

Centro Universitário Presidente Tancredo de Almeida Neves

Luana Trindade Sousa de Oliveira

Pedro Henrique Delabrida do Carmo

Joaquim Teixeira Ramalho

Uso crônico de benzodiazepínicos: relato de experiência

São João Del Rei, setembro de 2020.

Resumo

INTRODUÇÃO: Os benzodiazepínicos são drogas com caráter sedativo e hipnótico, usadas largamente na Atenção Primária à Saúde. O uso crônico de tais medicamentos, além de causarem dependência, tolerância e síndrome de abstinência, a longo prazo traz efeitos deletérios a saúde dos usuários, como: déficits cognitivos (perda de atenção e dificuldade de fixação), fraqueza, náuseas, vômitos, dores abdominais, diarreia, dores articulares e torácicas, incontinência urinária, desequilíbrio, pesadelos, taquicardia, alucinações, hostilidade e alteração de comportamento.

OBJETIVOS: Este relato de experiência visa ao desenvolvimento de um projeto de intervenção a ser submetido à apreciação da Secretaria Municipal de Saúde de São João Del Rei, objetivando à sensibilização dos usuários crônicos de benzodiazepínicos a diminuírem/cessarem o uso destas drogas, bem como estimular Práticas Integrativas e Complementares como meios reduzir o uso crônico destes medicamentos.

MÉTODOS: A partir do relato da experiência e da miríade de problemas levantados através da discussão da vivência, serão identificados quais os principais problemas e impasses na descontinuação de tais medicamentos, que poderão ser usados como guias para se redigir um projeto de intervenção que será submetido à apreciação da Secretaria Municipal de Saúde, visando transpor tais obstáculos, propondo práticas que favoreçam o obtenção de êxito do projeto.

RELATO DE EXPERIÊNCIA: mulher negra, idosa, usuária crônica de benzodiazepínico, com sinais de tolerância, dependência e experenciando efeitos adversos do uso prolongado, como perda de função cognitiva e quedas. Ao se abordar a redução da droga, visando a desprescrição, idosa reage de forma adversa e o vínculo com a equipe de saúde é quebrado.

CONCLUSÃO: A paciente pode ser tomada como protótipo dos pacientes que usam cronicamente os benzodiazepínicos, sendo que os efeitos adversos manifestados por ela, refletem algumas experiências que podem ser vividas por outros usuários. A eminência de se intervir em tal população é justificada e a construção de um projeto de intervenção para o município se faz necessária.

Introdução

Os benzodiazepínicos, neurofármacos que atuam, principalmente, na depressão do sistema nervoso central, foram sintetizados a partir da década de 1950, por Sternbach, sendo o clordiazepóxido a primeira droga introduzida na medicina clínica em 1961. (GOODMAN, 2012).

O processo histórico de busca por drogas que causassem sedação remonta à antiguidade clássica, na qual o uso do álcool e do láudano eram utilizados para induzir o sono; o brometo foi a primeira substância, em meados do século XIX, a ser utilizada para fins sedativos-hipnóticos.

Vale ressaltar o significado individual dos léxicos “sedativo” e “hipnótico”: o primeiro, diz respeito a acalmar o que está excitado, sendo utilizado na medicina para acalmar a pessoa que o recebe, modulando a excitação; o segundo traz em sua semântica a ideia de gerar um processo semelhante ao sono, gerando estupor, o que, na medicina, facilita o início e a manutenção do sono.

A maioria dos benzodiazepínicos atuam valendo-se de suas características sedativas e hipnóticas, causando sedação, hipnose, redução da ansiedade, relaxamento muscular, amnésia anterógrada e atividade anticonvulsivante. (GOODMAN, 2012).

Vários efeitos adversos são derivados do uso prolongado destas drogas, algo entre 4 a 6 semanas, podendo levar à dependência, tolerância e síndrome de abstinência. Os principais efeitos adversos são: déficits cognitivos (perda de atenção e dificuldade de fixação), fraqueza, náuseas, vômitos, dores abdominais, diarreia, dores articulares e torácicas, incontinência urinária, desequilíbrio, pesadelos, taquicardia, alucinações, hostilidade e alteração de comportamento. (Ministério da Saúde, 2013.)

Atualmente, estima-se que 50 milhões de pessoas façam uso diário dessas drogas, sendo que 1 a cada 10 adultos recebem prescrições de benzodiazepínicos. Desses, mulheres acima de 50 anos são os principais usuários (Associação Médica Brasileira, 2013.).

A eficácia dos benzodiazepínicos cada vez mais é questionada (Janhsen K et al 2015.). Grande parte dos usuários vem ao serviço de saúde na tentativa de encontrar soluções farmacológicas para situações do cotidiano, que muitas vezes causam angústia e sofrimento, sendo as prescrições mais eminentes nestas situações. Outras medidas, farmacológicas ou não, deveriam ser propostas pelo médico, como o uso de medicamentos antidepressivos e práticas integrativas e complementares, abarcando terapia cognitiva-comportamental, práticas de relaxamento e meditação, fitoterápicos,

dentre outras. Entretanto, devido à escassez desses serviços, e ao imediatismo para a resolução da situação, os benzodiazepínicos são os mais prescritos.

Sendo a ESF o primeiro contato do usuário com o sistema de saúde, bem como a responsável pelo cuidado longitudinal, são necessários espaços para que se discutam com os usuários crônicos de benzodiazepínicos o uso e os efeitos adversos destas drogas, bem como a sensibilização e orientação no sentido de abandoná-lo, propondo formas de manejo e desprescrição destas drogas.

Assim, este trabalho visa trazer um relato de experiência de uma consulta agendada previamente, vivenciada durante o décimo período do curso de medicina, que trouxe à tona as dificuldades de se reduzir ou cessar o uso de benzodiazepínicos.

A ESF Senhor dos Montes

O bairro Senhor dos Montes abriga uma comunidade do município de São João del-Rei com população estimada de 4.843 habitantes em 2017, localizada em região de alta topografia no perímetro urbano e no limite de uma área de reserva natural.

A comunidade se desenvolveu na primeira metade do último século como região de moradia de trabalhadores que atuavam na região central da cidade e é marcada pela religiosidade e por suas igrejas históricas, embora em lamentável estado de conservação, sendo perceptível o esforço da população pelas revitalizações. A comunidade conquistou sua unidade de saúde a cerca de 3 décadas fruto de uma associação de bairro atuante à época, mas que no momento não se apresenta atuante.

A ESF Senhor dos Montes, com sede própria há 10 anos, inicialmente desenvolvia suas atividades em prédio cedido por ONG religiosa. Atualmente a equipe, que é formada por 1 médico, 1 enfermeiro, 2 técnicos de enfermagem e 6 agentes comunitários de saúde, atende 4840 habitantes, aproximadamente. Dentre a relação de processos que causam vulnerabilidade na população, como desemprego, alcoolismo, tabagismo, uso de drogas ilícitas, o uso de fármacos psicotrópicos, como os benzodiazepínicos se destaca, uma vez que não existe estimativa do número de usuários dependentes das prescrições destas drogas.

Objetivos

Objetivo principal

Este relato de experiência visa a construção de um projeto de intervenção municipal, a ser proposto à Secretaria Municipal de Saúde, do município mineiro de São João Del Rei, no qual serão abordados métodos de sensibilização dos usuários crônicos de benzodiazepínicos a diminuírem/cessarem o uso destas drogas. Ao se levantar as principais barreiras a serem transpostas para a desprescrição, através de um relato de experiência, serão consideradas abordagens centradas na pessoa, através do método clínico centrado na pessoa, desenvolvido por Stewart e colaboradores (STEWART et al, 2018.) e o modelo transteórico proposto por Prochaska e DiClemente (1980). Além disso, o projeto porvir objetivará práticas que estimulem o exercício do autocuidado e do autoconhecimento, propondo medidas de se repensar o uso de medicamentos como soluções para os problemas do ser humano. As Práticas Integrativas e Complementares (Ministério da Saúde, 2006.) serão tomadas como propostas terapêuticas para subsidiarem a superação dos obstáculos encontrados no processo de desprescrição.

Metodologia

Tendo uma consulta médica como disparador para a necessidade de se implementar um projeto de intervenção nas comunidades do município de São João del Rei, os autores, que vivenciaram o momento, sentiram-se impelidos a descrever as dificuldades encontradas na desprescrição de benzodiazepínicos em uso crônico. A partir do relato da experiência e da miríade de problemas levantados através da discussão da vivência, serão identificados quais os principais problemas e impasses na descontinuação de tais medicamentos, que poderão ser usados como guias para se redigir um projeto de intervenção que será submetido à apreciação da Secretaria Municipal de Saúde, visando transpor tais obstáculos, propondo práticas que favoreçam o obtenção de êxito do projeto.

Relato de experiência

A consulta médica ocorreu na Estratégia de Saúde da Família do bairro Senhor dos Montes e foi vivenciada pelos autores. A paciente é uma mulher negra, idosa, 72 anos, diagnosticada com hipertensão arterial sistêmica (HAS), há aproximadamente 10 anos, diabetes mellitus tipo 2 (DM2), há cerca de 6 anos. É aposentada, tivera apenas um filho, com o qual vive hoje, bem como com a nora e duas netas. Os membros da família que atingiram a maioria estão desempregados, sendo que as fontes de

renda da família são o Auxílio Emergencial, recebido pelo filho, e a aposentadoria percebida pela senhora. Traz como queixa principal dores e edema em membros inferiores. A idosa vem acompanhada pela neta.

Quando questionada sobre as medicações em uso, relata insulino terapia, uso oral de anti-diabéticos, anti-hipertensivos, estatinas, antidepressivo tricíclico e benzodiazepínico. As terapêuticas descritas pela paciente divergem da proposta na última consulta, há 7 meses atrás, na unidade de saúde: as doses de insulina haviam sido aumentadas, bem como as dos anti-diabéticos, mantidas as doses de anti-hipertensivos e do antidepressivo e reduzida a dose do benzodiazepínico. A paciente estava seguindo uma proposta na qual ela havia dobrado a dose do benzodiazepínico, mantido o antidepressivo e estava seguindo com os medicamentos para HAS e DM2 de forma pouco rigorosa, usando-os de forma aleatória.

Indagada sobre o porquê das mudanças, a senhora disse que estava fazendo tudo da forma que havia sido combinado com o último médico. Como ela não estava dormindo bem, às vezes tomava um comprimido a mais do “remédio para dormir”. Referiu-se cansada, “cabeça leve” e preocupação com a família, que passava por momentos difíceis devido à crise do país.

Interrompida pela neta, a senhora inicia choro intenso. De acordo com a neta, a vó havia caído há 2 semanas, durante a noite, quando havia se levantado para ir ao banheiro. A senhora, replicando à neta, dissera que era pra ela ter ficado do lado de fora, que ela sabia dizer o que estava sentindo.

Após cessar o choro, os autores pediram que a senhora contasse sobre o que havia acontecido. A mulher relatou que havia ido ao banheiro e tropeçou no próprio pé, perdeu o equilíbrio e bateu a nádega e a coxa direitas no marco da porta do banheiro.

Continuou, em tom sobressaltado, dizendo que não estava dormindo bem, por isso estava fraca e perdeu o equilíbrio. Disse ainda que o machucado na perna havia feito com que ela perdesse as forças da perna direita.

Na abordagem das queixas da paciente, levantou-se a hipótese de descompensação das doenças de base, com manifestações de doença arterial obstrutiva periférica e perda de sensibilidade dos membros inferiores, evidenciada por pequena lesão em região maleolar direita.

Além disso, aventou-se a hipótese de transtorno do sono, associado a dependência e tolerância, gerada pelo uso crônico de benzodiazepínico.

Na proposição de condutas, a orientação sobre o tratamento não farmacológico e farmacológico das doenças de base, bem como adequação da medicação, foram bem aceitas pela paciente. Entretanto, quando sugeriu-se a hipótese de diminuição do benzodiazepínico, tendo em vista os processos desencadeados por ele (tolerância, dependência e efeitos adversos, como quedas, perda de memória) a paciente reiniciou quadro de choro intenso, dizendo que não estava conseguindo dormir bem, que não pararia de tomar o remédio e que iria embora. A consulta terminou com a senhora e a neta deixando o consultório precocemente.

Nos dias subsequentes, a equipe da ESF tentou contato com os familiares, que passaram a recusar as ligações. Foi proposta uma visita domiciliar, pela agente comunitária de saúde (ACS) da microárea da família, porém sem sucesso.

Discussão

O episódio relatado iniciou um processo de discussão entre os autores, no sentido da necessidade de descontinuação precoce e progressiva de benzodiazepínicos. Até mesmo a não-prescrição em populações mais susceptíveis aos efeitos colaterais das drogas, como os idosos.

Ao afirmar que estava usando os medicamentos da forma que havia sido pactuado com o médico, na última consulta, percebe-se que a paciente teve um lapso da memória, por incompreensão ou, simplesmente, por vontade própria, deixa de seguir o esquema terapêutico necessário às comorbidades de base. Segundo a ACS e o médico responsável pelo último encontro, a senhora já apresentava um histórico de adesão parcial à medicação, porém intensificado no último ano.

Os sintomas de cansaço, fadiga, desequilíbrio, bem como necessidade de aumento da dose para efeito terapêutico, estão intimamente relacionados quando se pensa nos efeitos adversos causados pelo benzodiazepínico (Nordon; Hübner, 2009 apud Mendes, 2013.).

A resistência em se fazer a desprescrição progressiva do medicamento, conforme havia sido proposto anteriormente, denota a dependência que o medicamento exerce sobre o usuário, bem como a negação dos efeitos colaterais, resumidos pela paciente, como preocupação pelos familiares. Não pretende-se, ao fazer tal afirmação, reduzir a problematização socioeconômica que envolve a família, mas sim exemplificar a medicalização de problemas que abrangem a esfera psicossocial.

E, finalmente, o fim precoce da consulta, sem que a pactuação da proposta terapêutica houvesse sido feita e, a posterior recusa em receber a equipe de saúde da

ESF, evidencia a principal consequência da tentativa de desprescrição de tais medicamentos: a perda de vínculo com a família. O fato norteia discussões sobre como esta abordagem deve ser multidisciplinar e fortificada por aqueles que tem maior vínculo com a comunidade adscrita.

Conclusão

Diante da situação exposta e das considerações feitas, os autores ratificam a eminência de se intervir na população alvo, qual seja os usuários crônicos de benzodiazepínicos, uma vez que os efeitos adversos oferecidos por tais drogas trazem efeitos deletérios a seus usuários, como: dependência, tolerância, perda de equilíbrio, déficit cognitivo, além dos demais descritos no escopo do trabalho. A paciente da experiência relatada pode ser tomada como um protótipo dos usuários dependentes de tais drogas, uma vez que traz à consulta os diversos problemas encontrados pelos profissionais de saúde e pelos próprios pacientes, no manejo da desprescrição dos sedativos-hipnóticos, como: dificuldade de se abdicar da medicação, dependência, o papel salvador que o medicamento assume, a busca por soluções menos danosas ao organismo, incompreensão e perda de vínculo . Portanto, se justifica a implementação de projeto de intervenção que vise melhorias na saúde de tal população.

Referências bibliográficas

Brunton, L.L. **Goodman & Gilman**: As Bases Farmacológicas da Terapêutica. 12^a ed. Rio de Janeiro: McGraw-Hill, **2012**.

Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Saúde mental. Brasília : Ministério da Saúde, 2013. Disponível em:http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/publicacoes/caderno_34.pdf [Acesso em: 08 ago. 2020]

Associação Médica Brasileira. Abuso e dependência de benzodiazepínicos. Online, 2013. Disponível em: https://diretrizes.amb.org.br/DIRETRIZES/abuso_e_dependencia_de_benzodiazepinicos/files/assets/common/downloads/publication.pdf . Acesso em: [Acesso em: 08 ago. 2020].

ASSIS, Maria Alice Altenburg de; NAHAS, Markus Vinícius. Aspectos motivacionais em programas de mudança de comportamento alimentar. **Rev. Nutr., Campinas**, Campinas, v. 12, n. 1, p. 33-41, jan. 1999.

MENDES, Karla Carolina do Couto. O uso prolongado de benzodiazepínicos – Uma revisão de literatura. Belo Horizonte, 2013. Disponível em <https://www.nescon.medicina.ufmg.br/biblioteca/imagem/4077.pdf>. Acesso em 04/09/2020.