

DOI: 10.35621/23587490.v11.n1.p1351-1368

AUTOMEDICAÇÃO E O USO INDISCRIMINADO DE PSICOTRÓPICOS

SELF-MEDICATION AND INDISCRIMINATE USE OF PSYCHOTROPIC DRUGS

Maria Vivian Abrantes da Silva¹
Jacía Luciana Gomes Batista Jerónimo²
Diego Igor Alves Fernandes³
José Guilherme Ferreira Marques Galvão⁴
Iris Costa de Sá Lima⁵

RESUMO: Introdução: A automedicação é um problema global, especialmente no Brasil, onde o uso descontrolado de psicotrópicos é alarmante. Esses medicamentos, comuns no tratamento de ansiedade e depressão, trazem riscos como dependência e interações medicamentosas. Alternativas, como terapias psicológicas, muitas vezes são negligenciadas devido a barreiras no acesso à saúde mental. Embora a Portaria n. 344/98, da Anvisa, regule o uso de psicotrópicos, fatores como isolamento e ansiedade sustentam o consumo elevado de substâncias como Clonazepam e Fluoxetina. O comércio ilegal também agrava o problema, refletindo questões sociais e econômicas. O uso inadequado desses medicamentos sobrecarrega o sistema de saúde, especialmente devido a intoxicações e resistência microbiana, afetando mais gravemente crianças e idosos. Como resposta, terapias não-farmacológicas, incluindo yoga, meditação e apoio social, têm se mostrado eficazes ao reduzir a dependência de medicamentos, promovendo cuidados mais acessíveis e holísticos. Diante disso, uma regulamentação mais rigorosa, aliada à ampliação de alternativas terapêuticas, é essencial para enfrentar os impactos da automedicação e do consumo descontrolado de psicotrópicos no Brasil. **Objetivo:** Este trabalho busca descrever a automedicação e o uso indiscriminado de psicotrópicos no Brasil, enfatizando fatores

¹ Discente do Curso de Farmácia do Centro Universitário Santa Maria - UNIFSM, e-mail: 20211004024@fsmead.com.br.

² Discente do Curso de Farmácia do Centro Universitário Santa Maria - UNIFSM, e-mail: 20211004045@fsmead.com.br.

³ Doutor e Docente do Curso de Farmácia do Centro Universitário Santa Maria - UNIFSM, e-mail: 000831@fsmead.com.br.

⁴ Doutor e Docente do Curso de Farmácia do Centro Universitário Santa Maria - UNIFSM, e-mail: guilhermefirst@gmail.com.

⁵ Especialista em Saúde da Família e Docência do Ensino Superior e Docente do Curso de Farmácia do Centro Universitário Santa Maria - UNIFSM, e-mail: iris.csa@hotmail.com.

de risco e implicações para a saúde pública. **Metodologia:** A pesquisa foi conduzida por meio de uma revisão integrativa da literatura em bases como SciELO, PubMed, LILACS e Portal CAPES, abrangendo artigos publicados entre 2019 e 2024. Os descritores "automedicação", "psicotrópicos" e "uso racional", foram combinados com o operador booleano "AND", priorizando estudos em português. **Resultados:** Os resultados apontam que o acesso facilitado a medicamentos controlados, a desinformação e a banalização da medicalização são os principais fatores que contribuem para o consumo inadequado de psicotrópicos. Os estudos revisados, destacam o aumento do uso de benzodiazepínicos durante a pandemia de COVID-19, evidenciando o impacto de fatores emocionais e sociais na automedicação. Pesquisas revelam que estudantes universitários apresentam alta prevalência de uso de psicoativos sem prescrição, frequentemente associado a outros comportamentos de risco. Entre idosos, a polifarmácia e o uso de medicamentos potencialmente inapropriados agravam os riscos de efeitos adversos e dependência. Os resultados ressaltam a necessidade de regulamentações mais rígidas, campanhas educativas e a promoção de terapias alternativas, como intervenções psicossociais e práticas integrativas, para reduzir os danos associados ao uso indiscriminado de medicamentos psicotrópicos. **Conclusão:** O estudo reforça que esforços integrados entre governos, profissionais de saúde e a sociedade são indispensáveis para prevenir os riscos da automedicação, promover o uso racional de medicamentos e melhorar a qualidade de vida da população.

Palavras-chave: Automedicação; Psicotrópicos; Uso Racional de Medicamentos.

ABSTRACT: Introduction: Self-medication is a global issue, particularly in Brazil, where the uncontrolled use of psychotropics is alarming. These medications, commonly used to treat anxiety and depression, pose risks such as dependency and drug interactions. Alternatives, such as psychological therapies, are often neglected due to barriers in accessing mental health care. Although Brazilian regulation, through Anvisa's Ordinance No. 344/98, seeks to control psychotropic use, factors like isolation and anxiety drive the high consumption of substances such as Clonazepam and Fluoxetine. Illegal trade further exacerbates the problem, reflecting social and economic challenges. The improper use of these drugs burdens the healthcare system, especially due to cases of intoxication and antimicrobial resistance, affecting children and the elderly most severely. As a response, non-pharmacological therapies, including yoga, meditation, and social support, have proven effective in reducing medication dependency, promoting more accessible and holistic care. Thus, stricter regulation and expanded access to alternative therapies are essential to address the impacts of self-medication and uncontrolled psychotropic consumption in Brazil. **Objective:** This study aims to describe self-medication and the indiscriminate use of psychotropics in Brazil, emphasizing risk factors and implications for public health. **Methodology:** The research was conducted through an integrative literature review in databases such as SciELO, PubMed, LILACS, and CAPES Portal, covering articles published between 2019 and 2024. The descriptors "self-medication," "psychotropics," and "rational use" were combined using the Boolean operator "AND," prioritizing studies in Portuguese. **Results:** The findings indicate that easy access to controlled medications, misinformation, and the trivialization of medicalization are key factors

*contributing to the improper use of psychotropics. Reviewed studies highlight the increased use of benzodiazepines during the COVID-19 pandemic, showing the impact of emotional and social factors on self-medication. Research reveals that university students exhibit a high prevalence of non-prescription psychotropic use, often associated with other risk behaviors. Among the elderly, polypharmacy and the use of potentially inappropriate medications increase the risks of adverse effects and dependency. The results underscore the need for stricter regulations, educational campaigns, and the promotion of alternative therapies, such as psychosocial interventions and integrative practices, to mitigate the harms associated with indiscriminate psychotropic use. **Conclusion:** The study reinforces that integrated efforts among governments, healthcare professionals, and society are indispensable to prevent the risks of self-medication, promote the rational use of medications, and improve the population's quality of life.*

Keywords: *Self-Medication; Psychotropics; Rational Use of Medications.*

1 INTRODUÇÃO

A automedicação é uma questão global preocupante, particularmente no Brasil, onde se observa a prática regular desse comportamento, muitas vezes desconsiderando orientações médicas (Arrais *et al.*, 2016). O uso indiscriminado de psicotrópicos é alarmante, acarretando riscos como dependência, overdose e interações medicamentosas graves. Esses fármacos, que alteram o Sistema Nervoso Central (SNC), são amplamente prescritos para condições como ansiedade e depressão, mas seu consumo desregulado levanta questões sobre saúde pública e o acesso inadequado a alternativas como a terapia cognitivo-comportamental (Alvarenga; Dias, 2021).

A regulamentação brasileira, por meio da Portaria n. 344/98 da Anvisa, visa controlar o uso desses medicamentos, mas a automedicação persiste, influenciada por fatores como ansiedade e isolamento, sendo comum o uso de substâncias como Clonazepam e Fluoxetina (Moreira *et al.*, 2020). Além disso, o comércio ilegal desses psicotrópicos representa outro risco significativo.

Os medicamentos são essenciais para a manutenção da saúde, mas seu uso inadequado pode resultar em sérias consequências, como reações adversas e resistência microbiana, tornando-se um desafio para a saúde pública global (Moreira *et al.*, 2020). O uso indevido, como a automedicação, é uma prática comum no Brasil e pode agravar quadros clínicos, especialmente entre crianças e idosos, como mostrado pelos dados de intoxicação medicamentosa (Brasil, 2020). A automedicação, frequentemente baseada em conselhos não especializados, substitui a orientação médica, com consequências graves para a saúde da população (Matos *et al.*, 2018).

Embora eficazes no tratamento de transtornos mentais, esses medicamentos apresentam riscos, como dependência e agravamento de quadros psiquiátricos. O aumento das prescrições, muitas vezes sem indicação precisa e por períodos indefinidos, contribui para a superlotação dos serviços de saúde e sobrecarga

econômica (Paiva *et al.*, 2016; Santos, 2014). O Brasil, em particular, apresenta altas taxas de consumo de psicotrópicos, com medicamentos como clonazepam, alprazolam e bromazepam entre os mais vendidos (Brasil, 2022), evidenciando a necessidade urgente de regulamentação.

No entanto, o aumento do consumo de psicotrópicos levanta questões sobre a adequação das prescrições e a necessidade de um uso responsável (Rodrigues *et al.*, 2020).

Em resposta a esses desafios, as medidas não-farmacológicas, como terapias psicológicas e intervenções sociais, emergem como alternativas complementares ao tratamento medicamentoso, oferecendo abordagens holísticas que visam a saúde mental sem os riscos associados ao consumo excessivo de medicamentos psicotrópicos (Schwambach; Queiroz, 2023). Essas práticas, que incluem atividades como yoga, meditação e apoio social, são mais acessíveis e podem reduzir a dependência de medicamentos, promovendo uma abordagem mais equilibrada e individualizada na saúde mental (Nascimento *et al.*, 2021).

Diante desse cenário, este estudo busca compreender o fenômeno da automedicação e do uso indiscriminado de psicotrópicos no Brasil, avaliando fatores subjacentes e suas consequências para a saúde pública. A pesquisa explorará hipóteses relacionadas ao impacto de estresse, acesso limitado a serviços de saúde mental e fatores sociodemográficos nesses padrões de consumo.

2 METODOLOGIA

Para o desenvolvimento deste estudo, foi realizada uma revisão de artigos publicados nas bases de dados Scientific Electronic Library Online (SciELO), PubMed, Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e no Portal CAPES, abrangendo publicações dos últimos cinco anos (2019-2024), utilizando os descritores “automedicação”, “psicotrópicos” e “uso racional”, combinados pelo operador booleano “AND” nas plataformas citadas.

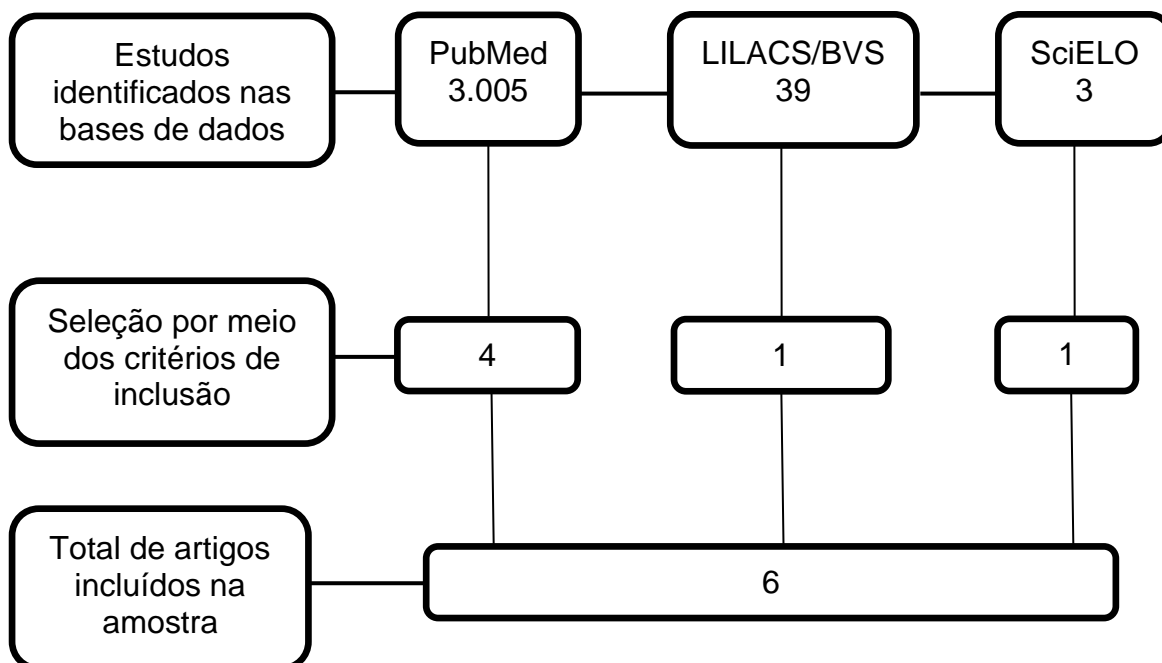
As referências foram selecionadas com base na sua relevância para o tema, focando nas pesquisas relacionadas à automedicação e ao uso indiscriminado de psicotrópicos. Os estudos selecionados passaram por uma análise crítica e foram organizados conforme os aspectos discutidos, incluindo os padrões de automedicação, os tipos de psicotrópicos mais usados, os riscos associados e as implicações para a saúde pública. Essas informações foram consolidadas para fornecer uma visão abrangente sobre o comportamento de automedicação e o uso indevido de psicotrópicos, além de suas consequências para o controle e tratamento de doenças.

Critérios claros de inclusão e exclusão foram estabelecidos para selecionar os artigos pertinentes. Foram incluídos artigos publicados entre 2019 e 2024, em português. Foram excluídos da análise revisões narrativas, relatos de casos, editoriais, artigos com acesso restrito, publicações duplicadas nas bases de dados, artigos em inglês e espanhol e aqueles que não estavam diretamente relacionados ao tema central.

Além disso, foi realizada uma análise das tendências emergentes e lacunas na literatura sobre o uso indiscriminado de psicotrópicos e suas consequências. Os dados extraídos foram comparados e organizados para apresentar uma síntese das abordagens atuais sobre o tema, oferecendo insights sobre as práticas mais comuns de automedicação, seus riscos e as lacunas no conhecimento científico.

No Fluxograma 1, temos exemplificação do fluxo do número de artigos filtrados, identificados e avaliados conforme os descritores e seus critérios de inclusão e exclusão.

Fluxograma 1 - Quantitativo de publicações identificadas e selecionadas com base no mecanismo de busca empregando os descritores estabelecidos.



3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

O Quadro 1 abaixo resume os principais achados dos artigos revisados, e está organizado de forma a auxiliar o leitor a compreender as principais características de cada estudo, como autores, ano de publicação, título, tipo de publicação e instrumento de coleta de dados e base de dados de origem. Esta revisão fornece uma visão geral da literatura recente sobre esse tópico, e destaca lacunas no conhecimento e oportunidades para pesquisas futuras. Portanto, pode servir como ponto de partida para uma compreensão mais profunda na saúde.

Os artigos revisados abordam aspectos distintos relacionados à automedicação com psicotrópicos e práticas de consumo de medicamentos. A metodologia utilizada nas pesquisas inclui abordagens documentais, socioantropológicas e epidemiológicas. Um estudo analisou o uso de substâncias

nootrópicas promovidas em um blog brasileiro, empregando uma análise documental qualitativa para examinar narrativas e comportamentos associados à farmacologização (Castro, 2020). Outro estudo investigou padrões de consumo medicamentoso em idosos na atenção primária à saúde, por meio de entrevistas estruturadas e análise quantitativa transversal (Marinho *et al.*, 2021), enquanto um terceiro explorou dados do Sistema Nacional de Gerenciamento de Protocolos Controlados para avaliar a prescrição e dispensação de benzodiazepínicos durante a pandemia de COVID-19, usando estatística descritiva e análises de associação (Ferreira *et al.*, 2022). Outro estudo identificou o uso de medicamentos psicoativos sem prescrição médica em estudantes de enfermagem, associados ao uso de drogas lícitas e ilícitas (Sousa *et al.*, 2020).

Por meio de diferentes metodologias entre análises empíricas, teóricas, qualitativas e quantitativas, esses estudos fornecem informações sobre diferentes aspectos do problema, incluindo condições de trabalho, respostas, políticas de intervenção e os impactos psicossociais resultantes. As pesquisas revelam preocupações significativas: o uso crescente de nootrópicos reflete a tendência da sociedade em buscar melhorias cognitivas através da automedicação, muitas vezes sem supervisão médica, destacando o impacto das mídias digitais na disseminação de práticas farmacológicas. Entre idosos, a polifarmácia e o uso de medicamentos potencialmente inapropriados, como psicotrópicos, são alarmantes, devido aos riscos de dependência e efeitos adversos para a saúde. Em relação aos benzodiazepínicos, a pandemia intensificou seu uso como resposta às demandas de saúde mental, indicando um processo de medicalização que substitui intervenções psicossociais por farmacológicas. Já entre estudantes de saúde, a disseminação do uso indiscriminado de psicoativos sem prescrição e associados a outras drogas, representam um problema de saúde pública. Tais resultados sublinham a necessidade de regulamentações mais rígidas e estratégias educativas, para evitar os danos associados à automedicação e ao uso indiscriminado de psicotrópicos (Castro, 2020; Sousa *et al.*, 2020; Marinho *et al.*, 2021; Ferreira *et al.*, 2022).

Quadro 1 - Relação de artigos selecionados para estudo.

AUTORES	ANO	TÍTULO	DELIENAMENTO METODOLÓGICO	OBJETIVO	BASE DE DADOS
Castro, B.	2020	Aprimoramento cognitivo e a produção de modos de subjetividade: um estudo sobre o uso de substâncias “nootrópicas” a partir de um blog brasileiro	Análise documental	Analisa o uso de fármacos nootrópicos e suas implicações no aprimoramento cognitivo, destacando a construção de conhecimento sobre esses medicamentos através do blog "Cérebro Turbinado".	SciELO
Sousa, B. O. P <i>et al.</i>	2020	Estudantes de enfermagem: uso de medicamentos, substâncias psicoativas e condições de saúde	Estudo descritivo quantitativo	Avaliar o uso de medicamentos psicoativos sem prescrição médica e suas associações com o uso de substâncias psicoativas e aspectos de saúde entre estudantes de enfermagem.	PubMed
Marinho, J. M. S.	2021	Padrão de consumo medicamentoso: um estudo com idosos na Atenção Primária à Saúde	Estudo descritivo quantitativo transversal	Identificar o padrão de consumo medicamentoso de idosos atendidos na Atenção Primária à Saúde.	PubMed
Ferreira, D. A. <i>et al.</i>	2022	Prescrição e Dispensação de Benzodiazepínicos em Tempos de Pandemia da Covid-19 no Brasil	Estudo epidemiológico, exploratório, quantitativo, documental	Analisar a prevalência da prescrição e dispensação de benzodiazepínicos nas capitais brasileiras, nos 1ºs trimestres de 2020 e 2021, considerando a pandemia do <i>Coronavirus disease-2019</i> (COVID-19).	LILACS
Mazon, M. S.	2022	Consumo de psicotrópicos e estilo terapêutico:	Pesquisa Bibliográfica	Constatou-se a mobilização de dois apelos	PubMed

		os limites do uso racional de medicamentos		distintos e alternáveis para justificar o mercado do metilfenidato: apelo à saúde, apelo ao mercado, visualizado como direito do consumidor.	
Silva, L. B <i>et al.</i>	2024	Automedicação e o uso indiscriminado de psicotrópicos entre jovens	Revisão Narrativa	A ingestão de medicamentos pelos jovens tem crescido bastante, sobretudo, quando se trata de uso indiscriminado de ansiolíticos, ocasiona uma inquietação máxima com o fato da dependência.	PubMed

Fonte: Autoria própria, 2024.

O interessante estudo de Castro (2020) analisou o aumento do uso de medicamentos para aprimoramento cognitivo, conhecidos como nootrópicos, através do blog "Cérebro Turbinado". Esses fármacos são frequentemente utilizados por pessoas que buscam melhorar sua memória, concentração e estado de alerta, especialmente no contexto profissional e acadêmico. O blog destaca que os nootrópicos são vistos como alternativas mais acessíveis e seguras em comparação a medicamentos psicotrópicos, como o metilfenidato e o modafinil, que requerem receita médica para obtenção no Brasil. Os usuários acreditam que os nootrópicos oferecem melhorias cognitivas com menor risco, o que contribui para a prática da automedicação.

As narrativas compartilhadas no blog demonstram como o consumo de nootrópicos está associado à construção de identidades e modos de subjetividade. Os relatos dos usuários revelam um fascínio crescente pelo potencial de manipulação química de suas capacidades cognitivas. O blog propõe que a utilização de nootrópicos, além de ser uma prática de aprimoramento pessoal, contribui para um novo entendimento sobre saúde e desempenho intelectual, promovendo um sentimento de empoderamento entre os usuários. Essa socialização das experiências

reflete um desejo de otimização das funções cognitivas e a crença na eficácia dos nootrópicos como "drogas do século XXI" (Castro, 2020).

A automedicação com nootrópicos levanta questões importantes sobre os limites entre tratamento e aprimoramento. O estudo indica que a crescente medicalização da sociedade e a busca por "soluções mágicas" para melhorar o desempenho intelectual podem levar a práticas que não consideram adequadamente os riscos associados ao uso dessas substâncias. A pesquisa sugere a necessidade de uma discussão crítica sobre a farmacologização da saúde e os impactos sociais e individuais da automedicação, enfatizando que as definições de tratamento e aprimoramento estão se tornando cada vez mais nebulosas (Castro, 2020).

Contribuindo com os resultados apresentados, temos o estudo de Sousa *et al* (2020), revelando que mais da metade dos estudantes de enfermagem (79,2%) utilizou medicamentos psicoativos sem prescrição médica no último ano, com uma prevalência mensal significativa. Essa automedicação está frequentemente associada a outros comportamentos de risco, como o consumo excessivo de álcool e o uso de drogas ilícitas. Os principais motivos para essa prática incluem a facilidade de acesso aos medicamentos, desinformação sobre seus efeitos e a falsa percepção de que são menos perigosos do que as drogas ilegais. Além disso, a pesquisa mostrou que o uso abusivo de tranquilizantes e anfetaminas é particularmente prevalente entre os estudantes, refletindo uma preocupação crescente com a saúde mental e a qualidade de vida dessa população.

As conclusões do estudo indicam que o uso não médico de medicamentos psicoativos está correlacionado com a diminuição da prática de atividades físicas e um padrão de saúde geral comprometido. O abuso de substâncias pode levar a prejuízos significativos na saúde mental e física, além de impactar negativamente o desempenho acadêmico dos estudantes. Uma investigação anterior, nos Estados Unidos, também sugere que aproximadamente um em cada cinco estudantes universitários relatou o uso abusivo de medicamentos sem prescrição, evidenciando um padrão preocupante que se reflete em diferentes contextos acadêmicos (Sousa *et al.*, 2020).

Reforçando esses resultados, temos o estudo de Mazon (2022), que revela uma preocupação crescente com a automedicação de psicotrópicos, especialmente

em contextos onde a medicalização se torna uma solução rápida para problemas emocionais e comportamentais. A pesquisa destaca que em um cenário de crise e incerteza, como o vivido em muitos países da América Latina, a dependência de medicamentos psicotrópicos pode ser vista como uma resposta à pressão social e econômica. A automedicação, nesse contexto, é frequentemente impulsionada pela busca de alívio imediato, levando os indivíduos a recorrerem a substâncias que prometem uma solução rápida para suas dificuldades, sem a devida orientação médica.

Além disso, a pesquisa aponta que a indústria farmacêutica desempenha um papel significativo na promoção da automedicação, ao criar uma narrativa que associa o uso de psicotrópicos à eficácia e à normalização de condições como o TDAH. Essa dinâmica é reforçada pela tangibilidade dos medicamentos, que oferecem uma solução física e palpável para o sofrimento. A pesquisa sugere que essa relação entre a medicalização e a automedicação é alimentada por uma cultura que valoriza a eficiência e a rapidez, muitas vezes em detrimento de uma abordagem mais crítica e informada sobre a saúde mental. Assim, a automedicação se torna uma prática comum, mas arriscada, que pode levar a consequências adversas para a saúde dos indivíduos (Mazon, 2022).

Por fim, as conclusões do estudo ressaltam a necessidade de uma maior conscientização sobre os riscos da automedicação de psicotrópicos e a importância de políticas públicas que promovam o uso racional de medicamentos. A pesquisa sugere que a educação em saúde deve ser uma prioridade, capacitando os indivíduos a tomarem decisões informadas sobre seu tratamento. Além disso, é fundamental que haja um diálogo mais aberto entre profissionais de saúde e pacientes, para que as preocupações sobre a automedicação sejam abordadas de maneira eficaz. A promoção de alternativas terapêuticas e a valorização de abordagens holísticas podem contribuir para reduzir a dependência de psicotrópicos e promover uma saúde mental mais sustentável e equilibrada (Mazon, 2022).

A revisão narrativa de Silva *et al.* (2024) revela que a automedicação, especialmente entre os jovens, é um fenômeno crescente, que traz sérios riscos à saúde. A pesquisa identificou que, dos 30 artigos inicialmente selecionados, 18 foram analisados criticamente, evidenciando a prevalência da automedicação e o uso de

medicamentos sem supervisão médica. A alta taxa de automedicação, que atinge cerca de 89% da população jovem no Brasil, é impulsionada pela facilidade de acesso a medicamentos isentos de prescrição, levando a um uso inadequado e potencialmente perigoso de psicotrópicos. Essa prática não apenas compromete a saúde física e mental dos indivíduos, mas também pode resultar em dependência e agravamento de condições clínicas existentes.

O estudo ainda destaca que o uso irracional de psicotrópicos, como antidepressivos e ansiolíticos, é frequentemente motivado por fatores como ansiedade, depressão e pressões sociais enfrentadas pelos jovens. A pesquisa aponta que muitos adolescentes recorrem a esses medicamentos para lidar com a pressão acadêmica e problemas pessoais, sem a orientação adequada de profissionais de saúde. Essa automedicação pode levar a consequências graves, incluindo reações adversas e overdose, evidenciando a necessidade urgente de intervenções educativas e de conscientização sobre os riscos associados ao uso indiscriminado de medicamentos (Silva *et al.*, 2024).

As conclusões da pesquisa enfatizam a importância de estratégias não farmacológicas e a orientação profissional na prevenção da automedicação. Os autores sugerem que atividades como terapia física e eventos musicais podem ser alternativas eficazes para o tratamento de problemas psíquicos, reduzindo a dependência de psicotrópicos. A pesquisa conclui que a atuação do farmacêutico é imprescindível na orientação dos pacientes sobre o uso seguro de medicamentos, reforçando que a automedicação sem supervisão é um dos principais problemas de saúde pública. Assim, a promoção de práticas de saúde mais seguras e informadas é essencial para proteger a saúde da população jovem e garantir um uso responsável de medicamentos (Silva *et al.*, 2024).

Em outro cenário, o estudo sobre o padrão de consumo medicamentoso entre idosos na Atenção Primária à Saúde revelou um elevado uso de medicamentos, com uma média de 3,15 medicamentos por dia por idoso, e uma preocupação significativa com a automedicação, especialmente no que diz respeito aos psicotrópicos. A automedicação é uma prática que pode ser particularmente arriscada para a população idosa, que já apresenta uma maior vulnerabilidade a efeitos adversos e interações medicamentosas. Embora o estudo tenha indicado que a automedicação

foi rara entre os participantes, a literatura sugere que essa prática é comum entre os idosos, o que levanta questões sobre a real adesão ao tratamento e à percepção dos participantes sobre seu uso de medicamentos (Marinho *et al.*, 2021).

Os psicotrópicos, que incluem antidepressivos, benzodiazepínicos e anticonvulsivantes, foram identificados como uma classe de medicamentos potencialmente inapropriados para os idosos, com 20,63% dos participantes utilizando pelo menos um desses fármacos. O uso desses medicamentos está associado a riscos elevados, como dependência e efeitos colaterais, que podem ser exacerbados em idosos devido a fatores como polifarmácia e comorbidades. A preocupação com a saúde mental dos idosos é ainda mais relevante, considerando que muitos deles podem não ter acesso a cuidados adequados ou a uma avaliação criteriosa do uso desses medicamentos, o que pode levar a um ciclo de automedicação e agravamento da saúde mental (Marinho *et al.*, 2021).

Como resultado preocupante de um cenário recente, temos os resultados do estudo de Ferreira *et al.* (2022) sobre a prescrição e dispensação de benzodiazepínicos durante a pandemia da COVID-19 no Brasil, que revela uma preocupação crescente com a automedicação de psicotrópicos, especialmente em um contexto de aumento da ansiedade e depressão. A pandemia trouxe à tona uma série de desafios emocionais e psicológicos, levando muitos indivíduos a buscar alívio imediato através de medicamentos como os benzodiazepínicos. A facilidade de acesso a esses medicamentos, muitas vezes sem a devida orientação médica, pode resultar em um uso indiscriminado, exacerbando problemas de saúde mental e criando um ciclo vicioso de dependência e automedicação.

Os dados do estudo indicam que, apesar de não ter havido um aumento significativo na prescrição de benzodiazepínicos entre os primeiros trimestres de 2020 e 2021, a cultura da medicalização se intensificou. Isso sugere que, mesmo com a disponibilidade de cuidados de saúde, muitos indivíduos podem optar por se automedicar, em vez de buscar apoio profissional. A automedicação pode ser vista como uma resposta a um sistema de saúde que, em muitos casos, não consegue atender à demanda crescente por serviços de saúde mental, levando as pessoas a recorrerem a soluções rápidas e acessíveis, como os psicotrópicos (Ferreira *et al.*, 2022).

Além disso, o estudo destaca que a automedicação com benzodiazepínicos pode ser particularmente prevalente entre grupos vulneráveis, como mulheres e pessoas com histórico de problemas de saúde mental. Essa tendência é preocupante, pois a automedicação não apenas ignora as nuances do tratamento adequado, mas também pode levar a complicações adicionais, como a piora dos sintomas de ansiedade e depressão (Ferreira *et al.*, 2022).

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A automedicação com psicotrópicos e nootrópicos representa uma preocupação crescente, refletindo problemas estruturais no acesso à saúde, desinformação e a busca por soluções rápidas para questões emocionais e cognitivas. Entre os jovens, especialmente estudantes universitários, a prática está frequentemente associada à pressão acadêmica, consumo de substâncias psicoativas e a percepção equivocada de segurança no uso desses medicamentos. O elevado índice de automedicação nessa população evidencia a necessidade de ações específicas voltadas à conscientização sobre os riscos associados a essas práticas.

No caso dos idosos, a automedicação é agravada pela polifarmácia e pelo uso de medicamentos potencialmente inadequados, como benzodiazepínicos e antidepressivos. A fragilidade dessa população, aliada à dificuldade de acesso a cuidados médicos adequados, aumenta a probabilidade de reações adversas e dependência. Além disso, a falta de avaliação criteriosa no uso de psicotrópicos pode levar a um agravamento da saúde mental, criando um ciclo de uso descontrolado desses medicamentos.

Durante a pandemia de COVID-19, a automedicação ganhou novos contornos, com a intensificação da ansiedade e depressão. Benzodiazepínicos, por exemplo, tornaram-se ainda mais procurados, tanto por prescrição quanto por meios alternativos. Esse contexto destacou lacunas nos serviços de saúde mental, que não conseguiram atender à demanda crescente, levando muitos indivíduos a buscarem alívio imediato por conta própria.

A cultura da medicalização, promovida por uma sociedade que valoriza a eficiência e a resolução rápida de problemas, também contribui para a banalização do uso de psicotrópicos e nootrópicos. Narrativas que associam o uso desses medicamentos a uma maior produtividade e desempenho alimentam a automedicação, ignorando os potenciais riscos à saúde física e mental. Nesse cenário, a ação da indústria farmacêutica e a publicidade em torno de soluções medicamentosas desempenham um papel significativo na perpetuação dessa prática.

Para enfrentar esse problema, é essencial investir em políticas públicas que promovam o uso racional de medicamentos e priorizem a educação em saúde. Campanhas educativas podem esclarecer os riscos da automedicação e reforçar a importância de alternativas terapêuticas seguras. Além disso, a ampliação do acesso a serviços de saúde mental e à integração de terapias não farmacológicas, como apoio psicológico e práticas integrativas, são medidas fundamentais para oferecer suporte efetivo à população.

Por fim, a promoção de um diálogo mais aberto entre profissionais de saúde e pacientes é indispensável. Orientações claras e o fortalecimento do papel do farmacêutico na conscientização sobre o uso seguro de medicamentos podem ajudar a mitigar os danos causados pela automedicação. Uma abordagem integrada e humanizada, que valorize alternativas holísticas e preventivas, é essencial para reduzir os impactos da automedicação e melhorar a qualidade de vida das populações mais vulneráveis.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALVARENGA, Rodrigo; DIAS, Marcelo Kimati. Epidemia de drogas psiquiátricas: tipologias de uso na sociedade do cansaço. **Psicologia & Sociedade**, Belo Horizonte, v. 33, n. 1, p. 1-15, 2021.

BRASIL. Ministério da Saúde. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **Portaria n. 344, de 12 de maio de 1998**. Aprova o Regulamento Técnico sobre substâncias e medicamentos sujeitos a controle especial. Diário Oficial da União, Brasília, DF, ano 136, n. 91, p. 3-27, 15 maio 1998.

BRASIL. Ministério da Saúde. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **Resolução n. 351, de 20 de março de 2020**. Dispõe sobre a atualização do Anexo I (Listas de Substâncias Entorpecentes, Psicotrópicas, Precursoras e Outras sob Controle Especial) da Portaria SVS/MS nº 344, de 12 de maio de 1998, e dá outras providências. Diário Oficial da União, Brasília, DF, ano 158, n. 55-G, p. 5-13, 20 mar. 2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **Venda de medicamentos industrializados**. 2022. Disponível em: <https://www.gov.br/pt-br/servicos/consultar-dados-de-vendas-de-medicamentos-controlados-antimicrobianos-e-outros>. Acesso em: 05 dez. 2024.

BRASIL. Ministério da Saúde. Fundação Oswaldo Cruz. **Sistema Nacional de Informações Tóxico-Farmacológicas**. Casos registrados de intoxicação humana por agente tóxico e faixa etária. Brasil, 2017. Disponível em: https://sinitox.icict.fiocruz.br/sites/sinitox.icict.fiocruz.br/files/Brasil7_1.pdf. Acesso em: 05 dez. 2024.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS: atitude de ampliação de acesso**. 2. ed. Brasília: MS/SAS/DAB, 2015.

CASTRO, Bruno de. Aprimoramento cognitivo e a produção de modos de subjetividade: um estudo sobre o uso de substâncias “nootrópicas” a partir de um blog brasileiro. **Saúde e Sociedade**, São Paulo, v. 29, n. 1, e190936, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0104-12902020190936>. Acesso em: 05 dez. 2024.

DANTAS, Jurema Barros; DUTRA, Adryssa Bringel; GONDIM, Ana Paula Soares. O fenômeno da medicalização da infância: uma discussão no contexto da atenção primária à saúde. In: ALVES, Renata de Sousa; DANTAS, Jurema Barros; LIMA, Aluísio Ferreira (org.). **Práticas contemporâneas no campo da saúde: promoção, atenção e formação em uma perspectiva multiprofissional e interdisciplinar**. Fortaleza: Imprensa Universitária UFC, 2020. Cap. 9, p. 158-176.

DA SILVA, L. B. *et al.* **Automedicação e o uso indiscriminado de psicotrópicos entre jovens**. **Revista Multidisciplinar em Saúde**, v. 5, n. 2, 2024. Disponível em: <https://doi.org/10.51161/integrar/remis/4203>. Acesso em: 10 dez. 2024.

FERREIRA, D. A.; SILVA, P. I. F.; AZEVEDO, M. R. F.; SOUSA, J. R. R.; AZEVEDO, R. L. W. Prescrição e dispensação de benzodiazepínicos em tempos de pandemia da Covid-19 no Brasil. **Revista de Pesquisa: Cuidado é Fundamental** [Internet], v. 14, e11460, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.9789/2175-5361.rpcco.v14.11460>. Acesso em: 05 dez. 2024.

GIL, Antônio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 6. ed. São Paulo: Atlas, 2017.

MARCONI, Marina Andrade; LAKATOS, Eva Maria. **Fundamentos de metodologia científica**. 8. ed. São Paulo: Editora Atlas, 2017.

MARINHO, J. M. S.; MEDEIROS, K. B. A.; FONSECA, R. N. S.; ARAÚJO, T. S.; BARROS, W. C. T. S.; OLIVEIRA, L. P. B. A. Standard drug consumption: a study with elderly people in Primary Health Care. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 74, n. 3, e20200729, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2020-0729>. Acesso em: 05 dez. 2024.

MAZON, Marcia da Silva. **Consumo de psicotrópicos e estilo terapêutico: os limites do uso racional de medicamentos. Estudos de Sociologia**, Araraquara, v. 27, n. esp. 2, e022020, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.52780/res.v27iesp.2.16907>. Acesso em: 10 dez. 2024.

MEDEIROS, Silvana Possani *et al.* Práticas integrativas e complementares: estratégia de cuidado por meio do Reiki em pessoas com depressão. **Research, Society and Development**, Vargem Grande Paulista, v. 9, n. 2, p. 1-17, jan. 2020.

MOREIRA, Thais de Abreu *et al.* Uso de medicamentos por adultos na atenção primária: inquérito em serviços de saúde de Minas Gerais, Brasil. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, São Paulo, v. 23, n. 1, p. 1-15, jun. 2020.

NASCIMENTO, Jessica Cristhyane Peixoto *et al.* Terapias não farmacológicas no tratamento de transtorno do estresse pós-traumático em emergencistas: revisão de escopo. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, São Paulo, v. 55, n. 1, p. 1-11, dez. 2021.

OLIVEIRA, Antoniel Campos. Eficácia da terapia cognitivo-comportamental no tratamento da depressão: revisão integrativa. **Revista Brasileira de Terapias Cognitivas**, Rio de Janeiro, v. 15, n. 1, p. 29-37, jun. 2019.

OLIVEIRA, Liziane Paixão Silva; MARINHO, Maria Edelvacy; FUMAGALLI, Ellen de Oliveira. Nanomedicamentos e os desafios da ANVISA diante da inexistência de um marco regulatório no Brasil. **Amazon's Research and Environmental Law**, Rondônia, v. 3, n. 3, p. 36-51, ago. 2016.

PAIVA, Livia Valérya da Cruz. **Proposta de melhoria no processo de atendimento em uma farmácia de dispensação de psicotrópicos: uma aplicação do LEAN e ferramenta FMEA**. 2021. 72 f. Dissertação (Mestrado em Administração e Controladoria) Universidade Federal do Ceará, Fortaleza, 2021.

RODRIGUES, Patrícia Silveira *et al.* Uso e fontes de obtenção de psicotrópicos em adultos e idosos brasileiros. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 25, n. 11, p. 4601-4614, nov. 2020.

SANTOS, Deivisson Vianna Dantas dos. **A gestão autônoma da medicação: da prescrição à escuta**. 2014. 228 f. Tese (Doutorado em Saúde Coletiva) Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2014.

SCHWAMBACH, Lulara Bermudes; QUEIROZ, Lorena Carnielli. Uso de práticas integrativas e complementares em saúde no tratamento da depressão. **Physis: Revista de Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 33, n. 1, p. 1-33, dez. 2023.

SOUSA, B. O. P.; ANDRÉ, L. T. S.; SOUZA, J.; SANTOS, S. A.; SANTOS, M. A.; PILLON, S. C. Nursing students: medication use, psychoactive substances and health conditions. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 73, Suppl. 1, e20190003, 2020. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/0034-7167-2019-0003>. Acesso em: 05 dez. 2024.