REVISTA SAÚDE DOS VALES

ISSN: 2674-8584 V1 – N1– 2023

ANSIEDADE: ABORDAGEM A PARTIR DA ATENÇÃO FARMACÊUTICA

ANXIETY: APPROACH FROM PHARMACEUTICAL CARE

Iara Moreira Santos Cardoso
Bacharel em Farmácia pela Universidade Presidente Antônio Carlos, ALFA- UNIPAC, Almenara - Minas Gerais
E-mail: iaramoreirasc@hotmail.com

Maione Souza Pires
Bacharel em Farmácia pela Universidade Presidente Antônio Carlos, ALFA- UNIPAC, Almenara - Minas Gerais
E-mail: maionesouzap@gmail.com

Ednardo de Souza Nascimento
Pedagogo e Mestre em Ciências da Saúde pela Universidade Estadual de Montes Claros - UNIMONTES;
Docência em Ensino Superior pela Universidade Presidente Antônio Carlos, ALFA-UNIPAC, Almenara - Minas Gerais.
E-mail: ednardonardim@hotmail.com

Viviane Amaral Toledo Coelho
Bióloga pelo Centro de Ensino Superior de Juiz de Fora; Especialista em Solos e Meio Ambiente pela Universidade Federal de Lavras; Mestre e Doutora em Ciência do Solo pela Universidade Federal de Lavras.
Docência em Ensino Superior pela Universidade Presidente Antônio Carlos, ALFA-UNIPAC, Almenara - Minas Gerais.
E-mail: vivianeatc@yahoo.com.br

Carla Giselly de Souza
Zootecnista pela Universidade Federal Rural de Pernambuco; Mestre em Produção Animal pela Universidade Júlio de Mesquita Filho-UNESP; Doutora em Nutrição de Ruminantes pela Universidade Federal da Paraíba;
Pesquisadora na Universidade Católica do Porto- Portugal
E-mail: carlaxlsouza@yahoo.com.br

Anna Lethicia de Oliveira Machado
Graduada em Psicologia pelo Centro universitário UNA; Especialização em Saúde Mental pela Faculdade Faveni; Especialista Clínica-TCC Ciclo CEAP; Docência em Ensino Superior pela Universidade Presidente Antônio Carlos, ALFA UNIPAC, Almenara - Minas Gerais.
E-mail: annalethicia92@gmail.com

Recebimento 11/02/2023 Aceite 06/05/2023

REVISTA SAÚDE DOS VALES

RESUMO

O aumento da ocorrência dos transtornos psicológicos na população brasileira acarreta dificuldades na abordagem farmacológica pelos profissionais de saúde, sendo um fator determinante para o tratamento. O objetivo deste estudo foi verificar a possível associação entre adesão medicamentosa e sintomas depressivos em pacientes com transtornos de ansiedade. O material para este estudo foi reunido e organizado por meio de uma revisão da literatura de pesquisas que destacam a importância da atenção farmacêutica na ansiedade e seus efeitos no tratamento dos transtornos psicológicos. A maior incidência da manifestação da ansiedade foi vista em mulheres e em jovens entre 15 a 20 anos. Além disso, muitos psicofármacos contam com efeitos colaterais diversos, como propriedades sedativas, aumento significativo de peso e episódios de perda de concentração, sendo necessário novas alternativas menos danosas para a terapêutica da ansiedade. A colaboração do profissional de farmácia é essencial para garantir a segurança farmacológica do paciente, evitar intoxicações e interações medicamentosas indesejadas e ajudar na adesão do tratamento pelo paciente.
Palavras – chave: Ansiedade. Transtornos Psicológicos. Psicofarmácia.

ABSTRACT

The increased occurrence of psychological disorders in the Brazilian population leads to difficulties in the pharmacological approach by health professionals, being a determining factor for treatment. The aim of this study was to verify the possible association between medication adherence and depressive symptoms in patients with anxiety disorders. The material for this study was gathered and organized by means of a literature review of research that highlights the importance of pharmaceutical care in anxiety and its effects on the treatment of psychological disorders. The highest incidence of the manifestation of anxiety was seen in women and in young people aged 15 to 20 years. In addition, many psychopharmaceuticals have various side effects, such as sedative properties, significant weight gain, and episodes of loss of concentration, and new, less harmful alternatives are needed for the therapy of anxiety. The collaboration of the pharmacy professional is essential to ensure the pharmacological safety of the patient, avoid intoxication and unwanted drug interactions, and help patient compliance.
Keywords: Anxiety. Psychological Disorders. Psychopharmacy.

INTRODUÇÃO

O transtorno de ansiedade se caracteriza em geral por um sentimento definido pelo sujeito como algo vago, com manifestações desagradáveis, sendo caracterizadas por medo, apreensão, tensão, falta de conforto e intensa aflição (CASTILLO *et al.*, 2000). É caracterizada por um sentimento de antecipação quanto ao futuro e que produz alterações em níveis distintos. Devido as grandes mudanças que estão ocorrendo na sociedade atualmente, o indivíduo tem que se manter adaptado para lidar com as demandas cotidianas e com isso o nível de ansiedade tem aumentado significativamente na população em geral (MOURA *et al.*, 2018).

Uma vida agitada geralmente é resultado de pressão social, preocupação excessiva, sentimento de medo caracterizado por nervosismo ou desconforto, de expectativa de perigo, alguns sintomas físicos e psicológicos, gerando assim o Transtorno de Ansiedade

Generalizada (TAG), afetando a qualidade de vida emocional e desempenho diário pessoal (MOURA *et al*., 2018).

Estima-se que os transtornos de ansiedade aumentaram. De acordo com os dados da Organização Mundial de saúde (OMS), em fevereiro de 2017, 9,3% (18.657.943) das pessoas que viviam no Brasil estavam sofrendo com transtorno da ansiedade, sendo assim considerada como mal do século. Além disso, a fase em que a patologia aponta ser dominante, é no período de transição entre o final da adolescência e o início da vida adulta, período o qual é marcado por diversas mudanças, na vida cotidiana (OMS, 2017).

O tratamento, em geral, tem como base abordagens psicológicas e o uso de medicamentos. A terapia medicamentosa é realizada com o uso de psicofármacos, que amenizam os sintomas e auxiliam a reintegração do paciente à família e à sociedade. Dentre eles os agentes sedativo-hipnóticos, os benzodiazepínicos constituem os mais amplamente prescritos. Segundo Silva (2012), eles exercem efeitos depressores do sistema nervoso central, dose dependentes, que incluem sedação e alívio da ansiedade, amnésia, hipnose, com a e depressão respiratória.

A terapia não medicamentosa inclui o acompanhamento dos profissionais da área da saúde. Assim, o Farmacêutico sendo o profissional que mantém contato direto com o paciente, podendo orientá-lo sobre o tempo de ação do medicamento, e possíveis reações adversas que possam ocorrer, e prestando assistência farmacêutica facilitando o acompanhamento eficaz da medicação.

A falta compreensão sobre o impacto farmacológico entre os pacientes com TAG é um problema recorrente na área da saúde. Sendo assim, é essencial entender a colaboração da assistência farmacêutica em prescrever medicamentos adequadamente para que, desse modo, possa prevenir possíveis altas dosagens desnecessárias em tratamentos de ansiedade.

A presente pesquisa justifica-se pelas crescentes demandas da sociedade atual, especialmente impactadas pelos efeitos de restrições impostos por tempos de pandemia. Desse modo, compreender os efeitos da TAG no comportamento psicológico dos indivíduos e delinear a atuação do farmacêutico no manejo farmacológico.

METODOLOGIA

Trata-se de um trabalho de revisão bibliográfica, exploratória e descritiva. A pesquisa foi desenvolvida usando critérios de exclusão e aceitação de artigos publicados no período compreendido entre os anos de 2000 e junho de 2021.

Após criteriosa seleção, foram utilizados para compor o relatório final um total de 15 artigos e 1 livro, com busca em artigos e publicações recentes (Scielo, Periódicos da Capes, revistas da área da saúde e Google Acadêmico), especialmente de pesquisas realizadas no Brasil, além de análise de documentos oficiais, usando as palavras-chave: Ansiedade, diagnóstico, epidemiologia, tratamento farmacológico, abordagem farmacêutica, doenças mentais, etc.

REVISÃO DE LITERATURA

A ansiedade: conceitos e etiologia

Em 2019, a OMS lançou a nova Classificação Internacional de Doenças (CID-11), que é a base para identifica-las. De acordo com a CID-11, as doenças relacionadas aos transtornos

mentais são: esquizofrenia, catatonia, distúrbios de humor, ansiedade, transtorno de pânico, Transtorno Obsessivo Compulsivo (TOC), transtorno de estresse pós-traumático, distúrbios alimentares, transtornos dissociativos, distúrbios de eliminação, transtornos devidos ao uso de substâncias e aditivos, distúrbios do controle impulsivo, distúrbio de personalidade, transtorno factício, distúrbios neurocognitivos e distúrbios parafílicos (OMS, 2019).

Segundo Moura *et al*., (2018), a ansiedade é tida como uma resposta natural do corpo frente a um estímulo que é indispensável para a autopreservação, levando o indivíduo para o confronto da situação, agindo com impulso e motivação a fim de preservá-lo. Ela vem se tornando um dos principais problemas da atualidade e possivelmente tem se intensificado pelas pressões sociais, econômicas e pelos avanços tecnológicos desenfreados. Possivelmente a ansiedade é a disfunção emocional que mais atinge a qualidade de vida do indivíduo, causando vários prejuízos no âmbito social, acadêmico e funcional (MOURA *et al*., 2018).

Independentemente dos estímulos externos, algumas reações do corpo como emoções negativas, comportamentos de defesa, alertas e reflexos autonômicos, se antecipam frente a um episódio de ansiedade. Essas reações são compreendidas em algumas áreas, que são elas: agitação, insônia, dificuldade de concentração, fadiga, irritabilidade e instabilidade motora (MARTINS *et al*., 2016).

Dentre os transtornos mentais mais prevalentes no mundo está o transtorno de ansiedade com prevalência de 12,6%/ano. Na pesquisa, as fobias específicas foram as mais prevalentes (7,7%), seguidas pelo transtorno de ansiedade generalizada (2,8%), fobia social (2,4%), transtorno de pânico (2,1%), estresse pós-traumático (1,9%) e agorafobia (0,9%), constantemente com maior ocorrência no sexo feminino. Na maioria das vezes, os primeiros sintomas aparecem por volta dos 20 anos de idade, com evidências do segundo pico dos 45 aos 55 anos (MARTINS *et al*., 2016).

Comumente os indivíduos com transtornos de ansiedade manifestam grande resistência em admitir que possuem algum tipo de transtorno mental. Mas a importância da aceitação garante melhor eficácia do tratamento, através do esclarecimento da doença e de seus sintomas (BEZERRA *et al*., 2016).

Existe o tratamento medicamentoso com a utilização de psicofármacos, e o tratamento não medicamentoso, que inclui o acompanhamento profissionais de saúde e a prática de exercícios físicos. Esse último se dá pelo fato de que algumas condições físicas, como as doenças cardíacas, hipotireoidismo e hipertireoidismo, predisposição genética e o abuso de substâncias tóxicas, estão associadas com os episódios de ansiedade. Há também o perigo do abuso de álcool, que reduz a alta estima, gera depressão e prejuízo de memória, sendo assim considerado um dos fatores de risco para o transtorno (BEZERRA *et al*., 2016).

Um dos transtornos psiquiátricos mais comuns é o TAG (transtorno de ansiedade generalizada). Ele apresenta sintomas relacionados à hiperatividade e tensão muscular, sendo frequentemente associado a outros transtornos, principalmente a depressão. Sua principal característica é uma apreensão prolongada, que se inicia através de fatos ou atividades de rotina, como situações nas áreas da saúde, financeira, profissional e escolar, sendo necessária uma avaliação terapêutica para o correto diagnóstico (MOURA *et al*., 2018).

Aspectos gerais e fisiopatológicos da ansiedade

Segundo Claudino e Cordeiro (2016), a ansiedade é considerada uma reação natural e essencial para a autopreservação, mas em excesso ou de forma exagerada pode acarretar impactos negativos para o indivíduo, pois em vez de contribuir para resolução da situação que

a causa, ela age dificultando ou impossibilitando a sua capacidade de adaptação, causando também baixos níveis de qualidade de vida, bem como as visíveis deficiências sociais, educacionais e ocupacionais (CLAUDINO; CORDEIRO, 2016). Além disso, o transtorno de ansiedade pode ser entendido como uma desordem psiquiátrica, cujo motivo da sua causa ainda não está completamente elucidado. Ela acomete grande parte da população, se tornando assim um problema de saúde pública, que gera grandes gastos relacionados aos cuidados da doença.

Quando um indivíduo reconhece alguma situação ameaçadora, é encaminhado automaticamente um sinal do cérebro ao sistema nervoso autônomo, que se divide em simpático e parassimpático, sendo o primeiro responsável por captar esses sinais e conseguinte ativação do mecanismo de luta e fuga pela liberação de adrenalina e noradrenalina, dando continuidade à atividade caso essas substâncias não sejam interrompidas. Dos sistemas associados às características fisiológicas do transtorno da ansiedade destacamos o límbico, que ativa os sistemas endócrino e autônomo responsável por produzir os componentes afetivos do estímulo. Evidencias atuais também apontam o envolvimento de outros sistemas, como o glutamatérgico e vias neuroendócrinas, que são ativados pela ansiedade antecipatória (MENEZES; MOURA; MAFRA, 2017).

Ansiedade e as doenças mentais

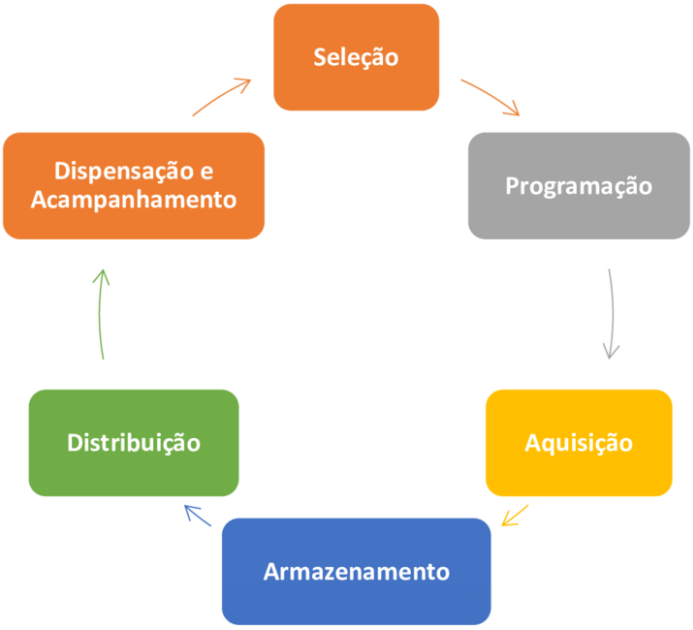
Chaves *et al*. (2017) descreveram saúde mental como uma situação na qual o indivíduo se apresenta em um estado de bem-estar psicológico e emocional, com ampla capacidade de convívio social, bem como, a falta de alterações funcionais da mente. Desde o surgimento da psiquiatria, diversas hipóteses foram levantadas sobre o desenvolvimento dos transtornos mentais, e mesmo com os avanços da ciência médica, os conhecimentos aprofundados que justifiquem a origem de doenças psiquiátricas ainda são poucos.

Segundo Silva *et al*. (2018) os transtornos mentais comuns (não psicóticos) que atingem cerca de um terço da população, apresentam como sintomas a ansiedade, irritabilidade, insônia, dentre outras queixas relatadas pelos portadores ou familiares. Nesse mesmo sentido, pesquisas realizadas por neurocientistas apontaram tais patologias como transtornos neurológicos, considerando que durante a evolução cerebral indivíduos estão mais suscetíveis a desenvolver um adoecimento mental, principalmente quando expostos a diversos fatores como ambientais causados pelo estresse e preocupações, hereditários e também fatores relacionados à gravidez.

Atenção farmacêutica no combate a ansiedade

Define-se assistência ou atenção farmacêutica como um conjunto de ações exercidas para que a disponibilidade adequada de medicamentos seja garantida aos pacientes, melhorando assim sua qualidade de vida (BATISTA, 2017). Por garantir a promoção do uso racional de medicamentos, a atenção farmacêutica assume grande importância, proporcionando a terapia medicamentosa necessária ao doente, bem como sua dose e posologia corretas pelo período adequado. Podemos baseá-la conforme ilustração de seu ciclo na Figura 1.

Figura 1: Ciclo da Assistência Farmacêutica



Fonte: Adaptado de Boeira; Andrade (2014).

O uso de medicamentos é uma prática que vem sendo realizada de forma incorreta, e ao mesmo tempo em que promove a prevenção ou cura de patologias, pode acarretar em danos à saúde ou falha no tratamento necessitando de atenção ao usuário de medicamentos. Indivíduos com transtornos mentais e em uso de psicotrópicos têm, comumente, dificuldade em seguir o regime terapêutico proposto e apresentam alto risco de desenvolver problemas relacionados a medicação. A fim de promover a reinserção de portadores de transtorno mental à sociedade e ao âmbito familiar, os CAPS (Centros de Atenção Psicossocial) dispõem de múltiplos profissionais que promovem o cuidado e orientação aos pacientes e familiares sobre o que deve ser feito diante da doença, incluindo auxílio na farmacoterapia (ZANELLA; AGUIAR; STORPIRTIS, 2015).

O profissional farmacêutico possui um papel de grande importância nos CAPS, evitando o uso irracional de medicamentos e garantindo sua adesão. Suas atividades garantem à população acesso a medicamentos essenciais, proporcionando também cuidados peculiares e orientação aos familiares através de visitas, auxiliando na recuperação da saúde, e certificando que o mesmo está fazendo o uso adequado dos medicamentos, promovendo assim resultados positivos à farmacoterapia (LEITE *et al*, 2016).

No âmbito do SUS, o farmacêutico desempenha diversas funções fundamentadas aos demais profissionais, participando de reuniões, promovendo atividades à comunidade, visitas em domicílio dos pacientes, dentre outras ações. É indispensável a atuação do farmacêutico tanto nas redes privadas como nas públicas, para que sejam prestadas todas as orientações necessárias que direcionem o uso racional de psicotrópicos no que se refere a saúde mental, evitando assim a não adesão medicamentosa e possíveis intoxicações (CORREIA; GONDIM, 2014).

Ao assegurar a utilização de medicamentos de forma correta, a começar pelo acesso até o desenvolvimento e conclusão da terapia medicamentosa, o farmacêutico garante ao paciente a possibilidade de recuperar a saúde com segurança e qualidade. Ao prestar a atenção farmacêutica, o farmacêutico identifica as situações de risco na terapia medicamentosa de

determinado paciente, por meio do acompanhamento farmacoterapêutico, restringindo dessa maneira a ocorrência de problemas relacionados a medicamentos. (CORREIA; GONDIM, 2014).

Segundo Leite *et al*. (2016), é importante ressaltar que a ocorrência de interações medicamentosas tende a aumentar na medida em que se prescreve um maior número de medicamentos. As associações entre esses medicamentos precisam ser acompanhadas e avaliadas no momento da prescrição, visto que as interações medicamentosas podem ocasionar consequências graves para a saúde. Nesse sentido, compete ao farmacêutico averiguar os possíveis riscos para o paciente e prevenir eventuais erros de prescrição que possam invalidar os efeitos terapêuticos, potencializar a ação de certo fármaco ou intensificar reações adversas (LEITE *et al*., 2016).

Psicofármacos

Segundo a Associação Brasileira de Psiquiatria (ABP), os transtornos mentais mais graves são esquizofrenia e transtorno bipolar, e os mais prevalentes são depressão, ansiedade e dependência química. A terapia é realizada com o uso de psicofármacos, que amenizam os sintomas e auxiliam a reintegração do paciente à família e à sociedade. Os fármacos psicotrópicos foram desenvolvidos com o intuito de modificar os processos mentais. Seu uso deve estar de acordo com o diagnóstico dos diversos transtornos psiquiátricos, pois podem atuar no pensamento e no comportamento, e de alguma forma modificar ou estimular a melhora do humor, além de apresentarem propriedades sedativas (LEONARDO *et al*., 2017).

Dentre os agentes sedativo-hipnóticos, os benzodiazepínicos constituem os mais amplamente prescritos. Ligam-se aos receptores GABAA (ácido gama-aminobutírico), encontrados em canais de cloreto, amplamente distribuídos pelas membranas neuronais no sistema nervoso central. A ligação dos benzodiazepínicos aos receptores GABAA potencializa a inibição GABAA, aumentando a condutância aos íons cloreto através de um aumento da frequência de abertura de tais canais (BATISTA, 2017).

Os benzodiazepínicos exercem efeitos depressores do sistema nervoso central, dose dependentes, que incluem sedação e alívio da ansiedade, amnésia, hipnose, coma e depressão respiratória. Sua toxicidade corresponde à extensão desses efeitos e pode ser relativamente controlada com o uso de flumazenil, um antagonista nos sítios de ligação dos benzodiazepínicos ao receptor GABAA. O uso continuado de benzodiazepínicos está associado aos processos de tolerância, dependência e síndrome de abstinência (CORREIA, 2014; TREVOR, 2017).

Os agentes antipsicóticos típicos, grupo que inclui o haloperidol, bloqueiam os receptores D2 em vias dopaminérgicas centrais bem estudadas, como a mesolímbica-mesocortical, a nigroestriatal e a tubero-infundibular, o que explica a ampla variedade de efeitos colaterais, sendo dignos de nota os efeitos extrapiramidais, e os metabólicos e endócrinos (BATTISTA, 2017).

Dentre os medicamentos estabilizadores de humor, o lítio é um dos agentes escolhidos para o abrandamento dos sintomas das doenças mentais, tais como o transtorno bipolar. Segundo a OMS, esse distúrbio mental atinge cerca de 30 milhões de pessoas no mundo e causa incapacidade ao portador. O transtorno se divide em dois tipos: Tipo I, onde é grave o aumento de humor e mania, e o Tipo II, onde a oscilação do humor é mais branda (BOSAIPO; BORGES; JURUENA, 2017).

Os psicofármacos possuem um controle especial para sua prescrição e dispensação, pois podem causar dependência e efeitos adversos ao usuário. Por este motivo é muito importante que os profissionais de saúde, especialmente, os farmacêuticos prestem esclarecimentos acerca dos benefícios e malefícios que estes medicamentos podem causar aos usuários, para a correta terapia medicamentosa e adesão ao tratamento. Neste último caso, é fundamental o apoio dos familiares, que precisam também de orientação pelos serviços especializados em atendimento ao doente com transtorno mental (BEZERRA *et al*., 2016).

RESULTADOS E DISCUSSÃO

De modo geral, a ansiedade é demonstrada como um meio de autopreservação presente no corpo, sendo uma resposta de inúmeros sinais de estresse e medo, que se manifesta por meio da patologia e possui inúmeros efeitos colaterais, como alterações de humor, mudanças no comportamento, aceleramentos cardíacos, tensão muscular e picos de adrenalina e noradrenalina. "Na atualidade, é considerada uma das patologias de maior evidência, sendo reconhecida como um problema prioritário de saúde pública" (DALGALARRONDO, 2008).

De acordo com relatório recente divulgado em 2017 pela OMS, "o Brasil apresenta uma das maiores taxas de prevalência de transtornos depressivos e de ansiedade no mundo, com uma prevalência estimada de 9,3%" (PINTO; CAVESTRO; FERREIRA, 2018), sendo uma das doenças que mais crescem no Brasil.

As análises bibliográficas realizadas confirmam a relevância da ansiedade e seus efeitos na população atual, sobretudo nos jovens estudantes, sendo uma patologia favorecida pelas constantes pressões sociais e econômicas. Ambientes com stress constante, como a escola, aumentam consideravelmente as chances de desenvolver algum transtorno mental. A pesquisa de Lopes, Sato e Sato (2019) evidenciou que, momentos com mais pressão durante a trajetória escolar aumentavam consideravelmente os sintomas da ansiedade, assim como outros transtornos existentes. Ademais, segundo o mesmo estudo, além de prejudicar a saúde mental, a ansiedade prejudicava o desempenho acadêmico do estudante. "Terapia cognitivo-comportamental e farmacoterapia, principalmente com inibidores seletivos da recaptação de serotonina, são o tratamento de escolha para o transtorno de ansiedade social nessa idade" (ISOLAN; PHEULA; MANFRO, 2007, pg 125).

Segundo Lopes, Sato e Sato (2019), 86% dos alunos entrevistados apresentaram diferentes graus de ansiedade, sendo 30% de escore grave e leve, 40% de forma mais intermediária e 14% apresentaram formas leves do transtorno. Percebe-se que, independente do grau de gravidade da TAG, o transtorno é presente na maior parte das pessoas, sendo um indicativo das constantes pressões sociais existentes, principalmente no público entre 15 a 20 anos, que foi o público mais afetado pela doença segundo a mesma pesquisa.

Porém, algumas pessoas são mais susceptíveis a desenvolverem transtornos mentais naturalmente quando expostas a episódios complexos de angústia e apreensão. Além disso, as mulheres apresentaram maior taxa de desenvolvimento de ansiedade que, segundo a pesquisa de Dourado *et al.* (2018) sobre as cuidadoras, está ligado à pressão comportamental sobre a mulher. "É possível que sejam mais acometidas por quadros de ansiedade em razão da pressão social que recebem, da jornada de trabalho e da renda inferior" (COSTA *et al.*, 2019).

Dourado *et al.* (2018) afirma que as classes mais carentes são mais susceptíveis a desenvolverem transtornos mentais graves, principalmente pela dificuldade financeira e pelo difícil acesso à educação e à ausência de planos de saúde de qualidade e, segundo Andretta *et*

al. (2018), o estado de desemprego também favorece a taxa de ansiedade entre os indivíduos. Ainda segundo a mesma pesquisa, os sintomas relativos ao desenvolvimento de doenças mentais prejudicam a saúde mental da pessoa a partir da deficiência social criada, assim como mudanças significativas na harmonia do ambiente familiar. Outrossim, por conta dos sintomas presentes, o indivíduo desenvolve um sentimento de incapacidade, que piora os relacionamentos interpessoais e, consequentemente, a sua saúde mental. Nesse sentido, é imprescindível avaliar e desenvolver métodos de prevenção e tratamento nos indivíduos mais expostos aos fatores citados.

Outro ponto muito discutido na comunidade científica é a piora do quadro emocional e o adoecimento físico em decorrência do transtorno psicológico. De acordo com Li *et al*. (2012), a depressão normalmente coexiste com a ansiedade, que dá espaço para sintomas observados nesse quadro, que inclui piora do sono, respiração alterada, dores de cabeça, sentimento de insuficiência corporal, mental e intelectual. Em vista disso, para melhorar a qualidade de vida do indivíduo, os profissionais da saúde podem atuar na prevenção e tratamento da enfermidade por meio de tratamentos já conhecidos pela comunidade médica.

Os tratamentos existentes atualmente consistem na utilização ou não de medicamentos, sendo opções baseadas no estado da saúde mental do paciente avaliado. O emprego de psicofármacos ainda é bastante discutido na área de saúde, pois, apesar de conseguirem lidar com as oscilações psicológicas, muitas terapias contam com efeitos colaterais diversos, como propriedades sedativas, aumento significativo de peso e episódios de perda de concentração. “Ao vivenciá-los, alguns participantes preferem não utilizar os psicofármacos e conviver com a possibilidade de reincidência do transtorno mental a adaptar-se aos efeitos colaterais” (FERREIRA *et al*., 2017).

A classe de medicamentos mais receitada são os Benzodiazepínicos, que, segundo Marchi *et al.* (2015), se ligam aos receptores GABAA e, consequentemente, possui efeitos de relaxamento, compulsão e dependência. Desse modo, o uso irregular dos psicofármacos pode dificultar a constância do tratamento e diminuir a qualidade de vida do paciente, sendo necessária a devida atenção de um farmacêutico na manipulação e observação medicamentosa desse indivíduo. “As crises de abstinência são frequentemente observadas como consequência do uso inapropriado da classe, e está diretamente relacionada à tolerância e dependência” (SILVA; FERNANDES; JÚNIOR, 2018). Contudo, novas alternativas estão sendo estudadas para diminuir o impacto negativo dos psicofármacos do tratamento da TAG, como os fitoterápicos e a aromaterapia. “O Canabidiol também é uma nova alternativa para tratar os distúrbios de ansiedade, uma vez que o CBD presente nas plantas do gênero *Cannabis* apresenta efeito ansiolítico e anti-psíquico” (ALMEIDA, 2017).

O tratamento os sintomas relativos à ansiedade variam entre os pacientes, mas, segundo Lopes, Sato e Sato (2019), 37,5% das pessoas buscaram os fitofármacos como fonte primária de terapêutica, que evidencia a procura das pessoas por alternativas menos agressivas e mais naturais e, segundo Silva *et al*. (2020), os fitoterápicos mais utilizados para o tratamento da TAG são: *Passiflora incarnata* (maracujá), *Valeriana officinalis* L.(valeriana), *Piper methysticum* L. (kavakava), *Hypericum perforatum* L. (erva-de-são-joão).

Então, de acordo com Melo Filho (2020), mesmo que mais estudos sejam feitos para comprovar a efetividade, a aromaterapia diminuiu os efeitos negativos da TAG, que é uma alternativa menos famosa que os fitoterápicos, mas que é promissora para a terapêutica da ansiedade. Ademais, o meio mais utilizado para o tratamento dos transtornos psicológicos sem a ação de medicamentos é a mudança de hábitos do paciente através da introdução de exercícios físicos. “Quando praticada com regularidade, auxilia o organismo na produção de

endorfina e serotonina, neurotransmissores responsáveis pela sensação de prazer e bem-estar" (LEÃO *et al*., 2018).

Em ambos os casos, a atuação do profissional farmacêutico é essencial para garantir a qualidade do tratamento por meio da avaliação dos psicotrópicos e do esclarecimento informacional, que favorece a adesão do tratamento e a segurança farmacológica do paciente. Além disso, o acompanhamento técnico evita intoxicações e dependências resultantes do abuso de fármacos. Nesse sentido, Batista *et al.* (2017), afirmam que a atenção farmacêutica é adequada para a manutenção do consumo apropriado dos medicamentos, pois o profissional analisa a prescrição e conduz ao consumo consciente do fármaco.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A ansiedade é um transtorno mental altamente relevante e que possui uma crescente taxa de recorrência no Brasil. Os efeitos presentes no transtorno estão relacionados com a depressão, que se manifesta mentalmente e fisicamente através do cansaço excessivo, sensação de incapacidade e alterações de humor.

Os transtornos de ansiedade estão muito presentes no público jovem e feminino, que convivem constantemente com a pressão familiar e social. Além disso, é de extrema importância que a utilização de psicofármacos para o tratamento da ansiedade sejam avaliados e contextualizados a partir da individualidade do paciente, pois, de modo geral, muitos dos medicamentos usados possuem efeitos colaterais significativos e que podem atrapalhar a qualidade de vida da pessoa acometida pelo transtorno. A interação medicamentosa e a prescrição inadequada também são pontos importantes a serem discutidos.

Desse modo, a participação ativa do profissional de farmácia é essencial para garantir a segurança farmacológica do paciente, evitar automedicações, intoxicações e interações medicamentosas indesejadas e ajudar na correta adesão do tratamento pelo paciente. Sendo assim, a inserção e o reconhecimento dos profissionais farmacêuticos na terapia psíquica contra os transtornos mentais deve ser levada em consideração pelos órgãos públicos.
Além disso, é muito importante que políticas públicas sejam postas em prática, para diminuir a incidência da ansiedade nos indivíduos com mais chances de desenvolver a doença.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALMEIDA, M. G. **Análise do tratamento farmacológico em pacientes com ansiedade e distúrbios do sono com medicamentos ansiolístico**. 2017. 47 f. TCC (Graduação) - Curso de Farmácia, Faculdade Maria Milza, Governador Mangabeira, 2017.

ANDRETTA, I. *et al*. Sintomas de Depressão, Ansiedade e Estresse em Usuários de Drogas em Tratamento em Comunidades Terapêuticas. **Psico-Usf**, [S.L.], v. 23, n. 2, p. 361-373, jun. 2018. FapUNIFESP (SciELO). http://dx.doi.org/10.1590/1413-82712018230214.

BATISTA, S. C. M. *et al*. Polimedicação, Atenção Farmacêutica e Cuidado Farmacêutico. **Journal of Biology & Pharmacy and Agricultural Management.** [S. L.], p. 455-469, out/dez. 2020.

BEZERRA, I. C. *et al*. Uso de psicofármacos na atenção psicossocial: uma análise à luz da gestão do cuidado. **Saúde Debate,** Rio de Janeiro, v. 40, n. 110, p. 148 - 161. 2016.

BOSAIPO, N. B.; BORGES, V. F.; JURUENA, M. F. **Transtorno Bipolar: uma revisão dos aspectos conceituais e clínicos**. Medicina, v. 50 (Supl.1), p. 72 – 84.2017.

CASTILLO, A. R. G. L. *et al*. Transtornos de ansiedade transtornos de ansiedade. **Revista Brasileira de Psiquiatria.** Porto Alegre – RS. 2000.

CHAVES, R. C. C. *et al*. Esquizofrenia: abordagem teórica, convívio Familiar e assistência profissional. **Rev. UNINGÁ Review**, Maringá– PR, v. 31, n. 1, p. 56-62, jul- set. 2017.

CLAUDINO, J.; CORDEIRO, R. Níveis de ansiedade e depressão nos alunos do curso de licenciatura em enfermagem. O caso particular dos alunos da Escola Superior de Saúde de Porto Alegre. **Millenium-Journal of Education, Technologies and Health**, 32:197-210,2016.

CORREIA, G. A. R.; GONDIM, A. P. S. Utilização de benzodiazepínicos e estratégias farmacêuticas em saúde mental. **Saú. Deb**., Rio de Janeiro, v. 38, n. 101, p.393-398, abr.-jun. 2014.

COSTA, C. O. *et al*. Prevalência de ansiedade e fatores associados em adultos. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, [S.L.], v. 68, n. 2, p. 92-100, jun. 2019. FapUNIFESP (SciELO).http://dx.doi.org/10.1590/0047-2085000000232.

DALGALARRONDO, P. **Psicopatologia e semiologia dos transtornos mentais**. 2. ed. Porto Alegre: Artmed, 2008.

DOURADO, D. M. *et al*. Ansiedade e depressão em cuidador familiar de pessoa com transtorno mental. **Revista Ecos**, [*s. l*], v. 8, n. 1, p. 154-167, jan. 2018.

FERREIRA, A. C. Z. *et al*. A Vivência do Portador de Transtorno Mental no Uso de Psicofármacos na Perspectiva do Pensamento Complexo. **Texto & Contexto - Enfermagem**, [S.L.], v. 26, n. 3, p. 01-10, 17 ago. 2017. FapUNIFESP (SciELO).http://dx.doi.org/10.1590/0104-07072017001000016.

ISOLAN, L.; PHEULA, G.; MANFRO, G. G. Tratamento do transtorno de ansiedade social em crianças e adolescentes. **Archives Of Clinical Psychiatry (São Paulo)**, [S.L.], v. 34, n. 3, p. 125-132, out. 2007. FapUNIFESP (SciELO). http://dx.doi.org/10.1590/s0101-60832007000300004.

LEÃO, A. M. *et al*. Prevalência e Fatores Associados à Depressão e Ansiedade entre Estudantes Universitários da Área da Saúde de um Grande Centro Urbano do Nordeste do Brasil. **Revista Brasileira de Educação Médica**, [S.L.], v. 42, n. 4, p. 55-65, dez. 2018. FapUNIFESP (SciELO).http://dx.doi.org/10.1590/1981-52712015v42n4rb20180092.

LEITE, L. O. B. *et al*. Os principais medicamentos prescritos em centros de atenção psicossocial – CAPS. **Rev Informativo Técnico do Seminário,** v. 10, n. 2, p. 76-91, 2016.

LEONARDO, B. C. *et al*. Prevalência de transtornos mentais e utilização de psicofármacos em pacientes atendidos em um ambulatório médico de especialidades. **Arq. Catarin Med**. Florianópolis- SC, v.46, n.2, p.39-52, abr-jun. 2017.

LI, M.*et al*. Evidence-Based Treatment of Depression in Patients With Cancer. **Journal Of Clinical Oncology**, [S.L.], v. 30, n. 11, p. 1187-1196, 10 abr. 2012. American Society of Clinical Oncology (ASCO). http://dx.doi.org/10.1200/jco.2011.39.7372.

LOPES, M. S.; OLMO SATO, M. O.; SANTIAGO SATO, R. M. Ansiedade em ambiente acadêmico: avaliação da sintomatologia de transtornos de ansiedade e do consumo de medicamentos entre estudantes de um centro universitário de curitiba. **Revista Uniandrade**, Curitiba, v. 20, n. 2, p. 69-73, 28 set. 2019.

MARCHI, K. C. *et al*. Ansiedade e consumo de ansiolíticos entre estudantes de enfermagem de uma universidade pública. **Revista Eletrônica Enfermagem Internet**, v. 15 n. 3, p. 731-739, jul/set. 2015.

MARTINS, M. D. A. *et al.* (Eds.). **Clínica Médica.** 2. ed. Barueri: Manole, v. 6, 2016.

MELO FILHO, G. L. Estudo sobre a eficácia da aromaterapia no tratamento da ansiedade e/ou hipertensão arterial: uma revisão integrativa de literatura. **Brazilian Journal Of Health Review**, [S.L.], v. 3, n. 3, p. 4040-4061, maio/jun. 2020. Brazilian Journal of Health Review. http://dx.doi.org/10.34119/bjhrv3n3-014.

MENEZES, A. K. S.; MOURA, L. F.; MAFRA, V. R. Transtorno de ansiedade generalizada: uma revisão da literatura e dados epidemiológicos. **Rev. Amaz. Science & Health.** Gurupi – TO, p.42-49, jul-set, 2017.

MOURA, I. M. *et al*. A terapia cognitivo-comportamental no tratamento do transtorno de ansiedade generalizada. **Revista Científica da Faculdade de Educação e Meio Ambiente**, v. 9, n. 1, p. 423-441, 2018.

PINTO, N. A. J.; CAVESTRO, J. M.; FERREIRA, W. Prevalência de Transtorno de Ansiedade Generalizada em Estudantes de Medicina. **Revista Interdisciplinar Ciências Médicas**, [S. L.], v. 2, n. 2, p. 36-43, ago. 2018.

SILVA, E. G.; FERNANDES, D. R.; TERRA JÚNIOR, A.T. Uma abordagem ao uso indiscriminado de medicamentos benzodiazepínicos. **Revista Científica Faema**, [*s. l*], p. 610-614, maio/jun. 2018.

SILVA, E. L. P. *et al*. Avaliação do perfil de produção de fitoterápicos para o tratamento de ansiedade e depressão pelas indústrias farmacêuticas brasileiras. **Brazilian Journal Of Development**, [S.L.], v. 6, n. 1, p. 3119-3135, jan. 2020. Brazilian Journal of Development. http://dx.doi.org/10.34117/bjdv6n1-226.

SILVA, P. A. S.*et al*. Prevalência de transtornos mentais comuns e fatores associados entre idosos de um município do Brasil. **Ciênc. & Saú. Colet**., Rio de Janeiro, v. 23, n. 2, p.639-646, fev. 2018.

SILVA, R. S. **Atenção farmacêutica ao uso indiscriminado de benzodiazepínicos**. 2012. 52 f. TCC (Graduação) - Curso de Farmácia, Centro Universitário Estadual da Zona Oeste, Rio de Janeiro, 2012.

TREVOR, A. J. **Fármacos sedativos – hipnóticos**. 13. ed. Porto Alegre: AMGH, p. 369 - 383. 2017.

ZANELLA, C. G.; AGUIAR, P. M.; STORPIRTIS, A. Atuação do farmacêutico na dispensação de medicamentos em centros de atenção psicossocial adulto no município de São Paulo, SP, Brasil. **Rev Ciência & Saúde Coletiva**, v. 20, p. 325-332, 2015.