ESCOLA TÉCNICA ESTADUAL PROF. ARMANDO JOSÉ FARINAZZO
CENTRO PAULA SOUZA

Anna Laura Sanches
Clara Fernandes Dias
Heloiza Prieto de Oliveira Almeida

IMPACTOS DO USO DE PSICOTRÓPICOS NO DESEMPENHO ACADÊMICO E NA SAÚDE MENTAL DE ESTUDANTES

Fernandópolis
2025

Anna Laura Sanches
Clara Fernandes Dias
Heloiza Prieto de Oliveira Almeida

IMPACTOS DO USO DE PSICOTRÓPICOS NO DESEMPENHO ACADÊMICO E NA SAÚDE MENTAL DE ESTUDANTES

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado como exigência parcial para obtenção da Habilitação Profissional Técnica de Nível Médio de **Técnico em Farmácia**, no Eixo Tecnológico em **Ambiente e Saúde**, à Escola Técnica Estadual Professor Armando José Farinazzo, sob orientação da professora **Flavia Meira Cotrim.**

Examinadores

Flavia Meira Cotrim

Midian Nikel Alvez de Souza

Bruna Marçal Guidoti Eleutério

Fernandópolis
2025

IMPACTOS DO USO DE PSICOTRÓPICOS NO DESEMPENHO ACADÊMICO E NA SAÚDE MENTAL DE ESTUDANTES

Anna Laura Sanches
Clara Fernandes Dias
Heloiza Prieto de Oliveira Almeida

RESUMO: A procura por medicamentos psicotrópicos tem sido cada vez mais frequente, sendo evidenciada por sua ação no Sistema Nervoso Central, atuando sobre a mente, ou seja, influencia o modo de agir, pensar, sentir e até mesmo reagir. O aumento significativo da procura é indicado pelo número de pessoas que buscam melhorar a qualidade do sono e o desempenho nas atividades diárias. Este trabalho de conclusão de curso tem como objetivo identificar e analisar fatores e consequências do abuso desses medicamentos para o bem maior de uma sociedade. O estudo busca compreender condições que levam ao uso de psicotrópicos por universitários, bem como suas consequências, contribuindo para ações de conscientização e prevenção. Diante do aumento global do uso abusivo dessas substâncias, o tema exige atenção das instituições de ensino e dos profissionais de saúde. A metodologia compreende a abordagem qualitativa e quantitativa, com aplicação de questionários a estudantes universitários e profissionais da saúde, visando investigar hábitos de uso de psicofármacos, fatores associados e impactos na saúde. Também foi realizada revisão bibliográfica para ampliação da base teórica. Observou-se que o consumo inadequado de psicotrópicos entre universitários gera não só riscos à saúde, mas também inquietação entre os profissionais de saúde frente à frequência e às consequências desse uso. Portanto, é essencial promover prevenção, orientação e apoio psicológico, evitando automedicação e seus riscos, como dependência e piora da saúde mental.

Palavras-chave: Automedicação. Desempenho acadêmico. Psicotrópicos. Saúde. Universitários.

ABSTRACT: The search for psychotropic drugs has been increasingly frequent, being evidenced by its action on the central nervous system, acting on the mind, that is, it influences the way of acting, thinking, feeling and even reacting. This course completion work aims to identify and analyze factors and consequences of the abuse of these drugs for the greater good of a society. The study seeks to understand conditions that lead to the use of psychotropic drugs by university students, as well as their consequences, contributing to awareness and prevention actions. Given the global increase in the abusive use of these substances, the topic demands attention from educational institutions and healthcare professionals. The methodology involves both qualitative and quantitative approaches, with the application of questionnaires to university students and healthcare professionals, aiming to investigate psychotropic drug use habits, associated factors, and health impacts. A bibliographic review was

also carried out to expand the theoretical basis. It was observed that the inadequate consumption of psychotropic drugs among university students generates not only health risks, but also restlessness among health professionals in the face of the frequency and consequences of this use: Therefore, it is essential to promote prevention, guidance and psychological support, avoiding self-medication and its risks, such as dependence and worsening of mental health.

Keywords: Self-medication. Academic performance. Psycotropics. Health. University students.

1.INTRODUÇÃO

Os medicamentos denominados de psicotrópicos tem como função agir no sistema nervoso central atuando sobre a mente, ou seja, influencia o modo de agir, pensar, sentir e até mesmo reagir. Fármacos psicoativos podem ser receitados apenas por médicos com o intuito de promover um melhor tratamento de pessoas em sofrimento psíquico devido a doenças ou condições mentais. Nos últimos anos, houve um aumento significativo em todo o mundo, principalmente no Brasil, relacionado ao uso dessas substâncias por indivíduos que procuram alternativas para melhor qualidade de sono e até mesmo para melhorar o rendimento no cotidiano. Segundo os estudos de Wilkon, Rufato e Silva (2021, p.2) pontuam “[...] há um crescimento nos índices de humor deprimido, consumo excessivo de álcool e abuso dessas substâncias, além de um aumento expressivo no uso de medicamentos psicotrópicos”.

O abuso excessivo dessas determinadas substâncias pode ocasionar em vícios. Nos casos do uso exagerado, principalmente de medicamentos de tarja preta, que requerem um controle estrito e só podem ser adquiridos mediante retenção da receita médica. Por este viés, a publicidade desse tipo de medicamento é proibida. No entanto, com o tempo, a eficácia dos psicotrópicos pode diminuir, o que pode levar à necessidade de doses cada vez maiores. Isso pode resultar em automedicação, com o aumento do número de comprimidos tomados sem orientação e supervisão médica.

Diante do aumento significativo do número de casos de uso excessivo de psicotrópicos por estudantes pós pandemia, tem se como objetivo do presente trabalho, identificar e analisar fatores e consequências do abuso desses medicamentos para o bem maior de uma sociedade. Na abordagem dos objetivos

específicos, serão apresentados: a verificação do aumento do uso de medicamentos psicotrópicos; investigar quais as consequências na saúde; identificar fatores que levam os universitários ao uso excessivo; analisar os tipos de medicamentos psicotrópicos e seus efeitos; examinar estratégias de prevenção e tratamento.

O projeto em questão envolve estudos de casos clínicos, nos quais serão necessários para a realização de pesquisas que procuram entender a problemática do abuso medicamentoso. Podendo causar um efeito viciante que pode acarretar situações irreversíveis e desesperadoras, já que pesquisas afirmam que grande parte desses casos são cometidos por estudantes a procura de uma válvula de escape ou até mesmo para melhorar o rendimento estudantil.

2. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

2.1. PSICOTRÓPICOS

Os psicotrópicos são substâncias com ações no sistema nervoso central (SNC) que produzem alterações de comportamento, humor e cognição. Possuem propriedades reforçadoras, levando pessoas a dependência em cada uso. Estado consequente ao uso de uma substância psicoativa e compreendendo perturbações da consciência, das faculdades cognitivas, da percepção, do afeto ou do comportamento, ou de outras funções e respostas psicofisiológicas (Barros et al., 2017). Conforme Acervo Comunidade Sanar “as substâncias podem ser classificadas como depressoras do SNC (psicolépticos), drogas excitatórias do SNC (psicoanalépticos) ou drogas perturbadoras do SNC (psicodislépticos).” Esses são exemplos de psicofármacos, cada um atuando de uma maneira diferente para uma doença específica.

Os depressores do SNC (psicolépticos) são medicamentos sedativos e hipnóticos, como por exemplo: barbitúricos, benzodiazepínicos e opiáceos e os denominados de Compostos Z; drogas excitatórias do SNC (psicoanalépticos), inibem a receptação da serotonina (IRSs) e da serotonina-norepinefrins (IRSNs), proporcionando um perfil mais eficaz e, por fim, as drogas perturbadoras do SNC (psicodislépticos) tem como principal função, ser um opositor ao receptor de dopamina do tipo D2 (Sanar, 2022).

2.1.1. Principais medicamentos consumidos por estudantes

A indústria farmacêutica desenvolveu alguns medicamentos com o objetivo de tratar pessoas com um grau elevado de falta de atenção, especialmente pacientes diagnosticados com o Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH). Esses pacientes não sofrem de uma simples falta de concentração. Ocorre uma disfunção neurológica, relacionada à captação e receptação de neurotransmissores, que causa um grande impacto à vida e rotina do indivíduo.

Segundo Clínica e Spa vida natural (2024):

> Entre as substâncias mais usadas com esta finalidade, temos a lisdexanfetamina (Venvanse) e o metilfenidato (Concerta, Ritalina, Metadate). No entanto, também existem medicamentos que utilizam dextroanfetamina, atomoxetina e agentes alfa-2 adrenérgicos para melhorar a concentração.

Pode se dizer que apesar da responsabilidade do uso desses medicamentos, pessoas que não precisam, ainda os procuram para uso ilegítimo. Segundo o Conselho Regional de Farmácia do Paraná (CRF-PR, 2015), entre todos os psicotrópicos utilizados, o mais comum usada por estudantes é a ritalina. Pois aumenta a atividade dos neurônios na região do cérebro ligada à concentração e outras funções, por essa razão, costuma ser muito procurada.

2.1.2 Fatores que influenciam o uso de psicotrópicos no meio acadêmico

Manter o foco nos estudos pode não ser uma tarefa fácil, justamente por esse motivo, diversas pessoas, em especial, universitários, lideram os índices de procura por medicamentos psicotrópicos. As razões podem variar, mas costumam estar ligadas ao estresse causado pela rotina acadêmica, com a esperança de melhorar o foco, a concentração e o desempenho.

O consumo de drogas passou a constituir um dos principais meios de evitar o contato direto com a realidade e com os sofrimentos. O uso de psicotrópicos representa uma reposta ao sentir mal, uma tentativa de se controlar. Ao usar drogas, a pessoa fica refém do próprio prazer, busca por mudança de realidade, a qual se torna, “reajustada”.

A procura pelo amparo de medicamentos psicotrópicos entre universitários está cada vez mais relacionada a questões de saúde mental, especialmente em um contexto em que a depressão e a ansiedade são consideradas banais. Essa realidade é influenciada pela intensa pressão do desenvolvimento acadêmico, que exige dos estudantes um bom rendimento. Na maioria das vezes, eles enfrentam um ambiente competitivo que impõe um acúmulo de responsabilidades, resultando em longas horas de estudo e privação do sono. Esse ciclo de estresse e exaustão emocional é intensificado pela pressão social e cultural, que valoriza o sucesso acadêmico (Universidade Federal de Santa Maria, 2024).

De acordo com uma pesquisa realizada por Zivin et al. (2009), “os estudantes universitários com sintomas de depressão são significativamente mais propensos a usar antidepressivos não prescritos, comparados a aqueles sem esses sintomas”. Consequentemente, muitos estudantes vão à procura de medicamentos como antidepressivos e ansiolíticos em busca de alívio para a carga psicológica e de melhoria no rendimento, muitas vezes sem buscar orientação médica. Embora esses medicamentos possam oferecer um alívio temporário, a automedicação apresenta riscos significativos à saúde mental e física, incluindo dependência e piora dos sintomas a longo prazo.

Além disso, segundo um estudo de Eisenberg et al. (2009), “a falta de apoio psicológico nas universidades contribui para que os estudantes busquem soluções rápidas e perigosas para lidar com sua ansiedade e depressão”. Portanto, é fundamental que as instituições promovam um ambiente que priorize o bem-estar dos estudantes, oferecendo suporte psicológico adequado e incentivando práticas saudáveis. Dessa forma, será possível equilibrar as demandas acadêmicas com a saúde mental, mitigando a busca por soluções farmacológicas que podem ser prejudiciais.

2.2 AUTOMEDICAÇÃO

A medicação é de grande relevância na população, já que ela é responsável pelo bem-estar da população, em diversas situações. Apesar dos avanços que ocorreram na área medicinal, ainda existem diversos empecilhos, dificuldade para distribuição em locais de baixa renda, baixa qualidade no atendimento, independentemente de que o setor seja público ou privado. Em

concordância com o estudo realizado pelo Instituto de Estudos para Políticas de Saúde (2023), as divergências econômicas entre as regiões do Brasil estão igualmente relacionadas as desigualdades de acesso.

Adiciona a essas perspectivas, a existência de farmácias em casa, a utilização de remédio a partir da indicação feito por conhecidos, crença em medicamentos caseiros sem fonte confiável, essas versões constituem princípios de grande relevância para a realização da automedicação.

2.2.1. Riscos e Consequências da Automedicação

De acordo com Rossoni (2023), “A automedicação é algo extremamente perigoso e até mesmo fatal. Além de consequências como intoxicação e ineficácia no tratamento correto, a pessoa que se automedica corre risco de morte”, ou seja, grande parte da população brasileira, leva um modo de vida incorreto se automedicando sem necessidade. Ao invés de se consultar com um especialista, indivíduos escolhem se automedicar ou até mesmo se medicar com base no que os familiares e colegas recomendam. Uma pesquisa realizada pelo Instituto de Pesquisa e Pós-Graduação (2018), sinaliza que indivíduos maiores de 16 anos fazem o uso de medicamentos sem recomendação médica ou farmacêutica. Dados apontam que familiares, amigos, vizinhos e artistas de TV compreendem respectivamente 68%, 41%, 27% e 16%, isto é, os principais prescritores de medicamentos são indivíduos que não possuem domínio formativo a respeito do tema.

2.2.2 Interação medicamentosa e possíveis efeitos colaterais

Quando um medicamento é ingerido, ele pode reagir de forma negativa com outro medicamento que o indivíduo faz uso contínuo podendo anular ou potencializar os efeitos. De acordo com Moraes, Vasko e Martins (2021) “A interação farmacológica ocorre quando um fármaco entra em contato com o outro no organismo humano”.

Segundo Nunes; Bastos (2017) “Mesmo apresentando relativa segurança, os BDZs (benzodiazepínicos) [...] apresentam efeitos colaterais, como sonolência, falta de memória, diminuição da atividade.”. Existe a preocupação com a gravidade que esses efeitos colaterais podem se desenvolver principalmente ao fazer

o uso indevido ou por um longo período que o receitado, concebe empecilhos de tolerância, dependência e possíveis abstinências durante a remoção dos medicamentos (Nunes; Bastos, 2017).

Desta forma, é inegável como o abuso de psicotrópicos é extremamente prejudicial à saúde populacional, podendo causar diversos efeitos nocivos e podendo levar até mesmo a uma overdose. A maneira para evitar e sanar esse acontecimento, é a conscientização da população, por meio de palestras, propagandas e conversas cotidianas com o intuito de desmistificar essa ocorrência e evitar a automedicação sem conhecimento.

2.3. TRANSTORNOS PSIQUIÁTRICOS

De acordo com o Hospital Santa Mônica (2025), o transtorno mental é decorrente de uma alteração do funcionamento cerebral que pode proporcionar danos emocionais e físicos, de forma que afeta prejudicialmente a vivência natural humana. Consequentemente, abalando o comportamento, o humor, o raciocínio e influência na concentração e memória. A saúde mental é consternada por múltiplos fatores e pode afetar pessoas de diversas idades. Além disso, esses problemas podem se manifestar em conjunto com doenças psicossomáticas e físicas.

2.3.1. Impactos da Pandemia na Saúde Mental: Análise do Relatório da OMS sobre Distúrbios Psíquicos

O relatório da Organização Mundial da Saúde (OMS) deixou emevidências os distúrbios que preferentemente, exigem atenção psiquiátrica no mundo todo. Segundo a análise no registro, que teve sua última atualização em 2020, compilou dados de 173 países, inclusive do Brasil.

Recorrendo a investigação desse relatório, tornou-se possível analisar as maiores adversidades da saúde mental. Dito isso, constantes atualizações são efetuadas para se atentar a saúde cognitiva da população mundial. Portanto, o World Mental Health Report (2022), realça a intensificação da depressão e ansiedade em cerca de 25% ao recorrer da pandemia, salientando-se a necessidade de adotar ações para combater essas doenças.

2.3.2. Fatores Influenciadores dos Transtornos Mentais: Impactos Ambientais, Traumáticos e Sociais

De acordo com o artigo Psicologia Ambiental: objeto, "realidades" sócio físicas (USP, 2005), as diferenças culturais e as especificidades dos problemas sociais e ambientais também produzem explicações particulares do comportamento humano em uma cultura específica e visões culturais de interações ambiente comportamento. Existem múltiplas causas que podem gerar o desenvolvimento de transtornos mentais, nas quais, merecem atenção psicológica. Assim, o ambiente em que experienciamos situações da vida, tem impactos relativos na saúde mental humana. Por conseguinte, episódios traumáticos, situação social e econômica pode influenciar o desenvolvimento de transtornos mentais ao longo do tempo. Em situação inversa, nascer e desfrutar de um ambiente seguro tende a colaborar com o indivíduo a manter uma boa saúde ao longo da vida.

Estudos de FACNOPAR (2014) evidenciaram que as variáveis que contribuem para a manifestação de padrões comportamentais relacionados às frustrações das situações cotidianas tornam-se fatores que merecem atenção, assim como a dependência de substâncias químicas, o consumo excessivo de álcool, o uso de drogas ilícitas e o uso inadequado de medicamentos (Hospital Santa Mônica, 2025). Em qualquer um desses casos, procurar suporte de um profissional da psiquiatria é essencial para superar as adversidades psicológicas.

2.3.3. A Relação entre Transtornos Psicológicos e Automedicação na Adolescência

Os transtornos psicológicos e a automedicação na adolescência estão frequentemente relacionados devido a uma combinação de fatores emocionais, sociais e biológicos. De maneira que, a adolescência é um período de grandes mudanças e aborrecimentos, tanto no desenvolvimento mental quanto físico, e é comum que os jovens possam passar por adversidades, envolvendo mudanças de humor, podendo agravar ou suceder estresse, ansiedade, depressão ou dificuldades em lidar com suas emoções (SOPERJ, 2018). Quando esses sentimentos não são devidamente tratados ou compreendidos, alguns adolescentes podem recorrer à automedicação como uma maneira de lidar com o sofrimento.

3.METODOLOGIA

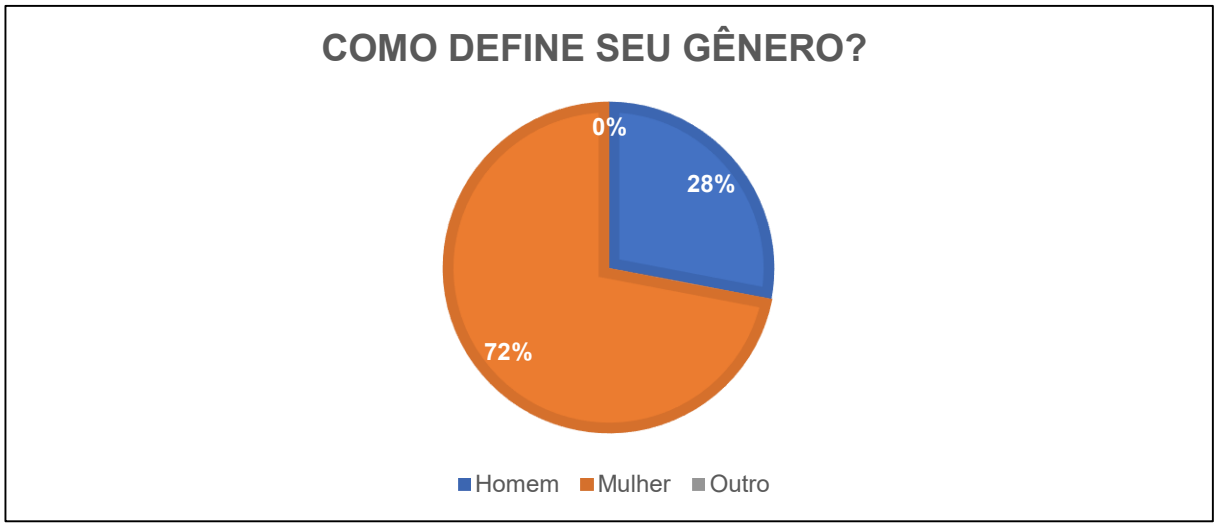
O presente trabalho caracterizou-se a partir de pesquisas bibliográficas em trabalhos acadêmicos, revistas on-line, livros e publicações em sites voltado a psicotrópicos e seus diversos efeitos em estudantes que procuram essa alternativa para aumentar o rendimento universitário. Possuiu como principal fonte de embasamento os estudos de Wilkon, Rufato e Silva (2021). Também se configura como uma pesquisa de campo, de natureza quantitativa e qualitativa, realizada online em uma universidade, por meio de formulários eletrônicos onde grupos de estudantes da área da saúde responderam sobre o tema. A coleta de dados ocorreu, deste modo, com o objetivo de analisar o perfil e as percepções desses estudantes em relação ao uso de psicotrópicos. Além disso, foram realizadas entrevistas com profissionais que possuem entendimento relacionado ao assunto. As profissionais entrevistas foram uma psicóloga e uma professora universitária farmacêutica, com o intuito de proporcionar maior entendimento sobre o assunto e confiabilidade no trabalho em questão.

4.DESENVOLVIMENTO

4.1. PESQUISA COM ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS: ESTUDO DOS DADOS OBTIDOS

Obteve-se com o formulário eletrônico aplicado a estudantes universitários, em uma instituição local de ensino superior, 25 respostas, das quais houve majoritariamente pessoas do gênero feminino que responderam à pesquisa, conforme é mostrado no gráfico 1 a seguir:

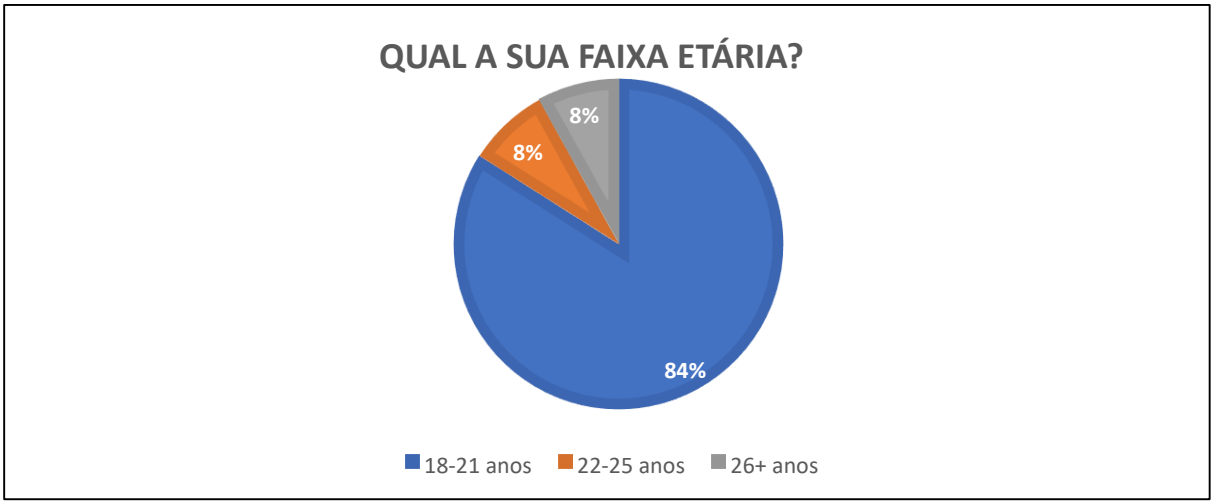
Gráfico 1. Gênero



Fonte: (Dos próprios autores, 2025)

No tópico faixa etária, é possível concluir que jovens entre 18 a 21 anos correspondem a 84%. Posteriormente, indivíduos entre 22-25 e maiores de 26 anos, equivalem a 8%, igualmente. Isso se dá por conta de ter sido aplicado em uma instituição educacional de nível superior, justificando as idades. O resultado é expresso no gráfico 2 a seguir:

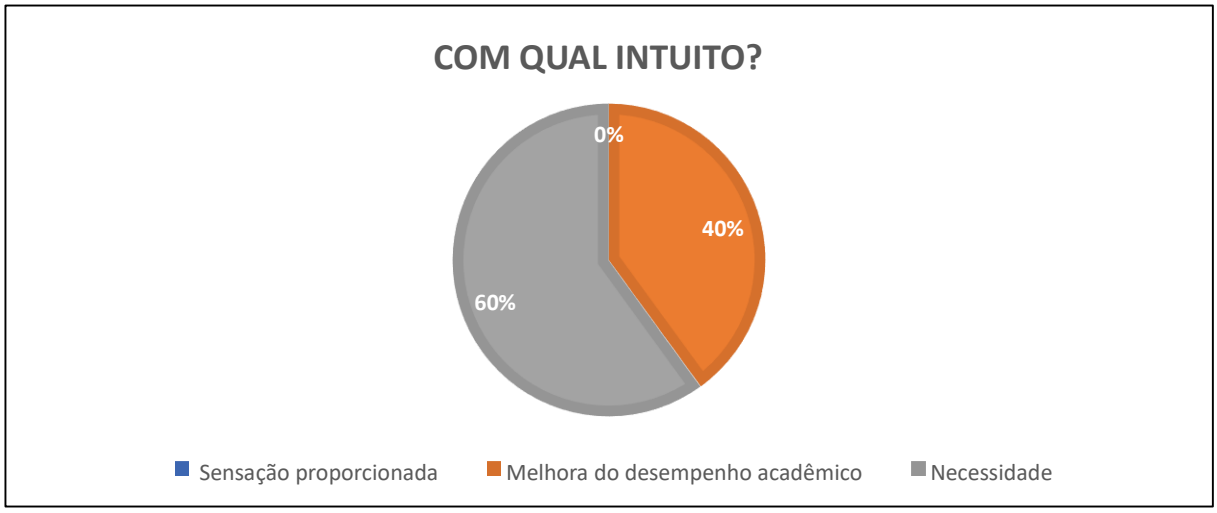
Gráfico 2. Faixa etária



Fonte: (Dos próprios autores, 2025)

Em relação a motivação desses estudantes para utilizar medicamentos psicotrópicos, foram predominantemente por necessidade, correspondendo a 60%, e seguido por melhora no desempenho acadêmico, 40%; não houveram indícios de utilização por sensação proporcionada, como ilustra o gráfico 3:

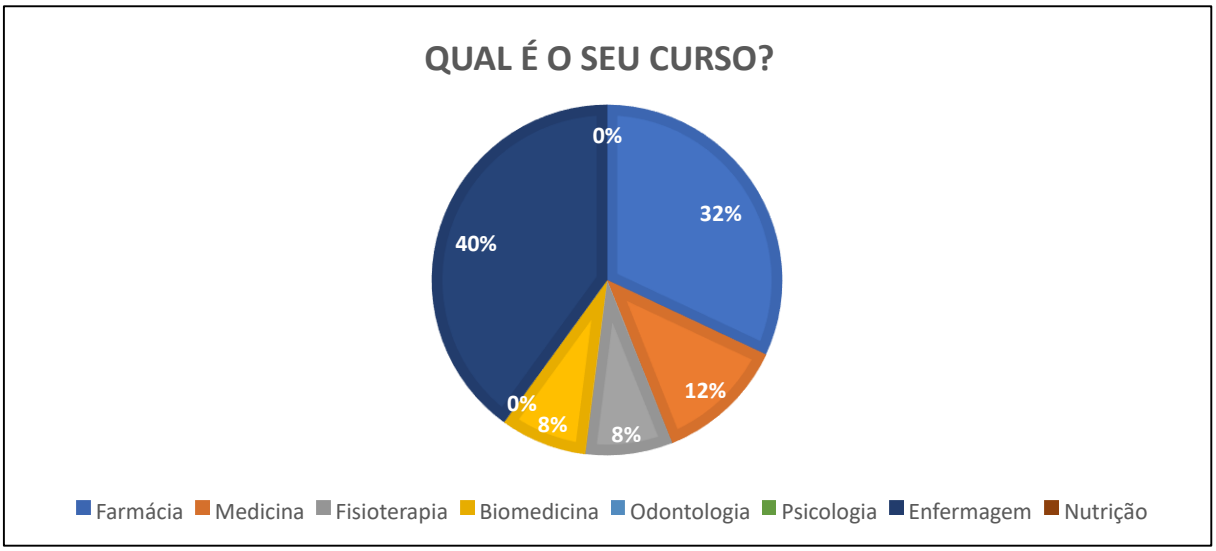
Gráfico 3. Intuito



Fonte: (Dos próprios autores, 2025)

Em relação aos cursos universitários, grande parte das respostas obtidas foram do curso de enfermagem, 40%, seguida por farmácia com 40%, posteriormente medicina com 12% de respostas e por fim fisioterapia e biomedicina com 8% dos resultados, como mostra o gráfico 4 a seguir. Apesar de se tratar de futuros profissionais da saúde e por ser referente a um curso integral com uma carga horaria pesada, o tempo para estudo é curto comprometendo as horas de sono, justificando o uso de estimulantes.

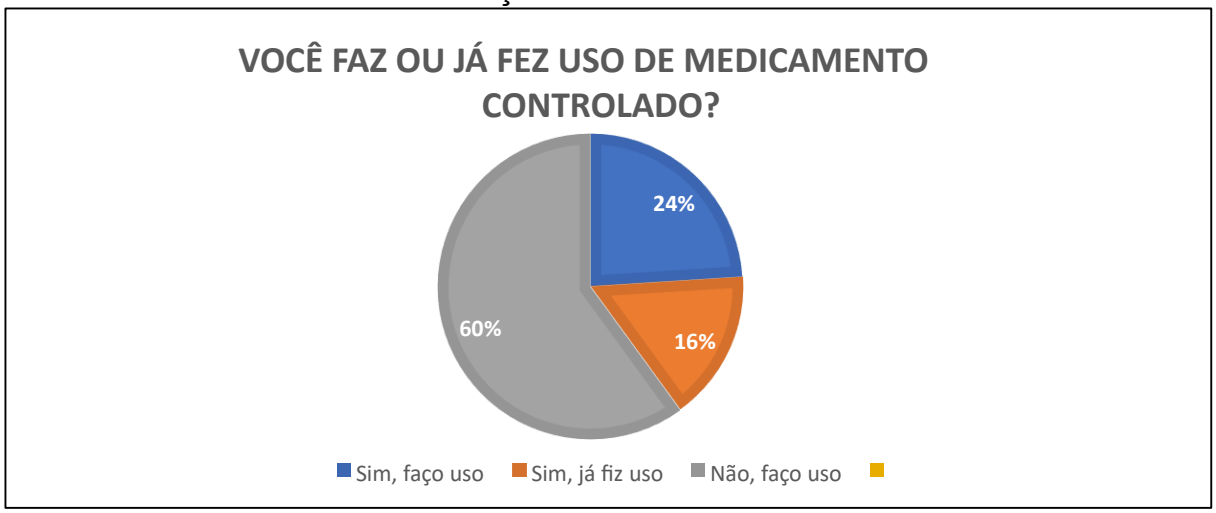
Gráfico 4. Curso dos universitários



Fonte: (Dos próprios autores, 2025)

Referente a pergunta de utilização de medicamentos controlados, grande parte não faz uso, correspondendo a 60%, seguido por indivíduos que fazem uso, sendo 24% e, por fim, 16% já fizeram a utilização, conforme demonstra o gráfico 5 a seguir:

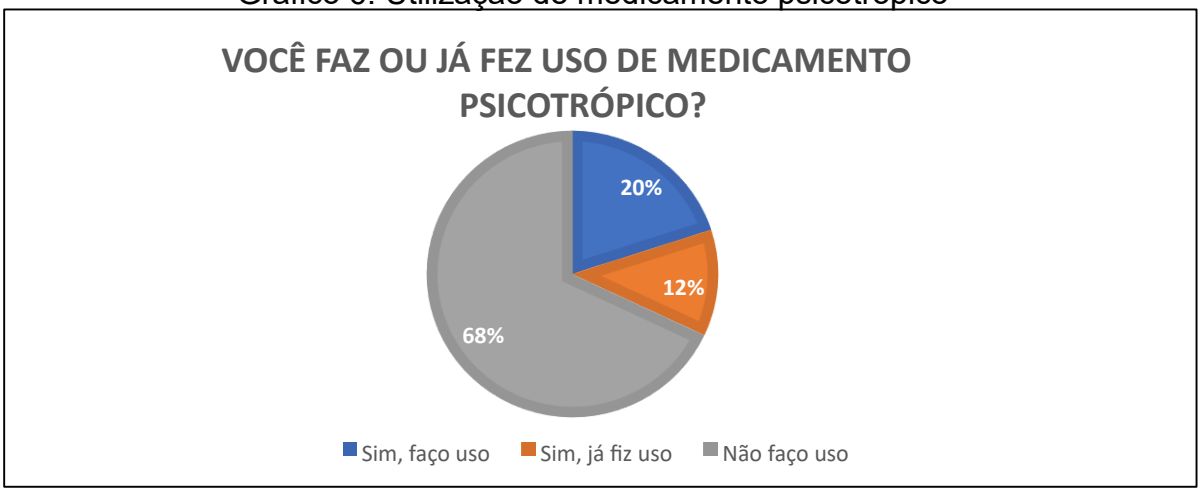
Gráfico 5. Utilização de medicamento controlado



Fonte: (Dos próprios autores, 2025)

No quesito de uso de medicamentos psicotrópicos, houveram resultados parecidos com o gráfico anterior, as respostas sendo predominantemente de pessoas que não fazem o uso, 60% das respostas, seguida de pessoas que fazem o uso, 20% e por fim 12% que já fizeram o uso em algum momento.

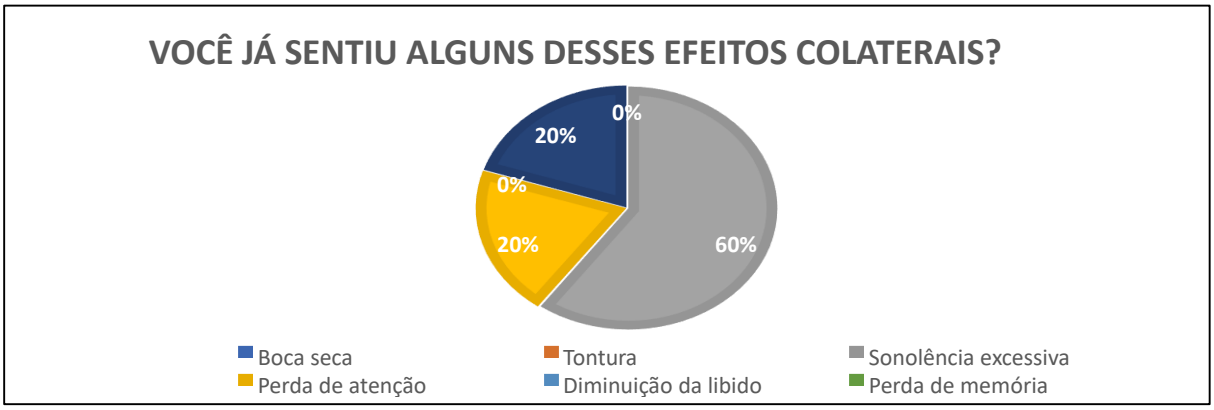
Gráfico 6. Utilização de medicamento psicotrópico



Fonte: (Dos próprios autores, 2025)

No gráfico 7 abaixo, observa-se que principal efeito colateral relatado pelas pessoas que fazem o uso de medicamentos psicotrópicos foi a sonolência excessiva, correspondendo a 60% dos valores totais, seguida por perda de atenção(20%), e outros motivos que não foram especificados representando 20% dos valores totais. Estudos de Rivera et al. (2021), “Os BZD podem apresentar efeitos tóxicos graves, como deficiências cognitivas, alterações psicomotoras, tolerância e dependência, podendo levar ao risco de abuso”

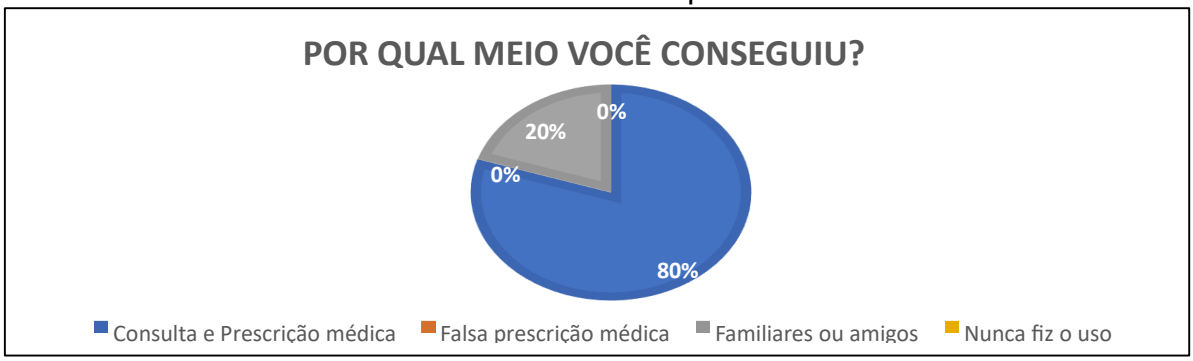
Gráfico 7. Efeitos colaterais



Fonte: (Dos próprios autores, 2025)

No gráfico 8 a seguir, é possível perceber que, prevalentemente, os estudantes conseguiram os medicamentos a partir de prescrição médica ou consultas, correspondendo 80%, isso se dá já que a maioria respondeu anteriormente que faz o uso por necessidade. Seguidamente, 20% relataram que obtiveram por meio de familiares e amigos, isso ocorre devido a esses conhecidos fazerem o uso e darem para esses jovens experimentarem ou até mesmo por não fazerem mais o uso, repassam esse medicamento.

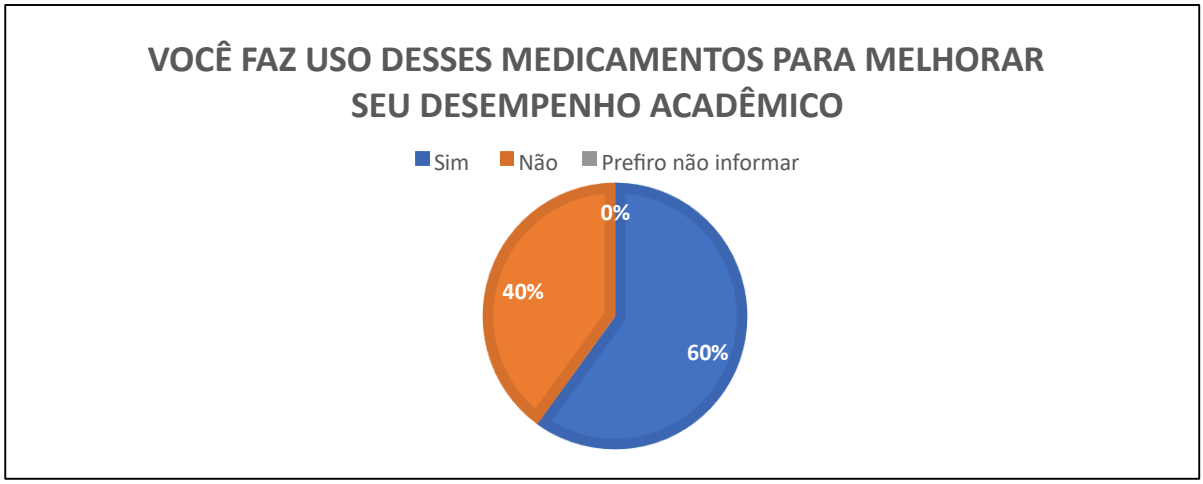
Gráfico 8. Meio adquirido



Fonte: (Dos próprios autores, 2025)

Na pergunta nove, foi analisado se o motivo do uso de medicamento psicotrópico seria a melhora do desempenho acadêmico e, 60% dos jovens responderam que fazem o uso para melhorar o desempenho, mas em contrapartida 40% responderam que não é essa a motivação, como mostra o gráfico 9.

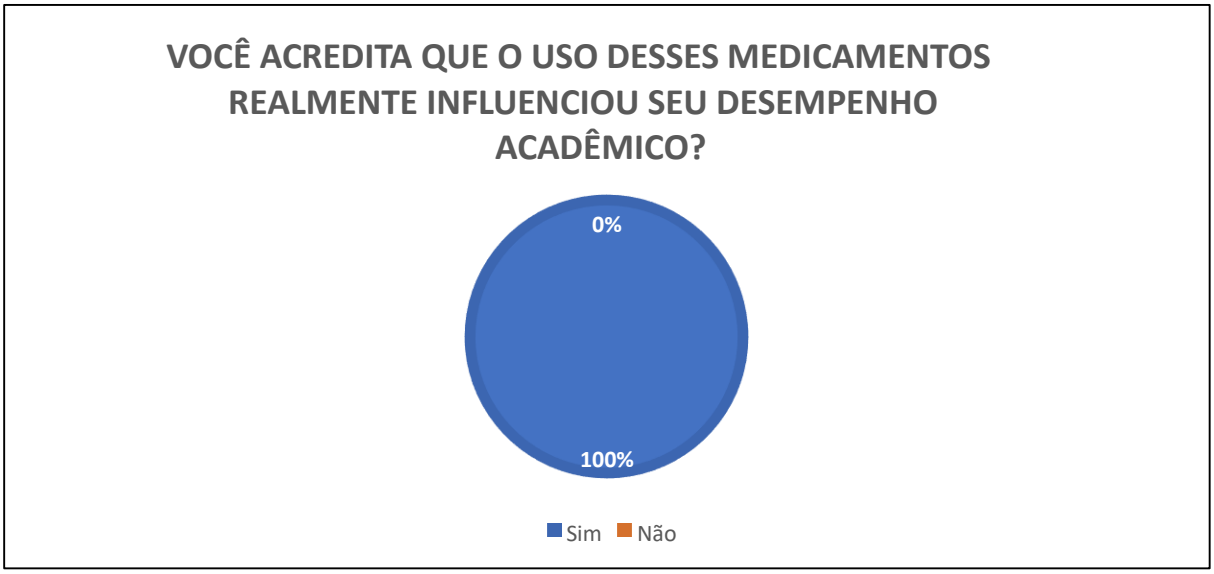
Gráfico 9. É utilizado para melhorar o desempenho acadêmico?



Fonte: (Dos próprios autores, 2025)

A respeito da influência no desempenho acadêmico, o gráfico 10 mostra que se obteve 100% de resposta para a influência que esses medicamentos realizaram ao desempenho acadêmico, independentemente de ser para esse intuito ou não, isso é demonstrado no gráfico abaixo:

Gráfico 10. Influência no desempenho acadêmico



Fonte: (Dos próprios autores, 2025)

4.2. QUESTIONÁRIO COM PROFISSIONAL FARMACÊUTICA

Com base no questionário Forms, para gerar maior credibilidade, realizou-se uma entrevista com uma profissional farmacêutica e professora universitária, que devido as suas ambas as profissões, possui entendimento sobre o assunto.

Nome: Bruna Marçal Guidoti Eleutério.
Profissão/especialização: Farmacêutica/ Especialista em gestão de drogaria, especialista em vacina, especialista em Farmácia Clínica, Mestre em Microbiologia em ciências Ambientais e Doutoranda de Engenharia Biomédica.
Tempo de atuação: 8 anos

Pergunta 1: Como você define o uso abusivo de psicotrópicos e quais são os sinais mais comuns de que uma pessoa está fazendo uso indevido dessas substâncias?
Resposta: O uso indevido dos psicotrópicos traz muitas situações, muitas reações adversas que dependem muito de cada paciente. Uma das situações é que alguns pacientes demonstram fadiga. Então, na hora, principalmente de uma avaliação, na hora de uma prova, o aluno utiliza o psicotrópico e começa a se sentir fadigado, o que proporciona uma reação adversa contrária ao que o aluno está esperando. Porque ele quer concentração, espera ter mais concentração e, nesse caso, começa a ter batedeira, começa a ter arritmia, começa a suar frio, começa a sentir o corpo tremer por dentro, e isso é nítido: o aluno não precisa fazer uso do psicotrópico, está fazendo uso do psicotrópico de forma inadequada, indevida, ou está utilizando principalmente nesses momentos, em dosagem maior, uma superdosagem do medicamento, sem fazer uso adequado ou frequente.

Pergunta 2: Como o uso abusivo de psicotrópicos pode impactar a saúde do paciente, tanto no curto quanto no longo prazo?
Resposta: A utilização, o uso irracional do medicamento pode, de qualquer maneira, impactar na vida de um paciente, porque, se eu não preciso daquilo, ele vai reagir de determinada maneira. Então, se eu não preciso de um psicotrópico, não preciso fazer o uso do psicotrópico, o meu corpo vai reagir de alguma maneira com isso, como eu

disse, com uma reação adversa, apresentando um efeito colateral desse medicamento, uma reação adversa através da utilização do uso irracional desse medicamento. Uma outra situação que pode acontecer, além de tudo isso, é o próprio corpo, o próprio organismo, se tornar viciado. Então, ele precisa daquilo para se sentir bem, para liberar substâncias, para ocorrer a liberação de serotonina. Ele acredita que vai precisar daquele medicamento para se sentir capaz. Além disso, a própria pessoa acha que só vai ser capaz se tomar, se fizer o uso do medicamento, o que envolve a parte psicológica do paciente, porque o paciente acredita naquilo, acredita fielmente que precisa daquele medicamento para conseguir fazer uma prova. Então, ele foca naquilo e isso faz com que ele tenha uma reação adversa e, depois, quando tenta interromper o uso, não faz o desmame; ele interrompe de forma abrupta, o que leva ao quadro de abstinência. Nesse ponto, o paciente pode apresentar tremores, hipertensão, aumento da pressão arterial, arritmia, desmaios, crise de ansiedade, sudorese excessiva, entre outros problemas relacionados ao medicamento.

Pergunta 3: Você, como professora universitária, percebe alguma tendência crescente no uso irracional de psicotrópicos por estudantes? Se sim, quais fatores estão envolvidos?

Resposta: Sim, é possível perceber, e há estudos que comprovam, o aumento da utilização de psicotrópicos por estudantes, principalmente por aqueles da área da saúde. Isso ocorre porque essa é uma área exaustiva; sua carga de estudos é intensa devido à longa duração do curso. O aluno enfrenta uma carga elevada de disciplinas e, por isso, cobra-se muito para obter boas notas e ser aprovado no semestre. Às vezes, esse aluno não tem condições financeiras de pagar novamente pela disciplina reprovada. Em outras situações, pode perder o PROUNI ou o FIES caso fique em dependência. Tudo isso afeta diretamente o estudante. Assim, muitos acreditam que, quanto mais estudarem e quanto menos dormirem, melhor será o desempenho, já que passam mais tempo se dedicando. Também pensam que, quanto maior o foco, melhores serão os resultados. No entanto, estudos apontam que o sono antes de uma prova é extremamente importante. É necessária uma boa noite de sono para assimilar o conteúdo, pois, sem as horas adequadas de descanso, como as oito horas recomendadas, o aprendizado é significativamente comprometido. Acredito que essa seja uma das razões para o crescente uso de psicotrópicos. Além disso, como já

mencionado, há também a questão da transferência de local. O aluno que vem de outro país enfrenta diferenças culturais, mudanças de fuso horário e a necessidade de adaptação, o que também pode contribuir para o aumento do consumo dessas substâncias.

Pergunta 4: Quais medidas podem ser adotadas para evitar que universitários se tornem dependentes de psicotrópicos, especialmente em uso a longo prazo? **Resposta:** O universitário precisa aprender a estudar. Muitas vezes, o aluno não sabe qual é o melhor método de estudo para ele. Então, o ideal hoje seria buscar formas de diminuir essa sobrecarga, claro, por meio de um estudo mais humanizado. Atualmente, a universidade precisa ser humanizada; ela precisa entender o aluno, estabelecendo uma via de mão dupla, em que a universidade compreende o estudante e o estudante compreende a universidade. Claro que é necessário cumprir o conteúdo, e ele será oferecido, porém, tudo deve estar bem definido por meio de um cronograma. A universidade pode disponibilizar esse cronograma com antecedência para o aluno, pois assim ele conseguirá se organizar e saber o que terá que fazer, evitando surpresas de última hora. Isso contribui para a diminuição da ansiedade, já que o aluno, muitas vezes, fica ansioso por não saber o que terá que enfrentar nos próximos dias. Dessa forma, a organização antecipada pode colaborar na redução do uso de psicotrópicos.

4.3. ENTREVISTA COM PROFISSIONAL PSICÓLOGA

Após a realização da pesquisa teórica, foi feito um questionário no Forms para uma psicóloga que possui experiência e conhecimento sobre o assunto abordado.
Nome: Ana Paula Prieto de Oliveira Almeida
Profissão/ especialização: Psicóloga/ terapia familiar
Tempo de atuação: 17 anos psicóloga/ 15 anos de pós-graduação

Pergunta 1: Como você define o uso abusivo de psicotrópicos e quais são os principais sinais de que alguém pode estar fazendo uso indevido dessas substâncias? **Resposta:** O uso indevido de Psicotrópicos além da vasta atuação sobre o cérebro, também provoca alterações abusivas como exemplo na alteração de humor,

percepção, no comportamento e em estados da consciência, ou seja, causador de diversos riscos à saúde. Os principais sinais de que alguém esteja fazendo o uso indevido seria a dependência da substância, as reações e oscilações de humor, comportamento, percepção, concentração e da saúde como um todo.

Pergunta 2: Quais são os fatores psicológicos e emocionais que, na sua experiência, mais contribuem para o início do abuso de psicotrópicos?
Resposta: A "busca de substância milagrosa", em que a ansiedade, depressão, descontrole emocional, transtorno da personalidade, dependência emocional entre outros.

Pergunta 3: De que maneira o uso abusivo de psicotrópicos pode afetar a saúde mental de uma pessoa, além dos efeitos físicos imediatos?
Resposta: Pode afetar a saúde mental: dependência excessiva, alucinações, alteração e oscilações de humor, concentração, e até agravantes associadas a psicose.

Pergunta 4: Quais estratégias você utiliza para ajudar seus pacientes a superarem a dependência de psicotrópicos, tanto do ponto de vista terapêutico quanto comportamental?
Resposta: Estratégias coerentes, realistas e cuidadosas devido a seriedade e delicadeza da situação. Estratégias como: prescrição e orientação medicamentosa de profissional da medicina como especialidade em Psiquiatria, estratégias de Tratamento Psicoterápico com segmento, inclusão de atividades e exercícios físicos se possível, entre outras.

Pergunta 5: O que você acha que falta na conscientização pública sobre o uso abusivo de psicotrópicos? Como podemos educar melhor a população sobre os riscos?
Resposta: Acredito que a seriedade, honestidade e a ética das profissões, pois tudo que exige um cuidado maior consequentemente exige um trabalho maior, mais intenso e mais árduo.

Pergunta 6: Como você lida com pacientes que têm resistência ao tratamento ou não reconhecem o problema com o uso de substâncias psicotrópicas?
Resposta: A forma de lidar tem que ser natural, realista e cuidadosa, estabelecendo vínculo psicoterapêutico, a confiança, seriedade e ética nas terapias que aos poucos surgirá evolução e aceitação resultando em modificações dessa resistência existente.

5.CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente trabalho teve como objetivo esclarecer a população, principalmente os estudantes, sobre os impactos do uso indevido de psicotrópicos sem a real necessidade deles. Explicar sobre o uso incorreto a partir de recomendação de conhecidos, a obtenção de forma ilegal sem o receituário médico, as consequências e efeitos colaterais. Deixando em evidência as principais consequências da automedicação e da dependência medicamentosa, como oscilações de humor, perda da concentração, autonomia e controle emocional.

Constata-se, portanto, que a eficácia do estudo foi parcialmente comprovada, visto que 20% dos entrevistados fazem uso de psicotrópicos e 24% fazem uso de medicamento controlado, e entre os que fazem uso, 20% conseguiram por meio de prescrição médica e 80% conseguem os medicamentos através de amigos e familiares, portanto, não sendo possível comprovar a sinceridade das respostas apresentadas entre os universitários. Assim sendo, é de extrema relevância alertar os estudantes sobre as consequências que esse uso pode gerar, podendo resultar em uma dependência medicamentosa, agravando o caso. Eleva-se, também, o mérito que os profissionais carregam, uma área extremamente relevante que tenta disseminar conhecimento e diminuir essas porcentagens fazendo com que esses acadêmicos se conscientizem de como essa utilização é errônea.

6. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ARRAIS, P. S. D. et al. Prevalence of self-medication in Brazil and associated factors. **Revista de Saúde Pública**, v. 50, n. suppl 2, 2016.

BARROS, M. B. A. et al. **Uso de medicamentos psicotrópicos em adultos e idosos residentes em Campinas, São Paulo: um estudo transversal de base populacional.** *Epidemiologia e Serviços de Saúde*, Brasília, v. 26, n. 4, e2017144,

2017. Disponível em: https://www.scielo.br/j/ress/a/rHPN7mhmdYVpGRwR3JTXTTs/?lang=pt.

Conheça os perigos da automedicação – Dr. Guilherme Rossoni. Disponível em: <https://drguilhermerossoni.com.br/conheca-os-perigos-da-automedicacao/>.

Conselho Regional de Farmácia do Estado do Paraná – CRF-PR. (21 de janeiro de 2015). ***Uso da Ritalina e sua promessa de turbinar os estudos***. Disponível em: https://www.crf-pr.org.br/noticia/view/5537.

CORRAL-VERDUGO, V. **Psicologia Ambiental: objeto, "realidades" sóciofísicas e visões culturais de interações ambiente-comportamento.** Psicologia USP, v. 16, n. 1–2, p. 71–87, 2005. Disponível em: <https://bvsms.saude.gov.br/oms-divulga-informe-mundial-de-saude-mentaltransformar-a-saude-mental-para-todos/ .

Eisenberg, D., Golberstein, E., & Gollust, S. E. (2007). ***The Role of Mental Health in the Academic Success of College Students*.** The Journal of College Student Psychotherapy, 21(3), 15-29.

FACNOPAR. **COMO EVITAR A SÍNDROME DE BURNOUT NO AMBIENTE DE TRABALHO.** 2019. Disponível em: https://facnopar.com.br/conteudoarquivos/arquivo-2019-08-29-1567096751315.pdf.

Falta de acesso aos serviços de saúde e a medicamentos afeta mais a população de menor renda. IEPS, 18 jan. 2023. Disponível em: <https://ieps.org.br/populacao-de-menor-renda-e-a-mais-afetada-pela-falta-deacesso-a-medicamentos-e-aos-servicos-de-saude/>.

Falta de concentração: qual é o remédio? | Vida Natural. Disponível em: <https://www.vidanatural.org.br/remedios-para-falta-de-concentracao>.

[GRITOS DO SILÊNCIO] Saúde mental acadêmica: pressão e rotina atribulada podem causar ansiedade, depressão e até síndrome de burnout. Disponível em: <https://www.ufsm.br/orgaos-suplementares/radio/2024/10/11/gritos-do-silenciosaude-mental-academica-pressao-e-rotina-atribulada-podem-causar-ansiedadedepressao-e-ate-sindrome-de-burnout?>.

HOSPITAL SANTA MÔNICA. **Tudo o que você precisa saber sobre transtorno mental.** 2025. Disponível em: https://hospitalsantamonica.com.br/tudo-o-que-voceprecisa-saber-sobre-transtorno-mental/.

ICTQ, A. Pesquisa – **Automedicação no Brasil (2018).** Disponível em: <https://ictq.com.br/pesquisa-do-ictq/871-pesquisa-automedicacao-no-brasil-2018>.

IURAS, A. et al. Prevalência da automedicação entre estudantes da Universidade do Estado do Amazonas (Brasil). **Revista Portuguesa de Estomatologia, Medicina Dentária e Cirurgia Maxilofacial**, v. 57, n. 2, p. 104–111, abr. 2016.

MORAES, C. F.; VASKO, N.; MARTINS, L. O uso abusivo e interações medicamentosas de fármacos psicotrópicos. **Anais do Salão de Iniciação Cientifica Tecnológica ISSN -2358-8446**, v. 0, n. 0, 2021.

MUSIAL, D. C.; DUTRA, J. S.; BECKER, T. C. A. **A AUTOMEDICAÇÃO ENTRE OS BRASILEIROS**. SaBios-Revista de Saúde e Biologia, v. 2, n. 2, 29 dez. 2007.

NUNES, B. S.; BASTOS, F. M. **EFEITOS COLATERAIS ATRIBUÍDOS AO USO INDEVIDO E PROLONGADO DE BENZODIAZEPÍNICOS**. SAÚDE & CIÊNCIA EM AÇÃO, v. 2, n. 2, p. 71–82, 2016.

O DESENVOLVIMENTO DO ADOLESCENTE. [s.l: s.n.]. Disponível em: <https://www.sbp.com.br/fileadmin/user_upload/O_Desenvolvimento_do_Adolescente_-_18_09_2019_-_Final.pdf>.

Os riscos da automedicação | Pfizer Brasil. Disponível em: <https://www.pfizer.com.br/noticias/ultimas-noticias/os-riscos-da-automedicacao>.

RIVERA, J. G. B. et al. Impacto da automedicação de fármacos benzodiazepínicos / Impact of self-medication of benzodiazepine drugs. **BRAZILIAN APPLIED SCIENCE REVIEW**, v. 5, n. 4, p. 1767–1780, 8 jul. 2021.

SANAR, A. C. **Psicofármacos: principais classes e usos na clínica | Colunistas**. Disponível em: <https://sanarmed.com/psicofarmacos-principais-classes-e-usos-naclinica-colunistas/>.

SOLDERA, M. et al. **Uso de drogas psicotrópicas por estudantes: prevalência e fatores sociais associados**. Revista de Saúde Pública, v. 38, n. 2, p. 277–283, abr. 2004.

SOUSA, et al. **Estudantes de enfermagem: uso de medicamentos, substâncias psicoativas e condições de saúde**. Revista Brasileira de Enfermagem, v. 73, p. e20190003, jun. 2020.

WILKON, N. W. V.; RUFATO, F. D.; SILVA, W. R. DA. **O uso de psicofármacos em jovens universitários**. Research, Society and Development, v. 10, n. 17, p. e79101724472, 21 dez. 2021.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. ***World Mental Health Report***. Disponível em: <https://www.who.int/teams/mental-health-and-substance-use/world-mental-healthreport>.

Zivin, K., Eisenberg, D., Gollust, S. E., & Golberstein, E. (2009). ***Prevalence and Correlates of Depression and Anxiety Among University Students*****.** Journal of American College Health, 57(5), 527-529.