

ATENÇÃO FARMACÊUTICA NO TRATAMENTO DOS TRANSTORNOS DE ANSIEDADE

Caroline Silva Guimarães¹
Fabiana Sousa Pugliese²

RESUMO: A ansiedade é uma reação natural do corpo a situações que causam preocupação, expectativa, incerteza. No entanto, pode evoluir e se tornar um problema de saúde mental à medida que começa a apresentar sintomas físicos duradouros e afetar o desempenho das atividades e as relações sociais. Existem cada vez mais fatores contribuindo para a presença do estado ansioso na sociedade atual, com isso ocorre o aumento da incidência de casos de transtornos de ansiedade. Quando o tratamento farmacológico se faz necessário são utilizados os medicamentos psicotrópicos, por esse motivo é essencial destacar a importância do profissional farmacêutico que através da atenção farmacêutica pode ajudar a monitorar os efeitos colaterais, melhorar a adesão do tratamento por parte do paciente, evitar intoxicações e interações medicamentosas promovendo a segurança e o uso racional dos medicamentos.

Palavras-chave: Ansiedade. Atenção Farmacêutica. Tratamento. Farmacêutico.

ABSTRACT: Anxiety is the body's natural reaction to situations that cause worry, expectation, uncertainty. However, it can evolve and become a mental health problem as it begins to present lasting physical symptoms and affect the performance of activities and social relationships. There are more and more factors contributing to the presence of an anxious state today, resulting in an increase in the incidence of cases of anxiety disorders. When pharmacological treatment is necessary, psychotropic medications are used, for this reason it is essential to highlight the importance of the pharmaceutical professional who, through pharmaceutical care, can help monitor side effects, improve treatment adherence by the patient, avoid poisoning and drug interactions promoting safety and rational use of medicines.

Keywords: Anxiety. Pharmaceutical Attention. Treatment. Pharmaceutical.

INTRODUÇÃO

A saúde mental tem despertado a atenção para estudos nas últimas décadas, especialmente a ansiedade, que afeta muitas pessoas e pode gerar grandes impactos relacionados ao bem-estar físico, mental e qualidade de vida. Por isso, compreender a ansiedade desde a normalidade até o transtorno é de grande importância para a sociedade e para as questões de prevenção e tratamento (DINIZ e DINIZ, 2023).

¹Curso de graduação em Farmácia — Universidade Iguazu (UNIG).

²Orientadora do curso de graduação em Farmácia — Universidade Iguazu (UNIG). Mestre em Ciências Ambientais, Farmacêutica.

A ansiedade é um sentimento natural frente a uma situação desconhecida, ou a antecipação de um perigo e causa tensão, apreensão, medo ou mesmo desconforto. Passa a ser considerada patológica quando se torna excessiva, interferindo no comportamento e alterando a capacidade de desempenhar as atividades rotineiras, pessoais e profissionais de forma normal, desse modo a qualidade de vida do indivíduo é prejudicada (MOURA et al., 2018).

Segundo a WHO (2022), a saúde mental é tão importante quanto a saúde física, pois influência como o ser humano consegue lidar com os aspectos desafiadores da vida, se comunicar com o mundo, e consigo mesmo. Quando a saúde mental de uma pessoa está prejudicada, ocorrem mudanças e a saúde física também é afetada, por outro lado, transtornos de ansiedade também podem surgir em decorrência da preocupação com uma doença ou condição física existente.

Em 2019, os transtornos de ansiedade se tornaram os mais comuns de todos os transtornos mentais, com 301 milhões de pessoas no mundo sofrendo desse mal, sendo o sexo feminino mais atingido do que o masculino. A interação entre os fatores biológicos, sociais e psicológicos pode resultar em saúde mental afetada, de maneira geral na atualidade a sociedade está mais inclinada a desenvolver ansiedade e todos podem sofrer com os transtornos, mas o grupo de pessoas que sofre com condições adversas, perdas importantes ou algum tipo de abuso está ainda mais suscetível. A ansiedade patológica é caracterizada pelo medo e preocupação intensa e excessiva juntamente com sintomas físicos e cognitivos, por conta da dificuldade de ser controlada causa grande sofrimento e a sua duração pode ser demorada e persistente caso não seja devidamente tratada (WHO, 2023).

Diante disso, o presente estudo busca compreender e orientar quanto ao tema, seus tipos, sintomas, fatores contribuintes, a relação da pandemia de COVID 19 com o momento atual da doença, as opções de tratamentos recomendados e a contribuição do farmacêutico junto ao paciente a equipe de saúde nas estratégias de tratamento e enfrentamento dessa patologia que está em crescimento e vem se tornando tão comum na atualidade.

OBJETIVOS

Objetivo Geral

Compreender a questão da ansiedade e como pode se tornar patológica causando diversos tipos de transtornos e destacar como o profissional farmacêutico através da atenção

farmacêutica pode contribuir para melhorar aspectos do tratamento desses pacientes.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Conceituar ansiedade.
2. Diferenciar ansiedade normal de ansiedade patológica.
3. Analisar os impactos da pandemia de COVID 19 no aumento da incidência de casos.
4. Apresentar o tratamento farmacológico mais utilizado.
5. Discutir sobre a importância da atenção farmacêutica como estratégia no auxílio do tratamento.

METODOLOGIA

O estudo foi realizado através do método de revisão bibliográfica de caráter qualitativo, a partir de artigos científicos disponíveis em plataformas como *Scielo*, PubMed e Google Acadêmico, incluindo sites internacionais e materiais relevantes como o grande relatório de saúde mental da Organização Mundial da Saúde e informações da Organização Pan-Americana da Saúde.

A avaliação foi realizada através da cuidadosa leitura dos resumos, objetivos e resultados e foram selecionados aqueles que se adequavam para a construção deste trabalho.

A pesquisa compreende preferencialmente o período entre 2017 e 2024 e as buscas foram direcionadas ao tema de transtorno de ansiedade, seus tipos, sintomas, fatores contribuintes, como a pandemia de COVID 19 impactou a sociedade e a relação disso com um aumento da doença, e de qual forma o profissional farmacêutico pode atuar para melhorar diversos aspectos relacionados ao tratamento farmacológico dessa patologia.

JUSTIFICATIVA

A saúde mental é um tema de grande importância, que com passar do tempo tem se tornado motivo de atenção para os serviços de saúde, dessa forma, está ocorrendo um crescimento da conscientização da população em relação aos sintomas e a necessidade de procurar atendimento e tratamento adequado.

Devido à grande pressão social, econômica e emocional presente na sociedade, as

peessoas estão cada vez mais ansiosas, preocupadas com tudo, por isso tem se tornado um desafio cada vez maior manter o controle sobre a ansiedade natural.

Durante a pandemia de COVID 19 alguns fatores foram determinantes para o aumento do estado ansioso da população, desencadeando o aumento dos transtornos de ansiedade, entre outros problemas de saúde mental como a depressão. Diante do grande impacto causado por esse período, faz-se necessário discutir sobre esse tema, conscientizar pessoas sobre a doença e a importância do cuidado farmacêutico no acompanhamento do processo de tratamento.

DESENVOLVIMENTO

TIPOS DE TRANSTORNOS DE ANSIEDADE

Existem diferentes tipos de transtorno de ansiedade, as fobias específicas caracterizadas pelo medo irracional de determinados objetos ou situações. Agorafobia, nesse caso ocorre o medo em excesso, preocupação e até mesmo evitação de situações em que o indivíduo se sinta preso ou envergonhado. Mutismo seletivo, acontece quando a pessoa apresenta incapacidade consistente de falar em público e o transtorno de ansiedade social que causa grande medo de situações que possam trazer rejeição, vergonha e humilhação em um círculo social. Outro tipo de transtorno é o de separação, sua característica é o medo de se separar de pessoas com um vínculo afetivo muito intenso. (WHO, 2023).

549

O transtorno do pânico e o transtorno de ansiedade generalizada se destacam como mais comuns, no transtorno do pânico ocorrem recorrentes ataques de pânico acompanhados por preocupação em excesso com possíveis novos ataques e o sentimento de medo é muito intenso. Já o transtorno de ansiedade generalizada tem como característica a preocupação persistente e generalizada, mas não relacionada somente a uma determinada área, podendo envolver temas que normalmente não preocupam. O TAG muitas vezes pode não ser facilmente diagnosticado devido ao paciente não procurar um profissional de saúde mental e a dificuldade de descrever os sintomas corretamente (ZUARDI, 2017).

O transtorno do pânico e o transtorno de ansiedade generalizada fazem parte do programa mhGAP da Organização Mundial de saúde, pois estão adequados as condições prioritárias. O objetivo do programa é aumentar os serviços para que os países possam atender melhor pessoas com problemas mentais, neurológicas e por consumo de substâncias,

para isso profissionais da equipe de saúde que não são especialistas estão sendo incluídos nos cuidados prestados aos pacientes (WHO, 2023).

Entre os sintomas físicos de ansiedade estão sudorese, boca seca, respiração curta, frequência cardíaca acelerada, palpitações, aumento da pressão sanguínea, tensão muscular, dificuldade para respirar, tremores e inquietação, como resultado de uma tensão prolongada podem ocorrer ainda problemas gastrointestinais e dores de cabeça (MOURA et al., 2018).

IMPACTOS DA PANDEMIA DE COVID 19 NO AUMENTO DA INCIDÊNCIA DE ANSIEDADE

De acordo com dados de 2019, o Brasil está em primeiro lugar no ranking dos países mais ansiosos do mundo, aproximadamente 9,3% dos brasileiros sofrem de ansiedade patológica. No primeiro ano da pandemia de COVID 19 ocorreu um aumento de 25% na taxa de prevalência de ansiedade em todo o mundo (WHO, 2022).

Um dos principais fatores que explica esse aumento é o estresse causado pelo isolamento social uma situação inesperada e incomum, que trouxe solidão devido a alterações na vida social e até mesmo no ambiente de trabalho além de preocupações financeiras, pois muitas pessoas tiveram seu meio de trabalho restringido ou totalmente impossibilitado. O medo de se infectar e o sofrimento pela perda de entes queridos também foram motivos para afetar o emocional, causando desequilíbrio. Entre os profissionais de saúde, a exaustão e o ambiente de angústia constante devido ao contato direto na linha de frente com a doença foram fatores de grande contribuição para afetar a saúde mental (OPAS, 2022).

Segundo o CFF (2023) em levantamento com base nos dados da consultoria IQVIA, durante a pandemia as vendas de antidepressivos e estabilizadores de humor dispararam. A comparação entre o ano anterior a pandemia 2019 e o ano de 2022 mostra um aumento de 36% nas vendas.

Após a passagem do momento crítico de pandemia começou o que pode ser chamado de momento pós-crise, com a diminuição do número de casos e mortes e conseqüentemente a redução das medidas de isolamento social e proteção contra o vírus as pessoas puderam retornar gradualmente as atividades habituais, no entanto, sob uma nova realidade, pois as conseqüências causadas pelo período da doença demandam tempo de médio a longo prazo para serem revertidas (FARO et al., 2020).

TRATAMENTO

O tratamento é necessário quando o paciente tem sofrimento intenso, e sofre com problemas decorrentes do transtorno e a indicação para os transtornos de ansiedade é a terapia psicológica, a farmacoterapia ou uma combinação das duas, a gravidade da situação é essencial a ser considerada no momento de escolha do tratamento. Geralmente o paciente não busca primeiramente um psicólogo ou psiquiatra, mas sim a atenção primária onde os primeiros sintomas podem ser identificados e a pessoa encaminhada para os profissionais especialistas, muitas vezes os sintomas podem não ser reconhecidos e corretamente tratados. A psicoterapia com maior evidência para o tratamento de transtornos de ansiedade é a terapia cognitivo-comportamental, já entre os fármacos, os de primeira linha são os inibidores seletivos da recaptção de serotonina e os inibidores da recaptção de serotonina-noradrenalina. Entre outras opções de medicamentos estão incluídas a pregabalina, antidepressivos tricíclicos, bupiriona e outros (BANDELOW e MICHAELIS e WEDEKIND, 2017).

As necessidades e preferências individuais do paciente devem ser consideradas e o tratamento consegue ser eficiente na maioria dos casos sendo a farmacoterapia e a terapia cognitivo-comportamental as abordagens terapêuticas com maior efetividade (DINIZ e DINIZ, 2023).

A terapia psicológica tem papel fundamental no tratamento, pois trabalha a forma de pensar do paciente, estimulando-o a ter entendimento sobre a própria ansiedade, modificando a forma de se relacionar consigo mesmo, com o problema e com pessoas, lugares ou situações que possam estar desencadeando o quadro de transtorno. Entre os métodos da terapia cognitivo comportamental está a terapia de exposição que se baseia no enfrentamento do medo, fazendo com que a pessoa aprenda como lidar e enfrentar a situação que lhe aflige, portanto, as terapias psicológicas podem ajudar muito a reduzir os sintomas de transtornos de ansiedade. Em relação à medicação, os prestadores de serviço a saúde devem estar atentos a possíveis efeitos colaterais, a possibilidade e capacidade de qualquer intervenção quanto a experiência ou disponibilidade do tratamento. Os medicamentos do grupo dos benzodiazepínicos, historicamente prescritos para ansiedade, não são recomendados para tratamentos longos devido ao alto potencial de causar dependência, bem como rápida tolerância (WHO, 2023).

Entre os exemplos de medicamentos considerados primeira escolha para o tratamento de transtornos de ansiedade a longo prazo estão os inibidores da recaptção de serotonina, fluoxetina, paroxetina, escitalopram e sertralina, e os inibidores da recaptção de serotonina e noradrenalina como venlafaxina e duloxetina. O tempo para início de ação pode variar entre duas e quatro semanas e o grupo de efeitos colaterais que podem ocorrer inclui um possível aumento de ansiedade ao iniciar o tratamento, nesse caso pode ser considerada a associação com benzodiazepínicos apenas por um curto período. Entre os demais efeitos colaterais destacam-se distúrbios gastrointestinais, disfunção sexual, insônia e sintomas rebote na interrupção do uso prolongado (ZUARDI, 2017).

ATENÇÃO FARMACÊUTICA/ CUIDADO FARMACÊUTICO

O cuidado farmacêutico pode ser definido como um modelo de práticas e serviços a serem realizados pelo profissional farmacêutico, esses serviços prestados junto a equipe de saúde têm foco no cuidado com o paciente e na orientação que se estende do paciente a família e a comunidade, com o objetivo de promover o uso racional dos medicamentos e obter melhores resultados na saúde. As ações relacionadas ao cuidado farmacêutico possuem três pontos de grande importância, adesão, efetividade e segurança, contribuindo para a melhoria da qualidade de vida da população (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2023).

A atenção farmacêutica é uma estratégia implantada na forma de um modelo de prática baseado na promoção de serviços prestados pelo farmacêutico a comunidade, ao paciente e seus familiares. Esse cuidado ocorre através da ação do profissional inserido a equipe multiprofissional de saúde, e o foco é na necessidade do paciente para ser alcançado o objetivo de promover, proteger e recuperar saúde, prevenir agravos, resolução de problemas relacionados a farmacoterapia, e o uso racional de medicamentos. Um exemplo de linha a ser traçada para colocar esses cuidados em prática compreende primeiramente o acolhimento considerado como porta de entrada onde o paciente é recebido, em seguida o farmacêutico identifica as necessidades de saúde por meio de coleta de dados e posteriormente na terceira etapa é montado e implantado um plano de cuidado, seguido de avaliação dos resultados e evolução (SECRETARIA DE ESTADO DE SAÚDE MG, 2024).

Devido ao tratamento farmacológico dos transtornos de ansiedade ser feito muitas vezes com medicamentos psicofármacos que causam efeitos colaterais como propriedades

sedativas e episódios de perda de concentração entre outros diversos que podem afetar o paciente, se mostra de grande importância o cuidado farmacêutico no acompanhamento da farmacoterapia visando a orientação para que a medicação seja tomada de forma correta e segura evitando intoxicações, interações indesejadas, desse modo promovendo o uso racional e ajudando na adesão do tratamento por parte do paciente (CARDOSO et al., 2023).

CONCLUSÃO

Diante dos resultados encontrados pelo estudo realizado ficou evidente a ascensão da ansiedade da normalidade a patologia bem como os diversos fatores estressores contribuintes para que a sociedade de uma forma geral esteja mais propensa a desenvolver os transtornos de ansiedade, apesar de alguns grupos de pessoas serem mais vulneráveis. Por conta disso existe uma crescente preocupação com a saúde mental que pode ser vista como um reflexo do mundo atualmente, desse modo tem se mostrado realmente importante a atenção voltada ao tema.

A pandemia de COVID 19 sem dúvidas impactou grandemente na saúde mental, pois trouxe à tona todos os tipos de preocupações, medo, angústias e incertezas possíveis de forma repentina e dolorosa, bem como evidenciou os problemas já existentes relacionados a saúde. No entanto, não é o único fator, a desigualdade, desemprego, falta de segurança pública, violência, entre outras dificuldades enfrentadas no dia a dia também devem ser considerados.

Quanto ao tratamento a farmacoterapia pode ser considerada complexa devido a medicamentos de grande carga de efeitos colaterais que podem afetar a qualidade de vida dos pacientes em diversos níveis bem como a possibilidade de dependência e tolerância, características que evidenciam a necessidade e importância da atuação do profissional farmacêutico no suporte aos indivíduos submetidos a esse tipo de terapia farmacológica.

Em relação ao cuidado, as principais ações de apoio compreendem a orientação correta do uso da medicação, acompanhamento, prevenção ou controle de efeitos adversos, verificar possíveis outros medicamentos que o paciente esteja tomando e a possibilidade de interação, identificação de problemas e prevenção de agravos.

Conclui-se necessária a promoção de informação e estabelecimento de medidas públicas para controle e redução da incidência de casos de transtornos de ansiedade, e a

implantação de estratégias para melhor atender esses pacientes. E que a participação do farmacêutico através da atenção farmacêutica é de grande importância para obtenção do melhor resultado na farmacoterapia.

REFERÊNCIAS

World mental health report: transforming mental health for all. Geneva: World Health Organization; 2022. Licence: CC BY-NC-SA 3.0 IGO

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Transtornos de Ansiedade**. [S. l.], 27 set. 2023. Disponível em: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/anxiety-disorders>. Acesso em: 9 abr. 2024.

MOURA, I. M.; ROCHA, V. H. C.; BERGAMINI, G. B.; SAMUELSSON, E.; JONER, C.; SCHNEIDER, L. F.; MENZ, P. R. A terapia cognitivo-comportamental no tratamento do transtorno de ansiedade generalizada. **Revista Científica da Faculdade de Educação e Meio Ambiente**, [S. l.], v. 9, n. 1, p. 423-441, 2018. DOI: 10.31072/rcf.v9i1.557. Disponível em: <https://revista.unifaema.edu.br/index.php/Revista-FAEMA/article/view/557>. Acesso em: 16 abr. 2024.

DINIZ, G. C.; DINIZ, A. V. . SAÚDE MENTAL E ANSIEDADE: DA NORMALIDADE AO TRANSTORNO. **Revista Multidisciplinar do Nordeste Mineiro**, [S. l.], v. 5, n. 1, 2023. Disponível em: <https://revista.unipacto.com.br/index.php/multidisciplinar/article/view/1297>. Acesso em: 16 abr. 2024.

ZUARDI, Antônio Waldo. **Características básicas do transtorno do pânico**. Medicina (Ribeirão Preto. Online), v. 50, p. 56-63, 2017Tradução. Disponível em: <https://doi.org/10.11606/issn.2176-7262.v50isupl1.p56-63>. Acesso em: 17 abr. 2024.

FARO, A. et al.. COVID-19 e saúde mental: a emergência do cuidado. **Estudos de Psicologia (Campinas)**, v. 37, p. e200074, 2020.

MINISTÉRIO DA SAÚDE (Brasil). Diretrizes Nacionais do Cuidado Farmacêutico. BRASIL: GOV.BR, 2023. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/acao-a-informacao/gestao-do-sus/articulacao-interfederativa/cit/pautas-de-reunioes-e-resumos/2023/outubro/apresentacao-2013-diretrizes-nacionais-do-cuidado-farmacutico-no-ambito-do-sistema-unico-de-saude-sus>. Acesso em: 17 abr. 2024.

OPAS. **Pandemia de COVID-19 desencadeia aumento de 25% na prevalência de ansiedade e depressão em todo o mundo**. [S. l.], 2 mar. 2022. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/noticias/2-3-2022-pandemia-covid-19-desencadeia-aumento-25-na-prevalencia-ansiedade-e-depressao-em>. Acesso em: 9 abr. 2024.

CARDOSO, I. M. S.; PIRES, M. S.; NASCIMENTO, E. de S.; COELHO, V. A. T.; SOUZA, C. G. de .; MACHADO, A. L. de O. ANSIEDADE:: ABORDAGEM A PARTIR DA ATENÇÃO FARMACÊUTICA. **Revista Saúde Dos Vales**, [S. l.], v. 1, n. 1, 2023.

Disponível em: <https://revista.unipacto.com.br/index.php/rsv/article/view/226>. Acesso em: 24 abr. 2024.

BANDELOW, Borwin; MICHAELIS, Sophie; WEDEKIND, Dirk. Tratamento de Transtornos de Ansiedade. **Diálogos em neurociência clínica**, [s. l.], 2017. DOI 10.31887/DCNS.2017.19.2/bbandelow. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28867934/>. Acesso em: 16 abr. 2024.

SECRETARIA DE ESTADO DE SAÚDE (Minas Gerais). **Cuidado Farmacêutico**. [S. l.], 12 abr. 2024. Disponível em: <https://www.saude.mg.gov.br/gestor/cuidado-farmacutico>. Acesso em: 22 abr. 2024.

CFF. **Vendas de medicamentos psiquiátricos disparam na pandemia**. [S. l.]: Conselho Federal de Farmácia, 16 mar. 2023. Disponível em: <https://site.cff.org.br/noticia/noticias-do-cff/16/03/2023/vendas-de-medicamentos-psiquiatricos-disparam-na-pandemia>. Acesso em: 24 abr. 2024.