**RISCOS DA AUTOMEDICAÇÃO POR HIPNÓTICOS**

Almeida, Marcos Lima¹

Almeida, Mateus Lima2

Cabral, Ayara Almeida Souza3

Sousa, Luísa Vitória de Sá Carneiro4

Leitão, Jaqueline da Silva5

Júnior, Ismael Elias do Nascimento6

De Lima, Nayara Brenda Batista7

**RESUMO**

**INTRODUÇÃO:** A automedicação se refere ao ato em que uma pessoa utiliza um medicamento por conta própria, ou seja, sem a orientação de um profissional de saúde, na intenção de tratar ou aliviar os sintomas de uma enfermidade. O modo de vida contemporâneo, caracterizado pela predominância do estresse e da inquietação, leva muitas pessoas a experimentarem distúrbios do sono de diversas intensidades e durações, sendo a insônia o mais comum deles, caracterizada pela dificuldade em adormecer. Atualmente, diversos medicamentos sedativos têm sido empregados para regularizar o padrão de sono, sendo os benzodiazepínicos (BDZs) os mais comumente prescritos. **OBJETIVO:** Este estudo baseia-se na necessidade de compreender os impactos da automedicação por BDZs, a partir de uma revisão da literatura. **METODOLOGIA:** Trata-se de uma revisão bibliográfica da literatura, de caráter descritivo e abordagem qualitativa. Realizou-se uma busca na base de dados do Google Acadêmico, utilizando combinações estratégicas a partir das palavras chaves “Automedicação”; “Benzodiazepínicos” e “Riscos”. Foram incluídos na pesquisa artigos publicados entre os anos de 2018 a 2022, após avaliação detalhada dos estudos obtidos, restaram 6 artigos para serem discutidos. **RESULTADOS:** Diante dessa realidade, a automedicação, que envolve o uso de BZDs, é um tema amplamente discutido na esfera da saúde pública, uma vez que essas substâncias não são capazes de promover um sono profundo e a longo prazo podem resultar em dependência e efeitos indesejados. **DISCUSSÃO:** Desde sua introdução na década de 60, os BZDs têm sido amplamente aceitos na sociedade devido à sua eficácia no tratamento da ansiedade e depressão, além de outras razões que impulsionam o uso desses medicamentos, a falta de atenção e cuidado quanto ao uso racional é notável. Devido a isso, fatores como baixo custo, disponibilidade sem prescrição médica, falta de informação, distribuição gratuita na rede pública e recomendações de outros usuários contribuem para essa situação. Segundo estudos, constata-se no Brasil um cenário em que a automedicação é amplamente difundida, sendo adotada por aproximadamente 77% da população, sem que haja qualquer orientação profissional. Diante disso, as pessoas costumam buscar soluções que reduzam os sintomas de tensão, ansiedade e preocupação de acordo com suas rotinas diárias, podendo levar a um consumo regular de BDZs, como resultado, provoca diversos efeitos colaterais, entre eles: demência, déficit cognitivo, transtornos, risco de queda, sonolência e principalmente à dependência. Dessa forma, os perigos para a saúde decorrentes da automedicação são igualmente encarados como uma questão de interesse público. Isso ocorre porque as ramificações desse comportamento têm o potencial de se tornarem graves. **CONCLUSÃO:** A automedicação com benzodiazepínicos, como resposta aos distúrbios do sono, é um desafio de saúde pública. A facilidade de acesso a esses medicamentos e a falta de orientação profissional levam muitas pessoas a recorrerem a eles. Embora esses medicamentos sejam eficazes para ansiedade e depressão, seu uso inadequado traz riscos de dependência e efeitos adversos. No Brasil, cerca de 77% da população recorre à automedicação sem supervisão, gerando preocupações para a saúde individual e a sociedade. Educação e conscientização são cruciais para enfrentar esse problema.

**Palavras-Chave:** Automedicação; Benzodiazepínicos; Abuso.

**E-mail do autor principal:** marcosallmeida.mla@gmail.com

**REFERÊNCIAS:**

RIVERA, JGB; DUARTE, FCM; DA SILVA, RRC; MONTEIRO, SB; GUIMARÃES, MCM; VALE, VV Impacto da automedicação de fármacos benzodiazepínicos / Impact of self-medication of benzodiazepine drug. **Revista Brasileira de Ciência Aplicada** , [S. l.] , v. 5, n. 4, pág. 1767–1780, 2021.

CASAIS, A. K. O. R. dos; MATOS, F. Y. P.; SANTOS , L. da S.; OLIVEIRA, P. S.; GOMES, B. da S. Automedicação de Adultos durante a Pandemia da COVID-19 no Brasil: Trabalho de Revisão da Literatura Científica. **Revista Científica FESA**, [S. l.], v. 1, n. 21, p. 3–10, 2022.

SANTOS, M. C. L. dos .; ROCHA, C. C. da S.; GOMES, M. da C. L.; BRANDÃO , F. C.; MOURA, S. R. I.; PEREIRA, T. S. Os Riscos da Automedicação pelo uso de Benzodiazepínicos no Tratamento da Ansiedade e Depressão. **Revista Científica FESA**, *[S. l.]*, v. 1, n. 21, p. 11–19, 2022.

SILVA, A. R.; DA SILVA, D. M.; GOMES, I. C.; GOMES, A. T. A. A Automedicação e o Uso da Melatonina: Revisão Integrativa da Literatura / Self-Medication and the Use Of Melatonin: Integrative Literature Review. **Brazilian Journal of Health Review**, [S. l.], v. 4, n. 5, p. 21460–21483, 2021.

GONÇALVES, J. G. Benzodiazepínicos : malefícios relacionados à prática da automedicação e à falta de orientação adequada em saúde. www.monografias.ufop.br, 2019.

¹Farmácia, Aluno do Centro Universitário Unifacid Wyden, Teresina-Piauí, marcosallmeida.mla@gmail.com

²Farmácia, Aluno do Centro Universitário Unifacid Wyden, Teresina-Piauí, mateuslimamla@gmail.com

3Farmácia, Aluna da Universidade Federal do Pará, Belém-Pará, ayaracabral@gmail.com

4Farmácia, Aluna do Centro Universitário Unifacid Wyden, Teresina-Piauí, souza189luisa@gmail.com

5Enfermagem, Aluna do Centro Universitário FAMETRO, Manaus-Amazonas, jaquelynesilva18@gmail.com

6Farmácia, Farmacêutico pela Universidade Nilton Lins, Manaus-Amazonas, junior.nascimento@hotmail.com

7Enfermagem, Aluna do Centro Universitário FAMETRO, Manaus-Amazonas, nayyarabrenda@gmail.com