

O USO DE ANSIOLÍTICOS E ANTIDEPRESSIVOS POR ACADÊMICOS DO CURSO DE FARMÁCIA DE UMA UNIVERSIDADE PRIVADA DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO

THE USE OF ANXIOLYTICS AND ANTIDEPRESSANTS BY STUDENTS OF THE PHARMACY COURSE AT A PRIVATE UNIVERSITY IN THE STATE OF ESPÍRITO SANTO

Luara de Oliveira Barcellos¹
Marcos Henrique Porto Araujo²
Eduardo Roberto Cole³

RESUMO

Atualmente cerca de 700 milhões de pessoas sofrem de algum tipo de transtorno neurológico. Estudos brasileiros que avaliam a presença de depressão e ansiedade em universitários indicam elevados índices para ambas as doenças. O presente estudo analisou o uso de ansiolíticos e antidepressivos por acadêmicos do Curso de Farmácia de uma Universidade privada do estado do Espírito Santo, com o objetivo de compreender a prevalência desse consumo e os medicamentos mais utilizados no tratamento de ansiedade e depressão. Com uma abordagem quantitativa e descritiva, a pesquisa foi realizada por meio de um questionário estruturado aplicado a 100 estudantes. A maioria dos participantes era do gênero feminino, com predomínio na faixa etária entre 21 e 25 anos. Em relação aos medicamentos mais mencionados, destacam-se Sertralina, Fluoxetina, Clonazepam e Escitalopram, com destaque para o uso predominante de Sertralina. Entre os participantes, muitos relataram o uso diário desses medicamentos e tempo de uso variando de 1 a 3 anos. Dentre os efeitos adversos mais comuns, destacam-se alterações no sono, cansaço, cefaleia e falta de coordenação motora. A maioria dos entrevistados que utilizam esses medicamentos realizam acompanhamento médico. Esses dados reforçam a importância de apoio e monitoramento para promover a saúde mental e o bem-estar dos estudantes.

Palavras-chave: Ansiedade, Depressão, Psicotrópicos, Saúde Mental.

ABSTRACT

Currently around 700 million people suffer from some type of neurological disorder. Brazilian studies that evaluate the presence of depression and anxiety in university students indicate high rates for both diseases. The present study analyzed the use of anxiolytics and antidepressants by students of the Pharmacy Course at a private University in the state of Espírito Santo, with the aim of understanding the prevalence of this consumption and the most used medications in the treatment of anxiety and depression. With a quantitative and descriptive approach, the research was carried out using a structured questionnaire applied to 100 students. The majority of participants were female, with a predominance of the age group between 21 and 25 years old. Regarding the most mentioned medications, Sertraline, Fluoxetine, Clonazepam and Escitalopram stand out, with emphasis on the predominant use of Sertraline. Among the participants, many reported daily use of these medications and duration of use ranging from 1 to 3 years. Among the most common adverse effects are changes in sleep, tiredness, headache and lack of motor coordination. The majority of respondents who use these medications undergo medical monitoring. These data reinforce the importance of support and monitoring to promote students' mental health and well-being.

Keywords: Anxiety, Depression, Psychotropics, Mental Health.

1 INTRODUÇÃO

¹Acadêmica do Curso de Farmácia da Universidade Vila Velha. E-mail: luara.obarcellos@gmail.com

²Acadêmico do Curso de Farmácia da Universidade Vila Velha. E-mail: marcosharaujo@hotmail.com

³Docente do Curso de Farmácia da Universidade Vila Velha, Doutor em Química (UFES). E-mail: educole@uvv.br

Indivíduos com depressão geralmente apresentam um transtorno de ansiedade, evidenciado por uma preocupação com muitas ocorrências, inquietação, problemas de concentração e insônia (ZUARDI, 2017). Há uma predominância global de diagnósticos de transtornos psiquiátricos relacionados à ansiedade e depressão, com 3,6% manifestando ansiedade e 4,4% manifestando depressão (WHO, 2017 *apud* BAUCHROWITZ et al., 2019).

É necessário que se busque tratamentos para que os sintomas sejam controlados. Dois tipos de abordagem terapêutica têm sido adotados para tratar pessoas com transtornos depressivos, sendo elas psicoterapia e terapia medicamentosa com antidepressivos. Na literatura é relatado que se tem aumentado o uso de psicofármacos nas últimas décadas, principalmente os antidepressivos (RIBEIRO et al., 2014).

A depressão é considerada uma disfunção neuroquímica que depende do fator hereditário e até mesmo do local da lesão em algumas áreas do cérebro devido às mudanças psicoemocionais de um indivíduo ao longo de sua vida. Quando ocorre por etiologias psicogênicas e/ou ambientais a depressão é tida como produto de fatores exógenos (MOREIRA et al., 2014).

Nesse sentido, o tratamento medicamentoso evolui como uma preferência do paciente, muitas vezes relacionada a tabus, preconceitos e medo de ser rotulado; normalmente, os pacientes não se automedicariam. Como resultado desse pensamento estereotipado, a automedicação entra em cena na maioria das vezes como uma alternativa. É nesse ponto que o monitoramento familiar e profissional deve entrar em cena para que eles possam ser aconselhados sobre os benefícios prospectados do tratamento medicamentoso e os riscos que vêm com ele (MOREIRA et al., 2014).

Indivíduos que estão passando, por exemplo, por um ajuste ao ensino superior também estão passando por um amadurecimento do estágio da adolescência para assumir as responsabilidades da vida adulta e, portanto, é um jovem adulto (LOPEZ et al., 2011). Essas mudanças podem criar conflitos psicológicos devido à dificuldade de aprendizado, às grandes demandas acadêmicas e à tentativa de se ajustar a novos ritmos na vida (BORINE; WANDERLEY; BASSITT, 2015). Outros fatores que também desempenham um papel no desenvolvimento desses transtornos são esforços para conciliar estudo e trabalho, o que pode levar à exposição constante a situações estressantes. Portanto, transtornos de ansiedade e depressão podem ser formados. Estatísticas provam que episódios depressivos se acumulam em idades mais jovens na vida acadêmica, com transtornos psiquiátricos desenvolvidos por 15% a 29% dos alunos e sintomas depressivos em 28% das pessoas de 18 a 24 anos (CYBULSKI; MANSANI, 2017).

SOUZA et al. (2021) descrevem que os medicamentos para o tratamento de depressão e ansiedade são os principais esforços de atuação que são colocados em prática pelo profissional que lida com um paciente diagnosticado com depressão e ansiedade. Além disso, outros métodos de tratamento não farmacológicos provaram ser eficazes e o uso de drogas psicotrópicas é destacado e sobressai ao fato dos efeitos terapêuticos que são previsíveis e por sua variedade. Geralmente tendem a aliviar os sintomas por meio de seus efeitos ansiolíticos, antidepressivos, sedativos dentre outros. Os autores destacam ainda que o aumento de casos de depressão e ansiedade entre jovens estudantes universitários é o reflexo real dessa situação de saúde mental que pode ser denominada como o mais recente mal moderno. Nesse sentido, estudos relativos à medicalização de antidepressivos e ansiolíticos e seus modos de administração e assistência médica têm precedência e são altamente informativos no que diz respeito ao discurso sobre o tópico de abordagens de prevenção e qualidade de vida para os estudantes universitários detectados com tais enfermidades.

2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

2.1 SAÚDE MENTAL DOS ESTUDANTES

A saúde mental dos estudantes e a adaptação ao ensino superior têm sido o foco de muitas investigações, mas a literatura está longe de estar saturada. Maiores taxas de prevalência de sintomas de ansiedade e depressão são sugeridas na população universitária em comparação à população em geral. Elas até sugerem um aumento nos últimos anos (PADOVANI et al., 2014).

O sofrimento mental dos estudantes universitários parece estar conectado a uma sucessão de demandas próprias do contexto de ingresso na universidade. Tais demandas envolvem a necessidade de adaptação relacionada à moradia, ao suporte social, à autonomia, às exigências relacionadas aos conteúdos abordados nos cursos, entre outras (PADOVANI et al., 2014).

Vários estudos retratam os fenômenos relacionados ao ajuste do aluno e à saúde mental. Bore et al. (2016) e Oliveira e Dias (2014) destacam necessidade de pesquisas e intervenções com a população universitária. Isso ocorre porque a mudança para a vida acadêmica parece ser uma experiência potencialmente estressante para os jovens alunos, o que pode influenciar como eles aproveitarão as oportunidades oferecidas pela universidade – tanto no treinamento profissional quanto no desenvolvimento psicossocial. A maioria dos estudos aborda essa questão identificando primeiro os problemas que os alunos enfrentam (MORENO; SOARES, 2014; PADOVANI et al., 2014) ou de sintomas por eles apresentados, destacando diagnósticos como “ansiedade”, “estresse” e “depressão” (MAHMOUD et al., 2012; PERSAUD; PERSAUD, 2016). Dessa forma, embora importantes para a compreensão da realidade dessa população e para a problematização do fenômeno em questão, essas informações não descrevem ou caracterizam os repertórios específicos que os alunos precisam desenvolver para manejar adequadamente tais situações, nem descrevem como são feitas as intervenções nesse contexto ou formas de amenizar ou resolver tal situação.

Entretanto, alguns estudos relatam as variáveis relacionadas aos comportamentos que os alunos têm que exibir para se ajustarem ao contexto acadêmico. Bore et al. (2016), Stolik e Lafreniere (2015) refletem que alguns fenômenos são explicados de forma pouco sistematizada e muitas vezes com nomenclaturas diferentes para se referir à mesma coisa. Um exemplo é a variável relacionada ao contato social entre os alunos nas primeiras semanas, que é apresentada como “integração com os alunos”, “inserção social”, “acolhimento dos alunos” (TEIXEIRA; CASTRO; ZOLTOWSKI, 2012), “acolhimento dos estudantes” (OLIVEIRA; SANTOS; DIAS, 2016) e “amizades estabelecidas” (OLIVEIRA et al., 2014).

2.2 TRANSTORNOS MENTAIS COMUNS

O transtorno mental é visto como algo negativo e automaticamente relacionado com improdutividade, incapacidade, reclusão e até mesmo com a periculosidade, deste modo, o indivíduo passa a ser rotulado pelo transtorno e por todas as atitudes negativas que o mesmo traz, assim submergindo a subjetividade (SOUSA et al., 2016).

Existem situações que facilitam o surgimento do sofrimento mental, enquanto outras situações são consideradas fatores protetivos para evitar o aparecimento de sintomas do Transtorno Mental Comum. Os fatores adversos contribuem para o adoecimento mental, por meio das características pessoais se tem, por exemplo: a baixa autoestima, imaturidade cognitiva/emocional, dificuldades de comunicação, uso abusivo de álcool e outras drogas e doenças físicas. Já os fatores de proteção evidenciam a autoestima, a capacidade de resolver e enfrentar problemas, habilidades de comunicação e saúde física (VENTURINI; GOULART, 2016).

Venturini e Goulart (2016) destacam que entre os fatores do meio social estão a solidão, luto, abandono, conflitos familiares, violência e abusos, fracasso escolar, pobreza, pressão no trabalho e desemprego. Os fatores de proteção estão associados ao apoio social e familiar, sensação de segurança, sucesso escolar, segurança econômica e realização profissional. Consideradas como fatores ambientais estão a falta de serviços básicos, injustiça e discriminação, desigualdade de gênero, desigualdade social, desastres e guerras. Os fatores de proteção correspondem ao acesso de serviços básicos, justiça social, tolerância, integração, igualdade de gênero, igualdade social e segurança pessoal.

2.2.1 Antidepressivos e Ansiolíticos: Conceitos e Uso

Ansiolíticos são medicamentos usados para o tratamento de uma variedade de transtornos psiquiátricos, particularmente ansiedade. Por causa da sedação, eles são frequentemente chamados de medicamentos sedativos. No entanto, inúmeras dúvidas e mitos envolvem o conceito de ansiolíticos até hoje. O termo ansiolítico se resume a sedativo, em última análise, o termo mais familiar para essa classe de medicamentos. Mas os agentes anti-ansiedade são muito mais do que isso. Eles agem no sistema nervoso central, equilibrando a comunicação dos neurotransmissores. Isso pode resultar em uma diminuição ou eliminação de alguns sentimentos ruins experimentados pelo paciente. Isso os torna medicamentos muito eficazes para o tratamento de uma série de diferentes transtornos psiquiátricos (VIEIRA, 2018).

Os ansiolíticos mais comumente usados são os benzodiazepínicos. Eles agem no neurotransmissor GABA (ácido gama-aminobutírico) no sistema límbico. Portanto, eles agem centralmente, reequilibrando os neurotransmissores para reduzir o estado de alerta. Assim, os ansiolíticos benzodiazepínicos podem aliviar o estresse e a ansiedade com relaxamento resultante e sedação leve (NORDON et al., 2009).

Os antidepressivos são medicamentos que agem aumentando a disponibilidade de um ou mais neurotransmissores, como a Noradrenalina e a Serotonina nas sinapses. É por meio dessa ação que o estado geral do paciente é melhorado e, assim, pode-se, por exemplo, restaurar o humor, função que levou à adoção do termo antidepressivo. Esse bom humor vem automaticamente do bom funcionamento dos neurotransmissores. Vale ressaltar que os antidepressivos não podem ser resumidos às “pílulas da felicidade” como são comumente chamadas. Até porque esses medicamentos são indicados exclusivamente para tratamento em casos comprovados de depressão; portanto, não é o caso de todas as condições clínicas e laboratoriais “normais” dos pacientes administrados com esses medicamentos sentirem euforia à medida que o medicamento atua. Por esse motivo, o medicamento é admitido por trazer melhora em seus resultados em pacientes com depressão (BORGES et al., 2015).

Borges et al. (2015) abordam que os estimulantes psicoesportivos são atualmente uma das preocupações de saúde mais importantes, assim como a metanfetamina (Ice[®] ou Pervitin[®]) e o metilenodioximetanfetamina/MDMA (Ecstasy[®]). Os estimulantes têm efeitos significativos na função mental e no comportamento, produzindo excitação e euforia, reduzindo a fadiga, aumentando a atividade motora, dilatando as pupilas e aumentando a frequência cardíaca e a pressão arterial.

2.2.2 Estratégias para o Controle de Uso de Psicotrópicos

Os transtornos de ansiedade são muito prevalentes entre os transtornos psiquiátricos. O quadro clínico desses transtornos caracteriza-se por sintomas somáticos, cognitivos, comportamentais, emocionais e perceptivos, e pela presença de sintomas físicos, na maioria das vezes acompanhados de pensamentos catastróficos associados a modificações no comportamento. A maioria dos transtornos de ansiedade pode ser tratada com medicamento. A

necessidade e o grau de indicação do tratamento farmacológico dependem do tipo de transtorno, da probabilidade de remissão espontânea, da gravidade e de sua interferência nas atividades sociais e ocupacionais (SALUM JUNIOR; MANFRO; CORDIOLI, 2014).

O Ministério da Saúde retrata que se deve considerar que a decisão pelo uso de um psicotrópico depende do diagnóstico, incluindo eventuais comorbidades. Para muitos transtornos, a terapia medicamentosa é preferencial. Neste caso, é importante a definição de um plano terapêutico, destacando-se os efeitos desejáveis, os adversos, e a adesão ao tratamento. Ao mesmo tempo, psicoterapias podem ser a primeira opção, ou ainda, a combinação de ambos pode ser uma escolha para situações específicas. O contexto em que se inserem as pessoas, as inúmeras e diversas circunstâncias de vida, familiares e de doenças podem levar a manifestações clínicas que, se superadas, não necessitam de tratamento medicamentoso. Por sua vez, pacientes acometidos por problemas de saúde psíquica são comumente atendidos por generalistas, que necessitam desenvolver a habilidade diagnóstica e reconhecer estratégias de tratamento adequadas (BRASIL, 2013).

2.2.3 Consequências do Uso Prolongado de Antidepressivos e Ansiolíticos

O uso abusivo de antidepressivos e ansiolíticos é uma preocupação crescente na sociedade atual pois quando utilizados de forma inadequada ou em excesso, podem trazer sérios riscos à saúde física e mental dos indivíduos (HUTTON et al., 2023).

Além da dependência, o uso abusivo desses medicamentos também pode levar a efeitos colaterais graves. O organismo pode sofrer com problemas digestivos, alterações no sono, ganho de peso, diminuição da libido, entre outros. Esses efeitos podem comprometer a qualidade de vida do indivíduo e até mesmo agravar os sintomas que levaram à prescrição do medicamento inicialmente (GONZÁLEZ-LÓPEZ et al., 2022).

Além disso, o uso abusivo desses medicamentos pode mascarar problemas emocionais e psicológicos que precisam ser tratados de forma mais abrangente. Ao buscar apenas a solução rápida dos sintomas com o uso de medicamentos, o indivíduo pode deixar de lado a necessidade de terapias e abordagens terapêuticas que poderiam trazer benefícios duradouros para sua saúde mental (TAVARES et al., 2022).

Loyola Filho et al. (2022) relatam que o uso abusivo de antidepressivos e ansiolíticos representa um perigo para a saúde física e mental dos indivíduos. A dependência, os efeitos colaterais, a resistência aos medicamentos e a falta de abordagem completa dos problemas emocionais são alguns dos riscos envolvidos. É essencial buscar orientação médica adequada e considerar outras opções de tratamento para garantir um cuidado eficaz e seguro.

3 MATERIAL E MÉTODOS

Trata-se de um estudo quantitativo, descritivo e transversal com estudantes do curso de Farmácia de uma Universidade privada do estado do Espírito Santo, buscando avaliar o consumo de ansiolíticos e antidepressivos por esses alunos. O estudo também investigou se o uso desses medicamentos era resultado de prescrição médica ou automedicação.

A pesquisa adotou uma abordagem quantitativa, coletando dados numéricos que foram analisados estatisticamente para delinear um quadro sobre o tema investigado. O levantamento dos dados foi realizado por meio de um questionário, elaborado no Microsoft Forms[®], com perguntas essenciais, como idade, gênero, medicamentos utilizados, uso combinado com outras substâncias, entre outros dados, que permitiram identificar o perfil dos usuários. Os formulários foram distribuídos aos participantes através de abordagens diretas em sala de aula, grupos de WhatsApp e através de redes sociais, no período de agosto a setembro de 2024.

Todos os participantes que aceitaram fazer parte da pesquisa concordaram previamente com o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), que foi apresentado antes do início do questionário. Apenas os indivíduos com mais de 18 anos e que concordaram com o termo puderam responder as perguntas. Os formulários foram enviados a todos os alunos, mas a análise teve ênfase nas respostas daqueles que indicaram o uso de psicotrópicos.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Dentre os 100 acadêmicos entrevistados, 74 (74%) eram do gênero feminino, o que corresponde à maioria da amostra. No estudo realizado por Bauchrowitz et al. (2019), ao avaliar a prevalência de uso de psicofármacos por acadêmicos de graduação, o gênero feminino também se mostrou majoritário, correspondendo a 65,6% da população total analisada.

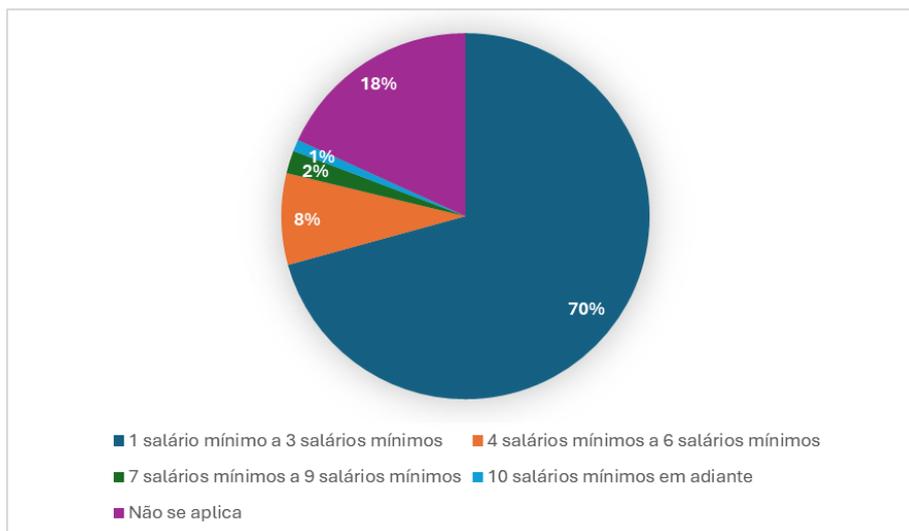
Em relação à faixa etária, a maior concentração foi de acadêmicos entre 21 e 25 anos, totalizando 47 (47%) dos participantes. Esse dado também apresenta semelhança com o estudo de Bauchrowitz et al. (2019), que encontrou uma predominância de entrevistados entre 20 e 22 anos, correspondendo à aproximadamente 41% da amostra.

Tabela 1. Distribuição dos acadêmicos do Curso de Farmácia incluídos na amostra de acordo com gênero e faixa etária (n=100).

Gênero	(n)	(%)
Feminino	74	74
Masculino	26	26
Faixa etária	(n)	(%)
17-20 anos	17	17
21-25 anos	47	47
26-30 anos	15	15
31-35 anos	3	3
35-40 anos	4	4
40-45 anos	8	8
Acima de 45 anos	5	5

Em relação a renda familiar dos estudantes, 70% afirmaram que a mesma se encontra entre 1 e 3 salários-mínimos, o que pode impactar diretamente a qualidade de vida dos alunos, uma vez que impede o acesso a atividades que promovem saúde mental, como práticas esportivas e sessões de terapia. A pressão financeira, pode influenciar diretamente nas demandas acadêmicas, contribuindo para o aumento do estresse e da ansiedade entre os estudantes. Estudantes com rendas mais baixas podem enfrentar maiores dificuldades em equilibrar estudo e trabalho, e isso pode ampliar a pressão, e conseqüentemente afetar o desempenho acadêmico.

Figura 1. Renda familiar dos acadêmicos do Curso de Farmácia.



Dentre os entrevistados, 45% relataram que já usaram algum medicamento para melhorar os sintomas de ansiedade e depressão. Os valores estão bem acima do obtido por Carvalho et al. (2017) em seu estudo sobre a situação de saúde mental de acadêmicos do curso de odontologia, onde 10% relataram utilizar ou já terem utilizado medicamentos antidepressivos. Excede também o trabalho de Rezende et al. (2019), com estudantes em uma instituição de ensino superior, onde observou que 81,67% mencionaram não fazer ou nunca fizeram uso desses medicamentos. Dentre os medicamentos mais utilizados pelos entrevistados, a Sertralina foi mencionada por 16 acadêmicos (35,57%), o Clonazepam por 15 (33,30%) e a Fluoxetina por 12 (26,70%), conforme mostrado na Tabela 2.

Tabela 2. Os medicamentos citados pelos entrevistados que fazem uso de antidepressivos e ansiolíticos.

Medicamentos mais citados	(n)	(%)
Sertralina	16	35,57
Clonazepam	15	33,30
Fluoxetina	12	26,70
Escitalopram	8	17,80
Alprazolam	7	15,56
Bupropiona	7	15,56
Desvenlafaxina	6	13,33
Carbonato de Lítio	5	11,11
Amitriptilina	5	11,11
Quetiapina	5	11,11
Venlafaxina	3	6,66
Trazodona	3	6,66
Topiramato	2	4,44

*Alguns entrevistados utilizaram ou utilizam mais de um tipo de medicação.

A Sertralina, Fluoxetina e Escitalopram pertencem à classe dos inibidores seletivos da recaptação de serotonina (ISRS), os quais atuam aumentando a disponibilidade de serotonina no sistema nervoso central, um neurotransmissor crucial para a regulação do humor, contribuindo assim para a redução dos sintomas depressivos e ansiosos. Por sua vez, o Clonazepam e o Alprazolam fazem parte da classe dos benzodiazepínicos, caracterizados por sua ação no sistema nervoso central ao estimularem o neurotransmissor inibitório ácido gama-aminobutírico (GABA). Este mecanismo potencializa a atividade do GABA, promovendo efeito ansiolítico e sedativo, o que os torna amplamente indicados para o controle de sintomas de ansiedade e insônia associada a esses transtornos. No entanto, seu uso prolongado requer

monitoramento devido ao risco de dependência. A Bupropiona, por outro lado, atua como um inibidor da recaptação de noradrenalina e dopamina (IRND), proporcionando um efeito antidepressivo distinto. Este medicamento é particularmente eficaz em quadros de depressão onde se observam sintomas de baixa energia e motivação, pois seu mecanismo de ação aumenta a disponibilidade desses neurotransmissores no cérebro, reforçando o tratamento antidepressivo (BAUCHROWITZ, 2019).

Com relação ao uso atual de tais fármacos, 23% dos acadêmicos relataram ainda fazer uso de algum ansiolítico ou antidepressivo. Dentre esses, destacam-se o Clonazepam (22%), Fluoxetina (13%) e Desvenlafaxina (13%).

Em relação a frequência de uso, considerando os acadêmicos que utilizam ou já utilizaram esse tipo de medicação, 49% relataram consumo diário (atual ou passado), destacando a necessidade constante desses medicamentos para o controle de condições psicológicas. O uso diário de tais fármacos pode impactar significativamente a rotina e a qualidade de vida de uma pessoa e dessa forma, seu uso contínuo requer monitoramento médico devido a possíveis efeitos colaterais, como sedação, dependência e alterações em seu comportamento. De acordo com a pesquisa, 28 (62%) dos acadêmicos que relatam uso atual ou passado dos fármacos, fazem acompanhamento médico.

Tabela 3. Frequência de uso de ansiolíticos e antidepressivos por acadêmicos do Curso de Farmácia.

Frequência de uso	(n)	(%)
1 a 2 vezes na semana	2	4,44
3 a 4 vezes na semana	0	0
5 a 6 vezes na semana	2	4,44
Todos os dias	22	49
Somente quando há sintomas	4	9

Em relação ao diagnóstico médico, 37% dos entrevistados relataram possuir um diagnóstico formal para o uso de antidepressivos ou ansiolíticos, o que coincide com os achados de Istilli et al. (2010), em seu estudo sobre uso de antidepressivos por acadêmicos de enfermagem, onde ficou evidenciado que a maioria dos usuários de antidepressivos acreditam que a orientação feita pelo profissional de saúde, quanto ao uso adequado de medicamentos, aumenta a segurança e confiança na terapia

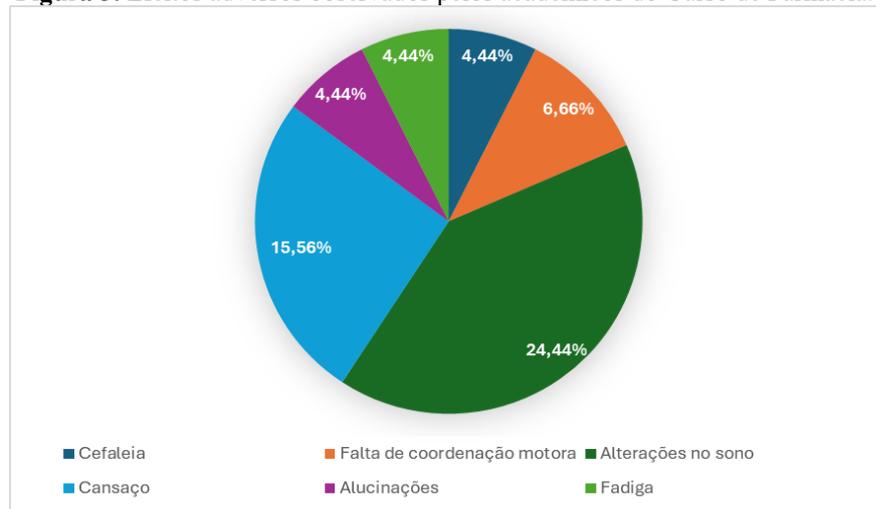
Em relação ao tempo de uso, 15 (33%) entrevistados afirmaram que começaram a fazer uso de antidepressivos ou ansiolíticos à cerca de 1 a 3 anos e 30 (67%) informaram não fazer uso desses medicamentos.

Em relação ao acompanhamento médico, 37 (82%) dos acadêmicos mencionaram que fazem o acompanhamento médico para o uso de ansiolíticos ou antidepressivos e 8 (18%) afirmaram não fazer o acompanhamento médico para o uso desses medicamentos, o que é corroborado pelo trabalho de Santos et al. 2023, acerca do uso de antidepressivos por acadêmicos de medicina, onde 76% afirmaram fazer o uso desses medicamentos com prescrição médica e 2% relataram usar os medicamentos sem prescrição médica.

Dentre os acadêmicos entrevistados, a maioria compra os medicamentos com receita do profissional que faz seu acompanhamento; 2% declararam comprar ansiolíticos ou antidepressivos sem receita médica, e 11% dos entrevistados relataram conseguir receita para comprar o medicamento com outro médico.

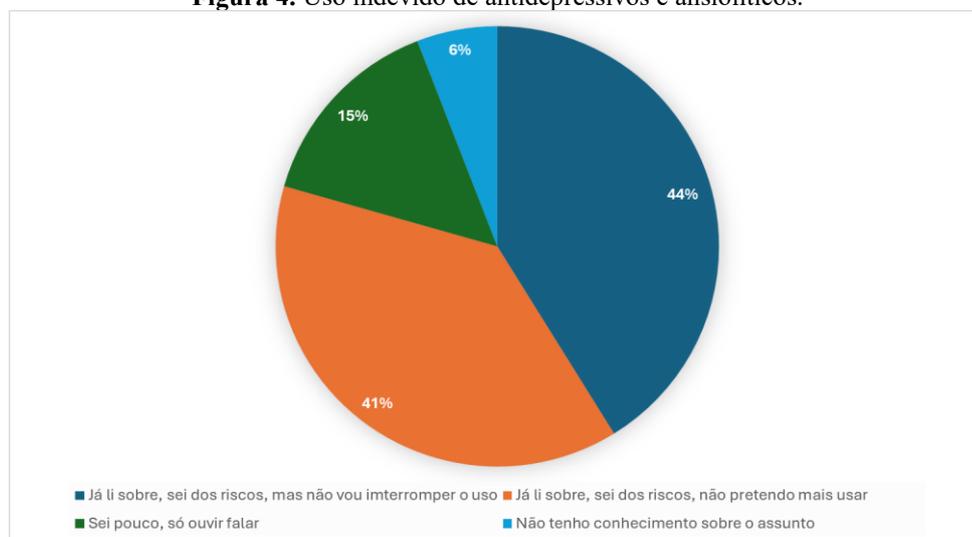
Os efeitos adversos associados ao uso de antidepressivos e ansiolíticos relatados foram vários, os mais citados incluem: alterações no sono, cansaço, falta de coordenação motora, cefaleia, conforme apresentado na Figura 3, além de sudorese, esquecimento, tremedeira, taquicardia e inquietação. Marchi et al. (2013), em seu trabalho com acadêmicos de enfermagem, encontrou esse mesmo perfil de efeitos adversos.

Figura 3. Efeitos adversos observados pelos acadêmicos do Curso de Farmácia.



De acordo com a Figura 4, 44% dos entrevistados afirmaram que sabem do risco, mas não irão interromper o uso desses medicamentos e 41% afirmaram que sabem do risco, mas decidiram não seguir com o uso desses medicamentos, o que coincide com o estudo de Ribeiro et al. (2014). Isso reforça o papel das instituições de ensino da área da saúde em frisar a importância do conhecimento sobre esses medicamentos.

Figura 4. Uso indevido de antidepressivos e ansiolíticos.



Dentre os entrevistados, 22% relataram conhecer alguém que faz uso de antidepressivos e ansiolíticos sem prescrição médica, o que pode resultar em práticas de automedicação. As principais características da automedicação são: substituição de receitas médicas por sugestões e informações repassadas por terceiros não qualificados, principalmente entre familiares, amigos ou atendentes de farmácia; reaproveitamento de receitas antigas, que foram aplicadas anteriormente sem consultar um médico ou especialista adequado na área. A automedicação é considerada uma prática muito antiga e apresentando-se por si só como uma forma de autocuidado e tratamento realizado sem a orientação de um profissional qualificado (CRUZ; CARAMONA; GUERREIRO, 2015). O consumo de medicamentos sem o devido conhecimento pode levar a efeitos nocivos à saúde e até mascarar os sintomas acometendo condições mais graves (CARDOSO et al., 2018).

Quanto ao objetivo do tratamento com antidepressivos e ansiolíticos, 34 acadêmicos (76%) relataram ter conseguido atingir o propósito do tratamento com esses medicamentos, enquanto 11 (24%) afirmaram não ter alcançado os resultados esperados. Além disso, os acadêmicos mencionaram algumas estratégias auxiliares no tratamento da ansiedade e depressão, sendo a terapia e a prática de atividade física as mais citadas. Evidências recentes, como destacada por Wang et al. (2022), reforçam a relação entre a prática regular de atividade física e uma redução significativa no risco de desenvolvimento de depressão e outros transtornos psicológicos ao longo do tempo. Estudos como o de Mendes et al. (2021) e Dang et al. (2021) destacam que a prática regular e constante de atividade física associada a uma dieta balanceada está associada a uma diminuição significativa nos sintomas depressivos.

5 CONCLUSÃO

Este estudo evidenciou uma alta prevalência do uso de antidepressivos e ansiolíticos entre os estudantes do curso de Farmácia, refletindo uma alta demanda por tratamentos para sintomas de ansiedade e depressão nessa população. Observou-se que, embora a maioria dos estudantes faça uso desses medicamentos com acompanhamento médico, ainda existem casos de automedicação, prática que pode acarretar efeitos adversos e risco à saúde.

O trabalho destaca a eficácia dos medicamentos na redução dos sintomas de ansiedade e depressão, com boa parte dos acadêmicos relatando ter alcançado os objetivos do tratamento. No entanto, os efeitos adversos, como dependência, tolerância e falta de coordenação motora revelam a necessidade de um monitoramento rigoroso para minimizar impactos na qualidade de vida dos estudantes.

Portanto, os resultados destacam a relevância de intervenções educativas sobre o uso racional de medicamentos e os riscos da automedicação. É essencial que as instituições de ensino e os profissionais de saúde promovam o conhecimento sobre os efeitos, interações medicamentosas e alternativas terapêuticas, garantido o uso seguro de antidepressivos e ansiolíticos e uma abordagem preventiva à saúde mental dos estudantes universitários.

REFERÊNCIAS

BAUCHROWITZ, Carolina et al. Prevalência de uso de psicofármacos por acadêmicos: efeitos do processo de graduação. **Brazilian Journal of Development**, v. 5, n. 11, p. 24815-24933, 2019.

BORE, Miles et al. Predictors of psychological distress and well-being in a sample of Australian undergraduate students. **Higher Education Research & Development**, v. 35, n. 5, p. 869-880, 2016.

BORGES, Tatiana Longo et al. Prevalência do uso de psicotrópicos e fatores associados na atenção primária à saúde. **Acta Paulista de Enfermagem**, v. 28, p. 344-349, 2015.

BORINE, Rita de Cássia Calderani; WANDERLEY, Kátia da Silva; BASSITT, Débora Pastore. Relación entre la calidad de vida y el estrés en académicos del área de salud. **Estudos Interdisciplinares em Psicologia**, v. 6, n. 1, p. 100-118, 2015.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Saúde mental: cadernos de atenção básica**. Brasília, 2013.

CARDOSO, Liliane de Almeida; ANDRADE, Nayranna Fernanda Ribeiro Barbosa; SOUSA, Isabelle Guedes da Silva; SOUZA, Cinthya Maria Pereira de. **Perigos da automedicação irresponsável**. In: Editora Realize. 2018.

CARVALHO, M. C. P. et al. Levantamento da situação de saúde mental e uso de ansiolíticos e antidepressivos por acadêmicos do curso de odontologia de uma universidade do sul de Minas Gerais. **Revista da Universidade Vale do Rio Verde**, v. 15, p. 489-496, 2017.

CRUZ, Pedro Soares; CARAMONA, Margarida; GUERREIRO, Mara Pereira. Uma reflexão sobre a automedicação e medicamentos não sujeitos a receita médica em Portugal. **Revista Portuguesa de Farmacoterapia**, v. 7, n. 2, p. 83-90, 2015.

CYBULSKI, Cynthia Ajus; MANSANI, Fabiana Postiglione. Análise da depressão, dos fatores de risco para sintomas depressivos e do uso de antidepressivos entre acadêmicos do curso de medicina da Universidade Estadual de Ponta Grossa. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 41, p. 92-101, 2017.

DANG, L. et al. Physical exercises in relieving the current state of depression. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, v. 27, n. 8, p. 776-8, 2021.

GONZÁLEZ-LÓPEZ, María del Carmen et al. Consumption of psychiatric drugs in primary care during the COVID-19 pandemic. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 19, n. 8, p. 4782, 2022.

HUTTON, Todd M. et al. The anxiolytic and antidepressant effects of transcranial magnetic stimulation in patients with anxious depression. **The Journal of Clinical Psychiatry**, v. 84, n. 1, p. 45017, 2023.

ISTILLI, P. T. et al. Antidepressivos: uso e conhecimento entre estudantes de enfermagem. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, v. 18, n. 3, 2010.

LOPEZ, Mariane Ricardo Acosta et al. Depressão e qualidade de vida em jovens de 18 a 24 anos no sul do Brasil. **Revista de Psiquiatria do Rio Grande do Sul**, v. 33, p. 103-108, 2011.

LOYOLA FILHO, Antônio Ignácio de et al. Use of psychotropic drugs by population in an area affected by the tailings dam rupture: Brumadinho Health Project. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, v. 25, p. e220012, 2022.

MAHMOUD, Jihan Saber Raja et al. The relationship among young adult college students' depression, anxiety, stress, demographics, life satisfaction, and coping styles. **Issues in mental health nursing**, v. 33, n. 3, p. 149-156, 2012.

MARCHI, K. C et al. Ansiedade e consumo de ansiolíticos entre estudantes de enfermagem de uma universidade pública. **Revista Eletrônica de Enfermagem**, v. 15, n. 3, p. 729-37, 2013.

MENDES, T. B. et al. Physical activity and symptoms of anxiety and depression among medical students during a pandemic. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, v. 27, n. 6, p. 582-7, 2021.

MOREIRA, Mateus Silvestre et al.,. Uso de psicofármacos em crianças e adolescentes. **Revista da Universidade Vale do Rio Verde**, v. 12, n. 2, p. 1013-1049, 2014.

MORENO, Pedro Fabião; SOARES, Adriana Benevides. **O que vai acontecer quando eu estiver na universidade?** Expectativas de jovens estudantes brasileiros. *Aletheia*, n. 45, 2014.

NORDON, David Gonçalves et al. Características do uso de benzodiazepínicos por mulheres que buscavam tratamento na atenção primária. **Revista de Psiquiatria do Rio Grande do Sul**, v. 31, p. 152-158, 2009.

OLIVEIRA, Clarissa Tochetto de et al. Adaptação acadêmica e coping em estudantes universitários brasileiros: uma revisão de literatura. **Revista Brasileira de Orientação Profissional**, v. 15, n. 2, p. 177-186, 2014.

OLIVEIRA, Clarissa Tochetto de; SANTOS, Anelise Schaurich dos; DIAS, Ana Cristina Garcia. Expectativas de universitários sobre a universidade: sugestões para facilitar a adaptação acadêmica. **Revista Brasileira de Orientação Profissional**, v. 17, n. 1, p. 43-53, 2016.

PADOVANI, Ricardo da Costa et al. Vulnerabilidade e bem-estar psicológicos do estudante universitário. **Revista Brasileira de Terapias Cognitivas**, v. 10, n. 1, p. 02-10, 2014.

PERSAUD, Nadini; PERSAUD, Indeira. The Relationship between Socio-Demographics and Stress Levels, Stressors, and Coping Mechanisms among Undergraduate Students at a University in Barbados. **International Journal of Higher Education**, v. 5, n. 1, p. 11-27, 2016.

REZENDE, S. C. et al. O uso de antidepressivos por estudantes em uma instituição de ensino superior e as possíveis intervenções farmacêuticas. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 2, n. 3, p. 1633-1649, 2019.

RIBEIRO, Aline Granada et al. Antidepressivos: uso, adesão e conhecimento entre estudantes de medicina. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 19, p. 1825-1833, 2014.

SALUM JÚNIOR, Giovanni Abrahão; MANFRO, Gisele Gus; CORDIOLI, Aristides V. **Transtornos de ansiedade medicina ambulatorial**. In: DUCAN, B. B.; SCHMIDT, M. I.;

GIUGLIANI, E. R. J.; DUNCAN, M. S.; GIUGLIANI, C. *Medina ambulatorial: condutas de atenção primária baseadas em evidências*. 4. ed. Porto Alegre (RS): Artmed; 2014.

SANTOS, G. G., et al. Os riscos da automedicação: a importância da prescrição farmacêutica. *Revista Multidisciplinar do Nordeste Mineiro*, v. 4, n. 1, 2023. Disponível em: <https://revista.unipacto.com.br/index.php/multidisciplinar/article/view/1271>. Acesso em: 5 set. 2023.

SOUSA, Patrícia Fonseca de et al. Atitudes e representações em saúde mental: um estudo com universitários. *Psico-USF*, v. 21, p. 527-538, 2016.

SOUZA, Mickaelly Stefanie Paes. Uso de antidepressivos e ansiolíticos entre estudantes do curso de farmácia em uma instituição privada e uma pública do interior da Bahia. *Research, Society and Development*, v. 10, n. 8, 2021.

STOLIKER, Bryce E.; LAFRENIERE, Kathryn D. The influence of perceived stress, loneliness, and learning burnout on university students' educational experience. *College Student Journal*, v. 49, n. 1, p. 146-160, 2015.

TAVARES, Thaynná Rodrigues et al. Avaliação do uso de psicofármacos por universitários. *Journal of Medical and Biological Sciences*, p. 560-567, 2022.

TEIXEIRA, Marco Antonio Pereira; CASTRO, Alexandre Kurtz dos Santos Sisson de; ZOLTOWSKI, Ana Paula Couto. Integração acadêmica e integração social nas primeiras semanas na universidade: percepções de estudantes universitários. *Gerais: Revista Interinstitucional de Psicologia*, v. 5, n. 1, p. 69-85, 2012.

VENTURINI, Ernesto; GOULART, Maria Stella Brandão. Universidade, solidão e saúde mental. *Interfaces-Revista de Extensão da UFMG*, v. 4, n. 2, p. 94-136, 2016.

VIEIRA, Carlos. **Mal do século XXI**: teoria, conceito, sintomas, método de tratamento. Petrópolis – RJ, 2018.

WANG, J. et al. Effect of physical exercise on medical rehabilitation treatment of depression. *Revista Brasileira de Medicina do Esporte*, v. 28, n. 3, p. 174–6, 2022.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Depression and Other Common Mental Disorders**: Global Health Estimates. Geneva: World Health Organization, 2017.

ZUARDI, Antonio W. Características básicas do transtorno de ansiedade generalizada. *Medicina*, Ribeirão Preto, v. 50, p. 51-55, 2017.