



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE
DEPARTAMENTO DE SAÚDE PÚBLICA
CURSO DE ESPECIALIZAÇÃO EM ATENÇÃO BÁSICA 2017

Joedi Liveira dos Santos

O uso indiscriminado de benzodiazepínicos por idosos
na Unidade de Saúde da Família Central, município de
Taquara, RS

Florianópolis, Janeiro de 2023

Joedi Liveira dos Santos

O uso indiscriminado de benzodiazepínicos por idosos na Unidade de Saúde da Família Central, município de Taquara, RS

Monografia apresentada ao Curso de Especialização na Atenção Básica da Universidade Federal de Santa Catarina, como requisito para obtenção do título de Especialista na Atenção Básica.

Orientador: Erica Lima Costa de Menezes
Coordenadora do Curso: Profa. Dra. Marta Inez Machado Verdi

Florianópolis, Janeiro de 2023

Joedi Liveira dos Santos

O uso indiscriminado de benzodiazepínicos por idosos na Unidade de Saúde da Família Central, município de Taquara, RS

Essa monografia foi julgada adequada para obtenção do título de “Especialista na atenção básica”, e aprovada em sua forma final pelo Departamento de Saúde Pública da Universidade Federal de Santa Catarina.

**Profa. Dra. Marta Inez Machado
Verdi**
Coordenadora do Curso

Erica Lima Costa de Menezes
Orientador do trabalho

Florianópolis, Janeiro de 2023

Resumo

Introdução: a população idosa representa, atualmente, o segmento populacional que mais cresce no Brasil e ao mesmo tempo aumentam os problemas relacionados ao envelhecimento. Dentre eles, a insônia tem sido um problema para a atenção primária trabalhar, em decorrência da associação com o uso indevido e indiscriminado de medicamentos ansiolíticos, hipnóticos, principalmente os benzodiazepínicos, que trazem juntos seus efeitos colaterais como diminuição da memória, sonolências diurnas e até quedas, agravando seu estado de saúde. **Objetivo:** elaborar um plano de intervenção com o intuito de reduzir os prejuízos causados pelo uso indiscriminado de benzodiazepínicos nos idosos da área de abrangência da Unidade de Saúde da Família Central, município de Taquara, Rio Grande do Sul. **Metodologia:** a metodologia empregada nesse projeto consistirá em ações nos grupos de saúde mental realizados pela equipe multidisciplinar, com o enfoque no uso dos benzodiazepínicos, sua ação e efeitos colaterais e demais riscos para saúde; apontar meios para diminuir a dose dos benzodiazepínicos consumidos, com participação nos grupos de caminhadas e terapias ocupacionais e que existem outros meios e medicamentos indutores do sono que causam menos danos à saúde do idoso, bem como discussões sobre alimentação e nutrição e a importância da equipe multiprofissional no contato Individual, para ampliação da autonomia e responsabilidade das pessoas sobre o seu cuidado. **Resultados esperados:** Ao finalizar essas intervenções espera-se uma melhor qualidade da atenção à saúde e na qualidade de vida dos idosos que buscam os serviços da unidade de saúde. Nossa proposta é alcançar 100% dos idosos, de nossa comunidade, que fazem uso de benzodiazepínicos como ansiolíticos e indutores do sono; espera-se ainda uma diminuição do uso desses medicamentos pelos idosos da USF.

Palavras-chave: Medicina de Família e Comunidade, Promoção da Saúde, Saúde do Idoso, Uso de Medicamentos

Sumário

1	INTRODUÇÃO	9
2	OBJETIVOS	11
2.1	Objetivo geral	11
2.2	Objetivos específicos	11
3	REVISÃO DA LITERATURA	13
4	METODOLOGIA	15
5	RESULTADOS ESPERADOS	17
	REFERÊNCIAS	19

1 Introdução

A USF Central está localizada no estado do Rio Grande do Sul, no município de Taquara, bairro Centro, anexo à Unidade Central de Saúde Darci Ribeiro/ Pronto atendimento 24 horas. Tem cobertura de 12% da população municipal, cerca de 7 mil habitantes. A cidade conta com 57.544 habitantes segundo dados do (IBGE, 2017).

Os serviços de saúde do município de Taquara estão organizados em 11 Unidades Básicas de Saúde, 01 Pronto atendimento 24horas, 01 CAPS (Centro de Apoio Psicossocial), uma Unidade Móvel, 01 Hospital com cerca de 99 leitos, com UTI adulto com 10 leitos, o hospital atende urgências e emergências da cidade e região, com atendimento especializado em cirurgia, traumatologia, cirurgia vascular, otorrinolaringologia, Oncologia, 01 centro de hemodiálise. No município temos ainda, um ambulatório de atendimento específico para pacientes pediátricos. Os serviços de apoio Diagnóstico laboratorial conta com 02 laboratórios conveniados com o SUS, Bom Pastor e Leukert.

O município não conta com equipe de NASF, porém as equipes recebem apoio de profissionais como psicólogos e psiquiatras (CAPS), nutricionistas, fisioterapeuta, assistentes sociais, pediatras, Gineco-obstétricas, que prestam serviços para as unidades de saúde do município.

A comunidade onde a equipe atua é uma população privilegiada por se localizar numa região central da cidade, com melhores condições socioeconômicas.

No território da USF Central conta ainda com um CTG (Centro de Tradições Gaúchas), 01 Clube Social onde são realizados encontros de idosos duas vezes por semana, com bailes e matinês, um parque público (Parque do Trabalhador) com pista de atletismo, campo de futebol, parquinhos infantis e uma academia ao ar livre aberta para a população em geral.

Possui uma população prevalentemente de adultos idosos, com bom nível de escolaridade, aposentados, vivendo sozinhos, muitos longe de seus familiares (alguns por opção, outros por abandono), que conseqüentemente apresentam transtornos psiquiátricos como ansiedade, insônia e depressão, além das doenças crônico degenerativas. Por esses problemas emocionais acabam fazendo uso crônico de medicamentos psicotrópicos, principalmente os benzodiazepínicos.

As queixas mais comuns no atendimento diário são dores causadas por doenças osteo degenerativas, além dos transtornos de ansiedade e do sono.

Sabendo dos prejuízos do uso crônico dos benzodiazepínicos para a saúde, como perda da memória, tontura, sonolência, desequilíbrio, fraqueza muscular, visão turva e muitos outros que podem piorar a qualidade de vida, resolvemos intervir com esses pacientes, orientando-os e conscientizando-os, sobre esses prejuízos, com o objetivo de diminuir ou evitar o uso desses medicamentos. Essa intervenção poderá ser realizada por meio do

contato individual nas consultas ou inserção desses idosos em grupos específicos de saúde mental, terapia ocupacional e demais grupos da unidade, abordando sempre a temática dos efeitos adversos dessas drogas.

Esse tema é importante e oportuno por se tratar de uma população predominantemente de adultos idosos, muitos vivendo solitários e necessitam de mudanças no estilo de vida para se manterem independentes e saudáveis.

2 Objetivos

2.1 Objetivo geral

Reduzir os danos causados pelo uso indiscriminado de benzodiazepínicos nos idosos da USF Central, município de Taquara-RS.

2.2 Objetivos específicos

- a) Orientar em consultas individuais os pacientes sobre a ação e os efeitos colaterais causados pelos benzodiazepínicos.
- b) Prevenir prescrições desnecessárias de benzodiazepínicos,
- c) Inserir os idosos em grupos de saúde oferecidos pela unidade como forma de terapia não farmacológica.

3 Revisão da Literatura

O Brasil se configura entre os maiores importadores de diazepam do mundo (5º lugar) e é o segundo maior consumidor de clonazepam do mundo, ficando atrás apenas dos EUA (SOUZA et al., 2016). A população brasileira possui mais de 30,2 milhões de idosos em 2017, tendo aumentado em 4,8 milhões desde 2012. Um crescimento que aconteceu em todas as unidades da federação, sendo o Rio de Janeiro e o Rio Grande do Sul os Estados com maior proporção de idosos e o Amapá com o menor percentual, com 18,6% e 7,2%, respectivamente (IBGE, 2017).

Grande parte dos usuários de BZD são do sexo feminino, idade entre 50 a 69 anos, com baixa escolaridade e renda. Na APS o uso de BZD apresenta um padrão disfuncional repetitivo, no qual as mulheres - donas de casa, casadas, com três filhos ou mais, de menor escolaridade e, portanto, com menor informação, menor renda, papel de cuidadora e com conflitos familiares - estão sujeitas a uso maior de medicamentos potencialmente causadores de dependência, com efeitos colaterais orgânicos e mentais importantes (SILVA et al., 2016, p. 3).

Conforme Alvarenga et al. (2014, p. 1) “as principais razões apontadas para o uso dos benzodiazepínicos foram “nervosismo”, “problemas de sono” e “preocupação”, decorrentes de problemas familiares, financeiros, dificuldades cotidianas e existenciais”. Já segundo Geib et al. (2003) o processo de envelhecimento normal, traz modificações na quantidade e qualidade do sono, afetando idosos geralmente com idade de 65 anos ou mais, impactando negativamente na qualidade de vida do idoso.

Em busca da resolução para a insônia o idoso procura ajuda médica e, alguns compartilham seus medicamentos entre si, até conseguir sua própria receita, sendo que as medidas higienodietéticas e a terapia cognitiva-comportamental seriam a primeira opção para o tratamento da insônia (NORDON; HUBNER, 2009). Entretanto, de acordo com (RAPOSO, 2014), a maioria dos tratamentos da insônia no idoso é feito por meio de fármacos hipnóticos. Para o autor, o uso desses medicamentos pode ampliar o risco de quedas e morte nesses indivíduos, por isso deve ser aplicado por períodos de tempo limitados, inferior a 35 dias para os benzodiazepínicos, e a 90 dias para os não benzodiazepínicos. O risco de quedas, os problemas respiratórios são aumentados em idosos e dependência em pessoas que tomam vários medicamentos concomitantes, as pessoas poliusuárias de medicamentos (BVS et al., 2018).

”O Ministério da Saúde cita a importância de considerar os sintomas apresentados, e o contexto familiar, laboral ou interpessoal, definindo um ou alguns problemas-alvo para a medicação e também fazendo caber a prescrição dentro de um projeto terapêutico que contemple outras intervenções. Assim, atenção e cuidado na prescrição inicial destas

medicações (sobretudo os benzodiazepínicos) são essenciais para evitar abuso”(BVS et al., 2018).

4 Metodologia

O projeto de intervenção buscará, em conjunto com a equipe, trabalhar para garantir a qualidade de vida em pacientes adultos e idosos que fazem uso contínuo de medicamentos benzodiazepínicos. Para tanto, inicialmente serão realizadas reuniões com a equipe multidisciplinar para discussão do problema e planejamento das ações.

Abaixo serão apresentados os detalhamentos das ações realizadas nesse projeto de intervenção:

- **Ação:** Realizar grupos de saúde mental pela equipe multidisciplinar com enfoque no uso dos benzodiazepínicos, sua ação e efeitos colaterais e demais riscos para saúde. Mostrando meios para diminuir a dose do medicamento, como participação nos grupos de caminhada, terapias ocupacionais, mostrando que existem medicamentos ansiolíticos e indutores do sono, menos prejudiciais a saúde, não derivados de benzodiazepínicos.

- **Ação:** Sensibilizar a equipe multiprofissional para que no contato Individual, amplie a autonomia dos pacientes sobre o seu cuidado e os informe sobre os efeitos maléficos do uso indiscriminado dos benzodiazepínicos.

- **Ação:** Orientar aos médicos prescritores da necessidade de em conjunto com o paciente, diminuir a dosagem do benzodiazepínico de forma gradual, afim de realizar o desmame do medicamento sem provocar a síndrome de abstinência e assim ir substituindo os mesmos, por ansiolíticos e outros medicamentos não derivado de benzodiazepínicos.

- **Ação:** Envolver os agentes de saúde para o chamamento e inclusão dos idosos em grupos de caminhadas da unidade e nos grupos de terapia ocupacional, ocupando o tempo e motivando-os para prática de atividades físicas. Ainda nesses grupos será orientado sobre bebidas estimulantes como café, chimarrão que são estimulantes e podem interferir na qualidade do sono e na ansiedade.

A ação será realizada nas instalações da Unidade de Saúde da Família – Central. E sua duração será de fevereiro/2019 a abril/2019, podendo se tornar contínua, conforme a necessidade, dependendo do sucesso das ações.

A responsabilidade pelos grupos de Saúde Mental será da Psicóloga da unidade e as ações individuais serão realizadas por todos os membros da equipe, médicos, enfermeiro, técnico de enfermagem e agentes comunitários de saúde.

5 Resultados Esperados

Ao finalizar essas intervenções se espera uma melhor qualidade da atenção à saúde e na qualidade de vida do idoso que buscam os serviços da Unidade Saúde da Família (USF - Central), município de Taquara, estado do Rio Grande do Sul. Nossa proposta é alcançar 100% dos idosos, de nossa comunidade, que fazem uso de benzodiazepínicos como ansiolíticos e indutores do sono.

Ao desenvolver ações de promoção, prevenção e educação em saúde, incentivando a participação nos grupos de saúde e contribuindo para o aumento do conhecimento dos idosos sobre os malefícios do uso indiscriminado de benzodiazepínicos, espera-se uma diminuição do uso desses medicamentos pelos idosos da USF.

Para desenvolver as atividades será necessária a participação de toda equipe de Saúde da Família composta 07 agentes de comunitários de saúde, 01 enfermeiro, 01 técnico de enfermagem e 01 dentista, 01 psiquiatra e 01 psicóloga e uma recepcionista que integram a equipe multidisciplinar. Além disso, serão utilizados recursos materiais, como: computador, canetas, fichas de acompanhamento, folha A4, planilha de coleta de dados, cadeiras para grupos.

Tabela 1 – Cronograma

AÇÕES	FEV/19	MAR/19	ABR/19
	X		
	X		
		X	X

Referências

- ALVARENGA, J. M. et al. Uso crônico de benzodiazepínicos entre idosos. *Revista de Saude Publica*, p. 866–872, 2014. Citado na página 13.
- BVS, B. V. em S. et al. *Qual o tratamento farmacológico para a insônia no idoso*. 2018. Disponível em: <<http://aps.bvs.br/aps/qual-o-tratamento-farmacologico-da-insonia-no-idoso/>>. Acesso em: 16 Dez. 2018. Citado na página 13.
- GEIB, L. T. C. et al. Sono e envelhecimento. *Revista Psiquiátrica do Rio Grande do Sul*, v. 25, n. 3, p. 15–23, 2003. Citado na página 13.
- IBGE, I. B. de Geografia e E. *Censo Demográfico 2017 – Características Gerais da População. Resultados da Amostra*. Rio de Janeiro: IBGE, 2017. Citado 2 vezes nas páginas 9 e 13.
- NORDON, D. G.; HUBNER, C. von K. Prescrição de benzodiazepínicos por clínico geral. *Diagnostico e Tratamento*, v. 14, n. 2, p. 66–69, 2009. Citado na página 13.
- RAPOSO, F. M. de O. As alterações de sono no idoso. Coimbra, n. 74, 2014. Curso de Medicina, Universidade de Coimbra. Cap. 17. Citado na página 13.
- SILVA, V. P. et al. Características do uso e da dependência de benzodiazepínicos entre usuários: atenção primária à saúde. *Revista de Enfermagem*, v. 24, n. 6, p. 1–8, 2016. Citado na página 13.
- SOUZA, F. J. F. de B. et al. Avaliação do padrão do sono em insones usuários de benzodiazepínicos e análise da trazodona como medicação. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, v. 67, n. 2, p. 80–86, 2016. Citado na página 13.