



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS

THAMYRES GARCIA VILELA VARGAS

PROGRAMA DE COMBATE AO ABUSO DE PSICOTRÓPICOS E
BENZODIAZEPÍNICOS

SÃO PAULO
2020

THAMYRES GARCIA VILELA VARGAS

PROGRAMA DE COMBATE AO ABUSO DE PSICOTRÓPICOS E
BENZODIAZEPÍNICOS

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: CAROLINA SIMAO

SÃO PAULO
2020

Resumo

O Projeto de Intervenção "PROGRAMA DE COMBATE AO ABUSO DE PSICOTRÓPICOS E BENZODIAZEPÍNICOS" que objetiva desenvolver ações com a equipe de saúde no sentido de promover capacitações com relação aos benzodiazepínicos e psicotrópicos, e com os usuários do território ações do mesmo tipo, visando hábitos saudáveis de vida, e o desmame de psicotrópicos. O projeto utilizou Metodologia de Planejamento Estratégico Situacional e Método da Estimativa Rápida. Como resultados deseja-se que a equipe de saúde possa estar bem capacitada e possa atuar como agente transformador do território no que diz respeito a benzodiazepínicos e psicotrópicos. Quanto aos usuários, que pelo menos 50% abandonem a droga de forma racional, e que os demais ajustem.

Palavra-chave

Saúde Mental. Ansiolíticos. Abuso de Substâncias Psicoativas.

PROBLEMA/SITUAÇÃO

A Unidade de Saúde ESF 3 Zona Rural está localizada no Município de Castilho São Paulo. Atualmente possui cerca de 2155 usuários, desenvolvendo-se em média 30 atendimentos por dia (agendados e demanda livre). A equipe de saúde é composta por 01 médica, 01 enfermeiro, e 02 técnicas de enfermagem. São 09 áreas contudo com somente 08 ACS, com uma área descoberta. Dentre 100 atendimentos cerca de 50 são de doenças relacionadas a Saúde Mental, o que ensejou a necessidade de um projeto de intervenção sobre o abuso de psicotrópicos e benzodiazepínicos. Num levantamento realizado na unidade por prontuários e atendimentos acredita-se que existam pelo menos 350 indivíduos que sofrem de problemas de saúde mental. Estes dados podem ainda estar subestimados. Até mesmo porque é comprovado que o uso prolongado (acima de 4 meses) destas drogas pode provocar dependência e outras consequências. Além do problema do uso prolongado de benzodiazepínicos e psicotrópicos ainda temos atendimentos voltados a doenças crônicas não transmissível (410 hipertensos)(127 diabéticos). Muitos casos de doenças respiratórias, doenças musculo esqueléticas, gastrointestinais, algumas neoplasias, preventivos, imunizações, acompanhamentos entre outros. Para estratificação de risco será utilizado o Teste para Identificação de Problemas Relacionados ao Uso de Álcool e Substâncias, instrumento de triagem padronizado utilizado para diagnóstico de uso de álcool e outras drogas.

ESTUDO DA LITERATURA

Entende-se por medicamentos benzodiazepínicos (BZD) e psicotrópicos drogas que agem diretamente no sistema nervoso central, fazendo com que haja alterações nos aspectos cognitivos, psicomotores do organismo do indivíduo. Existem muitas aplicações para estes fármacos, sendo as mais comuns como: ansiolíticos, sedativos-hipnóticos, calmantes, entre outros. Dentre os principais efeitos terapêuticos destas drogas os mais comuns são a sedação, hipnose e relaxamento muscular (TELLES FILHO et al., 2011).

De acordo com os achados de Silva, Almeida e Souza (2019) entende-se por BZDs fármacos hipnóticos e ansiolíticos, muito utilizados na prática clínica, com aplicação direta em agravos relacionados a saúde mental (SM) da atenção primária. Podem ser utilizados em até 20% população, levando em conta a faixa etária (não indicado a idosos) e dos sintomas apresentados pelo usuário. Quanto a potencialidade destas drogas apresenta-se diminuição da ansiedade, moderação da excitação dessa forma acalmando o usuário.

No contexto da atenção básica (AB) é bastante comum lidar com usuários que fazem uso dessas drogas. Principalmente indivíduos ansioso, apresentando crises de insônia, epilepsia, entre outros, os BZD além de ação anticonvulsivante agem como relaxante muscular. Acredita-se que muitos dos problemas relacionados a saúde mental também estejam ligados a desemprego, decepções amorosas, genética, e outros fatores (COELHO et al, 2006).

Percebeu-se nos últimos 30 anos um uso exagerado de ansiolíticos e hipnóticos. Principalmente em países desenvolvidos como Estados Unidos, onde ocorre cerca de 20 milhões de prescrições de BZD, além disso, cerca de 10% da população afirma já ter feito o uso do fármaco como hipnótico (BUYSSE, 2013, VICENTE SÁNCHEZ et al., 2013).

Em nosso país a partir da década de 90 que estes fármacos começaram a se popularizar (VICENTE SÁNCHEZ et al., 2013).

Na literatura encontramos estudos como o de Noia et al., (2013) que apresenta dados importantes sobre a eficácia no tratamento com BZD em transtornos de ansiedade e insônia quando utilizado por um curto espaço de tempo, geralmente quatro meses.

Há estudos que evidenciam a nossa proposta, inclusive Balloková et al., (2014) apresenta algumas advertências afirmando que o uso prolongado não é recomendado, de modo que existe grande possibilidade de desenvolvimento de dependência e outros efeitos adversos (EA). Dentre estes potenciais efeitos adversos apresenta-se sonolência, vertigem, cansaço, confusão mental, cefaleia, ansiedade, letargia, ataxia, hipotensão postural, amnesia retrógrada, acidentes, tolerância, dependência e aumento na frequência de quedas. É com base nessas informações que deseja-se implantar um programa de desmame de benzodiazepínicos e psicotrópicos na Unidade de Saúde ESF 3 ZOna Rural de Castilho São Paulo.

AÇÕES

Promover ações de educação em saúde sobre a temática junto a usuários de BZD participantes do PI – Fazer encontros na própria unidade de saúde em formato de roda de conversa, palestras, orientações sobre hábitos saudáveis de vida, e importância do desmame dessas drogas, frente as potenciais consequências que podem causar ao usuário. Atividades realizadas na própria unidade de saúde, coordenadas pela equipe de saúde, com duração de 01 hora, semanais, com pelo menos 4 encontros.

Monitorar a adequação do uso ou o desmame de BZD de forma individualizada – nas consultas verificar se as medidas estão tendo impacto desejado, se está sendo possível retirar totalmente as drogas, ou se os efeitos adversos estão dificultando a retiradas, havendo necessidade de retorno. Verificar se o usuário está aderindo aos hábitos saudáveis de vida com destaque de sono de qualidade, alimentação, exercício físico. Aplicação de questionários.

Identificar as principais possíveis indicações para o uso de BZD – verificar se as drogas prescritas estão corretas e suas dosagens frente o diagnóstico do usuário;

Realizar educação permanente junto a equipe multiprofissional de saúde da UBS – capacitar a equipe de saúde em pelo menos dois encontros, realizados na própria unidade, sobre a correta forma de acolhimento dos usuários de saúde mental, e o desestímulo ao uso continuado de BZDs e psicotrópicos.

RESULTADOS ESPERADOS

A intervenção deseja capacitar a equipe com relação aos benzodiazepínicos e psicotrópicos. Que a equipe possa ser um instrumento de modificação da postura dos usuários destes fármacos em uso contínuo. Além disso, o projeto deseja promover o desmame de pelo menos 50% dos usuários. Até mesmo porque, ao promover um levantamento na literatura percebeu-se que os valores de sucesso nestes programas em estratégia da saúde da família geralmente apresentam baixas taxas de sucesso, inclusive pelos efeitos colaterais que surgem em muitos desses usuários, como insônia, tremeadeira, palpitações, ansiedade, entre outros. A adesão ao tratamento nestes programas também são um problema, muitos não praticam a atividade física, nem melhoram seus padrões alimentares, e de desmame, fazendo com que haja a necessidade da manutenção das drogas.

REFERÊNCIAS

TELLES FILHO, Paulo Celso Prado et al., Utilização de benzodiazepínicos por idosos de uma estratégia de saúde da família: implicações para enfermagem. Escola Anna Nery, v.15, n.3, julho, 2011. Disponível em:<

http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-81452011000300020 >

Acesso em 26 de janeiro de 2020.

SILVA, Paula Adriana da. ALMEIDA, Letícia Yamawaka de. SOUZA, Jacqueline de. O uso de benzodiazepínicos por mulheres atendidas em uma Unidade de Saúde da Família. Rev Esc Enferm USP, v. 53, 2019. Disponível em:<

http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0080-62342019000100404&lng=pt&nrm=iso&tlng=pt> Acesso em 26 de janeiro de 2020.

NOIA Aparecida Santos et al. Fatores associados ao uso de psicotrópicos em idosos no município de São Paulo. Rev Esc Enferm USP 2012; v. 46 (n. esp.) p.38-43. Disponível em:<

http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0080-62342012000700006&script=sci_abstract&tlng=pt> Acesso em 26 de janeiro de 2020.

BUYSSE Daniel Jhon. Insomnia. JAMA 2013; v.309, n.7, p.706-716. Disponível em:<

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/23423416>> Acesso em 26 de janeiro de 2020.

BALLOKOVA Anna, et al. Use of Benzodiazepines and Association with fall in Older People Admitted to Hospital: A Prospective Cohort Study. Drugs Aging v. 31, n. 4, p. 299-310, 2014.

Disponível em:< <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/24566878>> Acesso em 26 de janeiro de 2020.