



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS

FELLIPE LOPES PEDROSA

ESTRATÉGIA PSICOEDUCATIVA PARA O MANEJO DO USO A LONGO PRAZO DE
BENZODIAZEPÍNICOS NA UNIDADE DE SAÚDE ROSA BIFFI DOS SANTOS -
OCAUÇU/SP

SÃO PAULO
2020

FELLIPE LOPES PEDROSA

ESTRATÉGIA PSICOEDUCATIVA PARA O MANEJO DO USO A LONGO PRAZO DE
BENZODIAZEPÍNICOS NA UNIDADE DE SAÚDE ROSA BIFFI DOS SANTOS -
OCAUÇU/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: EDINALVA NEVES NASCIMENTO

SÃO PAULO
2020

Resumo

Os Benzodiazepínicos são uma das classes de medicamentos mais prescritas no mundo, incluindo o Brasil tendo se tornado um problema de saúde pública. No território da Unidade de Saúde Rosa Biffi dos Santos localizada em Ocaçu-SP, há um grande número de pacientes nas faixas etárias de jovens a idosos fazendo uso à longo prazo dessa classe de medicamentos por problemas relacionados à insônia, ansiedade ou depressão. O desmame dessa medicação é desafiador devido a importância dos sintomas clínicos presentes na bastinencia. Essa classe de medicamentos é também responsável por uma série de efeitos adversos e complicações graves pelo uso inadequado. Ela pode inclusive ocasionar tolerância e dependência, o que gera uma sobrecarga na agenda médica pela grande demanda de renovação dessas receitas. Dessa forma, este projeto tem o objetivo de colaborar com a redução do número de indivíduos em uso prolongado de benzodiazepínicos nesta Unidade Básica de Saúde através do levantamento da quantidade, motivações e crenças desses usuários, bem como da criação de um Grupo Interdisciplinar de Psicoeducação em Benzodiazepínicos para orientar os pacientes sobre indicações, efeitos adversos, desenvolvimento de tolerância e dependência e riscos de interações dos benzodiazepínicos com outras medicações. Além de discutir outras alternativas de tratamento e da realização de reuniões de equipe para aprofundamento das discussões de caso. Assim, espera-se um uso mais adequado e consciente dessa medicação, descompressão da agenda médica e aumento do vínculo entre equipe e comunidade, permitindo um cuidado mais qualificado e integral.

Palavra-chave

Promoção da Saúde. Educação em Saúde. Saúde Mental. Ansiolíticos.

PROBLEMA/SITUAÇÃO

O uso a longo prazo de benzodiazepínicos (BZDs) é um problema marcante na realidade da Unidade Básica de Saúde (UBS) Rosa Biffi dos Santos localizada no município de Ocaçu-SP. Este território tem a prevalência de uma população idosa e grande parte dela faz uso de algum benzodiazepínico (BZD) há muitos anos. As queixas mais frequentes que levam os pacientes ao uso prolongado dessa medicação estão relacionadas há quadros de insônia, ansiedade ou depressão. Apesar da prevalência nesta faixa etária, também podemos encontrar adolescentes e adultos jovens no território em uso de benzodiazepínicos.

As tentativas de desmame desta medicação no território têm sido desafiadoras devido aos sintomas de recorrência, retirada ou rebote presentes durante esse processo, tais como: piora da ansiedade, insônia, inquietação, tremores, dentre outros. A presença desses sintomas temporários de descontinuação, leva os pacientes a acreditarem, de forma equivocada, que estes são constituintes de sua condição de base e sempre estarão presentes sem o uso do BZD e, assim, o paciente tende a pressionar pela manutenção desse tipo de prescrição. Além disso, em geral os pacientes desconhecem os efeitos adversos e as interações medicamentosas relacionadas ao uso de BZD, mas o tempo de consulta é insuficiente para aprofundar essas questões de forma eficaz.

Outro agravante é que o uso a longo prazo desse tipo de medicação tem como desvantagem o desenvolvimento de uma tolerância de forma rápida levando os pacientes a aumentarem a dose com o tempo, o que pode causar dependência ou até abuso dessa substância. Isso leva os pacientes a frequentarem mais a UBS em busca da renovação de suas receitas e, em alguns momentos, gera uma sobrecarga na agenda.

Além disso, o acesso a psiquiatria neste município é escasso, pois não há profissionais desta especialidade disponíveis e é necessário um encaminhamento para o Hospital de referência que fica em outro município. No entanto, as filas de espera em geral duram cerca de 1 ano. Por outro lado, uma potencialidade do trabalho nesta UBS é a presença recente de um psicólogo na equipe.

Diante do exposto, faz-se necessário que a equipe da Estratégia de Saúde da Família (ESF) da UBS Rosa Biffi dos Santos planeje ações coletivas de psicoeducação para orientar os pacientes sobre as implicações do uso a longo prazo de BZD e as alternativas de tratamento das doenças mais prevalentes. Dessa forma, a criação de um Grupo de Psicoeducação em Benzodiazepínicos se demonstra uma potente e promissora estratégia para o auxílio desta problemática, justificando a importância do presente projeto.

ESTUDO DA LITERATURA

Os BZDs são uma classe de medicamentos bastante utilizada no mundo para o tratamento de diversas doenças como: ansiedade, distúrbios do sono e convulsões. No Brasil, os BZDs estão entre os medicamentos mais prescritos e seu uso deve ser encarado como um problema de saúde pública (SILVA; GALDURÓZ; TUFIK; ANDERSEN, 2020). Um estudo realizado em São Paulo com 4067 indivíduos mostrou que há uma prevalência do uso de BZD durante a vida de 9,8%, sendo a sua maioria mulheres com mais de 40 anos. Estima-se que no Brasil cerca de 13 milhões de pessoas utilizem este tipo de medicamento (MADRUGA, 2019).

O mecanismo principal dos BZDs se estabelece pela sua ligação com receptores ácido gama-aminobutírico-A (GABA-A) no sistema nervoso central (SNC), o principal neurotransmissor inibitório. Dessa forma, esta classe de medicamentos pode provocar um considerável número de efeitos adversos físicos, cognitivos, emocionais e comportamentais como: tontura, disartria, comprometimento motor, zumbidos, depressão respiratória, convulsões, sonolência, desatenção, deficiências de memória, ilusões, ideações suicidas, delirium, irritabilidade, ansiedade, mania, insônia, impulsividade, uso indevido de drogas, dentre outros (PETRIBÚ; LIMA; FRANÇA; CROCCIA, 2019).

Outro ponto relevante é que esta medicação pode gerar tolerância e dependência com presença de sintomas de abstinência clinicamente significativos ao se tentar a sua descontinuação (SILVA; GALDURÓZ; TUFIK; ANDERSEN, 2020). Além disso, os BZDs podem levar diretamente à morte por overdose, suicídio ou uso acidental geralmente ocasionada por depressão respiratória sinérgica ao uso de outros depressores do SNC como o álcool ou indiretamente à morte por lesões ocasionadas por quedas, colisões motoras ou brigas por causa do comprometimento cognitivo induzido por esta classe de medicamentos (PETRIBÚ; LIMA; FRANÇA; CROCCIA, 2019).

Na ESF os pacientes são acompanhados de forma longitudinal, inseridos num determinado contexto. A sua constituição permite a criação de vínculos mais efetivos entre equipe e comunidade, favorecendo o desenvolvimento de ações de promoção e educação em saúde. Esse tipo de atividade permite que os pacientes desenvolvam o conhecimento sobre seus problemas de saúde, se fortalecendo para o seu enfrentamento e aperfeiçoando seu autocuidado (MACENO; HEIDEMANN, 2016).

A psicoeducação consiste numa técnica psicológica que pode ser aplicada no auxílio tanto de doenças físicas quanto psíquicas. Ela vem sendo bastante utilizada para auxiliar no manejo de problemas relacionados a saúde mental, podendo ser aplicada para terapias em grupo com intervenção interdisciplinar. Ela consiste no uso de instrumentos psicológicos e pedagógicos para ensinar os pacientes sobre suas patologias e o seus tratamentos. Seu enfoque é auxiliar o paciente a ter consciência e se preparar para lidar com o enfrentamento do problema abordado. Esta técnica é também uma estratégia de promoção e educação em saúde que auxilia no desenvolvimento não apenas emocional do paciente, bem como social e comportamental, propiciando um cuidado integral ao paciente (LEMES; ONDERE NETO, 2017).

AÇÕES

Este projeto será esquematizado em 4 ações:

1ª. Capacitar a equipe sobre os Benzodiazepínicos: indicações, efeitos adversos, interações medicamentosas, tolerância, dependência e sintomas de descontinuação.

2ª. Fazer um levantamento da quantidade e perfil dos pacientes que usam Benzodiazepínicos há longo prazo no território da UBS Rosa Biffi dos Santos através da criação de uma ficha com o perfil destes, incluindo: faixa etária, medicações em uso, tempo de uso, motivações do uso, crenças sobre o uso, conhecimento sobre sintomas de descontinuação, bem como: tabagismo, uso de álcool ou drogas ilícitas, condições de vida e moradia, condições de emprego, problemas familiares, dentre outros.

3ª. Criar um grupo multiprofissional (médico, psicólogo, enfermeiro e agentes de saúde) de Psicoeducação sobre Benzodiazepínicos com sessões quinzenais de 2 horas de duração por 6 meses para esclarecimentos sobre essas medicações como: suas indicações, efeitos adversos, interações medicamentosas, tolerância, dependência e sintomas de descontinuação; e tratamentos alternativos.

4ª. Fazer reuniões de equipe quinzenais para discussão sobre os casos dos pacientes acompanhados e replanejamento de atividades.

RESULTADOS ESPERADOS

Por meio deste projeto é esperada uma redução do número de pacientes que usam benzodiazepínicos a longo prazo na área adstrita da UBS Rosa Biffi dos Santos por meio de desmames mais colaborativos por parte dos pacientes após sua participação nas atividades de Psicoeducação em grupo.

Espera-se também que os pacientes e a equipe ao final do projeto ampliem seu conhecimento sobre os sintomas temporários da descontinuação desta medicação, bem com: os efeitos adversos do uso a longo prazo, suas interações medicamentosas e o significado de tolerância, dependência e abuso dessa substância.

Além disso, é esperado que haja um alívio na agenda médica, por causa da diminuição de consultas apenas com fim de renovação de BZDs. Além disso, com este projeto se espera aumento do vínculo entre equipe e comunidade, fortalecimento do trabalho em equipe, criação de uma rede de suporte para os pacientes e melhora da qualidade de vida dos indivíduos envolvidos nestas ações.

REFERÊNCIAS

LEMES, C.B.; ONDERE NETO, J. Aplicações da psicoeducação no contexto da saúde. Temas em Psicologia. Ribeirão Preto, v.25, n.1, 2017. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-389X2017000100002. Acesso em: 27 de mai. 2020.

MACENO, P.R.; HEIDEMANN, I.T.S.B.. Desvelando as Ações dos Enfermeiros nos Grupos da Atenção Primária à Saúde. Texto & Contexto Enfermagem, 2016; 25(4). Disponível em: https://www.scielo.br/pdf/tce/v25n4/pt_0104-0707-tce-25-04-2140015.pdf. Acesso em: 27 de mai.. 2020.

MADRUGA C.S. et al.. Prevalence of and pathways to benzodiazepine use in Brazil: the role of depression, sleep, and sedentary lifestyle. Braz J Psychiatry. São Paulo, v.41, n.1, 2019. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-44462019000100044&tlng=en. Acesso em: 27 de mai. 2020.

PETRIBÚ, K.; LIMA, F.M.D.; FRANÇA, M.; CROCCIA, T.P.D.S. Benzodiazepínicos: Riscos e Benefícios. In: NARDI, A.E.; SILVA, A.G.D.; QUEVEDO, J.L.D. *Propsiq*. Programa de Atualização em Psiquiatria. Porto Alegre: Artmed Panamericana, 2019. p.85-118.

SILVA, V.D.; GALDURÓZ, J.C.F.; TUFIK, S.; ANDERSEN, M.L. *Benzodiazepine consumption in Brazil: considerations regarding a population-specific scenario*. Brazilian Journal of Psychiatry. São Paulo, v.42, n.3, 2020. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-44462020000300332&lng=en&nrm=iso. Acesso em: 27 de mai. 2020.