicamentos e suas ações específicas^{7,8}.

O uso desmedido de medicamentos continua sendo um problema em todos os níveis da sociedade é frequente o número de pacientes que tem complicações por esta causa, a maioria das intoxicações agudas farmacológicas e devidas à ingestão de fármacos com efeito sedativo ou hipnótico, trata-se de uma urgência médica que precisa de tratamento imediato^{9,12}.

Os psicofármacos não são panacéias, em ocasiões são totalmente inúteis. É preciso conhecê-los, assim como aos demais procedimentos terapêuticos que têm demonstrado sua eficácia. Também é preciso aplicar outras variantes de tratamento como é a prática esportiva, mudança de estilos de vida, regularidade nos horários de sono, reduzir consumo de álcool e cafeína, diminuir o estresse; usar técnicas de relaxamento, assim como emprego da medicina alternativa (fitoterápia e acupuntura) que tem sido aplicada com excelentes resultados.

4. METODOLOGIA

Tomando por base o problema e os objetivos estabelecidos para este estudo, optou-se pela combinação das pesquisas bibliográfica, quantitativa e qualitativa, cujo objetivo é identificar estratégia educativa para diminuir o consumo abusivo de psicofármacos no Psf Lapa em São Joaquim da Barra - SP.

A pesquisa bibliográfica consiste em um levantamento de toda a bibliografia já publicada, em forma de livros, revistas, publicações avulsas e imprensa escrita e que através dela, o pesquisador coloca-se em contato com tudo o que já foi escrito sobre determinado assunto ¹³.

A pesquisa quantitativa é feita para gerar dados precisos e confiáveis, baseada em estatísticas e números. Através de uma amostragem aleatória, apresentando os dados em percentuais. Sendo uma pesquisa própria para medir opiniões, atitudes, preferências e interesses compartilhados por um grupo de pessoas ¹⁴.

A abordagem qualitativa aproxima sujeito e objeto, ela se envolve com empatia aos motivos, intenções, e nos projetos dos autores, onde as ações, as estruturas e as relações tornam-se significativas ¹⁴.

O universo desta pesquisa estará representado por todos os pacientes de 25 a 59 anos que frequentam a unidade de saúde da família da Lapa em busca de receitas médicas de psicofármacos habitualmente e voluntários que decidirem parar a prática de automedicação.

O procedimento adotado para a coleta de dados, denominado como fase do método de pesquisa tem por objetivo obter informações da realidade ¹⁵. Com o intuito de alcançar os objetivos almejados neste estudo, optou-se pela combinação das pesquisas de campo com a pesquisa qualitativa e quantitativa dos resultados obtidos.

O instrumento utilizado para coletar os dados primários deste estudo será um roteiro de perguntas estruturadas, uma vez que o objetivo do pesquisador será seguir um único roteiro de perguntas para todos os respondentes. Os roteiros serão aplicados pelo próprio pesquisador, cujo desenvolvimento teve base em um conjunto de questões relacionadas com os objetivos e com o problema de pesquisa.

Os critérios de inclusão utilizados serão pacientes com diagnóstico de consumo abusivo de psicofármacos, com idade entre 25 a 59 anos e que aceitem participar da intervenção voluntariamente e cooperar incondicionalmente, já os pacientes que não atenderem aos requisitos de inclusão serão excluídos do estudo. Portanto, os princípios de autonomia, beneficência, confidencialidade e voluntariedade serão respeitados.

Os pacientes assinarão um termo de livre consentimento, no qual estará descrito todas as características e confidencialidade do estudo para que sejam utilizados os resultados posteriormente, e após serão entrevistados individualmente e examinados em consultas na unidade de saúde.

Depois de analisar todos os dados deverá ser organizado um grupo para dialogar coletivamente os temas da intervenção educativa que deverá ser chamado de "A tarde do chá no bairro".

A "Tarde do chá no bairro" deverá ser uma atividade de frequência quinzenal, de uma hora e meia de duração, desenvolvida no salão de espera do PSF, no ambiente que favorecerá não só o debate científico assim como também histórico e cultural, enquanto degusta-se um gostoso chá de hortelã. Além disso, propiciará a participação de todos os integrantes da equipe de saúde junto ao médico e os pacientes da área, favorecendo uma maior motivação através da educação sanitária.

A atividade desenvolvida terá a intenção de abordar aspectos gerais relacionados a estes medicamentos, suas causas, informações sobre os efeitos e consequências do seu uso inadequado. O grupo selecionado e os profissionais de saúde, em especial os agentes comunitários estarão em contato direto com os pacientes em suas casas esclarecendo suas dúvidas após as reuniões.

Os temas a serem tratados durante o estudo serão selecionados através de tópicos identificados nos questionários. Para a realização das palestras será utilizado vídeos, aulas por data show, panfletos informativos, entre outros.

O conteúdo das palestras será preparado através de mensagens curtas e idéias concretas de linguagem clara, abordando todos os temas identificados, sendo posteriormente iniciado um debate com perguntas e esclareceremos dúvidas entre todos os presentes na atividade.

Para a avaliação da efetividade do programa será aplicado um segundo questionário ao final da intervenção educativa para determinar o conhecimento adquirido e brevemente será realizado o monitoramento aplicando o mesmo questionário a cada três meses até um ano para examinar o impacto da estratégia.

5. RESULTADOS ESPERADOS

Os resultados esperados desse estudo são identificar as causas do consumo excessivo de psicofármacos dos pacientes da unidade de saúde da Lapa, a fim de atuar sobre eles e proporcionar informação sobre a importância de passar em consulta com o médico, abolindo assim a automedicação inapropriada, já que também existem muitas alternativas, como terapia de relaxamento, uso de fitofármacos, a acupuntura, entre outras opções de tratamento.

Pretende-se também determinar o grau de conhecimento da população adulta com relação aos efeitos indesejáveis e riscos do uso abusivo dos psicofármacos com a finalidade de mostrar ao paciente o perigo no uso indevido destes medicamentos e demonstram outras possíveis soluções aos seus problemas de saúde.

Almeja-se que os pacientes sejam capazes de transmitir esta informação ao resto da população para se evitar novos casos de automedicação e prevenir possíveis intoxicações medicamentosas, dependências ou adições na comunidade.

6. CRONOGRAMA

Atividades 2015	Janeiro	Fevereiro	Março	Abril	Maiο
Elaboração do projeto	X				
Aprovação do projeto		X			
Estudo do referencial teórico/Revisão bibliográfica	X	X	X	X	
Coleta de dados		X	X		
Discussão e análise dos resultados				X	
Revisão final e digitação				X	
Entrega do trabalho final					X
Socialização do trabalho					X

7. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. García Millán AJ, Alonso Carbonell L, López Puig P, Yera Alós I, Ruiz Salvador AK, Blanco Hernández N. Consumo de medicamentos referidos por la población adulta de Cuba,2007. Rev Cubana Med Gen Integ,p 5-16.Dic.2009.Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-2125200900400002&lng=es
2. Pérez Giliberti J D, Cepero Franco S, Mondéjar Barrios MD,Álvarez Delgado M, Cepero Carballo N. Automedicación en adultos mayores del municipio Morón. Rev Cubana MEDICIEGO,p18 .Oct .2012.Disponible en: http://bvs.sld.cu/revistas/mciego/vol_18noespc_2012/articulos/t-26.html
3. Menéndez R. Uso inadecuado de psicofármacos en las personas de 60 años y más. Revista Finlay. 2013. Disponible en: <http://www.revfinlay.sld.cu/index.php/finlay/article/view/174>
4. Simas da Rocha B, Werlang MC. Psicofármacos na Estratégia Saúde da Família: perfil de utilização, acesso e estratégias para a promoção do uso racional. Ciênc. saúde coletiva,3291-3300. Nov.2013.Available from: http://www.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232013001900019&lng=en. <http://dx.doi.org/10.1590/S1413-81232013001100019>.
5. Hiroshi Shirama, F. Estudo de prevalência e caracterização do consumo de psicofármacos por pacientes internados em clínicas médica e cirúrgica de um hospital geral [dissertação]. Ribeirão Preto: Universidad de São Paulo, Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto; 2012. Disponible en: <http://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/22/22131/tde-05112012-163834/>.
6. Longo Borges MT. Fatores associados a Transtornos Mentais Comuns e consumo de psicofármacos em Unidades Básicas de Saúde de Ribeirão Preto [tesis]. Ribeirão Preto: Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto; 2014.Disponible en: <http://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/22/22131/tde-08012015-141731>
7. De Oliveira Sebastião EC. Intervenção farmacêutica na qualidade assistencial e nas reações adversas da amitriptilina prescrita para pacientes ambulatoriais do Sistema Único de Saúde de Ribeirão Preto [tesis]. Ribeirão Preto:Faculdade de Ciências Farmacêuticas de Ribeirão Preto;2005.Disponible en: <http://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/60/60131/tde-10052007-091141/>.
8. Díaz Molina M, Herrera Llópiz A, Mateu López L. Uso y abuso de psicofármacos: diseño de una actividad del proyecto comunitario con el museo de la Farmacia Habanera. Rev Cubana Farm. 2008. Disponible en:http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-75152008000200013&lng=es.
9. Braga Cancellata, DC. Análise do uso de psicofármacos na atenção primária: uma revisão de literatura [Trabalho de conclusão de curso]. Conselheiro

Lafaiete:Graduado de Especialização em Atenção Básica em Saúde da Família da universidade Federal de Minas Gerais;2012..

10. Ministério da Saúde(BR), Secretaria de Ciência Tecnologia e Insumos Estratégicos, Departamento de Assistência Farmacêutica e Insumos Estratégicos. Formulário terapêutico nacional. 2ª. Ed. Brasília, DF,2010.P225-42.
11. Castro Santos R.Perfil de usuários de psicofármacos atendidos pela estratégia saúde da família na zona urbana do Município de Presidente Juscelino [Monografia].Corinto:Graduado de Especialização em Atenção Básica em saúde da Família da Universidade Federal de Minas Gerais; 2009.Disponível em: <https://www.nescon.medicina.ufmg.br/biblioteca/imagem/2263.pdf>
12. Puente Maury V, Zayas Monteagut J, Mora Linares O, Leyva Suárez NE, González Guerrero L. Caracterización de pacientes con intoxicación aguda por psicofármacos. MEDISAN,p 514-520.Mar.2013.Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1029-30192013000300013&lng=es
13. BREVIDELLI, M. M.; DOMENICO, E. B. L. Trabalho de Conclusão de Curso Guia Prático para Docentes e Alunos da Área da Saúde. São Paulo: Iátria; 2006.
14. MINAYO, M. C. S.; SANCHES, O. Quantitativo – qualitativo: oposição ou complementaridade? Cad. Saúde Pública, Rio de Janeiro, v.9, n.3, Setembro, 1993.
15. GIL, A. C. Como elaborar projetos de pesquisa. São Paulo: Atlas, 1994.