



O USO DE BENZODIAZEPÍNICOS ENTRE ESTUDANTES DE MEDICINA E SEUS EFEITOS

RAQUEL CERRUTI; EVELISE ALINE SOARES

RESUMO

Estudantes de Medicina frequentemente enfrentam sintomas ansiosos e depressivos devido à alta carga de estresse acadêmico e à rotina exigente do curso, o que leva ao uso de benzodiazepínicos como uma forma de alívio. Sob essa ótica, o consumo dessa classe medicamentosa é um fenômeno crescente entre essa parcela da população, no entanto, podem acarretar sérios efeitos colaterais, como sonolência, amnésia retrógrada e comprometimento motor, além de risco de dependência e tolerância. Ademais, existe o risco de comprometimento do desempenho acadêmico e da qualidade do sono, especialmente em relação ao sono profundo e ao sono REM - embora, de forma subjetiva, existam relatos de melhora neste aspecto, por causa de aumento nos fusos e no período de sono NREM de estágio II. Destarte, com o objetivo de avaliar os efeitos desses medicamentos psicotrópicos em específico, bases de dados foram consultadas a fim de fundamentar este estudo. O acesso facilitado aos benzodiazepínicos ocorre, sobretudo, pela proximidade com prescritores, que nem sempre supervisionam adequadamente o consumo dessas drogas e podem ser permissíveis em relação à autoprescrição. Psicofármacos muito consumidos entre graduandos de Medicina, como clonazepam e alprazolam, impactam na experiência discente. Em consonância a isso, grande parte dessas pessoas iniciam o uso após o ingresso no curso superior. É indiscutível a importância de ações que partam das Universidades para amenizar consequências indesejadas, tais quais conflitos interpessoais, baixo desempenho acadêmico e adoecimento mental crônico. Nesse cenário, medidas de conscientização a respeito do uso indiscriminado de psicofármacos e políticas de promoção de saúde mental se fazem necessárias.

Palavras-chave: Benzodiazepínicos; Estudantes; Medicina.

1. INTRODUÇÃO

Os benzodiazepínicos pertencem a uma das classes medicamentosas mais vendidas no mundo (Lisboa, Colli, 2021). O mecanismo de ação deles consiste na atuação nos receptores GABA (Ácido gama-aminobutírico), no sistema nervoso central, garantindo uma diminuição na atividade cerebral e, consequentemente, uma sensação prazerosa de bem-estar. Como são utilizados para o tratamento de enfermidades psíquicas, tais quais ansiedade, síndrome do pânico e distúrbios do sono, é esperado que seu consumo seja significativo entre a população, haja vista os mais variados estressores que permeiam o cotidiano (Costa, et al., 2020).

Outrossim, em estudantes universitários de forma geral, o uso de psicofármacos é justificado por irregularidades no padrão de sono, busca por melhora no desempenho acadêmico e sedentarismo ou falta de atividades físicas regulares. Estas motivações parecem ser ainda mais intensas no contexto dos cursos de Medicina, no qual as exigências acadêmicas são particularmente rigorosas (Costa, Martins, Rocha, 2024). Dessa forma, é notável que os benzodiazepínicos são muito consumidos entre graduandos de Medicina, que estão

submetidos aos efeitos adversos inerentes a esta classe medicamentosa.

Este artigo tem como objetivo analisar e discutir o conhecimento disponível acerca do consumo de benzodiazepínicos entre estudantes de Medicina. Por conseguinte, apresentar medidas a serem tomadas pelas instituições de ensino superior que podem mitigar os impactos negativos desses medicamentos.

2. MATERIAL E MÉTODOS

A fim de redigir esta revisão narrativa, cujo objetivo é a reunião e discussão do conhecimento científico acerca da influência de medicamentos benzodiazepínicos em estudantes de Medicina, foram consultadas bases de dados, entre elas: PubMed, Scielo, Cochrane, LILACS, BVS e Google Acadêmico.

Nesse contexto, os artigos foram convenientemente selecionados entre os publicados em línguas inglesa, espanhola e portuguesa que cumpriam os critérios de inclusão pré-estabelecidos, tais como a presença da temática relacionada ao uso de benzodiazepínicos entre estudantes e seu impacto na qualidade do sono e no desempenho acadêmico. Os descritores utilizados foram “benzodiazepínicos”, “Medicina” e “estudantes”, de modo que foram associados entre si.

Seguidamente à leitura de títulos, resumos e artigos completos pela autora individualmente, 10 trabalhos foram selecionados para fundamentar esta revisão, de forma meticulosa.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

A rotina de estudantes sobrecarregados com cobranças extenuantes e excesso de requisitos a serem cumpridos para a formação acadêmica constroi um contexto no qual a saúde mental destes se encontra em vulnerabilidade. Sobretudo entre os acadêmicos de Medicina, o consumo de benzodiazepínicos para mitigar sintomas ansiosos e depressivos é bastante significativo, principalmente porque os índices de transtornos psíquicos entre eles é maior que o da população geral (Conceição, Batista, Dâmaso, 2019). Não obstante, 54,5% dos estudantes iniciaram o uso de benzodiazepínicos após o ingresso na faculdade de Medicina (Franco, 2022).

Um estudo de 2023 (Silva, Pereira, Mesquita, 2023) analisou, entre estudantes de Medicina do Centro Universitário Uninovafapi no Piauí, o consumo de benzodiazepínicos e revelou que o medicamento mais utilizado pelos estudantes foi o Clonazepam 0,5mg, seguido pelo Alprazolam 0,5mg, e em menores quantidades o Alprazolam 1mg e 2mg, Clonazepam 2mg e Diazepam 5mg e 10mg. A maioria dos participantes apresentava uso crônico desses fármacos, o que representa um grave motivo de preocupação devido aos riscos associados.

Dessa forma, estudantes de medicina estão sujeitos aos impactos negativos dos benzodiazepínicos, que não se limitam a abuso, dependência e tolerância. A qualidade do sono, com a diminuição do estágio III (sono profundo) e uma possível redução tanto no tempo total de sono REM quanto na densidade dos movimentos oculares rápidos, é impactada (Souza, et al., 2018), embora, no tratamento de distúrbios do sono, isto é, com o uso de benzodiazepínicos como hipnóticos, uma melhora subjetiva na qualidade de sono dos pacientes foi relatada, porque essas drogas tendem a normalizar a arquitetura anormal do sono, aumentando os fusos e o período de sono NREM de estágio II. Assim, as alterações polissonográficas podem sugerir melhora subjetiva da qualidade de sono, ou seja, sob juízo do indivíduo (Azevedo, Aloe, Hasan, 2004).

Sob essa perspectiva, nota-se que estudantes de medicina têm acesso aos benzodiazepínicos de modo facilitado, uma vez que colegas prescritores, por meio de consultas informais, permissão de autoprescrição e supervisão inadequada abrem caminhos para o uso de tais substâncias. Acadêmicos normalmente utilizam benzodiazepínicos para

indução de sono e alívio de sintomas psiquiátricos, como já supracitado (Mesquita, Laranjeira, Dunn, 1997).

No que tange o desempenho nas universidades, nota-se uma relação inversamente proporcional entre o uso de benzodiazepínicos e rendimento acadêmico (Franco, 2022), principalmente por conta dos efeitos adversos, como sonolência, tontura, amnésia retrógrada e comprometimento de funções motoras. Cefaleia, náuseas, vômitos, visão borrada também são fatores mencionados quando avalia-se a qualidade de vida desses estudantes (Silva, Pereira, Mesquita, 2023).

Em última análise, as instituições de ensino superior devem implementar medidas como conscientização sobre riscos de uso indiscriminado de benzodiazepínicos e promoção de saúde mental para desacelerar consequências graves nos estudantes, como conflitos interpessoais, baixo desempenho acadêmico e adoecimento mental crônico (Andrade, Jacinto, Rocha, 2022).

4. CONCLUSÃO

Acadêmicos de Medicina representam uma parcela da população que se encontra em vulnerabilidade no que tange a saúde mental, devido, sobretudo, à rotina de estudos do curso superior. Nesse sentido, ao ingressarem na faculdade de Medicina, muitos deles iniciam o uso de benzodiazepínicos, medicamento que impacta negativamente desde aspectos do cotidiano, como qualidade do sono e disposição, até o rendimento acadêmico.

Entre os fatores que impulsionam tais fatos está o acesso facilitado a esse tipo de droga, principalmente pela proximidade com colegas prescritores. O papel da instituição de ensino superior deve ser, portanto, consonante aos efeitos na vida acadêmica e saúde mental dos estudantes, garantindo políticas de conscientização de uso e abuso de medicamentos psicotrópicos como benzodiazepínicos e promoção de saúde.

REFERÊNCIAS

ANDRADE FONTES, B.; DOS SANTOS JACINTO, P. M.; VIEIRA DE SANTANA ROCHA, R. Consumo de ansiolíticos benzodiazepínicos durante a pandemia de COVID-19: um estudo remoto com estudantes universitários. *Sapienza: International Journal of Interdisciplinary Studies*, v. 3, n. 1, p. 34–44, 14 fev. 2022. Acesso em: 2 mar. 2025.

AZEVEDO, A. P.; ALÓE, F.; HASAN, R. Hipnóticos. *Revista Neurociências*, v. 12, n. 4, p. 198–208, 2019.

CONCEIÇÃO, L. de S.; BATISTA, C. B.; DÂMASO, J. G. B.; et al. Saúde mental dos estudantes de medicina brasileiros: uma revisão sistemática da literatura. *Avaliação: Revista da Avaliação da Educação Superior (Campinas)*, v. 24, n. 3, p. 785–802, 2019. Acesso em: 2 mar. 2025.

COSTA, C. A. F. DA et al. Uso indiscriminado dos benzodiazepínicos na sociedade moderna: uma revisão sistemática/ Indiscriminated use of benzodiazepines in modern society: a systematic review. *Brazilian Journal of Health Review*, v. 3, n. 6, p. 18067–18075, 2020. Acesso em: 2 mar. 2025

COSTA, W. C.; MARTINS, C.; ROCHA, E. C. Fatores associados ao uso de psicofármacos por universitários: uma revisão integrativa. *OBSERVATÓRIO DE LA ECONOMÍA LATINOAMERICANA*, v. 22, n. 11, p. e7916–e7916, 25 nov. 2024. Acesso em: 1 mar. 2025.

FRANCO, J. V. V. et al. O uso de benzodiazepínicos por acadêmicos do curso de Medicina de uma universidade no sul do estado do Tocantins. *Research, Society and Development*, v. 11, n. 9, p. e28311931804, 10 jul. 2022. Acesso em: 2 mar. 2025.

LISBOA, I. B.; COLLI, L. F. M.. ATENÇÃO FARMACÊUTICA NO USO DE BENZODIAZEPÍNICOS E OUTROS PSICOFÁRMACOS NO TRATAMENTO DE TRANSTORNOS DE ANSIEDADE E PÂNICO POR JOVENS ATUALMENTE NO MUNICÍPIO DE NOVA IGUAÇU | *Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação*. periodicorease.pro.br, 2 nov. 2021. Acesso em: 2 mar. 2025.

MESQUITA, A. M.; LARANJEIRA, R.; DUNN, J. Psychoactive drug use by medical students: a review of the national and international literature. *São Paulo Medical Journal*, v. 115, n. 1, p. 1356–1365, fev. 1997. Acesso em: 1 mar. 2025.

SILVA, C. M. F. E.; PEREIRA, D. I. M.; MESQUITA, G. V. Análise do uso indiscriminado de benzodiazepínicos em graduandos de medicina de um centro universitário no Piauí. *Brazilian Journal of Health Review*, v. 6, n. 6, p. 28005–28020, 15 nov. 2023. Acesso em: 1 mar. 2025.

SOUZA, F. J. F. DE B. et al. Avaliação do padrão de sono em insones usuários de benzodiazepínicos e análise da trazodona como medicação substitutiva. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, v. 67, p. 80–86, 2018. Acesso em: 1 mar. 2025.