

**POLYANA DE SOUZA C. FONTES**

**Qualidade de vida em universitários que se automedicam com  
benzodiazepínicos**

**ITAPERUNA  
RIO DE JANEIRO – BRASIL  
2023**

**POLYANA DE SOUZA C. FONTES**

**Qualidade de vida em universitários que se automedicam com  
benzodiazepínicos**

Projeto de Pesquisa Científica  
orientado pelo Prof. Dr. Sérgio  
Gomes da Silva na Disciplina de  
Trabalho de Conclusão do Curso de  
Medicina do Centro Universitário  
Redentor.

**ITAPERUNA  
RIO DE JANEIRO – BRASIL  
2023**

**Título do projeto:** Qualidade de vida em universitários que se automedicam com benzodiazepínicos

**Autores:** Polyana Fontes<sup>1</sup>, Sérgio Gomes da Silva<sup>1,2</sup>.

**Afiliações:** (1) Centro Universitário Redentor, (2) Fundação Cristiano Varella.

### **Resumo**

A automedicação de benzodiazepínicos entre estudantes da rede privada de ensino é uma preocupação crescente que merece atenção especial. A pressão acadêmica, as altas expectativas de desempenho e o ambiente competitivo podem levar os estudantes a buscar maneiras rápidas de lidar com o estresse, ansiedade e dificuldades emocionais. No entanto, a automedicação de benzodiazepínicos pode ter consequências graves para a saúde dos estudantes, afetando negativamente seu bem-estar físico e mental. A proposta do presente estudo é avaliar a qualidade de vida em universitários que se automedicam com benzodiazepínicos. A pesquisa será realizada em acadêmicos do Centro Universitário Redentor por meio de questionários, autoaplicáveis estruturados no Google forms, contendo perguntas sobre automedicação e pelo instrumento de avaliação de Qualidade de Vida da Organização Mundial da Saúde (WHOQOL-bref). A automedicação e a obtenção sem prescrição médica têm sido práticas comuns, o que ressalta a necessidade de abordagens educativas e intervenções direcionadas para promover o uso responsável de medicamentos e fornecer alternativas saudáveis de enfrentamento do estresse e da ansiedade entre os estudantes universitários.

**Palavras-chave:** Automedicação; Benzodiazepínicos; Estudantes; Estresse; Contra-indicação.

## 1. Introdução

Segundo a Organização Mundial de Saúde de (1981) apud PARANA, (2008), as drogas psicotrópicas caracterizam-se por atuarem no Sistema Nervoso Central (SNC) produzindo alterações de conduta, humor e percepção, possuindo desse modo, uma grande ação reforçadora, sendo, portanto, passíveis de autoadministração (uso não sancionado pela medicina). Em outras palavras, essas drogas levam à dependência.

Os benzodiazepínicos (BDZs) são altamente lipossolúveis, o que lhes permite uma absorção completa e penetração rápida no SNC. Atuam no sistema neurotransmissor, facilitando a ação do GABA, este sendo um neurotransmissor inibitório, minimizando as reações serotoninérgicas responsáveis pela ansiedade. Sua metabolização é hepática, de ação curta, intermediária e longa. Suas propriedades farmacológicas são: anticonvulsivantes, relaxantes musculares, ansiolíticos, hipnóticos e sedativos (CAVALCANTE, 2015).

Além da elevada eficácia terapêutica, os BDZs apresentaram baixos riscos de intoxicação e dependência, fatores estes que propiciaram uma rápida aderência da classe médica a esses medicamentos (ORLANDI, NOTO, 2005, p.897).

Entretanto, tal droga pode resultar em desenvolvimento de tolerância, dependência e síndrome de abstinência. Para Carvalho (2004), os BDZs são os psicotrópicos mais usados de forma indiscriminada no mundo. O consumo deles pode acarretar alterações no comportamento, como também levar à dependência psíquica e/ou física, resultando muitas vezes em complicações pessoais e sociais graves. Devido a tolerância desenvolvida leva-se a necessidade de aumentar a dose ao longo do tempo, aumentando assim a chance de superdosagem.

O uso indiscriminado de medicamentos pode “mascarar” sintomas graves de alguma doença ou até agravar o quadro clínico do paciente. Reações adversas incluem vertigem, confusão mental, depressão, cefaleia, alteração da libido, tremores, disartria, diplopia, distúrbios gastrintestinais, amnésia, sialorréia e retenção urinária. A depressão respiratória e hipotensão estão associadas a altas doses de benzodiazepínicos (FIRMINO, 2012).

A automedicação é uma prática comum em diferentes contextos, e os estudantes universitários não estão imunes a ela. Especificamente, o uso indiscriminado de benzodiazepínicos entre estudantes tem sido motivo de preocupação devido aos potenciais efeitos adversos à saúde física e mental. Como

afirmou Faria (2015), o uso indiscriminado de benzodiazepínicos pode resultar em dependência, prejuízo cognitivo, diminuição do desempenho acadêmico e até mesmo em riscos à saúde dos estudantes universitários.

A automedicação de benzodiazepínicos apresenta diversos riscos significativos para a saúde dos indivíduos. Esses medicamentos, amplamente utilizados para tratar transtornos de ansiedade e insônia, são potentes depressores do sistema nervoso central. No entanto, quando usados de forma inadequada, podem resultar em uma série de problemas.

Estudos têm demonstrado que o uso indiscriminado de benzodiazepínicos está associado a uma maior probabilidade de dependência. A tolerância aos efeitos desses medicamentos pode se desenvolver rapidamente, levando a um aumento da dose e a um risco maior de dependência física e psicológica. A interrupção abrupta do uso também pode desencadear sintomas de abstinência, incluindo ansiedade, insônia, agitação e até convulsões. Além da dependência, o uso inadequado de benzodiazepínicos pode levar a prejuízos cognitivos e comprometimento do desempenho acadêmico. Esses medicamentos têm efeitos sedativos, o que pode resultar em sonolência excessiva, falta de concentração, diminuição da memória e dificuldade de aprendizagem. Os estudantes que se automedicam com benzodiazepínicos correm o risco de prejudicar seu desempenho acadêmico e comprometer seu sucesso educacional.

É importante destacar que esses riscos estão fundamentados em evidências científicas. Um estudo realizado por Faria (2015) observou o uso indiscriminado de benzodiazepínicos em estudantes universitários e enfatizou os perigos associados, incluindo dependência, prejuízo cognitivo e diminuição do desempenho acadêmico. Em vista desses riscos, é essencial promover a conscientização sobre os perigos da automedicação de benzodiazepínicos. Estratégias de educação e intervenções de saúde mental devem ser implementadas para fornecer informações precisas aos estudantes, incentivando o uso responsável de medicamentos e a busca por alternativas saudáveis de enfrentamento do estresse e da ansiedade.

Um estudo realizado por Silva et al. (2018) examinou o uso de benzodiazepínicos em estudantes universitários no Brasil e constatou que 10% dos participantes relataram fazer uso desses medicamentos. Os principais motivos citados foram a busca por alívio da ansiedade e a melhoria do sono. Além disso, o estudo revelou que a automedicação e a obtenção desses medicamentos sem receita

médica eram práticas comuns entre os estudantes.

Em outra pesquisa conduzida por Santos et al. (2019), que avaliou o uso de benzodiazepínicos em estudantes de medicina, constatou-se que cerca de 14% dos participantes utilizavam esses medicamentos. Os estudantes relataram recorrer a eles principalmente para controlar a ansiedade relacionada à carga acadêmica e aos estágios clínicos.

Em um estudo de Reis et al. (2020), que investigou o uso de benzodiazepínicos em estudantes de pós-graduação na área de saúde, observou-se uma prevalência de uso de 9,2%. Os principais motivos relatados foram o alívio da ansiedade e o auxílio para dormir.

Esses estudos destacam que o uso de benzodiazepínicos entre estudantes é uma realidade preocupante, sendo motivado principalmente pela ansiedade e dificuldades relacionadas ao ambiente acadêmico. A proposta do presente estudo é avaliar a qualidade de vida em universitários que se automedicam com benzodiazepínicos. A pesquisa será realizada em acadêmicos do Centro Universitário Redentor por meio de questionários, autoaplicáveis estruturados no Google forms, contendo perguntas sobre automedicação e pelo instrumento de avaliação de Qualidade de Vida da Organização Mundial da Saúde (WHOQOL-bref). A automedicação e a obtenção sem prescrição médica são práticas comuns, o que ressalta a necessidade de abordagens educativas e intervenções direcionadas para promover o uso responsável de medicamentos e fornecer alternativas saudáveis de enfrentamento do estresse e da ansiedade entre os estudantes universitários.

## **2. Objetivos**

### **2.1. Objetivo geral**

Avaliar a qualidade de vida em universitários que se automedicam com benzodiazepínicos.

### **2.2. Objetivo secundários**

a) Identificar as razões pelas quais acadêmicos do Centro Universitário Redentor recorrem a automedicação de benzodiazepínicos, tais como: transtornos de

ansiedade, insônia e dependência;

b) Analisar quais são os medicamentos benzodiazepínicos mais utilizados;

c) verificar o perfil dos usuários de benzodiazepínicos, como sexo (feminino ou masculino), idade, curso e o período acadêmico;

d) avaliar a qualidade de vida dos universitários que se automedicam com benzodiazepínicos.

### **3. Método**

Esta pesquisa quanti-qualitativa ocorrerá por meio de questionário autoaplicável contendo as seguintes perguntas: idade, sexo, curso e período acadêmico, qual medicamento faz uso, frequência, duração em que estava fazendo o uso, em qual período do dia o medicamento é consumido, o motivo do consumo, se apresenta diagnóstico de algum transtorno psicológico, segundo os critérios da DM5. Será também aplicado o questionário para a avaliação de qualidade de vida da Organização Mundial da Saúde Abreviado (WHOQOL).

#### **3.1. Participantes**

Serão avaliados 2.000 estudantes de ambos os gêneros, com faixa etária entre 18-45 anos, e que estejam matriculados no Centro Universitário Redentor.

#### **3.2. Critérios de inclusão**

- Faixa etária: Ter idade entre 18-45 anos;
- População-alvo: Ser estudante universitário da Faculdade Uniredentor/Afya, da cidade de Itaperuna-RJ.
- Consentimento informado: O participante precisa obrigatoriamente confirmar a aceitação de participação no estudo, por meio de aceitação do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

#### **3.3. Critérios de exclusão**

Serão excluídos do estudo participantes que não sejam capazes de compreender os procedimentos da pesquisa ou que não preencham completamente os questionários do estudo.

### 3.4. Procedimentos

Os participantes selecionados receberão um e-mail e/ou mensagem por WhatsApp com um convite para participarem do estudo. Cartazes e Banners sobre a pesquisa com o código QR (QR code) também serão colocados na universidade. Os participantes que aceitarem participar voluntariamente do estudo e que aceitarem o TCLE, preencherão, de maneira online, os questionários via Google forms, com as seguintes questões:

#### 3.4.1. Questionário sobre o uso da automedicação de benzodiazepínicos em estudantes universitários:

Idade: \_\_\_\_\_

Gênero:

(. ) Masculino

(. ) Feminino

(. ) Outro: \_\_\_\_\_

Qual é o seu curso universitário \_\_\_\_\_

Qual o período? \_\_\_\_\_

Você utiliza benzodiazepínicos? (. ) Sim. (. ) Não

Quais benzodiazepínicos você costuma utilizar? (Marque todas as opções aplicáveis)

(. ) Diazepam (Valium)

(. ) Alprazolam (Xanax)

(. ) Clonazepam (Rivotril)

(. ) Lorazepam (Ativan)

(. ) Outros (especificar): \_\_\_\_\_

Usa benzodiazepínicos com prescrição médica? (. ) Sim. (. ) Não

Com que frequência você utiliza benzodiazepínicos sem prescrição médica?

- (.) Ocasionalmente (menos de uma vez por mês)
- (.) Mensalmente (uma vez por mês)
- (.) Semanalmente (uma vez por semana)
- (.) Diariamente

Qual o motivo do uso de benzodiazepínicos sem prescrição médica? (Marque todas as opções aplicáveis):

- ( ) Ansiedade
  - ( ) Insônia
  - ( ) Estresse acadêmico
  - ( ) Pressão social
  - ( ) Melhoria do desempenho acadêmico
- Outros (especificar): \_\_\_\_\_

Qual é a fonte de obtenção dos benzodiazepínicos sem prescrição médica?

- ( ) Amigos/Conhecidos
- ( ) Internet
- ( ) Farmácias sem prescrição
- ( ) Outros (especificar): \_\_\_\_\_

Você está ciente dos possíveis riscos e efeitos colaterais associados ao uso de benzodiazepínicos sem prescrição médica?

- ( ) Sim, estou bem-informado(a) sobre os riscos
- ( ) Tenho alguma noção dos riscos
- ( ) Não estou ciente dos riscos

Você já experimentou algum efeito colateral indesejado relacionado ao uso de benzodiazepínicos sem prescrição médica?

- ( ) Sim
- ( ) Não

Já buscou ajuda profissional para tratar problemas de ansiedade, insônia ou outros sintomas relacionados?

- ( ) Sim

Não

Como você acredita que o uso de benzodiazepínicos sem prescrição médica afeta seu desempenho acadêmico?

Melhora

Não tem impacto

Prejudica

Você considera que a automedicação com benzodiazepínicos é uma prática segura?

Sim

Não

Não tenho certeza

Você sente que existe pressão entre os estudantes universitários para fazer uso de benzodiazepínicos sem prescrição médica?

Sim

Não

Não tenho certeza

Algun comentário adicional que gostaria de compartilhar sobre o uso de benzodiazepínicos sem prescrição médica em estudantes universitários?

---

### 3.4.2. Instrumento de Avaliação de Qualidade de Vida da Organização Mundial da Saúde Abreviado - WHOQOL-bref

Para avaliar a qualidade de vida dos universitários, será aplicado o questionário WHOQOL-bref. Esse questionário consiste em uma versão abreviada do “The World Health Organization Instrument to Evaluate Quality of Life” (WHOQOL-100). Esse questionário (WHOQOL-bref) foi validado e traduzido para o português sobre o nome “Instrumento de Avaliação de Qualidade de Vida da Organização Mundial da Saúde” e possui objetivo de medir a qualidade de vida psicometricamente, de modo transcultural (FLECK et al., 2000).

O WHOQOL-bref é composto por 26 questões. Duas dessas questões abordam a qualidade de vida de modo geral e as restantes abrangem as 24 (vinte e quatro) facetas do questionário. As facetas são organizadas em 4 domínios. Cada questão avaliará uma faceta.

São domínios do questionário: Domínio físico (D1), domínio psicológico (D2), relações sociais (D3), e meio ambiente (D4). O D1 abrange: dor e desconforto; energia e fadiga; sono e repouso; mobilidade; atividades da vida cotidiana; dependência de medicação ou de tratamentos; capacidade de trabalho. O D2 abrange: sentimentos positivos; pensar, aprender, memória e concentração; autoestima; imagem corporal e aparência; sentimentos negativos; espiritualidade, crenças pessoais ou religião. O D3 abrange: as relações pessoais; apoio social; atividade sexual. O D4 abrange: a segurança física; o ambiente dentro do lar; os cuidados da saúde e do social; oportunidade de adquirir novas informações e habilidades; a participação nos eventos de lazer e recreação; o ambiente físico; o transporte.

A interpretação do questionário será feita pela soma das opções assinaladas. A partir desse resultado será feita a média aritmética. M será a média aritmética; TS será o somatório total das 26 facetas. O resultado será interpretado da seguinte forma: “Necessita melhorar” quando a média for de 1 a 2,9; “Regular” quando a média aritmética for de 3 a 3,9; “boa” quando a média estiver entre 4 e 4,9; “muito boa” quando a média aritmética for 5.

### **3.5. Análise estatística**

Os procedimentos estatísticos serão conduzidos utilizando o software Excel. A análise dos dados será descritiva (frequência simples, percentual, média e desvio padrão) e inferencial, optando-se pelo teste do qui-quadrado para comparação entre os resultados da qualidade de vida com os resultados do uso de benzodiazepínicos. A diferença estatística considerará  $p < 0,05$ . Para o desenvolvimento dos gráficos será usado o Grand Pad Prisma 6.0.

#### 4. Cronograma e execução

O cronograma de execução do projeto está apresentado abaixo na tabela 1.

**Tabela 1.** Cronograma de execução do estudo.

<b>Etapas</b>	<b>06-07 2023</b>	<b>07- 08 2023</b>	<b>11/202 3 02/202 4</b>	<b>02-03 2024</b>	<b>03-06 2024</b>	<b>Até  1/202 5</b>
Aprovação do projeto no CEP	X					
Seleção das amostras	X	X				
Aplicação ferramenta por Gráficos específicos sobre a automedicação		X				
Comparação dos achados sobre idade, gênero, período e o fármaco usado			X			
Envio do relatório parcial			X	X		
Apresentação dos resultados parciais			X	X	X	
Envio do relatório de conclusão					X	
Apresentação do trabalho concluído					X	
Publicação do trabalho em eventos e revista científica					X	X

CEP = Comitê de Ética em Pesquisa.

## 5. Viabilidade financeira

O projeto custeará a fabricação de cartazes e banners para a divulgação da pesquisa.

Tendo em vista o seguinte orçamento para a realização do mesmo:

IDENTIFICAÇÃO DO ITEM	QUANTIDADE	VALOR EM REAIS (\$)
FOLHA A4	01 PACOTE	20,00
IMPRESSÃO	200 UNIDADES	0,20X200=40,00
BANNER	1 UNIDADE	70,00

## 6. Relevância

O estudo sobre o uso da automedicação de benzodiazepínicos em estudantes tem uma relevância significativa para a comunidade médica e científica. O tema aborda uma prática cada vez mais presente na sociedade contemporânea, que é a busca por soluções rápidas e autônomas para lidar com problemas relacionados à ansiedade, estresse e dificuldades acadêmicas.

A pesquisa nesse campo proporciona uma compreensão mais aprofundada dos padrões de automedicação de benzodiazepínicos entre estudantes universitários, fornecendo informações cruciais sobre a extensão e a frequência desse comportamento. Essa análise pode ajudar a identificar grupos de risco e estabelecer estratégias preventivas e de intervenção adequadas.

Ao investigar os motivos pelos quais os estudantes recorrem à automedicação de benzodiazepínicos, a pesquisa pode contribuir para o desenvolvimento de abordagens terapêuticas mais eficazes. Compreender as razões subjacentes ao uso dessas substâncias pode levar à implementação de medidas preventivas direcionadas, como programas de apoio psicológico, estratégias de redução de estresse e educação sobre a importância de procurar tratamento médico adequado. Além disso, o estudo pode fornecer informações sobre os possíveis riscos e efeitos adversos associados à automedicação de benzodiazepínicos em estudantes universitários. Esses resultados podem contribuir para a conscientização da comunidade médica, científica e acadêmica sobre os danos potenciais à saúde física

e mental dos estudantes que fazem uso indiscriminado dessas substâncias. Essa conscientização pode levar a esforços colaborativos para fornecer orientação, educação e suporte adequados aos estudantes.

Em última análise, a pesquisa sobre o uso da automedicação de benzodiazepínicos em estudantes universitários tem o potencial de impactar positivamente a comunidade médica e científica, oferecendo subsídios para intervenções mais direcionadas e políticas de saúde mais eficazes. Essa compreensão mais ampla pode ajudar a proteger a saúde e o bem-estar dos estudantes, promovendo um ambiente acadêmico mais saudável e facilitando o sucesso educacional e pessoal desses indivíduos.

## **7. Referências**

Carvalho, L.F; Dimenstein, M. O modelo de atenção à saúde e o uso de ansiolíticos entre mulheres. Estudos de Psicologia. Universidade Federal do Rio Grande do Norte, v. 9, n. 1, p. 121-129, abr. 2004. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/epsic/v9n1/22388.pdf>

Faria, b. R. B. Uso indiscriminado de benzodiazepínicos na cidade de Cariacica/ES Rio de Janeiro, 2015.

Firmino, K.F; et al. Utilização de benzodiazepínicos no Serviço Municipal de Saúde de Coronel Fabriciano, Minas Gerais. Ciênc. saúde coletiva. Rio de Janeiro, v. 17, n. 1, p. 157-166, jan. 2012.

Organização Mundial de Saúde (OMS). World Health Organization (WHO). Como carga de transtorno mental se agiganta, os países relatam a falta de programas de saúde mental. Comunicado de Imprensa WHO/18. Genebra, Suécia, 2001.39

PARANA. Ministério Público do Estado do Paraná. Centro de Apoio Operacional das Promotorias da Criança e do Adolescente. Igualdade e Temática: Drogadição. Rev. Igualdade, Liv. 41 -Ano XIV -nº XLI- edição especial. Mar. 2008.

Reis, C. M., Oliveira, E. M. B., Silva, L. R., Araújo, L. V., Nogueira, D. A., & Reis, R. R. (2020). Use of benzodiazepines among health sciences postgraduate students: Prevalence, characteristics, and justifications. *Revista da Associação Médica Brasileira*, 66(1), 98-105

Santos, L. S., Resende, T. L., Oliveira, K. S., Campos, M. C. N. S., Nascimento, C. A. B., & Ferreira, P. C. P. (2019). Prevalence and determinants of benzodiazepine use among medical students. *Revista Brasileira de Educação Médica*, 43(4), 101-109.

Silva, R. P., Souza, T. F., Oliveira, A. S., & Maia, A. C. B. (2018). Benzodiazepines use among university students: Prevalence and reasons for use. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 67(2), 95-100.