



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO  
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS

ANA PAULA WELSK DE CARVALHO

AÇÕES DE PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL PARA REDUÇÃO DA NECESSIDADE  
DO USO DE PSICOTRÓPICOS.

SÃO PAULO  
2017

ANA PAULA WELSK DE CARVALHO

AÇÕES DE PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL PARA REDUÇÃO DA NECESSIDADE  
DO USO DE PSICOTRÓPICOS.

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado  
ao Curso de Especialização em Saúde da  
Família da Universidade Federal de São Paulo  
para obtenção do título de Especialista em  
Saúde da Família

Orientação: EDINALVA NEVES NASCIMENTO

SÃO PAULO  
2017

## **Introdução**

Nos dias de hoje, com a alta competitividade, busca por aperfeiçoamento, altos índices de desemprego, pouco tempo para dedicação familiar, tudo isso gerando alto índice de estresse entre vários outros problemas psicológicos e sociais, isso faz com que as pessoas busquem meios mais fáceis de tentar resolver o seu problema ou ao menos amenizar parte dele. Nesse caso incluindo o uso de medicações psicotrópicas, melhor dizendo ansiolíticos, seja ela prescrita por médicos ou conseguindo de forma irregular.

Psicotrópicos são aquelas drogas que atuam sobre o nosso cérebro, alterando de alguma maneira o nosso psiquismo (UNIFESP, 2017)

Estudo de Simões e Farache-Filho (1988 apud MONTEIRO 2008, p.3) citam que “a utilização de fármacos psicoativos, em determinadas situações, é necessária e são eficazes em muitos casos; no entanto, o abuso e a automedicando pela população é questionado” (NASÁRIO; SILVA; MILENA, 2017)

O uso excessivo desses medicamentos é muito comum entre a população nos dias de hoje, porém gera certa preocupação, pois pode causar alguns efeitos colaterais indesejáveis e em longo prazo seu uso pode levar a dependência química, dificultando a retirada das medicações.

Vale ressaltar a facilidade que se tem em adquirir esse tipo de medicamento, muitas vezes desnecessário e sem orientações médicas, mesmo sendo controlados pela Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA).

Tendo em vista que em muitos casos, tratamentos alternativos são eficazes tanto quanto o uso de medicamentos, parcerias entre Universidades e Secretaria de Saúde para inclusão de tratamentos alternativos junto a esses pacientes, de suma importância tendo assim diminuição de pessoas dependentes, contenções de gasto, ajuda nas práticas e aperfeiçoamento acadêmico sob orientações do Núcleo de Apoio à Saúde da Família (NASF) e Centro de Atenção Psicossocial (CAPS). (BRASIL, 2013)

## **Objetivos (Geral e Específicos)**

### **Objetivo Geral:**

Promover ações de promoção da saúde mental para redução da necessidade do uso de psicotrópicos e intensificar as já existentes.

### **Objetivos Específicos:**

- ♦ Analisar a real necessidade do uso de psicotrópicos pelos usuários adscritos no território;
- ♦ Propiciar tratamento medicamentoso, com acompanhamento de toda uma equipe, aos que realmente necessitarem;
- ♦ Promover grupos de apoio para pacientes e familiares junto da equipe de saúde;
- ♦ Realizar parcerias com Universidades local para melhor aproveitamento e aprendizagem nos estágios não remunerados, como educação físicas, psicólogos, assistente social, terapia ocupacional, fonoaudiologia, odontologia, nutricionista, fisioterapia, enfermagem, utilizando o espaços já existente no município com os pacientes da rede pública;
- ♦ Promover maior divulgação do grupo de artesanato já existente no bairro.

## **Método**

**Local:** A UBS 02 Dr. Pirajá da Silva, Bairro Praia Azul-Americana, Sao Paulo, localizado as margens da rodovia Anhanguera, seus moradores possuem faixa etária avançada, baixa renda, que necessitam o descolamento seja ele por questões de saúde, trabalho e lazer e ate mesmo para municípios vizinhos para essas praticas. A situação sócio econômica faz com que o bairro possua alto índice de criminalidade, trafico de entorpecentes e prostíbulos.

**Público-alvo:** Adultos e idosos em tratamento na unidades de saúde, sem terapia alternativa, com acompanhamento

**Participantes:** Médicos, enfermeiros, educadores físicos, nutricionistas, psicólogos, acupunturistas, Agentes Comunitários de Saúde, terapeutas ocupacionais.

### **Ações:**

- Prática de atividades física juntamente com profissionais especializados na áreas, formados e estagiários;
- Oficina de artesanato organizada e criadas por ACS, atuante em terapia ocupacional e renda extra familiar;
- Acupuntura ja existente no município como forma de terapia alternativas em diversas áreas
- Grupos de conscientização para evitar dependência;
- Praticas de atividades físicas (caminhadas, danças, academia popular);

**Avaliação e monitoramento:** grupos semanais, quinzenais e mensal conforme a necessidade; consulta individual para avaliação e questões que muitas vezes não são ditas nos grupos; tentativas de diminuição e retiradas das medicações gradativamente.

## **Resultados Esperados**

Com todos os trabalhos realizados em grupos é esperado uma redução ou até mesmo suspensão do uso de psicotrópicos.

## Referências

Favor corrigir essas referências conforme o Poster

Unifesp. Centro Brasileiro de Informacoes sobre drogas psicotropicadas: O que são drogas psicotropicadas, Departamentode psicobiologia Unifesp/EPM. Disponível em: [http://www2.unifesp.br/dpsicobio/cebrid/folhetos/drogas\\_.htm](http://www2.unifesp.br/dpsicobio/cebrid/folhetos/drogas_.htm). Acesso: 2017

Nasario, Marcela.; da Silva, Milena, Mery.O Consumo Excessivo de Medicamentos Psicotropicados na Atualidade. In: Centro Universitario para o Desenvolvimento do Alto Vale do Itajaí - UNIDAVI. Disponível em: <http://www.uniedu.sed.sc.gov.br/wp-content/uploads/2016/02/Marcela-Nasario.pdf>. Acesso: 2017

Brasil. Ministério da Saude. **Caderno de Atenção Basica 34 - Saude Mental**. Brasilia - DF, 2013.