



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS

NATALY MUCHON

OS MALEFÍCIOS DO USO ABUSIVO E INDISCRIMINADO DE BENZODIAZEPÍNICOS
EM ADULTOS E IDOSOS NA ESTRATÉGIA DE SAÚDE DA FAMÍLIA CECAP DE
PRESIDENTE VENCESLAU, SÃO PAULO.

SÃO PAULO
2020

NATALY MUCHON

OS MALEFÍCIOS DO USO ABUSIVO E INDISCRIMINADO DE BENZODIAZEPÍNICOS
EM ADULTOS E IDOSOS NA ESTRATÉGIA DE SAÚDE DA FAMÍLIA CECAP DE
PRESIDENTE VENCESLAU, SÃO PAULO.

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: SIMONE ALVES COTRIN MOREIRA

SÃO PAULO
2020

Resumo

Há cerca de 610 km da capital São Paulo está localizada a cidade de Presidente Venceslau, com aproximadamente 40 mil habitantes, onde atuo como médica da família no ESF (Estratégia Saúde da Família) na unidade CECAP. O abuso e uso indiscriminado que adultos e idosos fazem de medicação da classe dos benzodiazepínicos é uma questão que vem alertando os profissionais de saúde que atuam nessas unidades. Temos o conhecimento que os benzodiazepínicos são fármacos depressoras do sistema nervoso central, que causam efeitos colaterais e principalmente levam a dependência química se usados a longo prazo sem orientação médica. Os grupos de autoajuda conferem a promoção de saúde e autocuidado através de mudança de estilo de vida com os pacientes, que realmente necessitam dessa classe de medicação, diminuindo a procura de queixas psicossomáticas. Espera-se que esta proposta venha auxiliar para a diminuição e conscientização da população, assim reduzindo o uso abusivo de benzodiazepínicos com proposta de mudança de estilo vida na ESF CECAP de Presidente Venceslau, São Paulo.

Palavra-chave

Estilo de Vida Saudável. Dependência Química. Abuso de Substâncias.

PROBLEMA/SITUAÇÃO

O dia a dia do médico que atua em ESFs notoriamente presencia a questão de uma grande quantidade de renovações de receitas diariamente, porém o que chama a atenção é a quantidade de receitas controladas, em especial os abuso de substâncias como os benzodiazepínicos na faixa etária adulta e idosos. Sabe-se que há efeitos colaterais provocando malefícios a curto e longo prazo ao uso dessa classe de medicação, além de provocar a dependência química pela droga.

Percebe-se que esses pacientes não são adeptos à uma qualidade de vida adequada como, atividade física rotineira e alimentação saudável, que são indispensáveis para uma boa qualidade de sono. Devido a grande demanda de pacientes que o CAPS (Centro de Atenção Psicossocial) atende diariamente, muitos pacientes que tratam de distúrbios do sono entre outras patologias mentais são reencaminhados à Unidade de Saúde para dar continuidade ao tratamento e renovações de receitas pelo médico de família. O que ocorre é que muitas vezes, esses pacientes não são reavaliados sobre suas queixas atuais, e apenas continuam a tomar suas medicações psicotrópicas, onde nota-se a grande quantidade de psicotrópicos sendo renovadas desnecessariamente.

A maior parte, ou quase a totalidade não é acompanhada para uma orientação de mudança de estilo de vida, higiene do sono ou acompanhamento psicológico para identificação da raiz do problema que afeta a qualidade do sono.

Perante essa situação identificada com o abuso de benzodiazepínicos e sem um acompanhamento multidisciplinar da equipe de saúde envolvendo à todos da unidade ESF Cecap e NASF, nutricionista, psicólogo e psiquiatra, faço elenco como proposta deste estudo.

ESTUDO DA LITERATURA

Segundo a Associação Brasileira de Psiquiatria e Associação Brasileira de Neurologia (2013) os benzodiazepínicos atuam como tanto no controle da ansiedade como também em transtornos psiquiátricos, entre eles destaca-se os transtornos de ansiedade, psicose, alterações do sono, depressão, episódios de mania, síndrome de abstinência alcoólica, uso de cocaína e de outras drogas psicotrópicas.

Referem ainda que dependência gerada pelo uso de benzodiazepínicos é relacionada ao tempo de uso, além da predisposição genética de cada indivíduo, personalidade e dependência de outras drogas e álcool. Portanto o recomendável que o uso dos benzodiazepínicos seja feito pelo menor tempo possível e que os profissionais da saúde não o utilizem em patologias não recomendáveis.

Os benzodiazepínicos atuam como depressores do sistema nervoso central, fazendo com que produza todos os níveis de depressão, desde uma leve sedação até hipnose, dependendo da dose.

Na atenção primária o que induz à prescrição médica dos benzodiazepínicos - BDZs são diversas indicações como, preocupações excessivas, ansiedade, depressão e insônia, sintomas vegetativos como fadiga, taquicardia, anorexia, diminuição da libido, entre outros, que podem confundir o diagnóstico de transtorno de humor. (CARVALHO et al, 2017)

Um estudo realizado com profissionais de saúde e usuários de benzodiazepínicos de um município de São Paulo confirmou que, no que diz respeito a classe médica, observou que ocorre com muita frequência que os pacientes pedem a prescrição a médicos conhecidos, considerados vizinhos, familiares, colegas de trabalho do usuário. Esse estudo demonstrou que a atitude da classe médica é indevida ao dispensar a relação médico-paciente para a prescrição de BDZs. (ORLANDI; NOTO,2005)

Ao se planejar uma modificação da realidade atual da questão abordada, faz-se necessário uma ação conjunta desde os serviços de saúde ao fornecerem estrutura ao prescritor para que possa considerar outras práticas antes de prescrever um BZD, bem como educação continuada a esses profissionais para entenderem os verdadeiros riscos ao uso contínuo dessa substância, fazendo orientações a toda comunidade sobre os malefícios que a dependência que pode vir à causar a saúde. (SOUZA et al, 2013)

AÇÕES

Para atingir o objetivo do estudo, as metas adotadas foram desde o envolvimento dos pacientes da comunidade até toda a equipe do ESF Cecap constituída por um médico, um enfermeiro, dois auxiliares de enfermagem, dois agentes comunitários de saúde. Foi identificado os usuários de benzodiazepínicos e agendado consulta com o médico da unidade para que o médico e toda a equipe conheça o paciente e a história desse indivíduo, sendo assim reavaliado se seria mantida a medicação ou iniciaria o desmame da medicação, com o apoio do grupo na ESF e comunidade, psicólogo e psiquiatra.

A estratégia para o desmame é explicar ao paciente os malefícios que a substância pode causar, como efeitos colaterais e dependência química, a importância da conscientização do indivíduo, mudança de estilo de vida, estimular a prática de atividade física, ensinar como realizar a higiene do sono, aderência ao grupo semanalmente para pacientes dependentes de drogas psicotrópicas em ESF, formação de vínculo do paciente e família com a equipe do ESF e comunidade, incentivo e comprometimento da equipe de saúde para que obtenha sucesso ao projeto.

RESULTADOS ESPERADOS

Em minha atuação como médica de Saúde da Família na Unidade Cecap de Presidente Venceslau, observei que a maior parte dos usuários de benzodiazepínicos não estão cientes dos efeitos colaterais, malefícios que essas drogas podem fazer. Muitos indivíduos que já fazem o uso das medicações há anos em altas dosagens desconheciam a dependência química que a medicação provoca e o difícil desmame, muitas vezes não sendo possível realizá-lo. Notei que a grande maioria dos idosos fazem uso de benzodiazepínicos e para a população da região faz parte da cultura dormir a base de medicação, principalmente pessoas de idade avançada. Existe uma grande resistência da população a retirada da medicação quando não indicada e também no desmame da substância. Portanto serão realizadas orientações sobre a higiene do sono, melhora da qualidade de vida com a prática de atividades físicas, hábitos alimentares melhores e psicoterapia, e também ofertados à população este acompanhamento por meio de grupos de saúde mental durante consultas rotineiras, sempre focando em manter o vínculo entre o médico-paciente, o paciente com a unidade ESF Cecap e o paciente com a comunidade.

REFERÊNCIAS

ASSOCIAÇÃO MÉDICA BRASILEIRA. **Abuso e dependência de benzodiazepínicos**. Projeto Diretrizes, 2013. Disponível em:

<
https://diretrizes.amb.org.br/_DIRETRIZES/abuso_e_dependencia_de_benzodiazepinicos/files/assets/common/downloads/publication.pdf>. Acesso em 02 de fevereiro 2020.

CARVALHO, A. da L. et al., Uso Racional de Psicofármacos. p. 9, 2017. Disponível em: <http://www.ensp.fiocruz.br/portal-ensp/judicaizacao/pdfs/289.pdf> . Acesso em 06 Janeiro 2020.

ORLANDI, P.; NOTO, A. R. Uso indevido de benzodiazepínicos: um estudo com informantes-chave no município de São Paulo. **Rev. Latino-Am. Enfermagem**, Ribeirão Preto , v. 13, n. spe, p. 896-902, Oct. 2005 . Disponível em: <
<http://www.scielo.br/pdf/rlae/v13nspe/v13nspea18.pdf>> Acesso em 8 Fevereiro 2020.

SOUZA, A. R. L. et al. Contextos e padrões do uso indevido de benzodiazepínicos entre mulheres. **Ciênc. saúde coletiva**, Rio de Janeiro , v. 18, n. 4, p. 1131-1140, abr. 2013 R. Contextos e padrões do uso indevido de benzodiazepínicos entre mulheres: <http://dx.doi.org/10.1590/s1413-81232013000400026>. Ciência Saúde Coletiva, p. 1-5, 2013