



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO  
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS

ARAIS TAIMY PAVÓN PEÑA

INTERVENÇÃO EDUCATIVA EM PACIENTES COM DEPENDÊNCIA DE  
BENZODIAZEPÍNICOS NA COMUNIDADE DE NOVA SUIÇA, MUNICÍPIO LIMEIRA,  
ESTADO SAO PAULO, BRASIL.

SÃO PAULO  
2018

ARAIS TAIMY PAVÓN PEÑA

INTERVENÇÃO EDUCATIVA EM PACIENTES COM DEPENDÊNCIA DE  
BENZODIAZEPÍNICOS NA COMUNIDADE DE NOVA SUIÇA, MUNICÍPIO LIMEIRA,  
ESTADO SAO PAULO, BRASIL.

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: VANESSA BALIEGO DE ANDRADE BARBOSA

SÃO PAULO  
2018

## **Introdução**

Os benzodiazepínicos (BZDs), introduzidos na terapêutica na década de 1960, são fármacos depressores do sistema nervoso central (SNC), utilizados como hipnóticos, ansiolíticos, anticonvulsivantes e miorrelaxantes (WISHER, 2012). No Brasil, estima-se que quase 2% da população adulta seja usuária crônica de benzodiazepínicos.(FIORELLI, 2017).O uso crônico de psicofármacos pode gerar graves consequências, como aumento das interações medicamentosas, reações adversas, desenvolvimento de dependência e tolerância.(ALVIM, 2017). Os indivíduos que abusam desses medicamentos geralmente o fazem para lidar com os problemas cotidianos e as reações de estresse da vida diária (FIRMINO, 2012).

Acredita-se que o uso crônico de BZD resulta em uma regulação negativa do receptor GABA-inhíbidor e alterações configuracionais do complexo receptor-agonista, diminuindo a sensibilidade ao agonista. Essas alterações explicariam os fenômenos de tolerância, dependência e síndrome de abstinência associados ao uso prolongado de BZD (MAURICIO, 2009). Dentre as doenças psiquiátricas que acometem a população atualmente, os grandes transtornos de humor e ansiedade são os mais comuns e são identificados com maior frequência nas unidades de AP. Para o tratamento desses transtornos de humor e ansiedade é comum nas unidades da estratégia de saúde da família (ESF) a prescrição de benzodiazepínicos .O grande problema do uso indevido e indiscriminado de BZD surge a partir do momento em que ocorre a medicalização de problemas de vida ou pessoais, sociofamiliares e profissionais; o uso contínuo pode provocar o fenômeno de tolerância, sendo necessárias doses cada vez mais altas para manter os efeitos terapêuticos desejados . Assim, a dependência química torna-se um fenômeno preocupante e comum nas unidades de atenção primária à saúde.(SILVA, 2016)

O elevado número de pacientes que consome BZDs foi observado pela equipe e verificado nas consultas e visitas domiciliares, na maioria dos casos as altas doses não tinham justificativa terapêutica e o uso prolongado (mais de 1 ano) foi observado repetidamente, porém motivou a realizar a intervenção educativa em pacientes que fazem uso prolongado de esses medicamentos, priorizando a população que apresentam riscos especiais de dependência destas drogas, entre estas citam-se: idosos, sexo feminino, pacientes com insônia. Por conta da dependência dos BDZs pelos pacientes e de estudos atualizados que comprovam a seriedade deste problema, o presente trabalho terá como objetivo principal realizar um projeto de intervenção educativa com os pacientes que apresentam dependência de benzodiazepínicos na comunidade de Nova Suíça, município Limeira, Estado São Paulo. Este projeto pretende conscientizar a população sobre os efeitos colaterais do uso contínuo da BDZs, e sugerir medidas não farmacológicas para substituir o tratamento com estes medicamentos e melhorar a qualidade de vida de nossa população.

## **Objetivos (Geral e Específicos)**

Objetivo Geral:

Realizar um projeto de intervenção educativa com os pacientes que apresentam dependência de benzodiazepínicos na comunidade de Nova Suiça, município Limeira, Estado São Paulo.

Objetivos Específicos:

- ♦ Identificar os usuários dependentes de benzodiazepínicos, da comunidade de Nova Suiça.
- ♦ Elaborar uma estratégia de intervenção educativa para aumentar o nível de conhecimentos sobre os benzodiazepínicos e como evitar a dependência.
- ♦ Implementar e avaliar a estratégia de intervenção educativa.

**Método****Método****Local:**

Unidade Básica de Saúde Nova Suiça, município Limeira, estado São Paulo.

**Público alvo:**

Usuários de benzodiazepínicos.

Profissionais da saúde: Médicos Especialistas em Medicina Familiar que trabalham no centro, Enfermeiras, Agentes Comunitários de Saúde, Psicólogo, Assistente Social, Coordenadora da UBS.

**Ações:**

A identificação dos pacientes dependentes de benzodiazepínicos será realizada durante as consultas médicas, visitas domiciliares e por meio da revisão de prontuários individuais.

A intervenção incluirá:

Uma palestra toda semana sobre os principais efeitos do uso abusivo de benzodiazepínicos e suas complicações, como realizar a retirada gradual, a importância do tratamento não farmacológico, implicaria na redução do estresse e técnicas do higiene do sono.

A redução do estresse será realizada por meio de sessões de auriculoterapia, feitas na UBS toda quarta-feira e técnicas do higiene do sono como: técnica de intenção paradoxal, terapia cognitiva, re-estruturação cognitiva, relaxamento progressivo, com ajuda da psicóloga da unidade. Os pacientes serão incentivados a participar de caminhadas e zumba, realizadas todas as quintas-feiras às 7:30 da manhã, em frente ao posto de saúde.

**Avaliação e monitoramento**

A avaliação será feita 8 semanas depois por meio de consultas de acompanhamento e visitas domiciliares. Este projeto pretende aumentar os conhecimentos e consequências do uso abusivo de benzodiazepínicos com o objetivo de melhorar a qualidade de vida dos pacientes.

## **Resultados Esperados**

Na execução da estratégia de intervenção na comunidade de Nova Suíça espera-se identificar todos os pacientes dependentes de benzodiazepínicos, aumentar o nível de conhecimento dos usuários sobre os principais efeitos do uso abusivo de benzodiazepínicos e suas complicações. Aumentar o número de pacientes às sessões de auriculoterapia e atividade física para reduzir o estresse. Realizar retirada gradual da medicação com ajuda das técnicas da terapia cognitivo-comportamental, para melhorar a qualidade do sono porque elas permitem melhores resultados no desmame, além de ter impacto positivo também no tratamento de outros transtornos mentais frequentemente relacionados. Os pacientes que aderem ao desmame poderão ter melhoria na qualidade do sono, além de importante impacto na qualidade de vida, melhora na capacidade de memorização e concentração, menor risco de quedas e menor risco de eventuais interações medicamentosas. Apesar dos desafios, acreditamos que será possível o uso racional desses medicamentos e assim contribuir para melhorar a qualidade de vida de nossos pacientes.

## Referências

- ♦ WISHER, D. Martindale: The Complete Drug Reference. **Journal Of The Medical Library Association**, Pittsburgh. v. 100, n. 1, p.75-76, jan. 2012.
- ♦ FIORELLI, K; ASSINI, F.L. A prescrição de benzodiazepínicos no Brasil: uma análise da literatura. **Abcs Health Sciences**, v. 42, n. 1, p.41-41, 26 abr. 2017.
- ♦ ALVIM, M.M. et al. Prevalence of and factors associated with benzodiazepine use in community-resident elderly persons. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 20, n. 4, p.463-473, ago.2017.
- ♦ FIRMINO, K.F. et al. Utilização de benzodiazepínicos no Serviço Municipal de Saúde de Coronel Fabriciano, Minas Gerais. **Ciência & Saúde Coletiva**. 17, n. 1, p.157-166, jan.2012.
- ♦ Olivera, V.M. Dependencia a benzodiazepinas en un centro de atención primaria de salud: Magnitud del problema y orientaciones para el manejo integral. **Revista Chilena de Neuro-psiquiatria**, v. 47, n. 2, p.132-137, jun. 2009.
- ♦ SILVA, V.P. et al. Características do uso e da dependência de benzodiazepínicos entre usuários: atenção primária à saúde v.24, n. 6, p.2-2,14 dez. 2016.