

Centro Estadual de Educação Tecnológica Paula Souza

ETEC de Santa Rosa de Viterbo - SP

Curso de Técnico em Farmácia.

## **O USO DE DESCONGESTIONANTES NASAIS E SEUS RISCOS**

Dependência, complicações respiratórias e a falta de orientação médica.

Maria Clara do Carmo Britto

Maria Eduarda Marciano Martins Duarte

Maria Rita do Carmo Britto

Tâmilly Pereira Fedel

Tauany Silva Boas

### **RESUMO**

O uso de descongestionantes nasais é comum entre a população brasileira, especialmente em períodos de maior incidência de doenças respiratórias. Apesar do alívio temporário dos sintomas, o uso prolongado e indiscriminado desses medicamentos, muitas vezes sem orientação médica, pode levar à dependência química, rinite medicamentosa e outras complicações respiratórias e cardiovasculares. Este trabalho teve como objetivo analisar os impactos do uso contínuo de descongestionantes nasais na saúde dos indivíduos, a partir de uma pesquisa de campo realizada com estudantes da Etec de Santa Rosa de Viterbo. A metodologia incluiu a aplicação de questionários abordando frequência de uso, conhecimento sobre riscos e presença de prescrição médica. Os resultados apontaram que grande parte dos participantes faz uso frequente desses medicamentos sem prescrição, desconhecendo os efeitos adversos. Conclui-se que há necessidade urgente de ações educativas, regulação mais rigorosa e incentivo ao uso de alternativas seguras para o tratamento da congestão nasal.

**Palavras Chaves:** descongestionantes nasais; dependência química; rinite medicamentosa; automedicação; saúde pública.

## **ABSTRACT**

The use of nasal decongestants is common among the Brazilian population, especially during periods of increased incidence of respiratory diseases. Despite the temporary relief of symptoms, prolonged and indiscriminate use of these medications, often without medical guidance, can lead to chemical dependency, medication-induced rhinitis, and other respiratory and cardiovascular complications. This study aimed to analyze the impacts of continuous use of nasal decongestants on individuals' health, based on field research conducted with students from Etec de Santa Rosa de Viterbo. The methodology included the application of questionnaires addressing frequency of use, knowledge of risks, and the presence of medical prescriptions. The results indicated that a large portion of the participants frequently use these medications without a prescription, unaware of the adverse effects. It is concluded that there is an urgent need for educational actions, stricter regulations, and encouragement of safe alternatives for nasal congestion treatment.

**Keywords:** nasal decongestants; chemical dependency; medication-induced rhinitis; self-medication; public health.

## **1. INTRODUÇÃO:**

As doenças respiratórias são comuns na população brasileira, especialmente em períodos de baixa umidade, levando muitas pessoas a recorrerem ao uso de descongestionantes nasais. Esses medicamentos proporcionam um alívio imediato, melhorando a qualidade de vida temporariamente. No entanto, o uso prolongado e sem acompanhamento médico pode trazer consequências graves à saúde, como dependência química e agravamento dos sintomas respiratórios. (MARTINS, PEREIRA et al., 2022).

O consumo indiscriminado de descongestionantes nasais é um problema de saúde pública, pois essas substâncias são de fácil acesso e, muitas vezes,

utilizadas sem prescrição médica. Esses medicamentos são classificados em duas categorias principais: catecolaminas (efedrina, epinefrina e fenilefrina) e imidazolínicos (nafazolina, tetraidrozolina e oximetazolina). Dentre esses, os imidazolínicos apresentam maior risco de efeito rebote devido à sua ação rápida e prolongada. (FREITAS, 2014)

Diante dessa realidade, torna-se fundamental compreender os impactos do uso excessivo desses medicamentos e a necessidade de estratégias para a conscientização da população sobre seus riscos.

O problema que este artigo aborda é o impacto do uso prolongado de descongestionantes nasais na saúde respiratória e sistêmica dos indivíduos, considerando fatores como mudanças climáticas, o risco de dependência química e as consequências da automedicação devido à falta de orientação médica.

O uso excessivo e indiscriminado de descongestionantes nasais tem sido um comportamento recorrente entre a população, principalmente pela busca de um alívio imediato da congestão nasal. A facilidade de obtenção da nafazolina e de outros agentes vasoconstritores contribui para o agravamento de doenças respiratórias pré-existentes, além do desenvolvimento da rinite medicamentosa e do risco de efeitos colaterais graves, como alterações cardiovasculares. (LIMA, SILVA et al.,2021)

A ausência de acompanhamento médico e a automedicação agravam ainda mais essa situação favorecendo a dependência química e o uso crônico dessas substâncias. Pesquisas indicam que o uso prolongado desses medicamentos pode resultar em um ciclo de congestão e alívio temporário, gerando a necessidade constante de utilização e potenciais danos ao sistema respiratório e cardiovascular. (DIONIZIO, I., et al. 2020; FREITAS, 2014).

Diante desse cenário, a justificativa para este artigo é a necessidade de aprofundar este estudo para contribuir para a conscientização da população do uso racional dos descongestionantes nasais, além de discutir estratégias de regulação e educação em saúde que reduzem a automedicação.

O objetivo geral deste artigo científico é analisar os impactos do uso prolongado de descongestionantes nasais na saúde respiratória e sistêmica dos indivíduos, com ênfase na dependência química, no efeito rebote, nas possíveis complicações clínicas e na falta de orientação médica adequada.

Os objetivos específicos deste trabalho incluem investigar os principais fatores que levam ao uso excessivo de descongestionantes nasais, avaliar o conhecimento da população sobre os riscos do uso contínuo desses medicamentos, identificar as principais complicações associadas ao uso prolongado, incluindo a rinite medicamentosa e efeitos cardiovasculares; e propor estratégias de conscientização e regulamentação para minimizar os impactos negativos desses medicamentos.

## **2.DESENVOLVIMENTO**

### **2.1. Metodologia**

A metodologia para este artigo de revisão bibliográfica começa com a identificação clara do tema e do objetivo da revisão, que é “O Uso de descongestionantes nasais e seus riscos”. Em seguida, definimos os critérios de inclusão e exclusão que serão utilizados para selecionar os estudos a serem incluídos na revisão. O estudo envolverá a aplicação de questionários estruturados aos estudantes da Etec de Santa Rosa de Viterbo para coletar informações sobre o uso de descongestionantes nasais, frequência de consumo, motivos da utilização, conhecimento sobre os riscos e se há prescrição médica.

Os dados serão coletados por meio de questionários aplicados presencialmente no laboratório de informática da instituição, via formulário eletrônico. As perguntas abordarão:

- Frequência e motivos do uso de descongestionantes nasais.
- Conhecimento sobre os efeitos colaterais e riscos associados.
- Uso com prescrição médica ou automedicação.
- Sintomas de dependência ou efeito rebote.

### **2.2. Fundamentação teórica**

As doenças crônicas do trato respiratório constituem um grupo de condições que afetam os pulmões e outras estruturas relacionadas de forma abrangente. Essas patologias apresentam características distintas entre crianças e adultos, exigindo, portanto, estratégias específicas tanto para o diagnóstico quanto para o tratamento. (MARTINS, PEREIRA et al., 2022).

Os descongestionantes nasais são drogas que atuam como agentes simpatomiméticos (imitam a ação do sistema nervoso simpático), promovem o

alívio imediato da obstrução nasal ao provocarem a vasoconstrição dos vasos sanguíneos nas mucosas, o que facilita a passagem do ar e reduz o desconforto causado pela congestão. (CASTRO, MELLO et al., 2016)

A congestão nasal, caracterizada pelo bloqueio das vias aéreas superiores, causa desconforto e interfere na rotina dos indivíduos. Para aliviar essa condição, muitos recorrem ao uso frequente de descongestionantes nasais, que atuam promovendo a vasoconstrição e reduzindo o inchaço da mucosa nasal. Porém, o uso contínuo desses fármacos pode desencadear efeitos adversos, incluindo o efeito rebote, no qual a congestão retorna de forma mais intensa, criando um ciclo vicioso de uso. (DIONIZIO, I., et al. 2020)

O uso prolongado e indiscriminado de descongestionantes nasais é uma prática comum no Brasil, especialmente durante períodos de baixa umidade e aumento de doenças respiratórias. Embora esses medicamentos proporcionem alívio imediato da obstrução nasal, seu uso contínuo está associado a diversos efeitos adversos, como o desenvolvimento de dependência, a ocorrência de rinite medicamentosa e possíveis complicações cardiovasculares. (MORAES, COSTA, et al., 2024)

- Mecanismo de Ação e Efeito Rebote:

Os descongestionantes nasais são substâncias que atuam como agonistas dos receptores adrenérgicos  $\alpha$  e  $\beta$ , promovendo estímulo direto ou indireto sobre esses receptores, com diferentes graus de seletividade. Sua ação se dá principalmente nos vasos de capacitância das conchas nasais, promovendo vasoconstrição. Os receptores adrenérgicos se dividem em cinco subtipos:  $\alpha_1$ ,  $\alpha_2$ ,  $\beta_1$ ,  $\beta_2$  e  $\beta_3$ , cada um responsável por respostas fisiológicas distintas quando ativado. Esses medicamentos mimetizam os efeitos das catecolaminas endógenas — norepinefrina, epinefrina e dopamina —, que exercem papel essencial na regulação de funções como frequência cardíaca, contratilidade do coração, tônus vascular, dilatação brônquica, secreção de insulina e mobilização de reservas energéticas. Os efeitos dessas substâncias envolvem processos como síntese, armazenamento, liberação e recaptação dos neurotransmissores norepinefrina e epinefrina. (TORQUATO; SHIMA et al., 2020)

Descongestionantes nasais, como a nafazolina e a oximetazolina, pertencem à classe dos simpaticomiméticos de ação local, atuando diretamente sobre os receptores alfa-adrenérgicos presentes na mucosa nasal. Essa ação provoca vasoconstrição dos vasos sanguíneos locais, reduzindo o edema e facilitando a respiração (JORNAL DA USP, 2023). No entanto, o uso prolongado leva ao fenômeno conhecido como “efeito rebote”, em que há intensificação da congestão nasal logo após a suspensão do medicamento. Esse efeito ocorre devido à perda da autorregulação da vascularização nasal, instaurando um ciclo de dependência fisiológica que pode evoluir para a rinite medicamentosa, uma condição em que a mucosa não consegue mais manter a vasoconstrição sem o estímulo contínuo do fármaco (MORAES; COSTA et al., 2024).

- Dependência e Taquifilaxia:

Com o uso contínuo, o organismo desenvolve tolerância aos efeitos vasoconstritores, fenômeno conhecido como taquifilaxia, exigindo doses cada vez maiores para obtenção do mesmo alívio sintomático (MORAES; COSTA et al., 2024). Esse processo favorece o surgimento da dependência física e psicológica, levando o indivíduo a utilizar o medicamento de forma compulsiva para manter a permeabilidade nasal. A exposição prolongada desses agentes à mucosa nasal compromete sua integridade, provocando isquemia, epiteliólise e, em casos mais graves, metaplasia escamosa. Tais alterações estruturais afetam o epitélio ciliado, reduzindo sua capacidade de defesa contra patógenos, o que aumenta a suscetibilidade a infecções respiratórias (SALES, 2023; JORNAL DA USP, 2023).

- Complicações Sistêmicas:

Além dos efeitos locais, os descongestionantes podem ser absorvidos sistemicamente, especialmente quando utilizados em altas doses ou por períodos prolongados. Essa absorção pode desencadear efeitos colaterais sistêmicos como hipertensão arterial, taquicardia, arritmias e cefaleia (SALES, 2023). Pacientes com comorbidades como hipertensão, doenças cardiovasculares e distúrbios psiquiátricos representam grupos de risco, nos quais o uso desses medicamentos deve ser rigorosamente controlado. A vasoconstrição sistêmica também pode interferir na eficácia de medicamentos

anti-hipertensivos, agravando quadros clínicos preexistentes (MORAES; COSTA et al., 2024)

- Automedicação e falta de orientação médica:

O hábito da automedicação pode ocultar doenças preexistentes do sistema respiratório e agravar o quadro de congestão nasal, levando ao reaparecimento dos sintomas mesmo após a finalização do tratamento. O uso repetido e em doses superiores às recomendadas, em um curto intervalo de tempo, favorece o desenvolvimento de um ciclo de uso contínuo, contribuindo para a instalação de dependência física, psicológica e farmacológica. Independentemente do nível socioeconômico, muitas pessoas utilizam medicamentos sem conhecer sua real finalidade, os riscos envolvidos ou o potencial de causar dependência, baseando-se apenas na crença de que o uso trará alívio e melhor qualidade de vida.

A facilidade de acesso a descongestionantes nasais, muitas vezes disponíveis sem prescrição médica, contribui para a automedicação e o uso inadequado desses fármacos. Estudos apontam que a maior parte dos usuários desconhece os riscos do uso contínuo, sendo motivados pelo alívio rápido dos sintomas, sobretudo em contextos urbanos, com alta poluição e maior incidência de rinite alérgica. A falta de orientação profissional pode resultar em diagnósticos tardios de condições subjacentes e no agravamento dos sintomas, além de aumentar o risco de efeitos adversos. (MORAES, COSTA, et al., 2024)

- Fatores psicossociais e o ciclo de dependência:

O uso crônico pode ser reforçado por fatores emocionais e comportamentais, como ansiedade, claustrofobia noturna e distúrbios do sono provocados pela congestão. Nesses casos, o medicamento deixa de ser um recurso pontual e passa a ocupar um papel central na rotina do paciente, intensificando o ciclo de uso contínuo. A dependência pode ser comparada, em certos aspectos, a outras formas de abuso de substâncias, exigindo intervenções educativas e, em casos mais severos, acompanhamento psicológico. Estudos recentes também apontam que o uso abusivo de descongestionantes nasais estão relacionados à baixa percepção de risco entre os usuários e a falta de

orientação adequada por parte de profissionais da saúde. (MORAES; COSTA et al., 2024)

- Estratégias de conscientização e regulação:

Atualmente, as drogarias desempenham um papel fundamental como ponto de acesso primário à saúde, sendo comum que o farmacêutico seja procurado antes mesmo da busca por atendimento hospitalar. Por isso, esse profissional é reconhecido como um agente de saúde, cuja responsabilidade inclui fornecer orientações técnicas seguras e embasadas sobre medicamentos, com base em seu amplo conhecimento na área. Assim, é essencial que o farmacêutico esteja capacitado para oferecer uma atenção farmacêutica eficiente e de qualidade, sempre focada no bem-estar do paciente, promovendo o uso racional dos medicamentos e conscientizando a população sobre a importância dessas práticas. Embora a orientação sobre o uso adequado de medicamentos não seja exclusivamente uma função do farmacêutico, sua formação especializada e atuação direta na dispensação o colocam em posição estratégica para contribuir ativamente com o uso consciente e seguro dos fármacos. (DIONIZIO, I., et al. 2020; FREITAS, 2014).

Diante dos diversos riscos que os descongestionantes nasais podem trazer à saúde, é importante considerar alternativas de tratamento para a obstrução nasal. Embora ainda existam relatos de efeitos adversos associados aos componentes das formulações desses produtos, outros métodos podem ser eficazes. Além do uso de medicamentos, os pacientes podem ser orientados a realizar lavagens nasais com soluções salinas a 0,9% ou 3%, que ajudam a reduzir a irritação das mucosas e promovem sua hidratação, facilitando a eliminação das secreções e, conseqüentemente, aliviando a obstrução. No entanto, o uso dessas soluções deve ser controlado quando contiverem o conservante cloreto de benzalcônio, sendo preferível optar por apresentações sem conservantes, como as ampolas de dose única com cloreto de sódio. Além disso, é fundamental que pessoas com problemas respiratórios evitem a exposição a fatores agravantes, como ácaros, poeira, mofo, odores fortes, poluentes atmosféricos, fumaça de cigarro (ativa ou passiva) e o contato com animais domésticos, como cães e gatos.

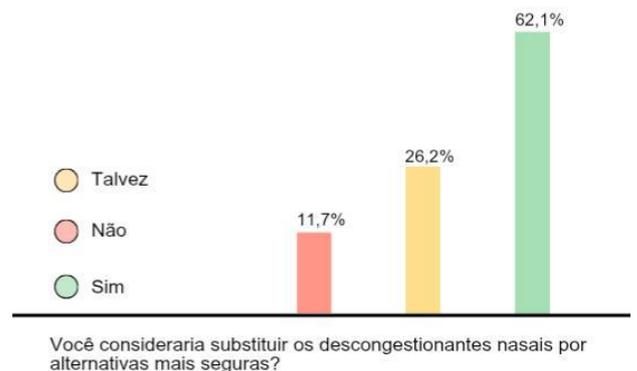
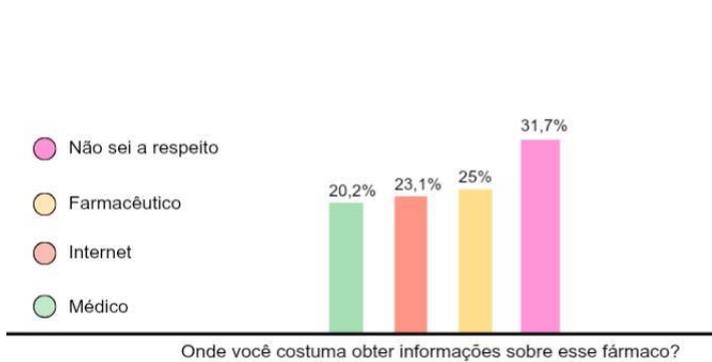
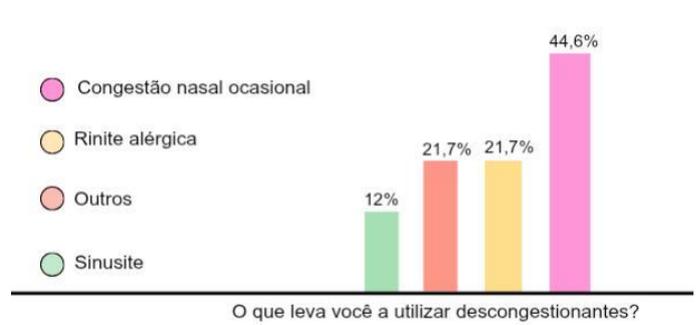
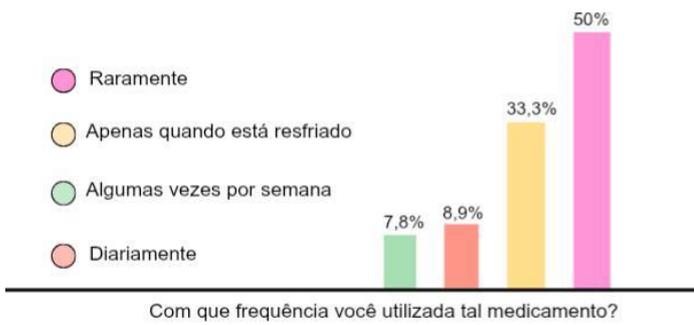
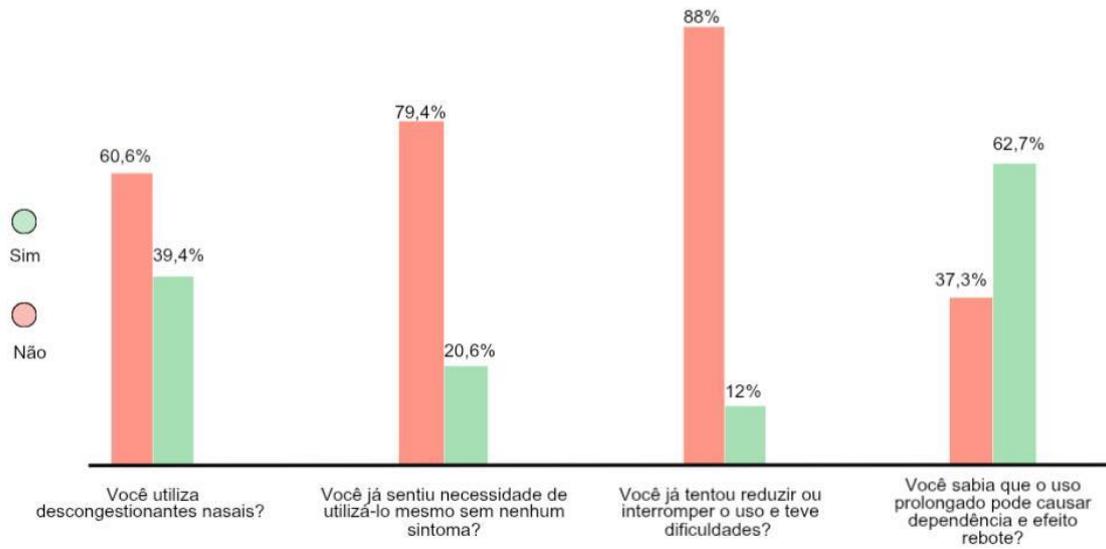
Levando em conta outros riscos associados ao uso abusivo de descongestionantes nasais, torna-se essencial promover estratégias de conscientização pública. Campanhas educativas devem enfatizar os riscos da automedicação, a importância do diagnóstico médico e o uso racional de medicamentos. Além disso, políticas regulatórias mais rígidas, como a exigência de prescrição médica para descongestionantes adrenérgicos vêm sendo discutidas como medidas de controle (JORNAL DA USP, 2023). A adoção de alternativas seguras, como a lavagem nasal com solução salina, o uso de dispositivos de umidificação de ambiente e terapias fitoterápicas para controle de rinite, deve ser estimulada. O fortalecimento da educação em saúde, com foco na capacitação de farmacêuticos e outros profissionais da atenção primária, também se mostra uma estratégia fundamental para conter os impactos negativos do uso indiscriminado desses fármacos na saúde pública (MORAES; COSTA et al., 2024).

## **2.3. Pesquisa de Campo**

### **2.3.1. Dados pesquisa de campo:**

- **Número total de participantes:** 104 respostas
- **Faixa etária predominante:** Jovens de 15 a 20 anos (com algumas respostas de adultos até 60+)
- **Gênero:** Predomínio do sexo feminino
- **Instituição:** Etec de Santa Rosa de Viterbo
- **Objetivo:** Avaliar o uso e a percepção sobre descongestionantes nasais.

### **2.3.2. Resultados alcançados e análise:**



Com base na pesquisa de campo observa-se uma preocupação significativa com o uso indiscriminado de descongestionantes nasais,

especialmente entre os jovens. Há um grupo considerável que usa com frequência e relata sinais de dependência, mesmo sem sintomas aparentes. O dado mais alarmante é o uso diário por jovens que já reconhecem estar viciados, citando marcas como o Neosoro.

A informação sobre os riscos está relativamente difundida, mas não impacta completamente o comportamento dos usuários, já que muitos continuam usando mesmo cientes das consequências. Além disso, a internet e os farmacêuticos são as fontes mais acessadas, indicando um bom canal para ações educativas e preventivas.

A disposição para mudar para opções mais seguras mostra um caminho possível para intervenção educativa e substituição terapêutica, especialmente com apoio profissional (farmacêutico ou médico).

### **3. CONCLUSÃO**

Conclui-se que o uso prolongado e indiscriminado de descongestionantes nasais representa um grave problema de saúde pública, especialmente entre os jovens. Apesar do conhecimento parcial sobre os riscos associados, como o efeito rebote, a rinite medicamentosa e complicações cardiovasculares, muitos indivíduos continuam fazendo uso frequente desses medicamentos, muitas vezes sem prescrição médica. O uso contínuo de substâncias vasoconstritoras pode causar alterações fisiológicas severas, tanto locais quanto sistêmicas, comprometendo a integridade da mucosa nasal e aumentando o risco de doenças respiratórias e cardiovasculares. Além disso, fatores psicossociais, como ansiedade e desconforto respiratório, contribuem para a manutenção desse ciclo de dependência.

Diante desse cenário, torna-se evidente a urgência em promover estratégias de educação em saúde e regulação do acesso a esses medicamentos. A atuação de profissionais como farmacêuticos e médicos, aliada à implementação de campanhas educativas em escolas e ambientes digitais, pode desempenhar um papel fundamental na prevenção do uso abusivo. A valorização de alternativas terapêuticas seguras, como a lavagem nasal com solução salina e a fitoterapia, também deve ser incentivada como parte de um cuidado integral.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- CASTRO, L., MELLO, M., et al. Avaliação de automedicação com descongestionantes nasais por estudantes da área da saúde. **J Health Sci Inst**, v.34, n.3, p.1-5. 2016.
- DIONIZIO, I., MACEDO, L., et al. A dependência de descongestionantes nasais e seus efeitos colaterais. **Rev. ESFERA ACADÊMICA SAÚDE**, v.5, n.2, p.1-20. 2020.
- FREITAS, L. "Descongestionantes nasais: efeitos adversos e riscos associados ao uso prolongado." **Jornal de Medicina Respiratória**, v. 29, n.4, p. 235-241. 2014.
- JORNAL DA USP. Uso contínuo de descongestionantes nasais pode gerar dependência. 2023. Disponível em: <https://jornal.usp.br/radio-usp/uso-contínuo-de-descongestionantes-nasais-pode-gerar-dependencia>. Acesso em: 22 abr. 2025.
- LIMA, M., SILVA, J., et al. Riscos associados à automedicação com cloridrato de nafazolina e o farmacêutico como protagonista do uso racional de medicamentos. **Research, Society and Development**, v.10, n.15, p.1-10. 2021.
- MARTINS, T., PEREIRA, V., et al. Os riscos causados pelo uso indiscriminado de descongestionantes nasais derivados da nafazolina. **Revista Multidisciplinar do Nordeste Mineiro**, v8, p.3. 2022.
- MORAES, B., COSTA, G., et al. Riscos e efeitos adversos do uso de descongestionantes nasais. **Revista Master**, v9, n. 18. 2024.
- SALES, G. Descongestionantes nasais e o risco de eventos cardiovasculares: uma revisão da literatura. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Farmácia) – **Instituto de Ciências Farmacêuticas, Universidade Federal de Alagoas, Maceió**, 2021.
- TORQUATO, A., SHIMA, V., et al. Riscos associados à práticas de automedicação com Descongestionantes nasal. **Brazilian journal of Development**, v.6, n.11, p. 1-19. 2020.