



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS

TAISA ESCARLATE MOREIRA COSTA

REDUÇÃO DE DANOS DE BENZODIAZEPÍNICOS EM ADULTOS E IDOSOS NA
UNIDADE DE SAÚDE PEREQUE MIRIM, UBATUBA, SP.

SÃO PAULO
2019

TAISA ESCARLATE MOREIRA COSTA

REDUÇÃO DE DANOS DE BENZODIAZEPÍNICOS EM ADULTOS E IDOSOS NA
UNIDADE DE SAÚDE PEREQUE MIRIM, UBATUBA, SP.

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: ARIANE GRAÇAS DE CAMPOS

SÃO PAULO
2019

Resumo

O projeto de intervenção realizado na ESF do Bairro Pereque Mirim, situado no município de Ubatuba - SP, surgiu a partir do diagnóstico situacional da população Adulta e Idosos usuários crônicos de benzodiazepínicos. Estima-se que o uso desta classe de drogas psicotrópicas atinge cerca de 50% da população local de adultos e idosos, prescritos para tratamentos de depressão, insônia e ansiedade. Por tratar-se de droga psicotrópicas, consequentemente o paciente está submetido a dependência, assim, surge uma situação de difícil manejo clínico, a descontinuação do seu uso crônico visto que a população demonstra muita resistência ao desmame, fazendo-se necessária a busca por alternativas que possibilitem o rompimento do uso abusivo de psicotrópicos para diminuir os danos que venham a ocasionar a saúde desses pacientes. Este projeto de intervenção tem como objetivo reduzir o uso crônico de psicotrópicos pelos usuários da ESF do Pereque Mirim. Reconhece-se que o redirecionamento das atividades de saúde na atenção primária é importante para a adequação da prática médica de prescrição adequada, juntamente a atividades de orientação e acolhimento aos usuários de benzodiazepínicos.

Palavra-chave

Benzodiazepínicos. Psicofármacos. Substâncias Controladas. Saúde Mental. Dependência química. Redução de Danos. Educação em Saúde.

Introdução

Ubatuba é uma cidade localizada litoral paulista com distância de 223 km ao norte da capital, sua população segundo dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística, constitui-se de aproximadamente 78.801 habitantes (IBGE, 2010), ainda segundo o censo, a cidade conta com 37 estabelecimentos de saúde. No contexto geral, a cidade de Ubatuba é considerada carente, segundo o IBGE, a cidade ocupa a 454ª posição no ranking de salário mensal dos trabalhadores formais, com média salarial de 2.0 salários mínimos (IBGE, 2016).

Os benzodiazepínicos são substâncias que atuam do Sistema Nervoso Central possuindo ação ansiolítica, anticonvulsivante, miorrelaxante e sedativa . Presentes mercado desde a década de 60, estes medicamentos tornaram-se um dos grupos medicamentosos ansiolíticos mais prescritos em todo o mundo. Sua ação se dá a partir da interação com os receptores do Ácido Gama Aminobutírico, um importante neurotransmissor inibitório no cérebro, onde os benzodiazepínicos atuam potencializando este efeito (Amaral, Machado, 2012).

A década de 80 foi um marco na história da Saúde Mental do Brasil, foi a partir da busca por melhorias no cenário que desenvolveu-se a Política de Saúde Mental, no qual transformou radicalmente a realidade de inúmeras pessoas que buscavam somente em manicômios, tratamento para doenças mentais. Foi então, no Movimento Antimanicomial que foi realizada a desconstrução do modelo retrógrado de tratamento psiquiátrico, criando serviços de referência com foco em atenção psicossocial, terapêutico e de ressocialização em todo o país (Brasil, 2013).

Nos dias atuais, situações como dificuldade em tolerar situações de estresse, prescrições inadequadas, falta de acompanhamento por equipe especializada e grande aceitação devido à acentuada eficácia dos benzodiazepínicos contribuíram para o aumento de casos relacionados ao uso abusivo de benzodiazepínicos , tendo como consequência disso dependência e problemas relacionados (SILVA, 2006, LACERDA et al, 2003).

Um estilo de vida mais saudável tem a ver com as práticas relacionadas a alimentação saudável, exercício físico diário, repouso adequado, organização diária dentre outros, obtém resultados favoráveis a saúde física e mental como por exemplo o peso equilibrado, ânimo ajustado e vida emocional equilibrada (RIBEIRO, 2009).

Cooper (1982), considera a prática de exercício físico, em especial o aeróbico, realizado em intensidade moderada com duração mínima de 30 minutos proporciona alívio do stress e tensão, devido a taxa de liberação de hormônios conhecidos como endorfinas que agem no sistema nervoso como redutor de transtornos depressivos tornando-se uma alternativa não-farmacológica no tratamento de doenças mentais, apresentando como principal vantagem, não apresentar efeito colateral indesejável ao paciente, além de estimular o comprometimento e auto-confiança.

É necessário um acompanhamento adequado para observar o tempo e os benefícios do efeito terapêutico, assim como levantar os dados dos pacientes a fim de obter o diagnóstico inicial e o seu progresso. Além disso, deve-se observar a vivência destas pessoas e informá-las dos riscos destas medicações e o seu uso sem a devida necessidade. Como trata-se de drogas psicotrópicas, ou seja, que causa dependência gerando abstinência ao ter seu uso suspenso, provocando uma situação delicada e de difícil manejo. A resistência da população

ao desmame é grande e é necessária muita persistência para obter sucesso.

Este trabalho busca uma alternativa, dentre diversos problemas identificados, para redução do uso abusivo de benzodiazepínicos como objeto de intervenção observando o considerável número de usuários dependentes de destas substâncias, estima-se que o seu uso chega a atingir 5 a cada 10 pacientes adultos e idosos em tratamento psiquiátrico na UBS Pereque Mirim.

Com base no histórico exposto, justifica-se a necessidade de elaboração deste projeto de intervenção com a finalidade de buscar alternativas para o desmame dos usuários de psicotrópicos de forma abusiva, além de realizar um devido acompanhamento para evitar novos usuários nestas condições.

Objetivos (Geral e Específicos)

Objetivo Geral

Elaborar um plano de intervenção para reduzir o uso crônico de benzodiazepínicos, promover o desmame e reduzir os danos causados aos usuários residentes no território da ESF do Pereque Mirim, no município de Ubatuba, São Paulo.

Objetivos Específicos

- ♦ Analisar os motivos que levam o paciente a dificuldade no desmame;
- ♦ Reconhecer os motivos que conduzem os pacientes a dependência crônica;
- ♦ Educar a comunidade sobre riscos do uso destas substâncias;

Método

O projeto de intervenção será realizado na Unidade Básica de Saúde (UBS) do Pereque Mirim, Ubatuba/SP com pacientes Adultos e Idosos que realizam tratamento com benzodiazepínicos.

Será realizado um trabalho multidisciplinar com profissionais médicos, psicólogos, enfermeiros e técnicos da unidade para elaborar o plano de desmame gradativo nos pacientes, observando o nível de dependência e o tempo de uso do medicamento, além de observar as causas que o levam a realizar o uso das substâncias.

Para a prevenção, considera-se o trabalho informativo para novos pacientes, além de observar as causas que o levam ao atendimento inicial, a procura por tratamentos alternativos deverá ser o foco inicial do grupo de atendimento, trabalhando primeiramente com atendimento psicológico, além de recomendações para a qualidade de vida do paciente como por exemplo, recomendação alimentar, atividades físicas, diálogo no ambiente familiar, dentre outros.

O monitoramento e avaliação será realizados, através de lista de controle, dos contingente de pacientes que descontinuarem o uso de benzo.

Resultados Esperados

Espera-se com esse projeto de intervenção realizar a descontinuidade progressiva do uso crônico de benzo. Podemos desvelar como resultado inicial com alguns casos bem sucedidos, da migração do comprimido para a apresentação em gotas, até o desmame total, somando-se as orientações de estratégias não medicamentosas como atividade física, suporte nutricional, e apoio psicológico.

Referências

AMARAL, B. D. A.; MACHADO, K. L. Benzodiazepínicos: uso crônico e dependência. Monografia (Especialização em farmacologia), UNIFIL -Centro Universitário Filadélfia, Londrina, 2012. Disponível em: <web.unifil.br/pergamum/vinculos/000007/000007_A_8.pdf>. Acesso em: 17 de Fevereiro de 2019.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica, Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. Cadernos de Atenção Básica, Brasília, n.34, p. 176, 2013.

Cooper, K. O programa aeróbico para o bem estar total. Rio de Janeiro, 1982.

IBGE. Panorama de Ubatuba - SP, censo de 2010. Disponível em <<https://cidades.ibge.gov.br/brasil/sp/ubatuba/panorama>>. Acesso em 10 de Dezembro de 2018.

LACERDA, Roseli Boerngen et al. Avaliação da orientação médica sobre os efeitos colaterais de benzodiazepínicos. Revista Brasileira de Psiquiatria. 26(1):24-31, 2004. Disponível em <<http://www.scielo.br/pdf/rbp/v26n1/a08v26n1.pdf>>. Acesso em 17 de Fevereiro de 2019.

PAC - Ministério do Planejamento. UBS - Unidade Básica de Saúde. Disponível em <<http://www.pac.gov.br/infraestrutura-social-e-urbana/ubs-unidade-basica-de-saude>>. Acesso em 18 de Dezembro de 2018.

Ribeiro, José Luís Pais. Coping: Estratégias de gestão do stresse. Disponível em <<https://repositorio-aberto.up.pt/bitstream/10216/13905/2/84731.pdf>>. Acesso em 18 de Fevereiro de 2018.

SILVA, Penildon. Farmacologia. 6.ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2002.