



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS

TICIANY LEITE DA SILVA

USO INDISCRIMINADO DE BENZODIAZEPÍNICOS NA POPULAÇÃO IDOSA: UMA
PROPOSTA DE INTERVENÇÃO

SÃO PAULO
2020

TICIANY LEITE DA SILVA

USO INDISCRIMINADO DE BENZODIAZEPÍNICOS NA POPULAÇÃO IDOSA: UMA
PROPOSTA DE INTERVENÇÃO

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: VERA DIB ZAMBON

SÃO PAULO
2020

Resumo

Os benzodiazepínicos são drogas que apresentam propriedades ansiolíticas e hipnóticas, também tendo aplicações como miorrelaxantes e anticonvulsivantes. Eles atuam potencializando a ação inibitória do neurotransmissor ácido gama aminobutírico (GABA) no sistema nervoso central (SNC). Apesar de serem drogas consideradas relativamente seguras, apresentam interações com alguns medicamentos, além de poderem apresentar efeitos adversos, principalmente quando em uso crônico e inadvertido, como sonolência, perda de memória e redução da atividade psicomotora, sendo os idosos a população mais susceptível, frente as características fisiológicas inerentes da idade. A população idosa, por sua vez, vem apresentando importante crescimento, consequência da transição demográfica pela qual o Brasil vem passando, fazendo com que indivíduos na senectude representem uma parcela significativa dos usuários da atenção básica. Frente as inúmeras vulnerabilidades decorrentes de alterações fisiológicas e mudanças psicossociais inerentes ao envelhecimento desta população, este trabalho vem alertar para as consequências do uso inadvertido dos benzodiazepínicos e propor outras práticas não medicamentosas, em especial na população idosa. Para tal, será implementado um grupo de saúde mental, que servirá de espaço de apoio e suporte aos usuários, onde serão promovidos a troca de experiências e o desenvolvimento de autoconhecimento. Além disso, serão organizadas palestras na sala de espera para informar e conscientizar a população sobre o uso das medicações.

Palavra-chave

Envelhecimento Saudável. Controle de Medicamentos e Entorpecentes. Consumo Abusivo de Medicamentos Controlados. Abuso de Substâncias.

PROBLEMA/SITUAÇÃO

São Carlos é um município localizado no Estado de São Paulo, mais precisamente na região Centro-Leste do Estado. Segundo o IBGE (Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística), possui uma população estimada de 251.983 habitantes (2019) e um PIB per capita (2017) de R\$ 42.568,73. Atualmente o município conta com 12 Unidades Básicas de Saúde (UBS). Uma delas é a UBS Santa Felícia, composta por uma equipe de atenção básica e localizada no bairro que leva o mesmo nome, sendo referência para a região noroeste do município. A região conta com completa infraestrutura, incluindo saneamento básico, escolas, creches, supermercado, comércio local, empresas, ginásio poliesportivo, áreas de lazer e para prática esportiva e uma vasta rede de serviços, tornando o local uma região com um significativo fluxo de pessoas. Além disso, a UBS Santa Felícia apresenta fácil acesso por estar situada próxima a uma importante avenida da região. Com relação as características socioeconômicas, a região apresenta uma grande diferença de renda entre a população, pois engloba uma região composta desde universidades (Universidade Federal do São Carlos, USP e UNICEP) e condomínios fechados a áreas rurais.

A equipe é composta de três médicos, duas enfermeiras, três técnicos administrativos, duas fisioterapeutas, uma psicóloga, dois dentistas, dois auxiliares de dentistas e quatro técnicas de enfermagem. A unidade apresenta uma grande área de abrangência, com aproximadamente 50.000 usuários, sendo que a maioria dos usuários se encontra em área urbana.

Por mais que a população abrangida seja bastante heterogênea, com crianças, gestantes, mulheres em idade fértil e homens adultos, os maiores frequentadores do serviço de saúde correspondem aos idosos e a população adulta. Portanto, a área apresenta uma grande prevalência de doenças crônicas, como hipertensão e diabetes, e uma importante demanda de saúde mental. Essas doenças, tanto quanto suas complicações, por conseguinte, são as maiores causadoras da morbimortalidade da região. Dentre essas morbidades, as doenças relacionadas à Saúde Mental estão presentes de maneira expressiva, não fazendo distinção de classe socioeconômica e gênero, sendo que o que mais chama a atenção e vem se tornando um problema cada vez mais frequente e com potencial para complicações é o uso indiscriminado, abusivo e crônico de benzodiazepínicos.

Os benzodiazepínicos são drogas que apresentam propriedades ansiolíticas e hipnóticas, também tendo aplicações como miorrelaxantes e anticonvulsivantes. Eles atuam potencializando a ação inibitória do neurotransmissor ácido gama aminobutírico (GABA) no sistema nervoso central (SNC). Apesar de serem drogas consideradas relativamente seguras, apresentam interações com alguns medicamentos, podendo causar aumento do seu efeito depressor levando a redução do nível de consciência e depressão respiratória. Além disso, pode apresentar efeitos adversos, principalmente quando em uso crônico e inadvertido, como sonolência, perda de memória e redução da atividade psicomotora, sendo os idosos a população mais susceptível, frente as características fisiológicas inerentes da idade.

Frente ao exposto, o uso indiscriminado dos benzodiazepínicos representa um problema de saúde pública, com grande potencial para o desenvolvimento de comorbidades. Diante disto, e após discussão com a equipe, tornasse muito mais do que uma motivação, mas sim um dever o estudo do uso desses medicamentos na área de abrangência da UBS Santa Felícia. O presente projeto tem por objetivo principal alertar quanto as consequências do uso

inadvertido de benzodiazepínicos e introduzir outras alternativas terapêuticas não medicamentosas no cuidado em saúde.

ESTUDO DA LITERATURA

Benzodiazepínicos são fármacos comumente prescritos e altamente seletivos que potencializam a ação dos neurotransmissores inibitórios no córtex. Os alvos de ação desses fármacos são os receptores GABA, os quais através da ligação com o fármaco promove abertura dos canais de cloreto e acentuam a condutância do íon. O influxo de cloreto causa hiperpolarização celular e inibe a formação dos potenciais de ação. Devido sua propriedade lipofílica, os benzodiazepínicos têm rápida e completa absorção pelo organismo. A meia vida desses fármacos são divididos em compostos de ação de curta (ex.: triazolam e oxazepam), intermediária (ex.: alprazolam, bromazepam e lorazepam) e longa (ex.: clonazepam e diazepam) (CLARK *et al.*, 2013).

Os benzodiazepínicos são utilizados como anticonvulsivantes, indutores do sono, sedativos, miorrelaxantes e ansiolíticos. Também são utilizados em tratamento de sintomas de abstinência em usuários de álcool e indutores de amnésia anterógrada em procedimentos cirúrgicos. (CLARK *et al.*, 2013)

A insônia é uma das principais queixas na Atenção Primária que levam ao uso inadvertido e crônico do fármaco pelos pacientes, principalmente na população idosa. Todavia, atualmente os benzodiazepínicos são indicados apenas para o tratamento de insônia em curto prazo, sendo que o tratamento não farmacológico é a primeira linha de tratamento. Esses fármacos facilitam o início do sono, aumentam sua duração total e alteram a proporção entre os estágios do sono. Quando em uso prolongado, os efeitos dessas medicações podem diminuir devido aquisição de tolerância ao fármaco, enquanto seu potencial para causar efeitos adversos persiste inalterado (TELLES FILHO *et al.*, 2011).

Os efeitos adversos, por sua vez, compreendem a sonolência, confusão, amnésia e comprometimento da coordenação, principalmente entre os idosos, devido as suas limitações fisiológicas específicas da idade. Além disso, podem ter seu efeito potencializado quando utilizado em concomitância com outras drogas depressoras do sistema nervoso central, como o álcool. Em pacientes com doença cardiovascular ou pulmonar, pode ocorrer depressão respiratória e cardíaca significativas, além de sedação importante em indivíduos com história de lesão cerebral secundária a acidente vascular encefálico ou trauma cranioencefálico. (GOLAN *et al.*, 2009)

A população idosa brasileira vem apresentando importante crescimento, consequência da transição demográfica pela qual o Brasil vem passando, fazendo com que indivíduos na senectude representem uma parcela significativa dos usuários da atenção básica. Estes, por sua vez, apresentam inúmeras vulnerabilidades decorrentes de alterações fisiológicas e mudanças psicossociais inerentes ao envelhecimento, tornando-os mais vulneráveis ao agravamento de suas limitações e ao desenvolvimento de efeitos adversos quando em uso inadequado de benzodiazepínicos, podendo levar a perda de qualidade de vida, ocorrência de quedas e redução da cognição e da memória (FARIA; BUDNI, 2018).

O uso desses medicamentos pelos idosos, em geral, diverge do tratamento proposto pelo médico, sendo usados em doses maiores do que as prescritas e por períodos além do indicado. Muitos indivíduos, para ter acesso aos medicamentos, usam de sua capacidade de manipulação e insistência no intuito de induzir a prescrição, refletindo o impacto causado pela dependência gerada pelo uso crônico desses medicamentos. Em muitos casos, ocorre

também a prescrição de maneira inadequada, sem indicação, de benzodiazepínicos por parte de profissionais da saúde, além da negligência com relação a importância do desmame dos pacientes em uso crônico (ALVARENGA *et al.*, 2014).

Dessa forma, é papel fundamental da atenção básica o desenvolvimento de ações que possam identificar indivíduos em situação de vulnerabilidade pelo uso abusivo dos benzodiazepínicos e, desta forma, intervir de maneira a antecipar a ocorrência de seus efeitos deletérios.

AÇÕES

Este projeto prevê as seguintes ações:

1ª Ação:

Implementar um grupo de Saúde Mental, quinzenal, com o objetivo de criar um espaço de apoio e suporte aos usuários, promover troca de experiências, desenvolver autoconhecimento e intensificar a abordagem psicossocial. A princípio, quem deverá desenvolver as atividades do grupo serão a psicóloga ou médico da unidade, porém, com o desenvolver das atividades, outros profissionais devem ser recrutados para apoio do processo. As atividades deverão ser realizadas na unidade em algum espaço físico que acomode o número de participantes do grupo.

2ª Ação:

Recrutar pacientes para o grupo de alongamento já existente na unidade, por meio de cartazes distribuídos na unidade e convite direto, a fim de aliviar a tensão e facilitar o relaxamento muscular, apresentar novas concepções de relaxamento para a mente e aumentar a consciência corporal. As atividades do grupo são desenvolvidas pela fisioterapeuta da unidade no estacionamento do estabelecimento duas vezes por semana.

3ª Ação:

Organizar palestras curtas na sala de espera sobre o uso dos benzodiazepínicos, desenvolvidas pela nutricionista e/ou médica, com o objetivo de informar e conscientizar os usuários sobre os riscos das medicações. Além disso, esse espaço deverá ser utilizado para a capacitação dos usuários quanto a higiene do sono e para conscientização a respeito da relação entre qualidade da alimentação e atividade física com os transtornos mentais e do sono. Os temas serão mensais e a frequência das palestras será semanal.

4ª Ação:

Acompanhamento clínico dos casos com revisão terapêutica, quando possível.

5ª Ação:

Gestão do projeto por um enfermeiro com monitorização mensal do desenvolvimento das atividades.

RESULTADOS ESPERADOS

Esperamos que nossas ações possam reduzir a ocorrência de efeitos deletérios do uso inadequado de benzodiazepínicos, e que os pacientes em seguimento na Unidade Básica de Saúde Santa Felícia adquiram maior conhecimento quanto aos malefícios da medicação. Esperamos observar que a maior parte dos pacientes apresente melhora dos seus sintomas com a cessação gradual da medicação.

Também esperamos encontrar correlação positiva entre a melhora da interação profissional de saúde/paciente e a redução de prescrições inadequadas.

Esperamos que as ações desse projeto permitam o estabelecimento de medidas educacionais contínuas e o reconhecimento dos principais malefícios associados ao uso dos benzodiazepínicos. Esperamos que medidas educacionais possam ser adotadas durante o atendimento ambulatorial e que as prescrições sejam realizadas através de critérios e discernimento.

REFERÊNCIAS

- ♦ CLARK, Michelle A. et al. **Farmacologia ilustrada**. 5 ed. Porto Alegre: Artmed, 2013.
- ♦ TASHIAN, Armen H.; GOLAN, David E.; ARMSTRONG, Erhin J. **Princípios de Farmacologia: A Base Fisiopatológica da Farmacoterapia**. 2 ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2009.
- ♦ ALVARENGA, Jussara Mendonça; LOYOLA FILHO, Antônio Ignácio de; GIACOMIN, Karla Cristina; UCHOA, Elizabeth; FIRMO, Josélia Oliveira Araújo. Uso de benzodiazepínicos entre idosos: o alívio de “jogar água no fogo”, não pensar e dormir. **Revista brasileira de geriatria e gerontologia**, Rio de Janeiro, v. 18, n. 2, p. 249-258, abr./jun. 2015. Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-98232015000200249>. Acesso em 15 Mar. 2020.
- ♦ ALVARENGA, Jussara Mendonça; GIACOMIN, Karla Cristina; LOYOLA FILHO, Antônio Ignácio de; UCHOA, Elizabeth; FIRMO, Josélia Oliveira Araújo. Uso crônico de benzodiazepínicos entre idosos. **Revista de Saúde Pública**, v. 48, n. 6, p. 866-872. 2014. Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S0034-89102014000600866&lng=pt&tlng=pt>. Acesso em 15 Mar. 2020.
- ♦ ALVIM, Mariana Macedo; CRUZ, Danielle Teles da; VIEIRA, Marcel de Toledo; BASTOS, Ronaldo Rocha; LEITE, Isabel Cristina Gonçalves. Prevalência e fatores associados ao uso de benzodiazepínicos em idosos da comunidade. **Revista brasileira de geriatria e gerontologia**, Rio de Janeiro, v. 20, n. 4, p. 463-474, jul./ago. 2017. Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-98232017000400463>. Acesso em 15 Mar. 2020.
- ♦ FARIA, Luciana Silveira; BUDNI, Josiane. O uso prolongado de benzodiazepínicos por idosos e o risco para demência. **Revista Inova Saúde**, Criciúma, v. 7, n. 1, jul. 2018. Disponível em <<http://periodicos.unesc.net/Inovasaude/article/view/3594/4002>>. Acesso em 15 Mar. 2020.
- ♦ TELLES FILHO, Paulo Celso Prado; CHAGAS, Alex Rogério das; PINHEIRO, Marcos Luciano Pimenta; LIMA, Antônio Moacir de Jesus; DURÃO, Ana Maria Sertori. Utilização de benzodiazepínicos por idosos de uma estratégia de saúde da família: implicações para enfermagem. **Escola Anna Nery Revista de Enfermagem**, Rio de Janeiro, v. 15, n. 3, p. 581-586, jul/set. 2011. Disponível em <<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=12771948502>>. Acesso em 15 Mar. 2020.