

# INCIDÊNCIA DO USO INDISCRIMINADO DE BENZODIAZEPÍNICOS POR ESTUDANTES DE NÍVEL SUPERIOR

## INCIDENCE OF INDISCRIMINATE USE OF BENZODIAZEPINES BY HIGHER LEVEL STUDENTS

MOREIRA, Amanda Heloise Silva<sup>1</sup>; SILVA, Ane Gabrielle<sup>2</sup>; BESSA, Danilo Tavares<sup>3</sup>; SILVA, Jeovana Camila<sup>4</sup>; SILVA, Ernandes Filho<sup>5</sup>

### RESUMO

O objetivo deste trabalho é analisar o impacto da automedicação de benzodiazepínicos na saúde dos pacientes dependentes dos mesmos, além de esclarecer a importância das diretrizes que orientam a prescrição e a dispensação responsável desses medicamentos. Para atender aos objetivos deste trabalho, a metodologia adotada foi a pesquisa de campo, por meio de um questionário on-line, utilizando o aplicativo *Google Forms*, pelo qual foram feitas perguntas objetivas e discursivas e posteriormente a coleta dos resultados, com as análises dos dados. A partir disso, conclui-se o quanto é imprescindível que tanto os estudantes quanto a comunidade acadêmica reconheçam a importância de buscar tratamentos adequados e de promover um estilo de vida saudável voltada para prática de atividade física. Além disso, a saúde mental é um aspecto fundamental da vida estudantil e abordagens sobre o uso racional e orientação adequada são fases que priorizam o cuidado e a prevenção, podendo resultar em um ambiente universitário saudável e produtivo, possibilitando que os alunos prosperem em suas atividades acadêmicas e pessoais.

Palavras-chave: ansiedade, automedicação, incidência, benzodiazepínicos.

### ABSTRACT

The aim of this paper is to analyze the impact of self-medication of benzodiazepines in the health of patients dependent on them, as well as to clarify the importance of the guidelines that guide the responsible prescription and dispensation of these drugs. In order to meet the purposes of this paper, the methodology chosen was field research, which used an online questionnaire with the Google Forms application, the questionnaire included both multiple-choice and open-ended questions, followed by data collection and analysis. The findings emphasize how crucial it is for students and the academic community to understand the value of seeking appropriate treatments and promoting a healthy lifestyle focused on physical activity. Furthermore, mental health is fundamental aspect of student life, and approaches to rational use and adequate guidance are phases that prioritize care and prevention, which can result in a healthy and productive university environment, enabling students to thrive in their academic and personal activities.

Keywords: anxiety, self-medication, incidence, benzodiazepines.

---

<sup>1</sup>Graduando em Farmácia pela FacUnicamps. (Amanda Heloise Silva Moreira)

<sup>2</sup>Graduando em Farmácia pela FacUnicamps. (Ane Gabrielle Silva)

<sup>3</sup>Graduando em Farmácia pela FacUnicamps. (Danilo Tavares Bessa)

<sup>4</sup> Graduando em Farmácia pela FacUnicamps. (Jeovana Camila Silva)

<sup>5</sup> Doutor em Medicina Tropical e Saúde Pública – Imunologia e Parasitologia. (Ernandes da Silva Filho.  
ernandes.filho@facunicamps.edu.br)

## 1. INTRODUÇÃO

O uso de ansiolíticos vem crescendo de forma significativa, onde dados da Organização Mundial de Saúde demonstra que 18,6 milhões de brasileiros convivem com a ansiedade, ou seja, 9,3 % da população (OMS,2018). Além disso, esse aumento pode ser atribuído a diversos fatores, incluindo o estresse crescente da vida moderna, o aumento das pressões sociais e profissionais, e até mesmo o impacto das novas formas de comunicação e das mídias sociais. O uso indiscriminado desses medicamentos, sem o devido acompanhamento médico, tem se tornado um sério problema de saúde pública, agravando as condições que deveriam ser melhoradas e gerando novas complicações para os indivíduos que fazem uso desses fármacos (ALENCAR *et al.*, 2022).

Os ansiolíticos pertencem a uma classe de medicamentos amplamente utilizada para tratar distúrbios relacionados à ansiedade, insônia, pânico e até convulsões. Entre os mais conhecidos e prescritos estão o clonazepam (Rivotril), o Alprazolam (Frontal) e o Bromazepam (Lexotan), todos eles integrantes da classe dos benzodiazepínicos. Os benzodiazepínicos exercem sua ação ao ligarem-se ao receptor denominado GABA (ácido gama-aminobutírico), que é um complexo proteico mediador da principal atividade inibidora neuronal. As 5 subunidades proteicas que compõem o receptor GABAA formam um canal que atravessa a membrana plasmática do neurônio, pelo qual passam íons cloreto. Ao ligarem-se a este receptor, os benzodiazepínicos aumentam sua afinidade pelo neurotransmissor GABA, levando ao aumento da frequência de abertura do canal de íons. O influxo de íons cloreto para a célula gera a hiperpolarização da membrana plasmática neuronal, diminuindo sua capacidade de excitação (CARVALHO *et al.*, 2006).

Os benefícios iniciais do uso de ansiolíticos são evidentes. Eles proporcionam alívio rápido dos sintomas que podem ser debilitantes, como ataques de pânico e crises de ansiedade, permitindo que os indivíduos possam retomar suas atividades cotidianas e melhorarem sua qualidade de vida. No entanto, esses efeitos positivos são acompanhados de sérios riscos quando o uso se torna prolongado ou inadequado. Estudos indicam que o uso prolongado de benzodiazepínicos pode levar a dependência, pois o corpo humano começa a se adaptar à presença do medicamento, exigindo doses progressivamente maiores para alcançar o mesmo efeito terapêutico. Essa tolerância é um dos primeiros passos para a dependência física e psicológica, que pode ser extremamente difícil de reverter (LEONARDI *et.al.*, 2017).

Um dos maiores problemas relacionados ao uso de ansiolíticos é a facilidade com que muitas pessoas conseguem obter esses medicamentos, mesmo sem prescrição médica adequada. O uso indiscriminado, muitas vezes motivado pela busca rápida de alívio para os sintomas de ansiedade, é uma prática comum entre aqueles que não buscam orientação médica ou que se automedicam com medicamentos de terceiros. Essa prática é extremamente perigosa, pois a dosagem e a duração do tratamento devem ser ajustadas de acordo com as características individuais de cada paciente, como idade, histórico de saúde e outras medicações em uso ( MENDES,2015).

## **2. OBJETIVO**

O objetivo deste trabalho é analisar o impacto da automedicação de benzodiazepínicos na saúde dos indivíduos que utilizam esse medicamento, além de esclarecer a importância das diretrizes que orientam a prescrição e a dispensação responsável desses medicamentos.

## **3. REFERENCIAL TEÓRICO**

A crescente utilização de ansiolíticos, especialmente os benzodiazepínicos, entre estudantes universitários tem se tornado um tema central nas discussões sobre saúde mental, devido às consequências adversas que essa prática pode trazer ao bem-estar físico, mental e emocional desses jovens. O contexto atual, caracterizado por uma pressão acadêmica cada vez maior, juntamente com a necessidade de equilibrar responsabilidades acadêmicas, trabalho e vida social, tem levado muitos estudantes a buscarem soluções imediatas para enfrentar a ansiedade e o estresse. Embora os benzodiazepínicos sejam frequentemente prescritos para tratar transtornos de ansiedade e insônia, seu uso sem supervisão médica adequada pode resultar em dependência e em uma série de problemas de saúde associados a isso ( FREIRE, *et.al.*,2023).

Além da dependência, os benzodiazepínicos estão relacionados a uma série de efeitos colaterais. Entre os mais comuns estão a sonolência, tontura, confusão mental e amnésia temporária. Esses efeitos podem comprometer gravemente a capacidade de realizar atividades diárias, como trabalhar, dirigir ou até mesmo cuidar de si próprio. Em indivíduos mais vulneráveis, como os idosos, o uso desses medicamentos pode aumentar o risco de quedas e outros acidentes graves. Outro efeito colateral preocupante é o impacto que esses medicamentos

podem ter sobre a cognição, a longo prazo. Há evidências de que o uso prolongado de benzodiazepínicos pode estar concatenado ao declínio cognitivo e ao aumento do risco de desenvolver demências em idosos (ALVES, 2022).

Os benzodiazepínicos funcionam como depressores do sistema nervoso central, exercem sua ação ao se ligarem com um receptor denominado GABAA (ácido gama-aminobutírico), que é um complexo proteico mediador da atividade de inibição neural. Esse receptor forma um canal que atravessa a membrana plasmática do neurônio que, com a ação dos benzodiazepínicos, aumenta a frequência de abertura onde íons cloreto passam e geram um fenômeno chamado de hiperpolarização, que diminui sua capacidade de excitação, diminuindo a atividade neural e proporcionando um efeito calmante que pode aliviar temporariamente os sintomas de ansiedade (ANDRADE *et al.*, 2019).

No entanto, essa eficácia de curto prazo é acompanhada por um significativo potencial para abuso e desenvolvimento de dependência, especialmente quando esses medicamentos são utilizados de maneira contínua. O uso prolongado de benzodiazepínicos pode acarretar problemas cognitivos, como a dificuldade de concentração e memória, além de alterações no humor. Essa situação é particularmente preocupante em ambientes acadêmicos, onde a capacidade de concentração e o desempenho cognitivo são essenciais para o sucesso dos estudantes (LIMA; SOUZA, 2021).

As interações medicamentosas relacionadas aos benzodiazepínicos são um aspecto crítico na farmacologia, especialmente no contexto do uso desses medicamentos, que são especificamente prescritos para o tratamento de transtornos de ansiedade, insônia e outros distúrbios psiquiátricos. O uso dessa substância pode resultar em efeitos adversos, exacerbados por interações com outros medicamentos. Os benzodiazepínicos, como o Diazepam e o Lorazepam, atuam nos receptores GABAA, aumentando a atividade do ácido gama-aminobutírico (GABA), um neurotransmissor inibitório. Quando administrados em conjunto com depressivos do sistema nervoso central, como opioides ou álcool, pode ocorrer uma sinergia dos efeitos sedativos, aumentando o risco de depressão respiratória. Além disso, a metabolização hepática dos benzodiazepínicos pode ser alterada por inibidores ou indutores enzimáticos, como os pertencentes ao sistema CYP450, subtipo CYP3A3/4,

resultando em variações significativas na eficácia terapêutica e na toxicidade (SULLIVAN *et al.*, 2017; DUNN *et al.*, 2016).

Além dos impactos cognitivos negativos, o uso inadequado de benzodiazepínicos pode ocultar problemas psicológicos mais profundos, como transtornos de ansiedade generalizada ou depressão. O uso desses medicamentos sem a devida orientação pode levar a um adiamento no tratamento adequado dessas condições. Um estudo observou que o consumo de ansiolíticos em jovens universitários muitas vezes é impulsionado pela crença de que esses medicamentos são inofensivos e seguros para uso prolongado, o que não corresponde à realidade. Essa percepção distorcida pode resultar em um ciclo de automedicação que agrava ainda mais a saúde mental dos estudantes (SILVA *et al.*, 2019).

Estudos recentes indicam uma tendência crescente entre os universitários de recorrer a medicamentos como uma solução rápida para questões emocionais e psicológicas, frequentemente sem considerar as possíveis consequências a longo prazo (FREIRE, 2023). É importante destacar que a automedicação com benzodiazepínicos é um fenômeno alarmante em universidades, onde a pressão acadêmica e o estresse são os principais fatores que levam os alunos a buscarem formas rápidas de alívio, sendo assim, essa realidade enfatiza a urgência de intervenções voltadas para a conscientização sobre os riscos associados ao uso indiscriminado desses medicamentos (OLIVEIRA, 2020).

Além disso, a interrupção abrupta do uso desses medicamentos também pode gerar sérios problemas, incluindo sintomas de abstinência como irritabilidade, insônia severa, dores musculares, convulsões e, em casos extremos, psicose. Por isso, o desmame dos ansiolíticos deve ser feito de forma gradual e sempre sob supervisão médica. Para evitar esses riscos, é essencial que o paciente siga todas as orientações do profissional de saúde, e que seja avaliada periodicamente a necessidade de continuar ou não com o tratamento farmacológico (SILVA, 2024).

Vale ressaltar que, apesar da eficácia dos benzodiazepínicos, eles não devem ser a única abordagem no tratamento da ansiedade e outros transtornos relacionados. A terapia cognitivo-comportamental (TCC), por exemplo, é amplamente reconhecida como uma ferramenta eficaz no tratamento de ansiedade, ajudando os pacientes a desenvolverem

mecanismos de enfrentamento por meio de exercícios terapêuticos para redução do transtorno sem a necessidade da utilização de medicamentos (CLARK; BECK, 2024). Diante desse cenário, é importante promover campanhas de conscientização que esclareçam os perigos do uso inapropriado de benzodiazepínicos e incentivem o acesso a alternativas terapêuticas mais seguras e eficazes para o manejo da ansiedade ( SANTOS; FERREIRA, 2024).

Além disso, é importante que docentes e gestores estejam atentos a sinais de sofrimento emocional entre os alunos. Criar um ambiente de suporte e empatia pode facilitar a identificação precoce de problemas e a intervenção adequada. A promoção de uma cultura de saúde mental nas instituições de ensino superior não apenas beneficiará o bem-estar dos estudantes, mas também poderá converter-se em melhores resultados acadêmicos e na formação de profissionais mais preparados para enfrentar os desafios do mundo contemporâneo (LIMA, 2021).

Por fim, é fundamental que tanto os estudantes quanto a comunidade acadêmica reconheçam a importância de buscar tratamentos adequados e de promover um estilo de vida saudável. A saúde mental é um aspecto fundamental da vida estudantil, e abordagens que priorizam o cuidado e a prevenção podem resultar em um ambiente universitário mais saudável e produtivo, permitindo que os alunos prosperem não apenas em suas atividades acadêmicas, mas também em suas vidas pessoais ( ABREU, 2023).

#### **4. METODOLOGIA**

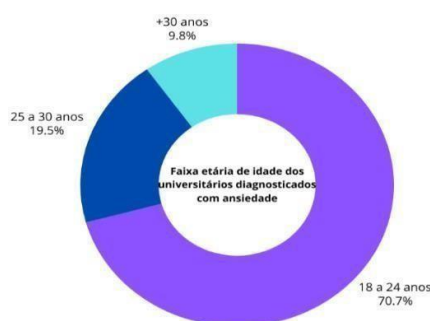
Com intuito de atender aos objetivos deste trabalho, a metodologia adotada foi de pesquisa de campo, que abordou um questionário on-line com o aplicativo *Google Forms*, pelo qual houve aplicação de perguntas objetivas e discursivas. O questionário ficou disponível para acesso de 28 de setembro de 2024 a 17 de outubro de 2024, totalizando 20 dias. Posteriormente à coleta dos resultados, foram feitas as análises dos dados para avaliar o impacto da automedicação de benzodiazepínicos frente a saúde dos indivíduos.

## 5. DISCUSSÕES E RESULTADOS

Durante essa pesquisa de campo realizada entre os dias 28 de setembro de 2024 e 17 de outubro do mesmo ano, foram obtidas 103 respostas e, dentre essas, 40,2% dos participantes já foram devidamente diagnosticados com algum tipo de ansiedade. A pesquisa indica que a maioria das pessoas diagnosticadas com ansiedade se encontra na faixa etária de 18 a 24 anos (Figura 1). Isso faz parte de uma tendência crescente em que jovens adultos, especialmente universitários, estão mais suscetíveis a transtornos mentais e alguns agravos.

### 5.1 Distribuição de diagnósticos de ansiedade entre universitários por faixa etária

**Figura 1** - Levantamento da Faixa Etária entre Universitários com Transtorno de Ansiedade



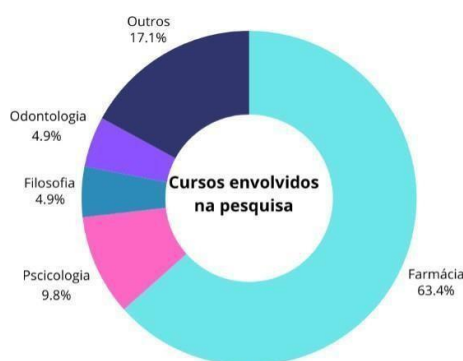
**Fonte:** Elaboração própria

Segundo um estudo de Silva, Panosso e Donadon, realizado em 2018, os estudantes universitários enfrentam altos níveis de estresse devido às exigências acadêmicas e aos desafios típicos dessa fase de desenvolvimento, que envolvem a formação da identidade pessoal, profissional e social. A ansiedade é um dos transtornos mentais mais comuns entre esses estudantes, possivelmente em razão da pressão das atividades acadêmicas, da expectativa familiar e da dificuldade de equilibrar estudos e trabalho (BARROS; PEIXOTO, 2023).

Ao analisar o curso dos entrevistados, pode-se perceber que estudantes voltados para a área da saúde têm se destacado ao serem a maioria a receber o diagnóstico de ansiedade (Figura 2).

## 5.2 Percentual de diagnósticos de ansiedade por curso entre universitários

**Figura 2** - Cursos dos Participantes da Pesquisa sobre Uso de Ansiolíticos



**Fonte:** Elaboração própria

De acordo com o Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais - DSM-5 da Associação Psiquiátrica Americana (2014), os transtornos de ansiedade incluem transtornos que compartilham características de medo, ansiedade excessiva e perturbações comportamentais relacionadas. Fatores esses que se fazem cada vez mais presentes na vida universitária (LUCENAI; ABDOII, 2014).

Em uma pesquisa feita por Cardozo *et al.* (2016), com estudantes de Biomedicina, foi revelado que 56,25% dos acadêmicos sentem insegurança ou medo para realizar as provas teóricas práticas; 43,75% relatam excesso de atividades curriculares; 18,75% questionam a forma adotada para avaliar o conteúdo teórico; 12,5% citam como agente estressor o tempo exigido pelo professor para a entrega das atividades extraclasse, além da dificuldade com o conteúdo programático e as atividades desenvolvidas. Esses dados ajudam a entender um pouco

sobre o porquê de estudantes de nível superior tendem a ter um desgaste mental provocando a ansiedade.

### **5.3 Motivações e prevalência do uso de benzodiazepínicos sem prescrição entre estudantes universitários**

Com base nas informações obtidas sobre o uso de benzodiazepínicos sem prescrição, foi realizada uma análise do número de usuários e dos motivos relatados por eles para essa prática. Essa seção está dividida em duas partes: o total de pessoas que utilizaram o medicamento e os principais motivos para o uso.

#### **5.3.1 Total de pessoas que já fizeram uso de benzodiazepínicos sem prescrição**

Neste estudo, 49 participantes relataram o uso de benzodiazepínicos sem prescrição médica, correspondendo a 37,9% da amostra. Por outro lado, 64,1% dos entrevistados informaram nunca ter utilizado ansiolíticos sem prescrição médica. Quanto ao uso atual, 14,6% dos participantes relataram fazer uso de ansiolíticos sem prescrição, enquanto 88,4% não praticam o uso no momento.

**Figura 3** – Percentual de Universitários que usam Ansiolíticos sem prescrição médica.



Fonte: Elaboração Própria

### 5.3.2 Motivos relatados para o uso sem prescrição

**Figura 4 -** Motivos para o Uso de Ansiolíticos sem Prescrição Médica



**Fonte:** Elaboração própria

Entre os principais motivos relatados para o uso de benzodiazepínicos sem prescrição, a autoavaliação de necessidade foi apontada por 42,9% dos participantes. Indicação de conhecidos ou profissionais não habilitados foi mencionada por 18,4% dos entrevistados, enquanto a dificuldade para conseguir consulta médica foi relatada por 12,2% dos participantes. Outros motivos, que não se enquadram nos principais listados, foram mencionados por 6% dos participantes, enquanto 6,1% optaram por não responder. Esses dados refletem uma tendência ao autodiagnóstico e à busca de ajuda informal para lidar com sintomas de ansiedade, o que pode representar um risco em relação à automedicação.

### 5.4 Comparação com estudos anteriores: total de pessoas que já fizeram uso de benzodiazepínicos sem prescrição

No presente estudo, 49 participantes relataram o uso de benzodiazepínicos sem prescrição. Em um estudo comparativo conduzido na Universidade Federal de Pernambuco (UFPE) com 971 estudantes, 67 relataram uso de benzodiazepínicos sem prescrição nos últimos

12 meses (OLIVEIRA,2020). Outro estudo realizado com 308 estudantes de enfermagem em São Paulo indicou que 48 participantes também utilizaram ansiolíticos, seja com ou sem prescrição médica. Esses dados sugerem uma prevalência significativa do uso de benzodiazepínicos entre jovens universitários (SILVA,2019).

#### **5.4.1 Motivos para o uso sem prescrição**

No presente estudo, a autoavaliação de necessidade foi relatada por 21 participantes como principal motivo para o uso de benzodiazepínicos sem prescrição. Indicação de conhecidos foi mencionada por 9 participantes, e a dificuldade para obter consulta médica foi apontada por 6. Em comparação, o estudo da UFPE identificou fatores como transtornos mentais e tentativas de suicídio como preditores para o uso de benzodiazepínicos, sem fornecer números absolutos para cada fator. No estudo realizado em São Paulo, prevalece o uso relacionado ao sofrimento mental, ou seja, a presença de desequilíbrio emocional sem detalhamento específico dos motivos individuais.

#### **5.4.2 Prevalência do uso de ansiolíticos**

No estudo em questão, dos 49 participantes que relataram o uso de benzodiazepínicos, 4 mencionaram motivos diferentes dos principais descritos anteriormente. No estudo da UFPE, 200 dos 971 estudantes entrevistados relataram uso de benzodiazepínicos, com ou sem prescrição, no período de um ano (OLIVEIRA,2020).No estudo realizado em São Paulo, dos 308 estudantes, 48 relataram uso de ansiolíticos, esses dados refletem a disseminação do uso de benzodiazepínicos entre estudantes, destacando a importância de investigar as motivações e as consequências do uso sem prescrição (SILVA,2019).

Os participantes dessa pesquisa, ao serem questionados sobre o uso dos ansiolíticos já mencionados na introdução desse estudo, apresentaram 30 respostas correspondentes a eles, dentre elas, 14 afirmaram utilizar Clonazepam; oito responderam fazer uso de Diazepam; sete disseram Alprazolam, e apenas um apresentou Bromazepam como resposta. Concluindo, então, que o Clonazepam tem sido o benzodiazepínico mais utilizado atualmente, como apresenta a figura a seguir.

**Figura 5** - Ansiolíticos (Benzodiazepínicos) que os Universitários Já Usaram ou Usam

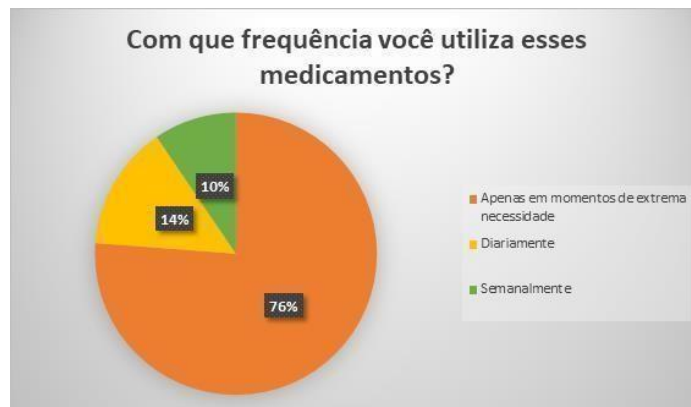


**Fonte:** Elaboração própria

Segundo a Organização Mundial de Saúde o Brasil é o país mais ansioso do mundo, onde cerca de 10% da população possui o transtorno. Diante disso, houve um aumento no uso de medicamentos para o tratamento de ansiedade, sendo os benzodiazepínicos os mais utilizados, atuando no sistema nervoso central e são considerados seguros e eficazes, mas seu uso indevido poderá acarretar reações adversas, farmacodependência e abstinência, podendo ser citado o Clonazepam, pois de acordo com a literatura estudada, é o campeão de uso dentre os principais dessa categoria, alcançando a marca de 23.158.791 vendas no ano de 2020 (BOTELHO et al., 2022).

Ao serem questionados sobre a frequência com que os entrevistados fazem o uso desses medicamentos, foram obtidas 42 respostas. Entre elas, 32 afirmaram utilizá-los apenas em momentos de extrema necessidade; seis disseram recorrer aos fármacos diariamente e quatro deles consomem medicamentos semanalmente, ressaltando a eficácia desse uso em momentos extremos, como momentos de crises.

**Figura 6 -** Frequência de Uso de Ansiolíticos entre Universitários



**Fonte:** Elaboração própria

Segundo Vaz; Souza; Ishiuchi (2023), os transtornos de ansiedade (TAs) são condições caracterizadas por um estado de ansiedade exacerbado e que afeta diretamente a qualidade de vida das pessoas. Dentre os principais tratamentos farmacológicos para os TAs, os benzodiazepínicos surgem como uma das mais relevantes e, embora tragam um alívio imediato para os sintomas, também causam grande dependência e tolerância.

Ao serem questionados sobre onde obtiveram acesso a esses medicamentos, foram observadas 44 respostas entre os entrevistados, das quais 24 foram “Drogarias”; 18 responderam “outros”; e dois afirmaram adquiri-los por meio de sites na internet. Isso aponta o quão fácil tem sido o acesso a esses fármacos de forma indiscriminada e que as drogarias, onde atuam farmacêuticos, têm sido um dos principais locais de acesso a essa dispensação irregular.

**Figura 7:** Levantamento de dados referente ao acesso aos Benzodiazepínicos

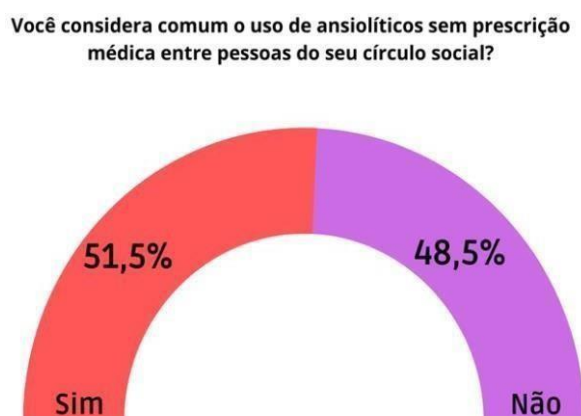


Fonte: Elaboração própria

Segundo Pinto (2013), o uso indiscriminado de Benzodiazepínicos decorre de baixo nível de conhecimento e conscientização da população, falta de controle adequado e envolve não só os usuários, mas os médicos que prescrevem sem critérios adequados, dentre outros fatores.

Quando feita a seguinte pergunta: *Você considera comum o uso de ansiolíticos sem prescrição médica entre pessoas do seu círculo social?* 101 respostas foram obtidas. Dentre essas, 51,5% responderam que *sim*, e 48,5% responderam *não*. Isso reforça o quanto há uma tendência crescente à automedicação e à normalização desse ato entre pessoas próximas. Segue abaixo o gráfico com esses dados:

**Figura 8** - Percepção sobre o Uso de Ansiolíticos sem Prescrição entre o Círculo Social



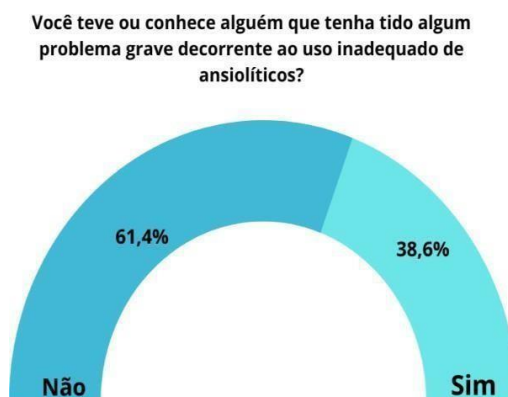
Fonte: Elaboração própria

Segundo a Organização Mundial da Saúde, o Brasil atingiu um marco de 264 milhões de pessoas diagnosticadas com ansiedade, sendo a maioria entre profissionais e estudantes da área da saúde (TOLEDO *et al.*, 2021). Isso reforça o aumento da automedicação por meio de ansiolíticos. Vale ressaltar que o círculo social tem grande influência nessa problemática, já que muitas indicações informais e não profissionais ocorrem nesse meio.

A respeito do conhecimento dos entrevistados sobre pessoas que já tiveram ou conheceram alguém que tenha tido alguns problemas graves decorrente do uso inadequado de

ansiolíticos, como diminuição da capacidade de memória, déficits cognitivos, dentre outros, de 101 respostas, 38,6% responderam que *sim*, e 61,4% responderam *não*. Com esses resultados, é possível ver a problemática em relação ao uso inadequado. Segue abaixo o gráfico com esses dados:

**Figura 9** - Problemas Graves Associados ao Uso Inadequado de Ansiolíticos



**Fonte:** Elaboração própria

Por causa do uso impróprio dessas medicações, algumas pessoas podem passar por perda de memória, discernimento equivocado, momentos de falta de atenção e alterações brutais do estado emocional. Também pode ocorrer de o indivíduo falar devagar e ter dificuldade em pensar e em compreender os outros. Além disso, é possível que quem utilize de forma errônea esses medicamentos tenha movimentos involuntários dos olhos (nistagmo), abstinência, estupor, má coordenação, sono desregulado, (O'MALLEY & O'MALLEY, 2022). Isso evidencia o quanto é importante a orientação e a correta prescrição médica para que haja um tratamento com boa resposta terapêutica, minimizando os riscos envolvidos.

## 6. CONCLUSÕES

A pesquisa realizada entre 28 de setembro e 17 de outubro de 2024, com 103 participantes, revelou que 40,2% dos entrevistados já foram diagnosticados com transtorno de ansiedade, casos que predominam entre jovens adultos, especialmente estudantes universitários. Houve um destaque para o uso de ansiolíticos sem prescrição, com 51,5% dos entrevistados considerando comum seu uso e 38,6% relatando conhecer alguém que enfrentou problemas graves por isso. Esse aumento no uso indiscriminado de benzodiazepínicos reflete o

estresse da vida moderna e a pressão acadêmica, especialmente entre estudantes de áreas da saúde, e levanta a preocupação em relação à dependência e aos efeitos colaterais associados à automedicação.

A pesquisa aponta para a necessidade de ações preventivas nas universidades, como serviços de apoio psicológico e programas de conscientização sobre os riscos do uso inadequado de ansiolíticos. A implementação de terapias como a cognitivo-comportamental (TCC), além de práticas de autocuidado e atividades educativas, pode promover o bem-estar e a saúde mental dos estudantes, oferecendo alternativas mais seguras e sustentáveis ao uso de medicamentos. A criação de um ambiente acadêmico que valorize a saúde mental e ofereça suporte adequado é essencial para reduzir os casos de ansiedade e automedicação, promovendo o desenvolvimento integral dos alunos e preparando-os para os desafios emocionais da vida contemporânea.

## 7. REFERÊNCIAS

ALBUQUERQUE, S. C. de. *Fatores preditores do consumo de benzodiazepínicos por estudantes de um Instituto Federal*. 2022. Dissertação (Mestrado em Enfermagem) – Universidade Federal de Pernambuco, Recife, 2022.

ABREU, M.BG et al. *O paradoxo dos benzodiazepínicos: uma avaliação neurobiológica das consequências do uso e abuso na saúde física e mental*. Brazilian Journal of Health Review, v.6, n.4,p. 16052-160665,2023.

ALENCAR, A.P.L et al. *O uso de antidepressivos e ansiolíticos por acadêmicos dos cursos da saúde: em uma visão farmacêutica*. Revista Científica da UniMais, v.19, n.1,2022.

ALVES, A .N. *Efeitos adversos de longo prazo ao uso de benzodiazepínicos*. Research,Society and Development, v.11, n.14, p. e 330111436322-e330111436322,2022.

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. *Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais - DSM-5*. 5. Ed. Porto Alegre: Artmed, 2014.

BARROS, R.N; PEIXOTO, A.L.A. *Saúde Mental de Universitários: Levantamento de Transtornos Mentais Comuns em Estudantes de uma Universidade Brasileira*. Quaderns de

Psicologia, v.25, n.2, p. e1958-e1958,2023.

BOTELHO, K. V. dos S. S., et al. *A importância da atenção farmacêutica diante do aumento da prescrição e do uso indiscriminado de ansiolíticos, com foco em Benzodiazepínicos e Passiflora Incarnata*. L. Revista Brasileira de Revisão de Saúde, v. 3, p. 11434-11456, 2022. DOI: 10.34119/bjhrv5n3-286.

CARDOZO, M. Q., et al. *Fatores associados à ocorrência de ansiedade dos acadêmicos de Biomedicina*. Revista Saúde e Pesquisa, v. 9, n. 2, maio/ago. Maringá-PR, 2016.

CLARK, D. A; BECK, A.T. *Vencendo a Ansiedade e a Preocupação: Com a Terapia Cognitivo- Comportamental*. Artmed Editora,2024.

DUNN, K. E., et al. *Interações medicamentosas envolvendo benzodiazepínicos: uma visão geral*. Drugs, 2016.

FREIRE,C.M et al. *Análise do uso indiscriminado de benzodiazepínicos em graduandos de medicina de um centro universitário no Piauí*. Brazilian Journal of Health Review, v.6, n.6, p. 28005-28020,2023.

LEONARDI, J.G et.al. *Benzodiazepínicos e seus efeitos no sistema nervoso central*. Revista Saúde em Foco. v.9, p.684-690,2017.

LIMA, D.W.C et al. *Sofrimento psíquico dos universitários de enfermagem no contexto da vida acadêmica*. Revista de Enfermagem da UFSM, v.11,2021.

LIMA, A. P.; SOUZA, R. C. *Efeitos dos benzodiazepínicos no desempenho cognitivo: uma análise crítica*. Revista de Psiquiatria, v. 34, n. 2, p. 40-50, 2021.

LUCENAI, B.B; ABDOII, C.H.N. *Transtorno parafilico: o que mudou com o Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais 5 a Edição ( DSM-5)*.Visite o showroom., p. 94,2014.

MALLEY, Gerald F. O.; MALLEY, Rika O. *Uso indevido de medicamentos ansiolíticos e sedativos*. Manual MSD versão saúde para a família, 2022.

MENDES, C.M.M. *Estudo farmacoepidemiológico de uso e prescrição de benzodiazepínicos em Teresina*, 2015.

MOURA, C. J. C. de. *Uso de benzodiazepínicos entre estudantes de nível superior*. Vitória de Santo Antão, 2021.

OLIVEIRA, F. S. *Automedicação entre estudantes universitários: fatores de risco e implicações à saúde mental*. Saúde Mental em Debate, v. 12, n. 1, p. 118-128, 2020.

PINTO, A. C. *Abordagem do uso indiscriminado de benzodiazepínicos em idosos no município de Laranjinha-MG*. Universidade Federal de Minas Gerais, 2013.

SANTOS, T.C; FERREIRA,C.E.F. *Uma atualização sobre os efeitos adversos do uso do zolpidem*. Revista Científica da Faculdade de Medicina de Campos, v. 19, n.1, p. 57-67,2024.

SILVA, P.H.A et al. *Síndrome convulsiva sintomática por abstinência de benzodiazepínicos: um relato de caso*. In: Congresso de Medicina da UEL. 2024.

SILVA, M. T.; ALMEIDA, J. V.; GONÇALVES, P. R. *Uso de ansiolíticos entre jovens: uma revisão sistemática*. Journal of Anxiety Disorders, v. 45, p. 70-85, 2019.

SILVA, D. R. da; PANOSSO, I. R.; DONADON, M. F. *Ansiedade em universitários: revisão da literatura*. 2018.

SULLIVAN, M. D., et al. *Uso de benzodiazepina e risco de overdose de opioides em pacientes com dor crônica*. The American Journal of Medicine, 2017.

TOLEDO, Aline N.; GOIZ, Aline G.; SILVA, Débora D. Dias; SOUZA, Luan F. B. *O impacto da automedicação por ansiolíticos e antidepressivos*. FIMCA, 2021. DOI: 10.37157/fimca.v8i3.427.

USP. *Entenda a ação dos benzodiazepínicos para tratar a ansiedade*. Jornal da USP, 2023.

VAZ, N. F.; de SOUZA, D. V. S.; ISHIUCHI, G. G. de C. *A atuação do farmacêutico no controle do uso excessivo de benzodiazepínicos para o tratamento de transtornos de ansiedade*.

Revista Contemporânea, v. 3, n. 11, p. 19973-19995, 2023