

Uso abusivo e indiscriminado de benzodiazepínicos por atuantes da área da saúde: uma revisão narrativa

Abusive and indiscriminate use of benzodiazepines by health professionals:
a narrative review

Uso abusivo e indiscriminado de benzodiazepinas por profesionales de la salud:
una revisión narrativa

Aloísio Batista dos Santos Júnior¹, Bruno Henrique da Silva Guerra¹, Maria Clara Weber Lopes¹, Marina Porto Soares Reis¹, Maycon Alves Araujo², Ana Clara Fonseca Oliveira¹, Patricia Lelis Marques³, Karolyne Batista Santos Andrade⁴, Kamylla Batista Santos⁵, José Renato Muniz Costa Filho¹.

RESUMO

Objetivo: Compreender o uso de benzodiazepínicos entre os estudantes e profissionais da área da saúde, identificando as causas associadas ao uso e compreendendo os motivos precipitantes e a ciência dos riscos de dependência. **Revisão Bibliográfica:** É muito comum estudantes da graduação e profissionais da saúde usarem muito o benzodiazepínico, já que essas pessoas passam por cansaço, nervosismo, problemas para dormir, além do alto nível de estresse envolvendo a tomada de decisões. Assim, acabam optando por fazer uso das medicações com o objetivo de tentar melhorar a qualidade de vida. Ademais, durante a graduação é um período em que os estudantes passam por muito estresse psicológico, existe vários fatores para isso, como: financeiros, pessoais e emocionais. Em que, os sintomas podem variar desde ansiedade leve até depressão com risco de suicídio. **Considerações finais:** Assim, inúmeros são os malefícios do uso de benzodiazepínicos quando usado sem indicação médica, pode se citar a dependência química e o possível mascaramento de uma doença mais grave que pode estar ali por trás. Assim, é importante a elaboração de mais trabalhos como este para que alerte as pessoas sobre como é arriscado usar medicamentos sem realmente ter uma indicação clínica.

Palavras-chave: Receptores de GABA-A, Farmacodependência, Área da Saúde.

ABSTRACT

Objective: To understand the use of benzodiazepines among students and health professionals, identifying the causes associated with the use and understanding the precipitating reasons and the science of the risks of dependence. **Bibliographic Review:** It is very common for undergraduate students and health professionals to use benzodiazepines a lot, as these people experience fatigue, nervousness, sleep problems, in addition to the high level of stress involved in decision-making. Thus, they end up choosing to make use of medications in order to try to improve their quality of life. In addition, during graduation is a period when students go through a lot of psychological stress, there are several factors for this, such as: financial, personal and emotional. In which, symptoms can range from mild anxiety to depression with risk of suicide. **Final**

¹ Faculdade Santo Agostinho (FASA), Vitória da Conquista – BA.

² Faculdades Integradas Padrão - FIP Guanambi, Guanambi – BA.

³ Centro Universitário UNIFG, Guanambi – BA.

⁴ Universidade Federal da Bahia (UFBA), Salvador – BA.

⁵ Universidade de Brasília (UnB), Brasília – DF.

Considerations: Thus, there are numerous harms from the use of benzodiazepines when used without medical indication, we can mention chemical dependence and the possible masking of a more serious disease that may be behind. Thus, it is important to carry out more work like this one to make people aware of how risky it is to use drugs without really having a clinical indication.

Keywords: GABA-A Receptors, Drug Addiction, Health Area.

RESUMEN

Objetivo: Comprender el uso de benzodiazepinas entre estudiantes y profesionales de la salud, identificando las causas asociadas al uso y comprendiendo los motivos precipitantes y la ciencia de los riesgos de dependencia. **Revisión bibliográfica:** Es muy común que estudiantes de pregrado y profesionales de la salud usen mucho las benzodiazepinas, ya que estas personas experimentan fatiga, nerviosismo, problemas para dormir, además del alto nivel de estrés que implica la toma de decisiones. Así, terminan optando por hacer uso de medicamentos para tratar de mejorar su calidad de vida. Además, durante la graduación es un período en el que los estudiantes pasan por mucho estrés psicológico, existen varios factores para esto, tales como: financieros, personales y emocionales. En el cual, los síntomas pueden variar desde una leve ansiedad hasta una depresión con riesgo de suicidio. **Consideraciones finales:** Así, existen numerosos perjuicios por el uso de benzodiazepinas cuando se utilizan sin indicación médica, podemos mencionar la dependencia química y el posible enmascaramiento de una enfermedad más grave que puede estar detrás. Por lo tanto, es importante realizar más trabajos como este para concienciar a las personas sobre lo riesgoso que es usar drogas sin tener realmente una indicación clínica.

Palabras clave: Receptores GABA-A, Drogodependencias, Área de Salud.

INTRODUÇÃO

O ingresso no ensino superior simboliza um marco importante na vida do estudante. Os cursos que envolvem a área de saúde, possuem uma bagagem volumosa de conteúdos e da carga horária desde o início. Associado com as cobranças pessoais, familiares, dos professores e da sociedade como um todo, possui manifestações diferentes no aluno e conseqüentemente levando o consumo desordenado de diversas drogas (CARVALHO TKP, et al., 2020; PERES JM, et al., 2018).

Devido às suas propriedades farmacológicas, os benzodiazepínicos são utilizados como sedativos, hipnóticos, ansiolíticos, relaxantes musculares, anticonvulsivantes e coadjuvantes anestésicos. Assim, são medicamentos psicoativos que atuam no Sistema Nervoso Central (SNC), e fazem isso ligando-se a um determinado sítio regulador sobre o receptor ácido gama aminobutírico (GABA), com isso, podendo potencializar seu efeito de inibição, assim diminuindo a excitabilidade celular (CENTURIÃO F, et al., 2018; AIRES CCG, et al., 2022).

As drogas psicoestimulantes são substâncias capazes de gerar um aumento cognitivo cerebral relacionado a estados de atenção e alerta. A dependência e o uso de medicamentos e drogas, lícitas e ilícitas, estão relacionados a alterações de mudanças fisiológicas, cognitivas e comportamentais. Além disso, o usuário pode desencadear uma síndrome de abstinência, caso não a consuma regularmente (CARDOSO AGA, et al., 2021; OLIVEIRA MC, et al., 2021).

Os benzodiazepínicos são fármacos sedativos-hipnóticos, que possuem a capacidade de deprimir o Sistema Nervoso Central (SNC), provocando calma ou sedação. Utilizados no distúrbio de ansiedade, crises epiléticas, desintoxicação alcoólica e de outras substâncias de abuso, bem como na sedação/amnésia em procedimentos invasivos (SILVA EG, et al., 2018).

Seus efeitos acontecem devido a sua interação com os receptores de neurotransmissores inibitórios, como o Ácido Gama-Aminobutírico (GABA A), que está relacionado ao surgimento da ação ansiolítica e hipnótica dos benzodiazepínicos, o que também pode ser a explicação para o surgimento da dependência, o que gera

abuso desta classe de medicamentos. O uso indiscriminado e a automedicação de tal medicamento tem sido observado pós Segunda Guerra Mundial, os primeiros relatos abordando a preocupação com o uso abusivo dessa droga ocorreu no Chile nos anos 80 (SILVA EG, et al., 2018; HENRIQUES MQS, et al., 2020).

Grande parte dos estudos traçam o perfil epidemiológico para o uso indiscriminado/abusivo dos benzodiazepínicos. Destacando estudantes e profissionais da área de saúde. De acordo com os autores, a possível causa do uso indiscriminado está relacionada com a responsabilidade da trajetória percorrida desde o pré-vestibular, em que se inicia um quadro de estresse que permanece e se acentua na vida acadêmica (BRITO TCS, et al., 2021; SILVA PA, et al., 2019).

Na Universidade do Estado de São Paulo entre os meses de maio e junho de 2017 foi realizada uma pesquisa com os estudantes do curso de medicina no primeiro e sexto ano, com o intuito de avaliar a diferença do uso de drogas psicoativas entre eles, 23% dos estudantes do primeiro ano e 50% do sexto ano afirmaram fazer o uso de psicofármacos (LUNA I, et al., 2018). No mesmo ano, uma pesquisa realizada no Sudoeste da Bahia teve que 11,1% dos estudantes do curso de enfermagem e 18,1% dos estudantes do curso de farmácia já haviam utilizado benzodiazepínicos no decorrer de suas vidas (RIBEIRO B, et al., 2017).

Cada vez mais comum a utilização de benzodiazepínicos por estudantes e tem sido documentado vários fatores que tem contribuído para esse uso crescente. Assim, pode-se citar a facilidade de se conseguir receitas medicas dessas medicações, ou a facilidade de conseguir essas medicações com amigos ou familiares, as condições socioculturais de que se meu colega está usando, também vou utilizar e a falta de programas específicos que alertem sobre os prováveis riscos das automedicações. Ademais, no Brasil é possível adquirir esses medicamentos de forma gratuita, já que existe programas governamentais com essa finalidade, com isso, colaborando ainda mais para o uso indiscriminado dos benzodiazepínicos. Além disso, se tornou muito comum os médicos prescrevem essas medicações, as vezes sem mesmo ter uma indicação clínica, apenas porque o paciente está solicitando (RIBEIRO B, et al., 2017; LIMA AE, et al., 2021).

Logo, é necessário analisar sobre as possíveis causas/consequências para o uso dos Benzodiazepínicos e até que grau dos atuantes da área de saúde. Sendo primariamente relevante questionar se “De que forma os estudantes e atuantes da área da saúde são afetados ao utilizarem Benzodiazepínicos de forma abusiva e indiscriminada?”. Ademais, houve a praticidade em detectar quais as vantagens e desvantagens da utilização do Benzodiazepínicos e por fim relatar de que forma o fármaco age beneficiando esses atuantes (SILVA PA, et al., 2019).

Desta forma, o presente estudo tem como objetivo compreender o uso de benzodiazepínicos entre os estudantes e profissionais da área da saúde, identificando as causas associadas ao uso e compreendendo os motivos precipitantes e a ciência dos riscos de dependência.

REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

Os benzodiazepínicos são medicamentos psicotrópicos do subgrupo dos ansiolíticos, que possuem efeito tranquilizante exercem sua função em todo Sistema Nervoso Central (SNC) ao potencializar o efeito inibitório do Ácido Gama-Aminobutírico (GABA- γ). Os benzodiazepínicos, pois, vários tipos de atuação como, por exemplo, relaxante, anticonvulsivante, hipnótica, ansiolítica e sedativa. Além disso, são um grupo de drogas que são mais consumidas no mundo (SILVA VT, et al., 2019). Em relação aos possíveis efeitos colaterais, pode se citar: dependência do seu uso, principalmente naqueles indivíduos que usam a longo prazo, redução das atividades psicomotoras e possíveis riscos quando se utiliza mais de uma classe de medicações, que são as interações medicamentosas que podem trazer ainda mais riscos aos usuários (FARIA JSS, et al., 2019).

Ademais, mesmo sendo difundido entre a literatura sobre os malefícios do uso indiscriminado dessas medicações, os benzodiazepínicos ainda são difusamente utilizados e a grande maioria das vezes de forma inadequada pelos usuários. Assim, o uso abusivo dessas medicações e a inadequação de seu uso prejudica a saúde dos indivíduos, ao invés de trazer melhor bem-estar, além de aumentar os gastos públicos com a distribuição das medicações para pessoas que não teriam indicação de uso (ALMEIDA JR, et al., 2022).

Os benzodiazepínicos foram criados acidentalmente nos anos 60 e utilizados na substituição dos barbitúricos e o meprobamato no tratamento da ansiedade e da insônia por serem fármacos considerados mais seguros e eficazes. Além disso, por volta de 1950, os primeiros ansiolíticos benzodiazepínicos foram criados. O primeiro fármaco foi o clordiazepóxido, que revolucionou a forma de tratar os transtornos de ansiedade em 1960. Essa época ficou conhecida como a “revolução dos benzodiazepínicos”, em que pouco tempo essa medicação passou a ser difundida pela população e passou a ser prescrita para o tratamento dos transtornos de ansiedade e insônia no mundo inteiro (LAFETÁ TMN, et al., 2019; SAVALA JL e JUNIOR OMR, 2022).

Devido ao grande sucesso dessa descoberta, os benzodiazepínicos representaram o ponto de partida para o tratamento de muitas doenças, esse fato fez com que muitas empresas farmacêuticas investissem no desenvolvimento de mais derivados da 1,4-benzodiazepina, com o objetivo de não tratar apenas a ansiedade e insônia, mas, também outras comorbidades (FEGADOLLI C, et al., 2019).

Além disso, os benzodiazepínicos podem ser classificados em relação a sua meia vida plasmática, entre eles estão os fármacos de longa ação, de intermediária ação e os de curta ação, todos tem uma finalidade específica de utilização. Ademais, o tempo de meia vida tem relação ao tempo de ação da medicação e também aos efeitos adversos. Assim, aqueles fármacos que tem uma meia vida prolongada, maior o tempo de permanência dessa medicação no organismo dos indivíduos e maior efeitos adversos podem ocasionar (RAMOS TB, et al., 2020).

O benzodiazepínico é a terceira classe mais prescrita no Brasil, utilizada por 4% da população. Assim como qualquer outro medicamento, é essencial que haja orientação para ser consumido, visando as necessidades do paciente e suas individualidades, destacando gênero, idade, comorbidades e estilo de vida (OLIVEIRA ALML, et al., 2020).

Embora seja uma droga segura, suas restrições se referem aos possíveis efeitos colaterais: prejuízo psicomotor, sedação, potencialização do efeito depressor, interação com álcool, entre outros. Devendo ser evitado tanto durante a gestação quanto durante o período de amamentação, por seu efeito sedativo no feto e no lactente. Além disso, indivíduos que trabalham com equipamentos e máquinas perigosas ou dirigem é recomendando que os mesmos não trabalhem enquanto fazem uso dessas medicações para evitar acidentes. Os idosos também tem atenção especial quanto ao uso desse medicamento, tanto pelo risco de queda e declínio cognitivo como pela interação medicamentosa. Considerando-se que o declínio cognitivo implica em pior desempenho em tarefas motoras, a incidência de quedas em idosos também pode ocorrer como consequência do uso de benzodiazepínicos (ANDRADE SM, et al., 2020).

Tendo isso em vista, o retorno ao médico deve ser periódico para monitoramento da dose, avaliação dos efeitos colaterais e da resposta terapêutica, pois uma dose administrada de forma prolongada, mesmo que reduzida já é capaz de causar efeitos indesejados. Uma preocupação constante quando se fala de benzodiazepínicos é a utilização de doses maiores e por períodos maiores de tratamento, pois pode levar a problemas de tolerância, dependência, ou mesmo crises de abstinência na retirada abrupta dessa medicação (SENRA ED, et al., 2021).

Dito isso, entre os anos de 1970 e 1980 foram verificados os primeiros casos de uso abusivo e síndrome de abstinência, ou seja, o início de uma realidade que perdura e piora hodiernamente. Como podem causar dependência psíquica, os benzodiazepínicos só são dispensados e vendidos com prescrição e retenção de receita (notificação de receita classe “B” - receituário azul), sendo o controle fiscalizado pela Agência Nacional de Vigilância Sanitária, conforme a regulamentação governamental nº 344/98. Apesar do cuidado quanto sua comercialização, há ainda uma falha na prescrição que contribui significativamente para um uso indiscriminado que trata os sintomas, mas não a condição do paciente (SILVA RP, et al., 2021).

Como são largamente utilizados para combater a insônia e a ansiedade, os benzodiazepínicos só serão efetivos quando utilizados por um curto espaço de tempo, pois ao prolongar o tratamento e utilizar por muitos anos, pode causar abstinência, em que o indivíduo sente falta do medicamento, ressurgindo os sintomas e necessitando novamente o uso por mais tempo. Além da abstinência, pode ocorrer a dependência psicológica

ao fármaco, na qual o indivíduo sente obrigação mental em continuar o tratamento, muito observado em ambiente ambulatorial (FREIRE MBO, et al., 2022).

Além disso, é muito comum estudantes da graduação e profissionais da saúde usarem muito o benzodiazepínico, já que essas pessoas passam por cansaço, nervosismo, problemas para dormir, além do alto nível de estresse envolvendo a tomada de decisões. Assim, acabam optando por fazer uso das medicações com o objetivo de tentar melhorar a qualidade de vida. Ademais, durante a graduação é um período em que os estudantes passam por muito estresse psicológico, existe vários fatores para isso, como: financeiros, pessoais e emocionais. Em que, os sintomas podem variar desde ansiedade leve até depressão com risco de suicídio (WILKON NEV, et al., 2021).

De forma geral o início da graduação é visto pelos estudantes como uma etapa de muitos desafios por ser o momento de adaptação, inclusive, possuindo um alto índice de evasão. Assim, além dos obstáculos da entrada a universidade o aluno se depara com a problemática de se ser capaz de se manter nela. Sendo este um novo universo, com pessoas, costumes e regras próprios, nos quais ele deve tentar se adequar e conhecer (CRUZ MCNL, et al., 2020).

Após a entrada o estudante encontra-se em um ambiente que pode ser hostil no tocante à competitiva entre os acadêmicos. Adentra-se nesse âmbito a cobrança no quesito da excelência acadêmica somada a excessiva carga horária de disciplinas e de trabalho. Estudos demonstram que há uma alta taxa de transtornos mentais comuns entre os graduandos da área de saúde, o que denota a relevância do tema no tocante ao desenvolvimento de táticas que melhorem a qualidade de vida e a saúde mental do estudante. Visto que, a sobrecarga cotidiana impacta na qualidade de vida e recreação, podendo levar ao desenvolvimento dessas patologias, especialmente em estudantes do sexo feminino, que precisam ser capazes de realizar diversas atividades tanto no âmbito acadêmico quanto doméstico e profissional (JÚNIOR RSF, 2020; WILKON NEV, et al., 2021).

Em relação a idade de prevalência no tocante ao uso de ansiolíticos a faixa etária de 18 a 25 anos consta com a que mais consome. Há estudos que apontam que 37% dos estudantes universitários fazem uso indevido de ansiolíticos. Para somar a essas estatísticas, 20% dos universitários de cursos da área da saúde fazem uso contínuo de ansiolíticos. Além disso, existe uma maior associação com a intensidade dos sintomas ansiosos, sendo que quando estes levam a uma ansiedade moderada a alta ocorre maior uso dos fármacos benzodiazepínicos além dos Inibidores Seletivos da Receptação de Serotonina (ISRS), sendo as classes mais utilizadas (MOSFIAK M, et al., 2020; CRUZ MCNL, et al., 2020).

A prevalência do uso desses medicamentos é maior entre as mulheres, não só pela sobrecarga maior, mas também por elas irem com mais frequência os serviços médicos. Elas procuram atendimento médico desde os primeiros sinais de desconforto psíquico, pela maior abertura para falar sobre os seus sofrimentos, ligada à uma questão cultural/social. Outro ponto a ser levado em consideração é que há uma prevalência mais alta de transtornos depressivos e de ansiedade nesse grupo (SANTOS CF e SPÓSITO PAF, 2022).

Essa sobrecarga vivenciada pelos os estudantes e trabalhadores da saúde tanto no quesito da cobrança quanto das altas cargas horárias de estudos e trabalho respectivamente, podem levar a diminuição da qualidade e quantidade de sono, um dos maiores fatores de risco relacionados ao desenvolvimento de transtornos ansiosos (FONTES BA, et al., 2022; SANTOS CF e SPÓSITO PAF, 2022).

Segundo a pesquisa de Leão AM, et al. (2018) realizado com universitários da área de saúde a prevalência de ansiedade entre esse grupo foi mais elevada em comparação à de estudantes de outras áreas e do resto da população no Brasil, com destaque para o curso de fisioterapia com 52,4%. Entre os estudantes que tinham algum nível de ansiedade, 62,2% apresentaram a forma leve, 27,9% nível moderado e 9,9% nível classificado como grave. Nota-se que o curso de medicina, embora seja o mais pesquisado no tocante a esses transtornos, ocupou o quinto lugar em ansiedade em comparação aos outros cursos da área da saúde. Mesmo que ainda assim apresenta resultados muito superiores aos daqueles da população em geral. A pesquisa de Fontes BA, et al. (2022) com estudantes universitários de diversos cursos denotou que dentre os benzodiazepínicos, o clonazepam desponta como medicamento mais utilizado entre os participantes, tanto naqueles com o

diagnóstico de algum transtorno psiquiátrico quanto naqueles que careciam do diagnóstico. Fato corroborado pelo fato de que dentre todas as formulações do controle especial essa foi a substância mais utilizada entre 2007 a 2010.

Associado a esse cenário, tem-se a crença de que os ansiolíticos são como elixes para a saúde mental na ausência de tratamentos mais eficazes, corroborado por prescrições pouco racionais. Além disso, muitos acadêmicos tem a possibilidade de ter um acesso mais fácil a receitas médicas e aos medicamentos, pelo contato recorrente com esses recursos em estágios e aulas. É notório que com o progredir do curso o estudante se sente mais sobrecarregado desse modo observa-se um incremento na utilização dessas substâncias com o passar dos semestres do curso (MELO CS, et al., 2022).

Como foi frisado ainda que haja uma grande utilização de benzodiazepínicos por toda a sociedade em geral, alguns subgrupos se sobressaem, como acadêmicos e pré-vestibulandos do curso de medicina. Essa tendência percorrer toda a trajetória profissional da fase de estudante até a atuação como trabalhador da saúde. Há pelo menos duas razões para o maior uso dos benzodiazepínicos por esses profissionais: possuem acesso mais fácil aos medicamentos e também, acreditam erroneamente que, como conhecem os efeitos da droga, tem mais controle sobre o uso (MELO CS, et al., 2022; NERI JVD, et al., 2020).

Por esse motivo é necessário analisar medidas que visem a parada da progressão desse uso pelos profissionais, dentre atividades que serviram como “profilaxia” para o desenvolvimento desses transtornos e o conseqüente uso de fármacos destaca-se a relação com a espiritualidade, exercícios físicos regulares e convívio social além de atividades de lazer. Ademais, os estudantes que não possuíam desconforto físico tinham menores níveis de ansiedade traço e estado, em comparação aos indivíduos que possuíam algum grau de desconforto físico (CRUZ MCNL, et al., 2020; FONTES BA, et al., 2022).

O estudo de Campos JCL, et al. (2020) avaliou a temática adoecimento mental entre estudantes de medicina de uma universidade verificou que os alunos que apresentavam critérios para os agravos em estudo, em sua maioria, não faziam exercícios físicos regulares com a realização de no mínimo três vezes na semana, sendo este um importante fator de predisposição para o desenvolvimento de agravos relacionados a saúde mental. Contudo, a maioria referiu fazer semanalmente alguma atividade relacionada ao lazer e descanso. Fatores necessários para a prevenção de transtornos mentais visto que a não pratica de momentos de lazer e relaxamento podem levar a deterioração da saúde psíquica. Assim, indivíduos que não apresentam estratégias de distração demonstram maior tendência ao isolamento e menos mecanismos psicossociais para enfrentarem os agentes de estresse associados à graduação.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os psicofármacos tem sido usado de forma indiscriminadamente entre estudantes e profissionais da saúde devido a rotina intensa de estudos e da vida profissional corrida. Assim, as pessoas acabam buscando pela automedicação, que muitos acham ser um caminho mais fácil para aliviar o estresse e a ansiedade, ao invés de ir atrás de meios mais saudáveis, por não acharem que podem se tornarem dependentes do uso dos benzodiazepínicos. Isso se deve muitas vezes devido a facilidade de acesso aos fármacos, já que muitos conseguem de forma fácil na farmácia sem precisar de uma receita médica. Assim, inúmeros são os malefícios do uso de benzodiazepínicos quando usado sem indicação médica, pode se citar a dependência química e o possível mascaramento de uma doença mais grave que pode estar ali por trás. Assim, é importante a elaboração de mais trabalhos como este para que alerte as pessoas sobre como é arriscado usar medicamentos sem realmente ter uma indicação clínica.

REFERÊNCIAS

1. AIRES CCG, et al. Uma análise crítica sobre o uso dos diversos métodos de sedação consciente na odontologia: revisão atualizada da literatura. Revista Eletrônica Acervo Saúde, 2022; 15(1): e9667.

2. ALMEIDA JR, et al. As interações medicamentosas de benzodiazepínicos em idosos: revisão integrativa de literatura. *Brazilian Journal of Development*, 2022; 8(4): 29486-29501.
3. ANDRADE SM, et al. Uso crônico e indiscriminado de benzodiazepínicos: uma revisão de literatura. *Research, Society and Development*, 2020; 9(7): 317973954-317973954.
4. BRITO TCS, et al. Territórios Saudáveis e Sustentáveis: estratégias de cuidado para a saúde da população negra do campo em Caruaru/Pernambuco. *Saúde em Debate*, 2021; 45: 1017-1032.
5. CARVALHO TKP, et al. Desigualdades sociais e escolares: perspectivas de ingresso no Ensino Superior por estudantes da EJA. *Revista Educar Mais*, 2020; 4(3): 591-605.
6. CENTURIÃO F, et al. Benzodiazepínicos: seu uso pelos médicos residentes do hospital das clínicas de Teresópolis. *Revista da JOPIC*, 2018; 1(2).
7. CARDOSO AGA, et al. Análise do efeito do uso a longo prazo de benzodiazepínicos por idosos: uma revisão sistemática de literatura. *Research, Society and Development*, 2021; 10(12): 01101220022-01101220022.
8. CRUZ MCNL, et al. Ansiedade em universitários iniciantes de cursos da área da saúde. *Brazilian Journal of Health Review*, 2020; 3(5): 14644-14662.
9. CAMPOS JCL, et al. Avaliação do nível de ansiedade e depressão dos estudantes de medicina do UNIFESO. *Revista da JOPIC*, 2020; 3(7).
10. FARIA JSS, et al. Benzodiazepínicos: revendo o uso para o desuso. *Revista de Medicina*, 2019; 98(6): 423-426.
11. FREIRE MBO, et al. Utilização de benzodiazepínicos em idosos brasileiros: um estudo de base populacional. *Revista de Saúde Pública*, 2022; 56(4).
12. FEGADOLLI C, et al. Uso e abuso de benzodiazepínicos na atenção primária à saúde: práticas profissionais no Brasil e em Cuba. *Cadernos de Saúde Pública*, 2019; 35: e00097718.
13. FONTES BA, et al. Consumo de ansiolíticos benzodiazepínicos durante a pandemia de COVID-19: um estudo remoto com estudantes universitários. *Sapienza: International Journal of Interdisciplinary Studies*, 2022; 3(1): 34-44.
14. HENRIQUES MQS, et al. Promoção do uso racional de medicamentos no contexto dos 3º e 4º ciclos da educação de jovens e adultos. *Revista Ciência Plural*, 2020; 6(2): 44-65.
15. JÚNIOR RSF. "Publish or perish": o produtivismo acadêmico e o adoecimento docente. *Revista Cocar*, 2020; 14(28): 644-663.
16. LUNA I, et al. Consumo de psicofármacos entre alunos de medicina do primeiro e sexto ano de uma universidade do estado de São Paulo. *Colloquium Vitae*, 2018; 10(1): 22-28.
17. LIMA AE, et al. Papel do farmacêutico no combate ao uso indiscriminado de benzodiazepínicos: uma revisão de literatura. *Research, Society and Development*, 2021; 10(15): 304101522886-304101522886.
18. LAFETÁ TMN, et al. O emprego dos ansiolíticos da classe dos benzodiazepínicos na odontologia. *Revista Intercâmbio*, 2019; 14(2): 87.
19. LEÃO AM, 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*, 2018; 42: 55-65.
20. MOSFIK M, et al. Análise do consumo de benzodiazepínicos em um município do norte do Rio Grande do Sul, Brasil. *Revista de Saúde Coletiva da UFRS*, 2020; 10(1): 49-57.
21. MELO CS, et al. Avaliação da saúde mental e do consumo de antidepressivos e ansiolíticos em adultos jovens durante a pandemia da COVID-19 no Brasil. *Research, Society and Development*, 2022; 11(7): 40511730095-40511730095.
22. NERI JVD, et al. Uso de ansiolíticos e antidepressivos por acadêmicos da área da saúde: uma revisão bibliográfica. *Brazilian Journal of Development*, 2020; 6(10): 75673-75686.
23. OLIVEIRA MC, et al. Uso de benzodiazepínicos em cirurgia bucomaxilofacial. *Saber Científico*, 2021; 1(1): 53-67.
24. OLIVEIRA ALML, et al. Aumento da utilização de benzodiazepínicos entre idosos mais velhos: Projeto Bambuí. *Revista Brasileira de Epidemiologia*, 2020; 23: e200029.
25. PERES JM, et al. Resiliência e educação musical erudita: estudo em projeto social com jovens de periferia. *Psicologia da Educação*, 2018; 46(4).
26. RIBEIRO B, et al. Prevalência e Fatores Associados com o Consumo de Benzodiazepínicos por Acadêmicos de Enfermagem e Farmácia de uma Faculdade Particular do Sudoeste da Bahia. *Id on Line Rev. Mult. Psic*, 2017; 11(38).
27. RAMOS TB, et al., Informação sobre benzodiazepínicos: o que a internet nos oferece?. *Ciência & saúde coletiva*, 2020; 25: 4351-4360.
28. SILVA EG, et al. Uma abordagem ao uso indiscriminado de medicamentos benzodiazepínicos. *Revista da Faculdade de Educação e Meio Ambiente*, 2018; 9: 610-614.

29. SILVA PA, et al. O uso de benzodiazepínicos por mulheres atendidas em uma Unidade de Saúde da Família. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, 2019; 53(2).
30. SILVA VT, et al. O uso de benzodiazepínicos e risco elevado de demência: uma revisão. *Revista de Medicina de Família e Saúde Mental*, 2019; 1(2).
31. SAVALA JL, JUNIOR OMR. Dependência no uso prolongado dos benzodiazepínicos no tratamento da ansiedade em pacientes idosos: clonazepam versus diazepam. *Research, Society and Development*, 2022; 11(12): 500111234810-500111234810.
32. SENRA ED, et al. Efeitos colaterais do uso crônico e indiscriminado de benzodiazepínicos: Uma revisão narrativa. *Brazilian Journal of Development*, 2021; 7(11): 102013-102027.
33. SILVA RP, et al. Conhecimento dos acadêmicos da área da saúde sobre o uso de benzodiazepínicos. *Brazilian Journal of Development*, 2021; 7(9): 87007-87015.
34. SANTOS CF, SPÓSITO PAF. Uso de antidepressivos e de ansiolíticos entre graduandos dos cursos da área de saúde. *Saúde Dinâmica*, 2022; 4(1): 49-73.
35. WILKON NEV, et al. O uso de psicofármacos em jovens universitários. *Research, Society and Development*, 2021; 10(17): 79101724472-79101724472.