



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO  
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS

LORENA OLIVEIRA NUNES

O USO ABUSIVO DE BENZODIAZEPÍNICOS NA UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE DO  
MUNICÍPIO DE ITAPECERICA DA SERRA: UM GRAVE PROBLEMA DE SAÚDE  
PÚBLICA

SÃO PAULO  
2020

LORENA OLIVEIRA NUNES

O USO ABUSIVO DE BENZODIAZEPÍNICOS NA UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE DO  
MUNICÍPIO DE ITAPECERICA DA SERRA: UM GRAVE PROBLEMA DE SAÚDE  
PÚBLICA

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: MICHELE PEIXOTO QUEVEDO

SÃO PAULO  
2020

## **Resumo**

O uso indiscriminado dos Benzodiazepínicos já é considerado um problema de saúde pública. O aumento do uso dessa classe de psicotrópicos está diretamente ligado ao aumento significativo dos transtornos mentais nos últimos tempos. Sabemos que estes medicamentos são uma classe que possuem um potencial de causar dependência química, o tratamento não deve ultrapassar dois a quatro meses, entretanto, sua utilização é por muitas vezes prolongada sem o devido acompanhamento, o que tem despertado preocupação na área da saúde. Este trabalho teve como objetivo analisar o uso prolongado de Benzodiazepínicos em uma Unidade Básica de Saúde do município de Itapeçerica da Serra. Primeiramente foi feito um diagnóstico situacional através de um levantamento de dados tirados dos prontuários e visitas domiciliares. Elaborou-se então, um plano de ação a curto e longo prazo que viabiliza a descontinuação deste uso crônico levando informação aos pacientes e promovendo mudanças nos hábitos de vida.

## **Palavra-chave**

Dependência Química. Unidade Básica de Saúde. Saúde Mental. Abuso de Substâncias Psicoativas.

## **PROBLEMA/SITUAÇÃO**

Os Benzodiazepínicos (BZD) estão entre as drogas mais prescritas no mundo. Possuem propriedades ansiolíticas, sedativas, miorelaxantes, hipnóticas e anticonvulsivantes. Entre seus efeitos colaterais, destacam-se: a diminuição da atividade psicomotora, a interação com outras drogas e, principalmente, o desenvolvimento de dependência (AUCHEWSKI et al., 2004)

Atualmente diversos estudos vem demonstrando o uso abusivo de benzodiazepínicos na população mundial, principalmente entre mulheres e idosos, em muitos países já é considerado um problema de saúde pública. Em 1990 nos EUA Salzman realizou uma pesquisa e chegou a conclusão que na maioria dos casos o uso desses medicamentos eram prescritos para queixas que não deveriam ter indicação para uso prolongado.

Tal situação não é diferente da observada durante minha prática clínica na atenção primária. Como médica generalista iniciei meu trabalho há um ano na Unidade Básica de Saúde do Crispim, localizada no município de Itapeverica da Serra localizado no estado de SP. Durante os atendimentos pude perceber o consumo exagerado dessa classe de psicotrópico, sem rigor e acompanhamento. É possível ainda notar durante minhas consultas ambulatoriais o aumento de pacientes com algum transtorno mental, principalmente Depressão e Transtorno de Ansiedade, patologias que já são consideradas as doenças deste século, em decorrência deste fato houve o crescimento do uso dos Ansiolíticos nos últimos tempos.

A renovação de receita está rotineiramente presente na atenção primária. Observa-se que muitas vezes o paciente só está preocupado em obter a receita e muitas vezes demonstra preocupação antecipada de não consegui-la, desvalorizando muitas vezes a avaliação e orientação médica.

Após perceber como o uso indiscriminado de benzodiazepínicos pode afetar a qualidade de vida das pessoas, faz-se necessária a elaboração de um projeto de intervenção para combater e conscientizar a população do abuso dos mesmos, eles são muito eficazes para aliviar sintomas, porém não tratam a real raiz do problema, sendo usado de forma errada por longos períodos sem a intenção do desmame da medicação. Acredito que seja preciso investigar se há indicação de sua continuidade, visto que a dependência dessas classes de medicamentos podem ocorrer mesmo sendo usadas em doses terapêuticas.

## **ESTUDO DA LITERATURA**

O estilo de vida atual das população aliado as cobranças da mundo moderno, as pressões , a falta de tempo e a cobrança pela alta produtividade tem deixado cada vez mais o ser humano vulnerável ao estresse, doenças psicossomáticas e aos Transtornos Mentais. Concomitante a este fato o uso abusivo dos psicotrópicos cresceu exponencialmente nos últimos tempos, em especial a classe dos Benzodiazepínicos. (PELEGRINI , 2003)

Os maus hábitos de vida como a falta de atividade física e a má alimentação também podem levar aos distúrbios do sono, contribuindo diretamente para o maior uso de ansiolíticos. Na maioria das vezes esses medicamentos são prescritos pelos médicos para tratamento de insônia decorrente de transtornos de ansiedade e depressão, devido ao seu efeito sedativo e hipnótico. ( PELEGRINI, 2003)

No consultório percebo que na terceira idade é nítido o uso indiscriminado dessas drogas, que afetam diretamente a qualidade de vida desta faixa etária, reflexo do aumento da expectativa de vida do brasileiro. A psiquiatra Ana Beatriz Barbosa Silva evidenciou em seu livro que o desenvolvimento dos transtornos depressivos em idosos engloba as mais diversas áreas do indivíduo: uso de diversos medicamentos em função das diversas doenças clínicas, mudanças hormonais, depressão secundária ao mal de Alzheimer e acidentes cerebrais vasculares, limitações físicas, mudança do papel familiar e isolamento social (SILVA,2016,p.120).

É importante ressaltar também que muitos médicos já prescrevem esta medicação logo no primeiro contato com o paciente, não tentando antes mudanças no estilo de vida como primeira opção de tratamento. Com isso, acentua-se a ideia de os Benzodiazepínicos serem uma alternativa de fuga dos problemas do cotidiano, tornando-se essencial. Assim, perdem o significado da indicação inicial e passam a ser uma necessidade na vida do paciente (MENDONÇA, 2005).

O reforço dos médicos em receitar este tipo de medicamento, muitas vezes influenciado pela indústria farmacêutica, está dentre os fatores que favorecem a popularização destes psicotrópicos (MENDONÇA, 2005).

Outro fator relevante é que mesmo sendo uma medicação controlada, os Benzodiazepínicos seguem sendo comprados ilegalmente com receitas adulteradas e falsificadas ou doados por parentes e amigos próximos sem o acompanhamento devido com o médico. Além disso, podemos perceber que muitas vezes os pacientes não foram orientados corretamente e detalhadamente sobre os efeitos colaterais e interações com outras drogas antes de iniciar o uso (NOTO, 2012).

A dependência é o principal efeito adverso, por isso encontramos tanta resistência a sua suspensão nas consultas. Em indivíduos em uso crônico, a suspensão abrupta do tratamento depois de semanas ou meses pode aumentar a sensação da ansiedade, associado a tremores, perda de peso e distúrbios do sono, ou seja, levando a uma Síndrome de Abstinência. Portanto, sua retirada deve ser gradual (AUCHEWSKI, 2004 ).)

Nos idosos é muito comum causarem quedas frequentes, quando chegam com este tipo de queixa nas consultas é preciso investigar o uso desses medicamentos. As quedas podem levar a fraturas graves e mortalidade. Além disso, pela diferença de metabolização dos

fármacos dentro desta faixa etária, aumenta o risco de intoxicação, assim essa classe de medicamento de ação mais longa devem ser evitados nos idosos, o que não vemos ocorrer na prática. ( FABRÍCIO, 2004)

Dentre os principais efeitos colaterais dos benzodiazepínicos ,usados de forma prolongada observados na prática médica, podemos ressaltar: perda de memória, diminuição da atividade psicomotora, tontura, desenvolvimento de tolerância, acidentes domésticos e no trânsito, falta de produtividade no trabalho, entre outros prejuízos. No Brasil, o SUS distribui na atenção básica essa classe medicamentosa gratuitamente através de programas governamentais, o uso indiscriminado sem uma correta indicação gera uma sobrecarga e altos custos para o sistema. (AUCHEWSKI, 2004 ).

A literatura apenas endossa o que vemos todos os dias na prática clínica. O uso abusivo dos benzodiazepínicos é um problema de saúde considerável em nossa população. Desta forma é necessário o desenvolvimento de um plano de ação que viabiliza a descontinuação deste uso crônico informando aos usuários sobre os efeitos adversos, junto com a promoção de bons hábitos de vida para assim combater essa realidade.

## **AÇÕES**

O plano de ação para combater o uso abusivo de benzodiazepínicos na Unidade Básica de Saúde do Crispim é baseado em um planejamento estratégico que foi discutido e definido pela equipe de saúde através de um problema identificado que abrange o território da UBS. As ações incluem medidas implementadas em curto prazo, provavelmente com resultados esperados a médio ou longo prazo.

Primeiramente foi feita uma busca ativa através de consultas e de visitas domiciliares pelas agentes de saúde e um levantamento de dados através dos prontuários para registro de todos os pacientes que fazem uso contínuo da medicação em questão e se existe a real necessidade para tal uso.

Em seguida o NASF foi acionado e disponibilizou psicólogos para fazer um acompanhamento de perto desses usuários, visto que a psicoterapia associada ao tratamento medicamentoso tem uma maior eficácia. É importante investigar o que de fato está causando a insônia do paciente, com base em uma anamnese completa, além de uma boa relação entre o profissional da saúde e o paciente.

Para aumentar o nível de informação e consciência da população foi formado um Grupo de Saúde Mental. Durante esses encontros periódicos foram realizadas palestras multidisciplinares que orientaram sobre os efeitos adversos causados pelo uso prolongado dessas drogas e medidas de higienização do sono.

A ação estratégica para melhorar a qualidade de vida desses pacientes foi formar uma turma para realizar dança e exercícios físicos na UBS, três vezes na semana, além disso durante os grupos foram ensinadas técnicas e terapias de relaxamento e palestras sobre hábitos de vida e alimentação saudável para reforçar o quanto isso pode influenciar em nossas emoções e bem estar.

Com supervisão do psiquiatra foi proposto aos pacientes em uso de longa data dos benzodiazepínicos iniciar um desmame da medicação, cada caso foi avaliado criteriosamente e proposto uma longitudinalidade desse cuidado e acompanhamento até o término do tratamento e desmame do medicamento.

## **RESULTADOS ESPERADOS**

Toda a equipe de saúde esteve envolvida neste projeto e espera-se como resultado do plano de ação a médio e longo prazo a melhora na qualidade de vida dos pacientes, a diminuição de queda nos idosos, diminuição dos efeitos colaterais apresentados pelo uso dos benzodiazepínicos, melhora do sono e maior controle da ansiedade e depressão através dos grupos oferecidos.



## REFERÊNCIAS

AUCHEWSKI, Luciana et al . Avaliação da orientação médica sobre os efeitos colaterais de benzodiazepínicos. **Rev. Bras. Psiquiatr.**, São Paulo , v. 26, n. 1, p. 24-31, Mar. 2004 . Available from <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1516-44462004000100008&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-44462004000100008&lng=en&nrm=iso)>. access on 19 Apr. 2020. <https://doi.org/10.1590/S1516-44462004000100008>.

Cruz, Danielle Teles; Ribeiro, Luiz Cláudio; Vieira , Marcel de Toledo, Teixeira, Maria Teresa Bustamante, Bastos, Ronaldo Rocha; Leite, Isabel Cristina Gonçalves. Prevalência de quedas e fatores associados em idosos. *Rev Saúde Pública* 2012;46(1):138-46.12

FABRICIO, Suzele Cristina Coelho; RODRIGUES, Rosalina A Partezani; COSTA JUNIOR, Moacyr Lobo da. Causas e conseqüências de quedas de idosos atendidos em hospital público. **Rev. Saúde Pública**, São Paulo , v. 38, n. 1, p. 93-99, Feb. 2004 . Available from <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0034-89102004000100013&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-89102004000100013&lng=en&nrm=iso)>. access on 19 Apr. 2020. <https://doi.org/10.1590/S0034-89102004000100013>.

Silva, Ana Beatriz Barbosa. **Mentes Depressivas: As três dimensões da doença do século**. 1ª edição São Paulo: Pricipium,2016.

MENDONCA, Reginaldo Teixeira; CARVALHO, Antonio Carlos Duarte de. O consumo de benzodiazepínicos por mulheres idosas. *SMAD, Rev. Eletrônica Saúde Mental Álcool Drog.* (Ed. port.), Ribeirão Preto , v. 1, n. 2, ago. 2005 .

MENDONÇA, Reginaldo Teixeira et al. Medicalização de mulheres idosas e interação com consumo de calmantes. *Saúde Soc.* São Paulo, v. 17, n. 2, p. 95-106, 2008.

NOTO, Ana Regina et al. Análise da prescrição e dispensação de medicamentos psicotrópicos em duas cidades do estado de São Paulo. **Rev. Bras. Psiquiatr.** São Paulo, v. 24, n. 2, p. 68-73, junho de 2002. Disponível em <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1516-44462002000200006&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-44462002000200006&lng=en&nrm=iso)>. acesso em 19 de abril de 2020. <https://doi.org/10.1590/S1516-44462002000200006> .

SILVEIRA, Lia Carneiro; ALMEIDA, Arisa Nara; CARRILHO, Camila. Os benzodiazepínicos na ordem dos discursos: objeto de ciência e gadget de objeto de capitalismo. **Saude soc.** São Paulo, v. 28, n. 1, p. 107-120, março de 2019. Disponível em <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0104-12902019000100008&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-12902019000100008&lng=en&nrm=iso)>. acesso em 19 de abril de 2020. <https://doi.org/10.1590/s0104-12902019180615> .

PELEGRINI, Marta Regueira Fonseca. O abuso de medicamentos psicotrópicos na contemporaneidade. **Psicol. cienc. prof.**, Brasília , v. 23, n. 1, p. 38-41, mar. 2003,Disponível<[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1414-98932003000100006&lng=pt&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-98932003000100006&lng=pt&nrm=iso)>..

