



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS

FERNANDO SILVA CARVALHO

PREVALÊNCIA DE USO DE BENZODIAZEPÍNICOS EM IDOSOS, UMA ABORDAGEM
SOBRE O USO CRÔNICO DESSES PSICOTRÓPICOS NO BAIRRO VILA YOLANDA,
MUNICÍPIO DE OSASCO/SP.

SÃO PAULO
2019

FERNANDO SILVA CARVALHO

PREVALÊNCIA DE USO DE BENZODIAZEPÍNICOS EM IDOSOS, UMA ABORDAGEM
SOBRE O USO CRÔNICO DESSES PSICOTRÓPICOS NO BAIRRO VILA YOLANDA,
MUNICÍPIO DE OSASCO/SP.

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: KARINA CENCI PERTILE

SÃO PAULO
2019

Resumo

Os benzodiazepínicos se tornaram medicações de uso tão comuns na população brasileira, que já são vistos como droga altamente prejudiciais aos brasileiros. Sabe-se que a quantidade de pessoas que recorrem aos ansiolíticos é cada vez maior e na população idosa não é diferente, alguns fazem uso simplesmente para dormir, mas se esquecem que existem outras alternativas para esse tipo de problema, além disso desconhecem como a droga causa vício e apresenta riscos elevados para demência, principalmente o mal de Alzheimer.

É importante que a Estratégia Saúde da Família (ESF) entenda esses riscos e as consequências do uso indiscriminados para que possa intervir, de maneira eficaz, na tentativa de reduzir a utilização desses medicamentos, oferecendo aos idosos uma alternativa, na qual eles não apresentem alterações de abstinência e consigam equilibrar o sono saudável.

Foram contabilizados um número de 38 idosos, sendo 28 mulheres e 12 homens, todos entre 60 e 90 na bairro de Vila Yolanda, bairro do município Osasco-SP, no período entre dezembro de 2018 e fevereiro de 2019, todos em uso de benzodiazepínicos há mais de 6 meses, e com isto se viu a necessidade de um Projeto de Intervenção (**PI**), que possa alterar essa prática abusiva entre os idosos de forma geral.

A proposta desse **PI** é oferecer à população do bairro Vila Yolanda, especialmente aos idosos, alternativas terapêuticas, como terapias ocupacionais e atividades físicas, além de outros medicamentos em substituição aos benzodiazepínicos, que tragam menores prejuízos à saúde, promovendo a melhoria na qualidade de vida dos idosos.

Palavra-chave

Idoso, Benzodiazepínicos, Insônia, Ansiolíticos, Demência

Introdução

A população idosa tem crescido exponencialmente tanto no Brasil quanto no mundo, o que se deve a uma maior qualidade de vida e resolutividade de doenças que não eram possíveis se tratar. Na contrapartida desse crescimento de idosos no país, cresceu também o uso de medicamentos para tratamento da ansiedade e insônia. Sabe-se que o uso desses medicamentos já figuram na humanidade há mais de um século (BUENO, 2012), mas as consequências do uso crônico só agora apontam evidências sobre as desordens cognitivas. (MCINTOSH, CLARK, SPRY, 2011)

O uso de benzodiazepínicos tornou-se preocupante nestes últimos anos e, principalmente na população idosa, entre os habitantes do Município de São Paulo (TANCREDI, 1979), em que quase 10% dos consumidores de psicotrópicos (em geral, ansiolíticos e sedativos) têm acima de 65 anos de idade. O coeficiente de prevalência de consumo de psicotrópicos por mil habitantes cresce dos grupos mais jovens para os mais velhos, de 162,5 entre os 65 e 75 anos, até 177,4 entre aqueles acima de 75 anos. Entre os 65 e 75 anos, a prevalência é de 98,8 nos homens e de 227,8 nas mulheres.

No bairro vila Yolanda, Osasco, foram contabilizados 38 idosos entre 60 e 90 anos na área 2 da ESF, dentre estes, 26 são mulheres (68,42%) e 12 são homens (31,57%). Todos os homens estão em uso de clonazepam, e entre as mulheres, 20 estão em uso de clonazepam e 6 fazendo uso de outros benzodiazepínicos como diazepam 4 e bromazepam 2.

Os 38 idosos catalogados estão há mais de 6 meses fazendo uso das medicações, e já são considerados de uso crônico. Dentre os idosos, a grande maioria, 28 deles (73,6%) iniciou o uso a partir da prescrição do psiquiatra da UBS e 10 deles (26,4%) foram por prescrição de médicos clínicos, generalistas e neurologistas de UBS diversa do bairro.

Pesquisas mostram que as principais razões apontadas pelos idosos para o uso crônico de benzodiazepínicos é impaciência, ou o chamado de "nervosismo" e a "falta de sono" (ALVARENGA et al., 2014). Verificou-se que o diagnóstico de transtorno de ansiedade generalizada, também esteve nos motivos pelo início do uso. (SCHWEIZER, RICKELS, UHLENHUTA, 1995)

Segundo GRAY et al (2016) muitos idosos referem a solidão como um fator de medo, ou mesmo medo de morrer, pessimismo em relação ao resto de vida, o que lhes causa insegurança e a tristeza que a falta dos familiares faz, gerando neles uma angústia, ansiedade generalizada e consequentemente sofrimento.

Alguns desses idosos não cogitam a ideia de abandono, ou mesmo diminuir o uso desses medicamentos, já outros pensam sim em diminuir o uso, principalmente aqueles que entendem que o uso crônico pode acelerar ou mesmo promover demências como o mal de Alzheimer (GRAY, DUBLIN, WALKER, ANDERSON, HUBBARD, et al, 2016)

É importante salientar que não existem políticas públicas voltadas para atenção primária ao idoso e que para (ALVARENGA et al, 2014) isso contribuiu para elevar os números do consumo desenfreado de medicamentos para alívio dos transtornos mentais como depressão, TAG, além dos transtornos do sono bem como cefaleias crônicas (HUG, SOUZA, REZEN, 2000).

No município de Osasco/SP não é diferente, na UBS do bairro vila Yolanda não há dados mais

precisos sobre a prevalência desse uso entre a população, mas se sabe que é grande a dependência desses psicotrópicos, e cada vez mais aumenta a quantidade de usuários crônicos e que, na população idosa, o número é cada vez mais crescente, principalmente para reverter um processo fisiologicamente natural, que é a redução das horas de sono, e em poucos casos, pela dificuldade para dormir, devido ansiedade.

Esse uso abusivo de benzodiazepínicos tem implicado na saúde mental dos idosos de maneira geral (BEZERRA et al, 2014) o que levou a uma preocupação por parte de médicos que atuam na Estratégia Saúde da Família, por não haver capacitação na área da saúde mental para os profissionais da ESF e nem políticas públicas nestes bairros da cidade de Osasco, em especial no bairro Vila Yolanda.

Justificativa

A finalidade deste projeto de intervenção é estabelecer uma prevalência do consumo de psicotrópicos, neste caso os benzodiazepínicos, na população idosa do bairro de Vila Yolanda, propondo uma mudança de hábitos e do consumo desenfreado na população idosa, evitando assim o número de acidentes domésticos, dependência química e as possíveis complicações que esse uso indiscriminado pode favorecer, que é o aumento da demência de Alzheimer dentre outras.

Este projeto visa diminuir a quantidade do uso de benzodiazepínicos ou mesmo realizar uma substituição por outros medicamentos que auxiliem o idoso a ter uma boa noite de sono, prevenindo assim, os efeitos do longo prazo de uso destes psicotrópicos.

Objetivos (Geral e Específicos)

Objetivos Geral

- Reduzir a utilização de uso de benzodiazepínicos em pessoas idosas (acima de 65 anos), no bairro Vila Yolanda, Osasco/SP.

Objetivos Específicos

- Estabelecer uma prevalência do uso de benzodiazepínicos na população idosa no bairro Vila Yolanda, Osasco/SP.
- Realizar uma intervenção em idosos da área com a finalidade de explicar os riscos do uso desse tipo de medicamento.
- Promover a substituição desses medicamentos por outros que não apresentem riscos para a saúde do idoso
- Implementar terapias alternativas como atividades físicas e terapias ocupacionais para a melhor a qualidade do sono nestes idosos.

Método

Inicialmente será contabilizado quantos idosos existem na área 2 do bairro Vila Yolanda, Osasco/SP, coberta pela equipe 2 da ESF, com idades entre 60 e 90 anos, e quantos estão fazendo uso de benzodiazepínicos, como clonazepam, diazepam e bromazepam. Uma vez realizado esta contagem, entre número de homens e de mulheres em uso, com isso será definida a prevalência de idosos que estão em uso de benzodiazepínicos, seja para transtornos como insônia, Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG) ou depressão.

O segundo passo será realizar uma conscientização aos familiares sobre os riscos do uso contínuo desses medicamentos há mais de 6 meses, sensibilizar os familiares e cuidadores a ir aos poucos realizando desmame deste tipo de medicamentos, diminuindo a dose diária até o total desmame, ou realizar uma substituição gradativa por outros medicamentos com menos efeitos deletérios ao SNC, e menos viciativos, principalmente a quetiapina, escitalopram e amitriptilina, todos nas doses mínimas.

O terceiro passo é acompanhar estes idosos durante 2 meses para que não haja recaídas e não voltem a depender destes tipos de medicamentos, incluindo um plano de atividades na UBS, como exercícios físicos duas vezes por semana e terapias alternativas, como terapia ocupacional, leituras, artesanatos, para que, dessa forma, aqueles que ainda possuem uma boa cognição consigam apresentar resultados benéficos, quanto aos que não conseguem realizar atividades extra domiciliares, seja utilizando outros métodos e medicamentos menos deletérios ao SNC. Esta será acompanhada pelo médico responsável da Área 2, juntamente com os 5 ACSs responsáveis pelas ruas e idosos de cada rua.

O quarto passo é enumerar a prevalência desses idosos numa tabela, enumerando quantos usam diazepam, quantos usam clonazepam, quantos usam bromazepam, identificando os motivos pelos quais utilizam. Ao final, identificar quantos idosos foi possível retirar, quantos foi possível substituir por outro medicamento e, analisar ao final o desempenho desta medida num pequeno intervalo de tempo.

A área 2 da ESF, apresenta 98 idosos na faixa etária de 60 e 90 anos, destes, contabilizados 38 que estão em uso de benzodiazepínicos, corresponde a uma prevalência atual 38,77% do total de idosos no período de agosto a dezembro de 2018. Ao final deste ciclo de 2 meses, de dezembro de 2018 e fevereiro de 2019, o monitoramento será realizado pela equipe 2 da ESF a cada 2 semanas, com observações gerais desse número de idosos em uso. Ao final, será realizado a uma recontagem final de quantos iniciaram uso e quantos abandonaram o uso de benzodiazepínicos, e quantos substituíram por outro medicamento, avaliando assim a taxa de sucesso desta intervenção de curto prazo.

Resultados Esperados

O resultado esperado após a implantação deste projeto de intervenção **PI** é principalmente:

- Diminuição do uso abusivo de psicotrópicos na população idosa.
- Promover a participação regular dos idosos em atividades como: exercícios, atividades lúdicas como danças e artesanatos.
- Promover uma conscientização dos profissionais de saúde sobre o problema e fomentar políticas públicas que melhorem a qualidade de vida do idoso.

Referências

BUENO, JR. Emprego clínico e uso indevido e abuso de benzodiazepínicos -uma revisão .**Rev Debates Psiquiatr** 2012; 2 (3): pg 6-11.

MCINTOSH, B ; CLARK M,; SPRY C. Benzodiazepines in older adults: a review of clinical effectiveness, cost-effectiveness, and guidelines.[**internet**]. Ottawa: canadian Agency for drugs and Technologies in health: 2011[acesso em novembro 2018].Disponível em: <http://w.w.w.ncbi.nlm.nih.gov/books/>.

TANCREDI, F.B., Aspectos epidemiológicos do consumo de medicamentos psicotrópicos pela população de adultos do Distrito de São Paulo, 1979. **Tese de Mestrado,, São Paulo:** Faculdade de Saúde pública, Universidade de São Paulo.

ALVARENGA, J.M; et al.*Uso crônico de benzodiazepínicos entre idosos*.**Rev. Saude publica** 2014;48 (6): 866-872.

SCHWEIZER, E,; RICKELS, K; UHLENHUTH, E.H.Issues in the long term treatment of anxiety disorders.In: **Bloom FE, Kupfer DJ.Psychopharmacology:the fourth generation of progress.New York:**Raven Press: 1995.p.1349-1359.

GRAY, S.L; DUBLIN, S.; WALKER, R.; ANDERSON, M.;HUBBARD, R.A, et al.Benzodiazepine use and risk of incident dementia or cognitive decline:prospective population based study. **BMJ**. 2 de fevereiro de 2016;352:i90.

HUF, G,; SOUZA LOPES C,; REZENFELD,S. Uso prolongado de benzodiazepínicos em mulheres de um centro de convivência para idosos.[**internet**] Disponível em: w.w.w.scielosp.org/article/csp/2000.vi6n2/351-352.

BEZERRA, I.C.; et al."Fui lá no posto e o doutor me mandou foi para cá":processo de medicamentação e (des) caminhos para o cuidado em saúde mental na Atenção primária.**Interface(Botucatu)**, Botucatu, v. 18, n. 48, n.48, p.61-74, 2014.