



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS

YURI GURFINKEL

USO CRÔNICO DE BENZODIAZEPÍNICOS COMO INDUTORES DO SONO NA
COMUNIDADE VILA AMORIM E SEUS EFEITOS PARA A POPULAÇÃO DE
VOTORANTIM

SÃO PAULO
2019

YURI GURFINKEL

USO CRÔNICO DE BENZODIAZEPÍNICOS COMO INDUTORES DO SONO NA
COMUNIDADE VILA AMORIM E SEUS EFEITOS PARA A POPULAÇÃO DE
VOTORANTIM

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: CLODOALDO PENHA ANTONIASSI

SÃO PAULO
2019

Resumo

Os benzodiazepínicos representam uma das classes de drogas mais prescritas do mundo, seja por seus efeitos hipnóticos, ansiolíticos ou por suas ações de miorelaxamento e anticonvulsivante. Estima-se que o consumo de tais drogas dobre a cada cinco anos entre a população, embora seja sabido que o uso indiscriminado dessa classe farmacológica pode levar ao desenvolvimento de tolerância, síndrome de abstinência e dependência pelos usuários crônicos. Assim, este estudo teve por objetivo compreender o uso indiscriminado de drogas psicotrópicas em uma comunidade de Votorantim - SP, buscando entender os fatores que podem ter influenciado essa situação e agindo de forma a diminuir a dependência farmacológica dos usuários identificados. Foram selecionados para participar do estudo todos aqueles frequentadores da unidade de saúde local - independentemente da idade - identificados como usuários crônicos de benzodiazepínicos e que aceitaram participar do projeto. No total, foram identificados 46 pacientes considerados dependentes do ansiolítico em uso, sendo que destes, 11% foram capazes de retirar por completo os benzodiazepínicos de suas vidas ao final do estudo. As conclusões da investigação foram de que, durante as prescrições dos benzodiazepínicos, os profissionais de saúde estavam lançando mão de poucas medidas no sentido de se tentar evitar o abuso químico. Mais do que isso, não estavam fazendo uso de qualquer medida não farmacológica disponível para o combate ao vício e aos problemas psicológicos. O estudo sugere que, através de fatores como o conhecimento médico a respeito do uso dos benzodiazepínicos e suas implicações, o incentivo à prática física e o esclarecimento do uso crônico dos psicotrópicos aos pacientes, é possível atuar no sentido de impedir o vício farmacológico ou, até mesmo, de reverter o quadro em muitos casos.

Palavra-chave

Ansiolíticos; dependência farmacológica; promoção à saúde.

Introdução

Os benzodiazepínicos representam uma das classes de drogas mais prescritas do mundo, muito em função de suas múltiplas funcionalidades - seja como hipnóticos, ansiolíticos ou por suas ações de miorelaxamento e anticonvulsivante (Orlandi & Noto, 2005). Segundo Teles (2016), estima-se inclusive que o consumo de tais drogas dobre a cada cinco anos entre a população.

Seus usos tiveram início na década de 1960, quando, em decorrência de seus baixos riscos de intoxicação e dependência, despertaram a atenção e uma elevada aderência por parte da classe médica. Apenas na década de 80 - cerca de 20 anos após o início do comércio dessas drogas para a população e com o aparecimento dos primeiros casos de uso abusivo - descobriu-se os reais problemas dos Benzodiazepínicos (Forsan, 2010). O uso indiscriminado dessa classe farmacológica por períodos que ultrapassem 4 a 6 semanas pode levar a efeitos adversos importantes, os quais incluem o desenvolvimento de tolerância, síndrome de abstinência e dependência pelos usuários crônicos. Assim sendo, sua prescrição deve sempre ser feita com cautela, principalmente em grupos de maior risco para o desenvolvimento de dependência - casos de mulheres, idosos, baixos níveis de renda e escolaridade, usuários de múltiplas drogas e portadores de problemas psiquiátricos, distúrbios do sono ou que buscam alívio do estresse (Mant et al., 1988; Magrini et al., 1996; Barbui et al., 1998).

Segundo Coelho et al. (2006), diversos fatores podem ser relacionados à disseminação dos benzodiazepínicos, como o aumento de distúrbios do humor com ansiedade, fácil posologia, maior segurança, dependência e um melhor conhecimento da classe médica e da população sobre a importância do sono e de suas doenças, como a insônia e a parainsônia, entre outras. Apesar disso, o uso indevido dos benzodiazepínicos parece envolver não apenas os usuários, mas também os médicos que os prescrevem e os farmacêuticos que os dispensam. Em 1999, um estudo envolvendo dois municípios brasileiros analisou 108.215 notificações e receitas especiais retidas em farmácias, drogarias, postos de saúde e hospitais, indicando como resultado final um descuido no preenchimento das notificações e receitas especiais e, inclusive, indícios de falsificações, na forma de prescrições por médicos falecidos e notificações com numeração oficial repetida. Esses resultados evidenciam a importância de se realizar uma ampla revisão, tanto do atual sistema de controle dessas substâncias quanto do papel dos médicos nesse sistema (Orlandi, 2005; Forsan, 2010; Noto et al., 2002).

Os benzodiazepínicos apresentam, segundo Rifkin (1990), indicações precisas em alguns distúrbios de humor, como ansiedade e síndrome do pânico. Também podem ser indicados para o auxílio de crises de abstinência em etilistas e na fase aguda de determinadas epilepsias. Já a insônia é um problema de saúde prevalente e que pode estar relacionado a diversas causas médicas ou psiquiátricas. Assim sendo, os pacientes portadores de tal queixa devem sempre ser investigados cautelosamente. Orienta-se que tentativas não medicamentosas sejam aplicadas inicialmente, como a higiene do sono, bem como que causas secundárias do problema sejam afastadas. Muitas vezes, a abordagem inadequada de pacientes portadores de insônia acaba levando a uma não resolução do problema e ao uso indiscriminado de benzodiazepínicos (Shorr & Robin, 1994).

Para Carlini (1995), alguns estudos realizados no Brasil verificaram que a prevalência do consumo de benzodiazepínicos é bastante elevada em nosso meio, quando comparada a outros países. No entanto, ainda são necessários estudos epidemiológicos investigando o uso

prolongado desses medicamentos, principalmente em relação à população que se utiliza de unidades básicas de saúde, o pilar do atendimento primário. Torna-se assim relevante para a saúde pública a análise dos usuários, o perfil socioeconômico e de uso, além da adequabilidade da prescrição, nesse cenário (Huf et al., 2000; Nordon et al., 2009).

Este estudo visa avaliar o padrão de utilização de benzodiazepínicos em uma população que apresenta riscos especiais: baixa renda e escolaridade. Pretende-se responder às seguintes questões principais: qual é a prevalência de uso prolongado de benzodiazepínicos nesse grupo de risco e quais são os efeitos relatados pela população avaliada. Por fim, busca-se através desse trabalho alertar e conscientizar os usuários a respeito dos malefícios da medicação tomada, bem como oferecer opções farmacológicas e não farmacológicas a fim de proporcionar uma melhora da qualidade de vida e da saúde mental desses indivíduos.

Objetivos (Geral e Específicos)

Objetivo Geral:

- Proporcionar uma melhora da qualidade de vida e da saúde mental em usuários crônicos de Benzodiazepínicos do PSF Vila Amorim,

Objetivos Específicos:

- Definir e estimar a porcentagem de população da comunidade Vila Amorim que faz uso crônico de Benzodiazepínicos como indutores do sono;

- Verificar se os pacientes foram alertados anteriormente sobre os efeitos dos Benzodiazepínicos pelos médicos que receitaram a medicação;

- Alertar a população a respeito dos efeitos adversos dos Benzodiazepínicos quando utilizados de forma crônica;

- Conscientizar a população a respeito da importância das atividades físicas e de lazer como fundamentais para a indução do sono, incentivando-as;

- Compreender os motivos que têm levado essa parcela da população a ter dificuldades para dormir;

- Oferecer opções farmacológicas e não-farmacológicas seguras em substituição aos Benzodiazepínicos.

Método

Local:

O projeto será realizado, em sua totalidade, na Unidade de Saúde da Família Vila Amorim, localizada na cidade de Votorantim, estado de São Paulo.

Público Alvo e Participantes:

Serão selecionados para participar do estudo todos aqueles usuários frequentadores da unidade, independentemente da idade, desde que: sejam considerados usuários crônicos de benzodiazepínicos, isto é, que fazem uso da medicação em questão por três ou mais meses seguidos; e que aceitem participar do projeto.

Ações:

- Desenvolver uma tabela de dados para aplicar nos pacientes considerados usuários crônicos de Benzodiazepínicos;
- Aplicar a tabela de dados ao público-alvo;
- Compilar e analisar os dados levantados frequentemente, acompanhando-os;
- Implementar ações de estímulo à retirada dos medicamentos em uso, como palestras de conscientização para os acometidos, reuniões para trocas de experiências e promoção de atividades físicas coletivas;
- Elaborar gráficos comparativos para obtenção da evolução dos usuários e dos resultados da intervenção.

Avaliação e Monitoramento:

O projeto será avaliado mensalmente através de um levantamento dos dados obtidos até o momento, bem como de um feedback passado pelos usuários participantes do projeto, durante consultas de rotina na própria unidade de saúde. No caso de participantes que faltarem às consultas de acompanhamento posteriores, visitas domiciliares podem vir a ser feitas para fins de monitoramento da evolução dos mesmos.

Espera-se que, ao final do projeto, o estudo consiga apresentar resultados positivos, reduzindo a dependência medicamentosa dos usuários e atingindo uma meta de diminuição de ao menos 10% dos usuários que afirmam utilizar os benzodiazepínicos de forma crônica.

Resultados Esperados

Durante os oito meses de duração da pesquisa, o presente estudo identificou - através de consultas médicas realizadas na Unidade Básica de Saúde em questão - 46 pacientes considerados usuários crônicos de benzodiazepínicos, de 31 a 81 anos. Destes, 32 eram compostos por mulheres, o que corresponde a aproximadamente 70% dos casos analisados. Os resultados vão de encontro às pesquisas mais recentes. De acordo com Pontes e Silveira (2017), o uso e abuso de benzodiazepínicos destacam-se entre as mulheres, sendo de 2 a 3 vezes maior do que o de homens. Tal fenômeno se justificaria pelo fato de que a população feminina procura os cuidados de saúde com maior frequência, além de ser mais afetada por problemas sociais e familiares.

Foram observados dois perfis principais de usuários no estudo: um deles composto por idosos, que buscavam principalmente o efeito hipnótico da medicação, e o outro composto por indivíduos de meia idade, predominantemente do sexo feminino, que buscavam o efeito ansiolítico. Tais perfis já haviam sido identificados em estudos passados, como por Bernick (1991) e Jiang (1996). Outros grupos envolveram homens de meia idade e jovens. As porcentagens podem ser vistas no gráfico abaixo (figura 1).



Figura 1. Porcentagem de usuários pertencentes a cada grupo, de acordo com o perfil traçado. Os grupos compostos por idosos e por mulheres de meia idade dominaram o estudo.

O tempo de uso das medicações citado durante as consultas variou de 2 meses até 33 anos, sendo 6 anos e 8 meses o tempo médio de uso dos fármacos obtido através da análise dos casos. Dentre os fármacos utilizados, o Clonazepam foi o mais prescrito na comunidade, sendo utilizado por 50% dos pacientes. O Diazepam também foi muito prescrito, correspondendo a 37% dos usuários. Tais prevalências eram esperadas, uma vez que os dois medicamentos eram fornecidos gratuitamente pela Secretaria de Saúde da cidade através do SUS. Outras escolhas foram mais seletivas - uma vez que não eram obtidas gratuitamente - e envolveram o Bromazepam (4,3%), o Alprazolam (4,3%), o Nitrazepam (2,2%) e o Lorazepam (2,2%). Para efeitos de comparação, as prevalências de cada medicação podem ser observadas na figura 2.

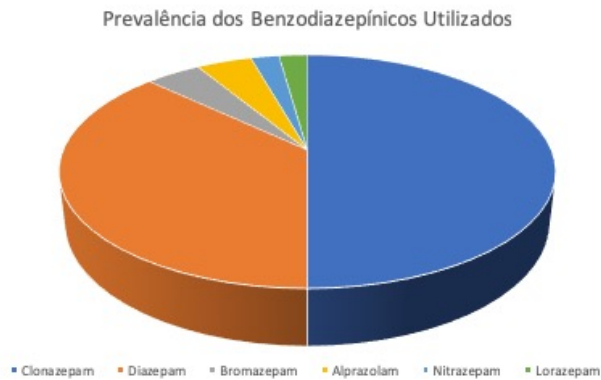


Figura 2. O Clonazepam foi a droga de escolha mais utilizada, presente em 50% dos casos. Junto ao Diazepam, estas representaram quase 90% das escolhas.

Durante a pesquisa, apenas 22% dos pacientes alegaram terem sido informados a respeito da capacidade viciante dos benzodiazepínicos, o que representa cerca de um quinto dos pacientes. Esses números dão base à pesquisa de Forsan (2010), segundo a qual o uso crônico dos benzodiazepínicos estaria relacionado, entre outros fatores, a uma falta de orientação médica sobre os cuidados necessários ao tratamento – o que seria ocasionado tanto por uma falta de conhecimento por parte do profissional, quanto por uma baixa percepção das conseqüências deletérias do uso indevido das medicações prescritas.

Sabe-se bem hoje em dia a respeito da importância do exercício físico no combate à insônia e à dependência química. De acordo com Ferreira (2008), os benzodiazepínicos são drogas psicotrópicas que reagem com o ser humano, provocando alterações funcionais no organismo através da estimulação, depressão e/ou perturbação das funções do Sistema Nervoso; já a prática do exercício desencadeia uma série de adaptações metabólicas, endócrinas e neuro-humorais que, em conjunto, propiciam ao indivíduo uma influência biopsicosocial positiva, auxiliando no combate à dependência farmacológica.

Por outro lado, durante o estudo em questão, apenas 24% dos usuários atendidos relataram fazer qualquer tipo de atividade física. Tais dados sugerem que, durante as prescrições dos benzodiazepínicos, os profissionais de saúde estavam lançando mão de poucas medidas no sentido de se tentar evitar o abuso químico. Mais do que isso, não estavam fazendo uso de qualquer medida não farmacológica disponível para o combate ao vício e aos problemas psicológicos.

Após as consultas iniciais do projeto, aproximadamente 48% dos pacientes aceitaram aderir a uma mudança de hábito sugerida, iniciando a prática de atividade física e substituindo gradativamente os benzodiazepínicos por hipnóticos de outras classes. Destes, 5 pacientes foram capazes de retirar por completo os benzodiazepínicos de suas vidas, o que corresponde a aproximadamente 11% do total de pacientes analisados – número esse que se encontra dentro das metas elaboradas para o projeto, de reduzir em ao menos 10% o número de usuários crônicos de benzodiazepínicos (a evolução completa pode ser observada na figura 3).

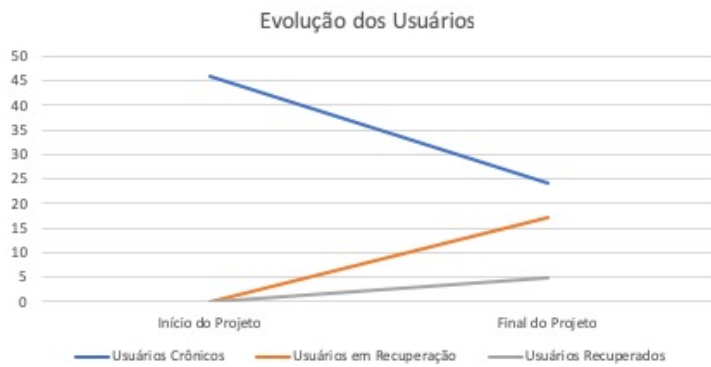


Figura 3. Comparativo demonstrando a evolução dos usuários após o projeto de intervenção. O número de usuários crônicos diminuiu quase que pela metade.

O estudo demonstra assim que, ao lançar mão de fatores como: o conhecimento médico a respeito do uso dos benzodiazepínicos e suas implicações, o incentivo à prática física e o esclarecimento do uso crônico dos psicotrópicos aos pacientes, é possível atuar para impedir o vício farmacológico ou, até mesmo, para reverter o quadro.

Referências

- BARBUI, C.; GREGIS, M., ZAPPA, M., 1998. A cross-sectional audit of benzodiazepine use among general practice patients. *Acta Psychiatrica Scandinava*, 97:153-156.
- BERNIK, M.A., ASBAHR, F.R.; SOARES, M.B.M., SOARES, C.N., 1991. Perfil de uso e abuso de benzodiazepínicos em pacientes psiquiátricos e não psiquiátricos. *J Bras Psiq*, 40(4):191-198.
- CARLINI, E. A., 1995. Benzodiazepínicos no Brasil: Um perfil de consumo nos anos de 1988 e 1989. *Medicamentos, Drogas e Saúde*, 119-129.
- COELHO, F. M. S., ELIAS, R. M., POYARES, D., PRADELLA-HALLIMAN, M., BITTENCOURT, L. R. A., TUFIK, S., 2006. Benzodiazepínicos: uso clínico e perspectivas. *Rev Bras Med*, 63(5):196-200.
- FERREIRA, S. E., TUFIK, S., DE MELLO, M. T., 2008. Neuroadaptação: uma proposta alternativa de atividade física para usuários de drogas em recuperação. *Revista Brasileira de Ciência e Movimento*, 9(1): 31-39.
- FORSAN, M. A., 2010. O uso indiscriminado de benzodiazepínicos: uma análise crítica das práticas de prescrição, dispensação e uso prolongado. Trabalho de conclusão de curso (Especialização em Atenção Básica em Saúde da Família), UFMG-Universidade Federal de Minas Gerais, Campos Gerais.
- HUF, G.; LOPES, C. S.; ROZENFELD, S., 2000. O uso prolongado de benzodiazepínicos em mulheres de um centro de convivência para idosos. *Cadernos de Saúde Pública*, 16:351-362.
- JIANG, Z., GUO, H., ZHU, Z., LI, Z., WU, Y., 1996. An epidemiological survey on use and abuse of antianxiety drugs among Beijing residents. *Chinese Med J*, 109(10):801-806.
- MAGRINI, N.; VACCHERI, A., PARMA, E., 1996. Use of benzodiazepines in the Italian general population: Prevalence, pattern of use and risk factors for use. *European Journal of Clinical Pharmacology*, 50:19-25.
- MANT, A.; DUNCAN-JONES, P., SALTMAN, D., 1988. Development of long term use of psychotropic drugs by general practice patients. *BMJ*, 296:251-254.
- NORDON, D.G., AKAMINE, K., NOVO, N.F., HÜBNER, C.K., 2009. Características do uso de benzodiazepínicos por mulheres que buscavam tratamento na atenção primária. *Rev Psiquiatr Rio Gd Sul*, 31(3):152-158.
- NOTO A.R., CARLINI E.A., MASTROIANNI P.C., ALVES V.C., GALDURÓZ J.C.F., KUROIWA W., et al., 2002. Análise da prescrição e dispensação de medicamentos psicotrópicos em dois municípios do Estado de São Paulo. *Rev Bras Psiq*, 24(2):68-73.
- ORLANDI P., NOTO A.R., 2005. Uso indevido de benzodiazepínicos: um estudo com informantes-chave no município de São Paulo. *Rev. Latino-Am. Enfermagem*, 13(spe): 896-902.
- PONTES, C. A. L., SILVEIRA, L. C., 2017. Abuso de benzodiazepínicos entre mulheres: o que esse fenômeno (re) vela?. *SANARE*, 16(1):15-23.

RIFKIN, A., 1990. Benzodiazepines for anxiety disorders. *Postgrad Med*, 87:209-219.

SHORR, R. I., ROBIN, D. W., 1994. Rational use of benzodiazepines in the elderly. *Drugs & aging*, 4(1):9-20.

TELES, A. S., 2016. Uso indiscriminado de benzodiazepínicos: proposta de intervenção. Trabalho de conclusão de curso (Especialização em Atenção Básica em Saúde da Família), UFMG-Universidade Federal de Minas Gerais, Governador Valadares.