



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS

RENATA GARLA JORGE

CUIDADOS COM A SAÚDE MENTAL NA ATENÇÃO BÁSICA

SÃO PAULO
2020

RENATA GARLA JORGE

CUIDADOS COM A SAÚDE MENTAL NA ATENÇÃO BÁSICA

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: LIA LIKIER STEINBERG

SÃO PAULO
2020

Resumo

Os benzodiazepínicos são medicamento comumente indicados para o estímulo ao sono e sedação, diminuição do tônus muscular e dificuldade na coordenação motora, bem como ações anticonvulsivantes e de amnésia anterógrada. Apesar dos inquestionáveis benefícios, os BZD apresentam efeitos colaterais como à dependência, tolerância e inclusive abstinência, após o encerramento do tratamento, o que ressalta a importância da cautela em sua prescrição (RANG, 2011). Apesar desses riscos o diagnóstico situacional elaborado pela equipe da UBS Itapark apontou que a maior problemática da unidade está relacionada à alta demanda de saúde mental e uso abusivo de benzodiazepínicos, outro agravante é a grande restrição quanto ao apoio da especialidade. Além disso, o CAPS está trabalhando no limite, e não consegue absorver novos casos. Dos pacientes de Saúde Mental existe uma predominância de mulheres (entre 60% a 70%) em relação aos homens e aproximadamente 60% desses pacientes fazem uso de BDZ. Diante desse cenário torna-se indispensável a criação de ações direcionadas a pacientes que fazem o uso prolongado desses medicamentos e de saúde mental, que contemplem por meio de uma equipe multidisciplinar o apoio coletivo e individual a esses usuários da UBS. Essas ações consistiram em reuniões mensais para discussão sobre saúde mental e o uso dos benzodiazepínicos, formação de parceria com o Ambulatório de Saúde Mental do município, para que as equipes troquem informações, conheçam a utilização dos psicotrópicos e possa contribuir com os prescritores, na tomada de decisões relacionadas ao uso desses medicamentos, rastreio para identificar pacientes que fazem uso prolongado desses medicamentos e apoio psicossocial a esses indivíduos. Espera-se que esse projeto seja de grande relevância, e que a equipe da UBS Itapark esteja melhor preparada para lidar com pacientes que fazem o uso prolongado de benzodiazepínicos e de saúde mental. E que por meio de ações de educação e suporte psicossocial seja possível reduzir o número de pacientes que fazem uso ou já são dependentes desses medicamentos. Esperamos ainda que por meio dessas ações consigamos incentivar esses indivíduos a virarem protagonistas da sua saúde e bem estar.

Palavra-chave

Promoção da Saúde. Saúde Mental. Psicotrópicos. Abuso de Substâncias Psicoativas.

PROBLEMA/SITUAÇÃO

A UBS ITAPARK fica localizada no município de MAUÁ-SP. O diagnóstico situacional elaborado pela equipe apontou que a maior problemática da unidade está relacionada à alta demanda de saúde mental e uso abusivo de benzodiazepínicos. Apesar disso, temos apenas 3 vagas ao mês pra encaminhar para o psiquiatra, então existe uma grande restrição quanto ao apoio da especialidade. O CAPS está trabalhando no limite, e não consegue absorver novos casos.

ESTUDO DA LITERATURA

INTRODUÇÃO

Os medicamentos apresentam um papel de grande relevância na sociedade, devido sua importância no combate das doenças bem como capacidade de proporcionar o prolongamento da vida. Porém, quando utilizados de forma indiscriminada ou para fins diferentes de sua indicação terapêutica, pode ser também precursores de agravos à saúde (UEDA et al., 2009).

Desenvolvido por acidente na década de 60, os benzodiazepínicos estão entre os medicamentos mais consumidos no Brasil e no mundo. (BERNIK, 1999). Segundo Amaral e Machado (2012), em 2004 o Clonazepam ocupava a sexta posição entre os 10 medicamentos mais vendidos no Brasil e em 2008 já ocupava a segunda posição.

Acredita-se que o aumento da utilização desses medicamentos está relacionado ao ritmo acelerado e estressante do cotidiano, surgimento de novas drogas, influência das indústrias farmacêuticas e pela prescrição inadequada (AUCHEWSKIET et al., 2004).

Silva (2015) aponta que aproximadamente 50% das prescrições de medicamentos são psicotrópicos. Essa categoria de fármacos depressores do Sistema Nervoso Central (SNC) possuem efeitos como sedativa, miorrelaxante e anticonvulsivante, porém, apresentam significativos efeitos colaterais como risco de dependência, tolerância e outro agravos a saúde.

PAPEL DA ATENÇÃO BÁSICA NA SAÚDE MENTAL

A Atenção Básica é a porta preferencial de entrada do Sistema Único de Saúde (SUS), onde 80% das necessidades populacionais podem ser resolvidas: vacinação, pré-natal, diagnósticos clínicos, acompanhamento de doenças crônicas, saúde mental, atendimento de pequenas urgências, cuidados à saúde da mulher, da criança, do adulto e do idoso, dispensação de medicamentos, entre outros procedimentos realizados na Unidade Básica de Saúde (UBS), ou posto de saúde. A Atenção Básica caracteriza-se pelo conjunto de ações de Saúde, no âmbito individual e coletivo, que abrange a promoção a saúde, prevenção de agravos, diagnóstico, tratamento, reabilitação, redução de danos e a manutenção da saúde com o objetivo de desenvolver uma atenção integral que impacte na situação e autonomia dos indivíduos e nos determinantes e condicionantes de saúde populacional (BRASIL, 2013).

As práticas em Saúde Mental na Atenção Básica devem ser realizadas por todos os profissionais de Saúde, tornando-se indispensável o conhecimento do território e o vínculo da equipe de Saúde com os usuários (BRASIL, 2013). Para Silva (2015), o cuidado a saúde mental apesar de desafiador não é algo de outro mundo ou além do trabalho cotidiano das equipes de Atenção Básica. Segundo o autor algumas ações podem ser realizadas por todos dos profissionais:

- ♦ “Proporcionar ao usuário um momento para pensar/refletir.
- ♦ Exercer boa comunicação.
- ♦ Exercitar a habilidade da empatia.
- ♦ Lembrar-se de escutar o que o usuário precisa dizer.

- ♦ Acolher o usuário e suas queixas emocionais como legítimas.
- ♦ Oferecer suporte na medida certa; uma medida que não torne o usuário dependente e nem gere no profissional uma sobrecarga.
- ♦ Reconhecer os modelos de entendimento do usuário."

O acolhimento é uma das principais ferramentas para a formação do vínculo entre usuários e equipe. Sendo o momento ideal para oferecer segurança, para os usuários expressarem suas aflições, dúvidas e angústias, sabendo então que a UBS está disponível para acolher, acompanhar e se o caso exigir, cuidar de forma compartilhada com outros serviços. No cuidado a saúde mental, o acolhimento é o momento onde o profissional deve colher o máximo de informações, para decidir qual a melhor forma de conduzir o caso (BRASIL, 2013).

O Projeto Terapêutico Singular (PTS) é um plano de ação compartilhado composto por um conjunto de intervenções que buscam promover o cuidado integral ao indivíduo. Nessa proposta, tratar doenças não é menos importante, mas é apenas uma das ações que visam o cuidado integral. Um PTS é elaborado de forma conjunta com o usuário e equipe multidisciplinar, por meio de ações resultantes das discussões e da construção coletiva que considera as necessidades, as expectativas, as experiências e o contexto social da pessoa ou do coletivo para o qual está dirigido. Comumente sendo a melhor opção no tratamento para pacientes de saúde mental (BRASIL, 2013).

A Unidade Básica de Saúde (UBS) ITAPARK, cenário desse projeto de intervenção, está localizada na Av. Itapark, nº 4189, Bairro Jardim Itapark Velho, no município de Mauá. Seu horário de funcionamento é de segunda a sexta-feira das 07:00 às 17:00 horas. Atualmente, a unidade conta com 02 médicos clínicos gerais e segue o modelo tradicional de cuidado. O diagnóstico situacional elaborado pela equipe apontou que a maior problemática da unidade está relacionada à alta demanda de saúde mental e uso abusivo de benzodiazepínicos. Apesar disso, há apenas 3 vagas ao mês pra encaminhar para o psiquiatra, então existe uma grande restrição quanto ao apoio da especialidade. E o CAPS está trabalhando no limite, e não consegue absorver novos casos. Dos pacientes de Saúde Mental percebemos uma predominância de mulheres (entre 60% a 70%) em relação aos homens e aproximadamente 60% desses pacientes fazem uso de benzodiazepínicos, cuja faixa etária varia entre 20 a 87 anos.

O êxito no tratamento de pacientes de saúde mental requer intervenções medicamentosas e não medicamentosas elaboradas de forma coletiva entre pacientes e equipe multidisciplinar. Além disso, o médico prescritor tem grande responsabilidade na terapia farmacológica, sendo ideal que as mesmas sejam feitas por especialistas na área. Apesar disso, observamos a insuficiência de especialistas para suprir toda demanda de atendimentos de saúde mental (APARECIDO; MATA, 2017).

USO INDEVIDO E PROLONGADO

A prescrição medicamentosa está relacionada às características farmacológicas (absorção, distribuição, metabolismo e excreção) e envolve a avaliação crítica do quadro, necessidade do paciente e histórico que deve ser realizada pelo médico (MENDES, 2013).

Os benzodiazepínicos são medicamento comumente indicados para o estímulo ao sono e

sedação, diminuição do tônus muscular e dificuldade na coordenação motora, bem como ações anticonvulsivantes e de amnésia anterógrada. Apesar dos inquestionáveis benefícios, os BZD apresentam efeitos colaterais como à dependência, tolerância e inclusive abstinência, após o encerramento do tratamento, o que ressalta a importância da cautela em sua prescrição (RANG, 2011).

Orlandi e Noto (2005) apontam que os benzodiazepínicos por apresentarem certa segurança em relação a outros ansiolíticos, estão mais propícios ao uso indevido por parte dos pacientes, que comumente ingerem dosagens maiores que as prescritas pelos médicos, acarretando em maior tolerância ao medicamento, sendo necessário cada vez doses maiores para se alcançar o resultado esperado. Nordon (2009) ressalta ainda que o vínculo estreitado da relação médico/paciente, pode colaborar para a continuidade do tratamento, muitas vezes por um período além do necessário.

O consumo de BZD é crescente em todo o mundo, sendo seu uso predominante em mulheres, para o tratamento de ansiedade e em idosos, como indutor do sono, estes merecem uma atenção maior, pois nessa fase os riscos de intoxicação são mais elevados em decorrência das alterações fisiológicas que interferem diretamente na farmacocinética e farmacodinâmica dos medicamentos (NETTO; FREITAS; PEREIRA, 2012).

Segundo Orlandi et al. (2005), muitos usuários não manifestam críticas sobre os efeitos colaterais dos benzodiazepínicos, ao contrário, por apresentarem boa aceitação enfatizam apenas seus efeitos positivos: “relaxa, acalma, proporciona sono restaurador, induz o sono rapidamente”. O que justifica o desejo em manter a medicação a qualquer custo, desconsiderando os riscos e possibilidades de agravos a saúde.

O consumo indiscriminado e excessivo de BNZ pode acarretar inúmeras consequências: tolerância, dependência, interações medicamentosas, intoxicações, além de ser fator de risco e porta de entrada para o uso de outras drogas (NETTO; FREITAS; PEREIRA, 2012).

A prescrição de BZD's realizadas por médicos não especialistas em saúde mental podem estar associadas ao desconhecimento das indicações, fatores de risco, ao desconhecimento do percentual de dependentes de BZDs, a gravidade do uso e os efeitos adversos (AUCHEWSKI, 2004).

Segundo Constante (2008), os efeitos colaterais dos BDZs se apresentam em três situações distintas:

- ♦ “ Doses terapêuticas normais: sonolência, confusão mental, amnésia e falta de coordenação motora são os principais efeitos que se manifestam em doses terapêuticas normais, que afetam principalmente as habilidades manuais do indivíduo.
- ♦ Superdose: em casos de superdosagem aguda, os BDZs provocam sono prolongado, mas sem depressão grave da respiração, sendo este um dos fatores que os tornam menos perigosos que outros ansiolíticos.
- ♦ Uso prolongado: o uso prolongado dos BDZs causa tolerância, sendo necessário ajuste de dose para eficácia terapêutica, e dependência, o que dificulta a retirada do medicamento. “

Outros fatores que colaboraram para a ascensão do consumo desses medicamentos sem a

devida atenção aos cuidados necessários estão relacionados à facilidade de aquisição de receitas médicas, baixo custo, falta de informação, dispensação gratuita na rede pública, recomendação positiva de outros usuários, dentre outros (OLIVEIRA, 2015). Segundo dados da Organização Mundial da Saúde (OMS) mais da metade dos medicamentos são prescritos, vendidos e dispensados de forma inadequada principalmente os psicotrópicos (WANDERLEY, 2015).

A ausência de orientação médica adequada sobre os riscos dos benzodiazepínicos, associado à sua utilização crônica indica uma despreocupação em relação aos efeitos colaterais que podem ser (WANDERLEY, 2015).:

- * Físicos: tremores, sudorese, palpitações, letargia e náuseas, dentre outros.
- * Psíquicos: insônia, irritabilidade, dificuldade de concentração, inquietação, agitação, convulsões, alucinações, dentre outros.

Outro fato que deve ser feito com cautela, é a interrupção do tratamento com BDZs, que deve ocorrer de forma gradual, com a diminuição da dose e alterações na posologia de modo a evitar possíveis crises de abstinência (WANDERLEY, 2015).

AÇÕES

Este projeto de intervenção refere-se a proposta de desenvolvimento das atividades voltadas para ações de promoção a serem desenvolvidas por toda equipe da Unidade Básica de Saúde Itapark, através de medidas práticas e eficazes para serem implantadas no grupo selecionado de pacientes em uso prolongado de benzodiazepínicos e de saúde mental.

- ♦ Descrição do problema: a realidade enfrentada pela equipe UBS Itapark condiz com o cenário nacional e internacional, pois a partir da análise do diagnóstico situacional, percebemos um predomínio de prescrições de benzodiazepínico para os usuários da Unidade. O uso inapropriado foi observado, sendo maior prevalência em mulheres, que fazem o uso da medicação para combater a insônia e a ansiedade.
- ♦ Explicação do problema selecionado: Embora seja recomendado que os benzodiazepínicos sejam utilizados por um curto período de tempo, observamos a continuidade do uso por um tempo de tratamento indeterminado. O que vem acarretando dependência do medicamento e o uso abusivo.
- ♦ Ações propostas na UBS Itapark: Reunião de equipe mensal para discussão sobre saúde mental e o uso dos benzodiazepínicos. Momento onde todos os profissionais terão oportunidade de trazer suas experiências, discutir casos e traçar planos de ações. Duração: 8 meses.
- ♦ Parcerias Estabelecidas: Formação de parceria com o Ambulatório de Saúde Mental do município de Mauá SP, para que as equipes troquem informações, conheçam a utilização dos psicotrópicos e possa contribuir com os prescritores, na tomada de decisões relacionadas ao uso desses medicamentos. Duração: 3 meses.
- ♦ Descrição do problema: De acordo com a Diretriz Brasileira de Psiquiatria, 50% dos indivíduos que fazem uso de benzodiazepínicos há mais de um ano, têm risco aumentado de desenvolverem síndrome de abstinência, acidentes, overdose, tentativas de suicídio (especialmente em indivíduos depressivos), redução na capacidade de trabalho e aumento nos custos com internação, consulta e exames. Nesse sentido a equipe da UBS Itapark, realizará o rastreio para identificar esses pacientes por meio de busca nos prontuários. Duração: 2 meses.
- ♦ Investigação: Identificando os usuários que fazem uso de benzodiazepínicos por um período superior a um ano, será realizada uma avaliação individual, considerando o risco-benefício na prescrição destes medicamentos, avaliando alternativas terapêuticas e discutindo com esses pacientes a importância da retirada gradual da medicação. Levando em consideração: a avaliação de sinais e sintomas de tolerância ou dependência, iniciar o desmame processual da medicação; redução de 25% da dose por semana, associando com algum antidepressivo, juntamente com acompanhamento psicossocial; avaliação de sinais e sintomas de abstinência; reavaliar o paciente, reconsiderando o diagnóstico com nova proposta terapêutica. Duração: 8 meses.
- ♦ Apoio psicossocial: O apoio psicossocial terá uma abordagem coletiva dos pacientes, por

- * meio de rodas de conversa, que acontecerão uma vez por semana na UBS. Nesses momentos os usuários terão a oportunidade de compartilharem suas experiências, problemáticas, medos e em conjunto buscarem de forma colaborativa o enfrentamento dos desafios. Esses momentos serão mediados pela equipe multidisciplinar da UBS. Duração: 8 meses.
- * Análise para execução do plano: Para conseguir diminuir a prescrição de benzodiazepínicos na UBS Itapark, espera-se que por meio da capacitação dos profissionais, conscientização dos riscos e efeitos colaterais a equipe esteja mais preparada para lidar com a linha de cuidado da saúde mental e se sintam envolvidos num plano comum a fim de aumentar a qualidade de vida desses usuários por meio de ações educativas, bem como o conhecimento dos determinantes que influenciam no processo de adoecimento populacional.

RESULTADOS ESPERADOS

Espera-se que esse projeto seja de grande relevância, e que a equipe da UBS ITAPARK esteja melhor preparada para lidar com pacientes que fazem o uso prolongado de benzodiazepínicos e de saúde mental. E que por meio de ações de educação e suporte psicossocial seja possível reduzir o número de pacientes que fazem uso ou já são dependentes desses medicamentos. Esperamos ainda que por meio dessas ações consigamos incentivar esses indivíduos a virarem protagonistas da sua saúde e bem estar.

REFERÊNCIAS

AMARAL, B. D. A.; MACHADO, K. L. **Benzodiazepínicos: uso crônico e dependência**. Monografia (Especialização em farmacologia), UNIFIL -Centro Universitário Filadélfia, Londrina, 2012. Disponível em: <web.unifil.br/pergamum/vinculos/000007/000007_A8.pdf>. Acesso em: 05 jan. 2020.

APARECIDO, J. G.; MATA, L. C. Uso abusivo de benzodiazepínicos entre mulheres de 20 a 40 anos de Morada Nova de Minas-MG: Contribuições do Farmacêutico no uso racional de medicamentos. Revista Brasileira de Ciências da Vida, 2017.

AUCHEWSKI L., ANDREATINI R., GALDURÓZ J. C. F., LACERDA R. B. **Avaliação da orientação médica sobre os efeitos colaterais de benzodiazepínicos**. Rev. Bras. de Psiquiatr. 26(1): 24-31, 2004.

BERNIK, M. A. **Benzodiazepínicos**: quatro décadas de experiência. 4ª Ed. São Paulo, 1999.

BRASIL. Ministério da Saúde. Caderno Saúde Mental Na Atenção Básica. Brasília, 2013.

LACERDA, R. B. et al., Avaliação da orientação médica sobre os efeitos colaterais de benzodiazepínicos. Revista Brasileira de Psiquiatria, São Paulo, v.26, n.1, p.24-31, 2004. Disponível em: <www.scielo.br/pdf/rbp/v26n1/a08v26n1.pdf>. Acesso em: 07 jan. 2020.

MEDEIROS, P. V. Prescrição de benzodiazepínicos em centro de atenção primária a saúde na cidade de Florianópolis. Disponível em:. Acesso em: 07 jan. 2020.

MENDES, K. C. C. **O uso prolongado de benzodiazepínicos - uma revisão de literatura**. Monografia (Especialização em Atenção Básica em Saúde da Família) - Núcleo de Educação em Saúde Coletiva, Faculdade de Medicina, Universidade Federal de Minas Gerais, Pompéu, 2013. Disponível em: <<https://www.nescon.medicina.ufmg.br/biblioteca/imagem/4077.pdf>> Acesso em: 06 jan. 2020.

NETTO, M. U. Q.; FREITAS, O.; PEREIRA, L. R. L. Antidepressivos e benzodiazepínicos: estudo sobre o uso racional entre usuários do SUS em Ribeirão Preto-SP. **Revista de Ciências Farmacêuticas Básica e Aplicada**, Araraquara, v.33, n.1, p.77-81, 2012. Disponível em: <servbib.fcfar.unesp.br/seer/index.php/Cien-Farm/article/viewFile/1777/1777>. Acesso em: 07 jan. 2020.

NORDON, D. G.; AKAMINE K.; Novo NF; HUBNER C. K. **Características do uso de benzodiazepínicos por mulheres que buscavam tratamento na atenção primária**. Rev. Psiquiatra, 2009.

OLIVEIRA J. D. L.; MOTA L. L. A.; PIRES DE C. G. F. Uso Indiscriminado dos Benzodiazepínicos: a contribuição do farmacêutico para um uso consciente. Rev. Transformar. 2015. Disponível em: <http://www.fsj.edu.br/transformar/index.php/transformar/artic le/view/41/38>. Acesso em: 12 fev. 2020.

ORLANDI P., NOTO A. R. **Uso indevido de benzodiazepínicos: um estudo com informantes-chave no município de São Paulo**. São Paulo, 2005.

SILVA, VANESSA PEREIRA, et al. Características do uso e da dependência de benzodiazepínicos entre usuários: atenção primária à saúde. Revista Enfermagem UERJ. Rio de Janeiro, 2016.

SILVA K. D.; RODRIGUES R. Avaliação da prescrição de benzodiazepínicos em uma farmácia magistral da cidade de Paranavaí (PR). Saúde e Pesquisa. 2014 set/dez. Disponível em: revistaconexao.aems.edu.br/wpcontent/plugins/download.../download.php?id=909. Acesso em: 01 fev. 2020.

UEDA J.; TAVERNARO R.; MAROSTEGA V.; PAVAN W. Impacto ambiental do descarte de fármacos e estudo da conscientização da população a respeito do problema. São Paulo, 2009.

WANDERLEY T. C.; SANTOS S. C. Uso de Benzodiazepínicos e suas Implicações: Revisão Integrativa. Rev. Enfermagem UFPE on line, 2015. Disponível em: <https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/article/view/10672>. Acesso em 03 jan. 2020.