



CENTRO UNIVERSITÁRIO DE EXCELÊNCIA
CURSOS DE GRADUAÇÃO EM BIOMEDICINA, FARMÁCIA E PSICOLOGIA
UNIDADE DE ENSINO DE VITÓRIA DA CONQUISTA

GABRIEL GOMES MACIEL
HELEN PONTES FERRAZ
JÉSSICA SOUZA SANTOS
VICTÓRIA COSTA SOUZA
YASMIN PONTES FERRAZ

AUTOMEDICAÇÃO DE PSICOFÁRMACOS POR DISCENTES COMO
ESTRATÉGIA DE ENFRENTAMENTO DO ESTRESSE E PRESSÃO ACADÊMICA

VITÓRIA DA CONQUISTA-BA

2024

GABRIEL GOMES MACIEL

HELEN PONTES FERRAZ

JÉSSICA SOUZA SANTOS

VICTÓRIA COSTA SOUZA

YASMIN PONTES FERRAZ

**AUTOMEDICAÇÃO DE PSICOFÁRMACOS POR DISCENTES COMO
ESTRATÉGIA DE ENFRENTAMENTO DO ESTRESSE E PRESSÃO ACADÊMICA**

Trabalho de conclusão de Curso apresentado aos cursos de Biomedicina, Farmácia e Psicologia – Centro Universitário de Excelência, Unidade de Vitória da Conquista, como requisito para parcial à obtenção do título de Bacharel.

Orientador(a): Prof^a. Leda Moreira Barreto

VITÓRIA DA CONQUISTA-BA

2024

AGRADECIMENTOS

Inicialmente agradecemos a Deus pela oportunidade de estarmos finalizando nosso curso tão desejado. Cada dificuldade que passamos hoje temos a certeza que foi para nos tornarmos melhores profissionais regido de ética e de comprometimento.

Agradecemos aos nossos familiares e amigos pelo apoio durante esta trajetória da graduação e acreditarem na realização desse sonho, vocês foram de suma importância, fortaleceram cada obstáculo e incentivaram durante toda a trajetória

Agradecemos aos professores pelo conhecimento transmitido e pelo incentivo para que continuássemos até o fim.

Em especial, aos nossos professores Leda Barreto, Gabriel Nery e Palloma Graziely, nos sentimos lisonjados por estarem presentes neste momento de tamanha importância, nossos sinceros agradecimentos.

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	5
2. METODOLOGIA	7
3. RESULTADOS.....	10
4. DISCUSSÃO	11
5. CONSIDERAÇÕES FINAIS	13
REFERÊNCIAS	15

RESUMO

O fenômeno da automedicação é cada vez mais recorrente, tornando-se preocupante devido aos riscos à saúde mental e física dos discentes, além de refletir a medicalização do sofrimento psíquico em contextos acadêmicos de alta demanda. Essa pesquisa foi conduzida através de uma revisão integrativa da literatura, utilizando artigos científicos de base multidisciplinar. Foram identificados fatores que influenciam o uso inadequado de psicofármacos, como a sobrecarga de estudos, pressões socioeconômicas e a ansiedade frente ao futuro profissional. Os dados destacam uma prevalência maior de automedicação entre mulheres, frequentemente associada a dificuldades socioeconômicas e estresse. Os resultados evidenciam que, apesar dos benefícios temporários, o uso desregulado de medicamentos como antidepressivos e psicoestimulantes acarretam efeitos adversos, como dependência e agravamento de condições preexistentes. Diante disso, conclui-se pela necessidade de ações institucionais para promover o bem-estar mental dos universitários e conscientizar sobre os riscos da automedicação.

Palavras-chave: Automedicação, acadêmicos, psicofármacos, estresse

ABSTRACT

The phenomenon of self-medication is increasingly recurrent, becoming worrying due to the risks to students' mental and physical health, in addition to reflecting the medicalization of psychological distress in high-demand academic contexts. This research was conducted through an integrative literature review, using multidisciplinary scientific articles. Factors that influence the inappropriate use of psychotropic drugs were identified, such as study overload, socioeconomic pressures and anxiety about the professional future. The data highlights a higher prevalence of self-medication among women, often associated with socioeconomic difficulties and stress. The results show that, despite the temporary benefits, the unregulated use of medications such as antidepressants and psychostimulants leads to adverse effects, such as dependence and worsening of pre-existing conditions. Given this, it is concluded that there is a need for institutional actions to promote the mental well-being of university students and raise awareness about the risks of self-medication.

Keywords: Self-medication, academics, psychotropic drugs, stress

1. INTRODUÇÃO

A automedicação é a prática de utilizar medicamentos sem a devida prescrição médica, que por vezes são feitas por sujeitos que não precisam, com objetivo de tratar patologias ou diminuir sintomas (Moraes et al., 2018). A prática da automedicação está em ascensão em todo o mundo, representando um problema de saúde pública emergente que acarreta o risco de abuso, com todas as implicações associadas, tais como reações adversas e elevados custos dos serviços de saúde para atender pessoas que sofrem de intoxicação medicamentosa decorrente dessa conduta (Melo et al., 2021).

A Secretaria Nacional de Vigilância Sanitária do Ministério da Saúde (SVS/MS), conceitua os psicotrópicos como “substância que pode determinar dependência física ou psíquica”. Os psicofármacos exercem ação estimulante do sistema nervoso central, ação sedativa, tranquilizante ou ansiolítica, no entanto, seu uso indiscriminado e excessivo pode causar efeitos colaterais adversos, dependência e até mesmo ser letal (Brasil, 1998).

Um fator importante a ser considerado é o aumento expressivo de transtornos psicossociais, como ansiedade e depressão, causados principalmente pelo isolamento social, medo de contaminação e mudanças bruscas na rotina do pós-pandemia. Esse cenário levou a um crescimento considerável no uso de ansiolíticos e antidepressivos, gerando preocupações quanto ao risco de dependência e uso indiscriminado sem acompanhamento médico adequado (Araújo, 2023).

O sofrimento psicológico entre os acadêmicos, conforme Medeiros e Barbosa (2017), está frequentemente associado à falta de suporte institucional para as necessidades psicossociais dos estudantes. Transtornos mentais comuns, como ansiedade e depressão, são bastante prevalentes entre os alunos e a falta de atenção a esses sintomas podem levar a problemas ainda maiores. Fatores como a sobrecarga de atividades, dificuldades financeiras, a necessidade de equilibrar trabalho e estudo, às exigências dos professores e familiares, a alta carga horária de aulas, dificuldades de adaptação e a gestão do tempo entre estudos e lazer são fontes importantes desse sofrimento, refletindo as pressões e desafios da vida universitária.

Outro exemplo disso, é abordado por Ferreira et al. (2023) que destaca o caso de estudantes de medicina, que enfrentam sobrecarga de trabalho, alta exigência acadêmica e pressão emocional constante e competitividade interna que são fatores adicionais que contribuem para o adoecimento mental, levando ao desenvolvimento de transtornos como ansiedade, depressão e burnout.

A pressão por bom desempenho acadêmico, a carga horária excessiva de estudos e a ansiedade por resultados positivos são alguns dos fatores que podem levar os estudantes a

recorrerem de forma inadequada ao uso de psicofármacos acarretando consequências negativas para a saúde mental, bem como para sua vida acadêmica e social (Souza; Silva; Carvalho, 2010).

Há fatores que podem ser vinculados a piora dessa conduta, visto que, os estudantes de ensino superior convivem diariamente com condições por vezes estressantes, podendo ser vinculados com sobrecarga de trabalhos acadêmicos, imposições meritocráticas, pressão sociofamiliar e ainda ansiedade sobre futuros vínculos empregatícios. Dessa forma, manifestando-se uma rotina exaustiva no cotidiano acadêmico, sendo esses contribuintes a um exacerbado processo de ansiedade, estresse, sintomas depressivos e questões vinculadas à saúde mental (Vieira; Schemann, 2015 apud Lima, et al., 2019).

Visando abordar a problemática sobre a automedicação do uso de psicofármacos por discentes, esse trabalho justifica-se por evidenciar a pressão do fim iminente da graduação, onde tornou-se mais frequente pelos estudantes a utilização de substâncias, muitas vezes em busca de aliviar os efeitos da pressão acadêmica que reflete uma resposta imediata a um estilo de vida que compromete a qualidade e o bem-estar geral. A Pesquisa de Feodrippe, Brandão e Valente (2013), juntamente com Luna (2018), mostra que viver em ritmo intensos pode prejudicar a qualidade de vida; podendo levar a decidir por formas erradas de lidar com o estresse, como a automedicação.

Este artigo tem por finalidade analisar o uso de psicofármacos entre os estudantes universitários e se há associação entre o aumento do consumo de psicofármacos feito por uso indevido, com a pressão que é concebida durante a graduação, tendo em vista diversos fatores supracitados, sendo estes, substanciais para tal estudo.

2. METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, de caráter amplo, com o objetivo de investigar qual a associação do uso indevido de psicofármacos por consequência do estresse acadêmico, por meio de uma discussão crítica da produção científica existente. Essa compilação de dados, a partir de diferentes inclusões de estudos, sendo eles experimentais ou não-experimentais, tem como objetivo ter um formato abrangente que propõe gerar uma visão consistente e facilitadora para o leitor, sobre temas e conceitos complexos (Souza; Silva; Carvalho, 2010).

Esse projeto foi desenvolvido baseando em seis estágios do processo de elaboração: 1º estágio - elaboração da pergunta norteadora; 2º estágio - busca da literatura; 3º estágio - coleta de dados; 4º estágio - análise crítica dos estudos incluídos; 5º estágio - discussão e resultados (nessa etapa foi utilizado uma plataforma de inteligência artificial (IA) para gerar o gráfico de barras); 6º estágio - apresentação da revisão integrativa (Souza; Silva; Carvalho, 2010).

A busca por artigos foi realizada nas seguintes bases de dados: Biblioteca Virtual de saúde (BVS), Literatura Latino Americana e do Caribe em ciências da saúde (LILACS), *Medical Literature Analysis and Retrieval System Online* (MEDLINE) via *Biblioteca Virtual de saúde* (BVS), *Scientific Electronic Library Online* (SCIELO).

Ao total foram encontrados 80 artigos, pelos descritores automedicação, acadêmicos, e de descritor boleador foi utilizado o AND, diante dos filtros de tempo (10 anos), filtro de idioma (inglês, português) e mais 2 descritores que são psicotrópicos e saúde mental, foram cortados 60 artigos. Por título foram excluídos 5 artigos, por resumo foram excluídos mais 4, e por nacionalidade 1, restando ao todo para serem analisados 10 artigos, sendo esses que estabelecem dados de medicamentos mais utilizados sem prescrição, abordam sobre a pressão acadêmica entre os universitários, tratam sobre os motivos que levam a automedicação dos estudantes, que expõem sobre os fatores de risco diante o uso de psicofármacos sem intervenção médica, que tenham publicação contínua e de caráter multidisciplinar (Quadro 1).

Quadro 1: Descrição dos artigos incluídos na pesquisa:

Título	Autor (ano)	Objetivo	Resultado
Consumo de psicofármacos entre alunos de medicina do primeiro e sexto ano de uma universidade do Estado de São Paulo	Luna et al. (2018)	O estudo teve como objetivo avaliar a diferença no uso de drogas psicoativas entre alunos do primeiro e sexto ano do curso de medicina de uma universidade no interior de São Paulo. O foco foi identificar os fatores associados ao uso dessas substâncias, compreender os fatores precipitantes e avaliar a ciência dos riscos de dependência entre os estudantes.	Foi observado que 23% dos alunos do primeiro ano e 50% dos alunos do sexto ano relataram o uso de psicofármacos. Estudantes do sexto ano utilizam mais psicofármacos do que os do primeiro ano, indicando a influência da progressão do curso sobre a medicalização. A principal classe de medicamentos utilizada foi a dos psicoestimulantes, seguida por antidepressivos. Os estudantes relataram estar cientes dos riscos de dependência e efeitos colaterais associados ao uso dessas substâncias
O uso de psicofármacos em jovens universitários	Wilkon; Rufato (2021)	O estudo teve como objetivo realizar um levantamento bibliográfico dos últimos cinco anos sobre o uso de psicofármacos entre estudantes universitários. A pesquisa se concentrou em compreender a prevalência de transtornos mentais, como ansiedade e depressão, e a utilização de medicamentos psiquiátricos por essa população.	Foi observado que a prevalência de adoecimento mental é maior entre as mulheres. Muitos estudantes utilizam antidepressivos, calmantes e estimulantes para tratar sintomas como depressão, ansiedade e dificuldade para dormir, além de buscar melhorar o desempenho acadêmico. Parte dos estudantes faz o uso desses medicamentos sem prescrição médica, influenciados por amigos ou familiares. Fatores como estresse cotidiano, demandas acadêmicas, dificuldades socioeconômicas e a necessidade de conciliar trabalho e estudos contribuem para o adoecimento psíquico e o uso de psicofármacos.
Uso de Psicoestimulantes por Acadêmicos de Medicina: Uma Revisão Integrativa	Mincoff; Almeida; Jesus (2018)	O estudo teve como objetivo realizar uma revisão integrativa para identificar e analisar a dinâmica do uso de psicoestimulantes entre acadêmicos de medicina, com foco em compreender os motivos, prevalência e implicações dessa prática.	A revisão mostrou que o uso de psicoestimulantes entre estudantes de medicina é comum, com anfetaminas, metilfenidato, cafeína e modafinil sendo os mais utilizados. A principal motivação para o uso dessas substâncias foi a melhora no desempenho acadêmico, especialmente para lidar com a sobrecarga de estudos e o cansaço mental. Os estudos indicaram que os estudantes consideram o uso frequente dessas substâncias, mesmo reconhecendo os riscos de dependência e efeitos adversos. A revisão também destaca a necessidade de maior atenção das instituições de ensino sobre o tema, que é pouco abordado nas diretrizes curriculares
Prevalência e Fatores Associados à Depressão e Ansiedade entre Estudantes Universitários da	Leão et al. (2018)	Estimar a prevalência e identificar os fatores associados à depressão e ansiedade em estudantes universitários da área da saúde, matriculados no primeiro ano de cursos como Biomedicina,	A prevalência de depressão foi de 28,6%, e de ansiedade, 36,1%. Estudantes menos satisfeitos com o curso, com relacionamentos familiares insatisfatórios e com pouca quantidade de sono foram mais propensos a ter depressão. A ansiedade foi mais comum entre as mulheres, e também esteve

Área da Saúde de um Grande Centro Urbano do Nordeste do Brasil		Enfermagem, Fisioterapia, Medicina e Odontologia em uma instituição no Ceará, Brasil.	associada a insônia, falta de atividade física e preocupações com o futuro.
Uso Não Prescrito de Cloridrato de Metilfenidato entre Estudantes Universitários	Medeiros; Barbosa (2017)	Avaliar a prevalência do uso de metilfenidato entre estudantes universitários, distinguindo entre aqueles que o utilizam para tratamento de distúrbios neuropsiquiátricos e os usuários não clínicos. O estudo busca entender a frequência e a motivação para o uso, bem como os efeitos negativos à saúde.	A pesquisa revelou que estudantes universitários saudáveis estão utilizando metilfenidato de forma não prescrita para aumentar o estado de alerta e o desempenho acadêmico. O uso dessa substância pode acarretar efeitos colaterais, como taquicardia, alucinações, vertigem e distúrbios do sono. Há uma necessidade urgente de mais estudos sobre os impactos clínicos do uso indiscriminado de estimulantes, além de medidas preventivas e políticas de saúde pública para mitigar os riscos à saúde associados a esse comportamento
Uso Inadequado da Ritalina por Estudantes da Área de Saúde: Revisão da Literatura	Cavalcanti et al. (2022)	Analisar o uso da Ritalina por estudantes universitários com o objetivo de aprimoramento cognitivo e melhoria no desempenho acadêmico	A revisão descobriu que o uso inadequado de Ritalina é comum entre estudantes universitários, especialmente para fins de aprimoramento cognitivo. O estudo destaca que o uso não prescrito desse medicamento apresenta riscos à saúde, como dependência, problemas neurológicos, cardiovasculares e psiquiátricos. Não há comprovação científica de que o metilfenidato melhorou o desempenho cognitivo de indivíduos saudáveis, e seu uso pode acarretar efeitos adversos prejudiciais
Psicofármacos para Quem? Os Riscos e Benefícios de Sua Utilização	Mendes et al. (2023)	O artigo visa conscientizar sobre os riscos do uso de psicofármacos sem prescrição e acompanhamento profissional, além de informar sobre os benefícios para os pacientes que realmente afetam esses medicamentos.	Uma pesquisa realizada revelou que a maioria dos participantes (69,3%) não utiliza psicofármacos, sendo que 77,9% deles nunca tiveram prescrição médica. Entre os que fazem uso, 58,2% o fazem regularmente, conforme prescrição. A pesquisa indicou uma conscientização positiva sobre os riscos e benefícios do uso de psicofármacos, com 83,22% dos entrevistados afirmando que buscam informações sobre o tema. A palestra realizada teve boa facilidade, com feedbacks positivos dos participantes, deixando que o objetivo de conscientização foi progresso com sucesso
Automedicação de Psicofármacos Entre Estudantes Universitários de Odontologia e Medicina	Araujo; Ribeiro; Vanderlei (2021)	Avaliar o uso de psicofármacos entre estudantes de medicina e odontologia de duas instituições de ensino superior	36,7% dos estudantes relataram uso de psicofármacos ao longo da vida, e 14,7% no último mês. As classes mais usadas foram ansiolíticos, antidepressivos e psicoestimulantes. 37,2% dos estudantes obtiveram os medicamentos sem prescrição médica. Estudantes de medicina tiveram maior consumo de psicoestimulantes, enquanto os de odontologia usaram mais ansiolíticos

Medicalização da Subjetividade e Fetichismo Psicofármaco: Uma Análise dos Fundamentos	Oliveira; Cavalcanti; Ericson (2024)	Analisar a medicalização da subjetividade e o fetichismo dos psicofármacos, destacando como esses fenômenos se inserem no contexto da sociedade capitalista, com foco nas bases fundamentais e na crítica do modelo biomédico e psiquiátrico predominante	A análise demonstrou que o modelo capitalista impõe uma terapêutica fetichizada, onde os psicofármacos são tratados como soluções centralizadas para o sofrimento psíquico. O artigo sugere que essa epidemia de drogas psiquiátricas reflete a medicalização da vida, criticando a redução da subjetividade ao biológico e a aliança entre a psiquiatria e a indústria farmacêutica. O trabalho também busca contribuir para práticas terapêuticas mais humanizadas e críticas, alinhadas ao movimento antimanicomial
O uso de psicofármacos entre universitários	Mota (2023)	Compreender os impactos do uso de psicofármacos entre universitários, através de uma revisão narrativa da literatura.	Saúde mental no âmbito universitário. A vida acadêmica e a utilização de psicofármacos. Consequências do uso de psicofármacos entre universitários. O estudo enfatiza a necessidade de criar estratégias eficientes dentro das universidades para aliviar o sofrimento dos estudantes e melhorar seu bem-estar e qualidade de vida

3. RESULTADOS

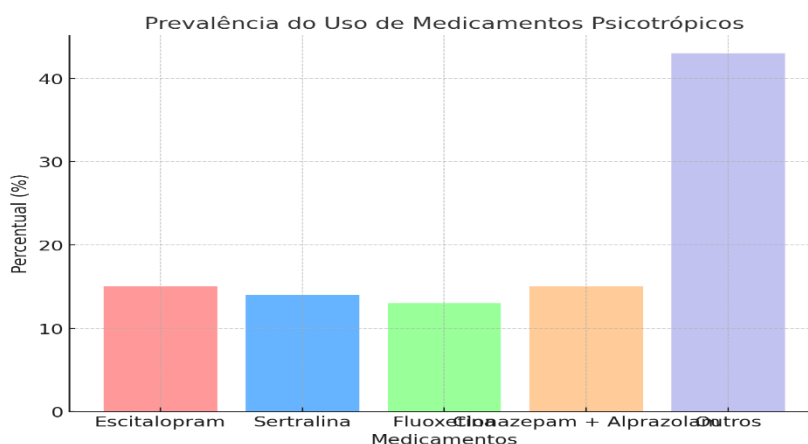
Os resultados do presente estudo, indicam que existem um aumento sugestivo pela procura de psicoestimulantes durante o período de ingresso no curso superior, pois há uma mudança de rotina que afetava a vida dos acadêmicos, o outro período seria o fim da graduação, que há um reforço de pressão para entrada no mercado de trabalho e qualificação profissional, o que corrobora para o uso do mesmo (Medeiros; Barbosa, 2017).

Os fármacos estimulantes cerebrais têm a capacidade de aumentar o estado de alerta e a motivação, além de possuírem propriedades antidepressivas, melhora no humor e no desempenho cognitivo. Esses medicamentos têm sido procurados principalmente por jovens universitários com o objetivo de sanar a privação de sono, aumentar a concentração e conseguir ter mais carga horária no estudo para conseguirem chegar no seu objetivo.

Outras classes medicamentosas comumente usados são: ansiolíticos com enfoque nos benzodiazepínicos, que possuem propriedades sedativas, gera calma e sonolência, logo, induz ao sono e ao rebaixamento no nível da consciência, e os antidepressivos que são medicamentos que atuam no sistema nervoso central (SNC) para tratar a depressão e outros transtornos mentais. Esses fármacos ajudam a reduzir os sintomas depressivos como tristeza, falta de concentração e energia, falta de interesse em atividades do dia a dia, alterações no sono e no apetite (Wilkon, 2021).

Em uma pesquisa realizada em uma universidade pública localizada no estado do Paraná foram encontrados dados de uso desses psicotrópicos por universitários, sendo os mais comuns na classe de ansiolíticos Escitalopram (15%), Sertralina (14%) e Fluoxetina (13%), os Benzodiazepínicos também foram delimitados como um uso comum, já que o clonazepam e alprazolam somavam juntos cerca de 15 % de uso (Bauchrowitz, 2019 apud Wilkon, 2021).

Figura 1: Gráfico de barras com a prevalência do uso de medicamentos



4. DISCUSSÃO

Ressalta-se que o uso de psicofármacos e psicoestimulantes deve ser prescrito por um médico, de preferência um psiquiatra ou neurologista após uma avaliação com o paciente. Além disso, para a posologia deve seguir a recomendação médica descrita na receita. Os fármacos: Escitalopram, Fluoxetina, Sertralina são antidepressivos do tipo ISRS (inibidor seletivo da recaptação de serotonina) são medicamentos mais caros e normalmente têm o prazo de 3 a 4 semanas para início dos efeitos. Em contrapartida, os benzodiazepínicos: Clonazepam e Alprazolam (potencializam o efeito depressivo do GABA, principal neurotransmissor inibitório, diminuindo a atividade cerebral), tem a vantagem de serem mais baratos e ter o efeito imediato, porém, tem maior risco de dependência, depressão respiratória, tolerância a dosagem entre outros efeitos colaterais.

Logo, é nítido que ainda existem farmácias que vendem medicamentos sem prescrição médica, infringindo a portaria de número 344/1998 do Ministério da Saúde que regulamenta a venda e a entrega de medicamentos controlados no Brasil. A portaria estabelece critérios para a venda de medicamentos controlados.

Quando se faz o uso sem acompanhamento dos psicofármacos, os mesmos podem acarretar consequências negativas para a saúde mental dos estudantes, bem como para sua vida

acadêmica e social (Mota, 2023). Esses medicamentos usados sem acompanhamento tendem a atingir o sistema nervoso central, afetando comportamento, percepção e consciência de quem os usa, assim, interferindo negativamente no desempenho acadêmico. Além disso, o uso dessas substâncias podem causar comprometimento da memória, insônia, tolerância e dependência (Araújo, 2021).

Segundo Luna et al. (2018), os efeitos colaterais podem ser graves incluindo agitação e problemas de concentração. O metilfenidato (Ritalina), um estimulante que é frequentemente usado por estudantes para a melhora da concentração, pode causar dependência, fadiga extrema e distúrbios do sono após o uso prolongado. Além disso, há riscos de complicações cardiovasculares, alucinações e até comportamentos suicidas em casos de uso contínuo e abusivo.

Esses estudos citados acima deixam claro que os psicofármacos podem oferecer alívio temporário, mas uso inadequado traz riscos graves, por tanto é imprescindível que o uso de fármacos seja somente com receita médica. É fundamental que os estudantes sejam orientados adequadamente e tenham suporte profissional para lidar com os desafios da vida acadêmica de forma saudável.

Também é constatado um uso maior de psicofármacos pelo sexo feminino, faz-se decorrente da pressão sofrida pelas mulheres que é uma luta que se estende por séculos. A sociedade impõe que a mulher tem que cuidar da casa, dos filhos e tem uma menor presença em cargos de poder, logo as mulheres acabam sofrendo um abuso muito grande no mercado de trabalho, devido a pressão que se é concedido ao sexo feminino. Para Nogueira e Siqueira (2017), o nível de saúde mental é mais baixo entre mulheres, principalmente as que praticam pouca atividade física ou que possuem dificuldades socioeconômicas. Fesh et al (2020) buscaram avaliar a prevalência e fatores associados ao episódio depressivo maior em universitários, com ênfase na influência do meio acadêmico, área de estudo escolhida e ambiente onde o universitário está inserido. Identificaram que a maior frequência de adoecimento está no sexo feminino, de idade entre 21 e 23 anos, com histórico familiar de depressão, orientação sexual homoafetiva ou bissexual, que moravam com amigos e colegas, e cursam graduação na área de humanas.

A prática de se automedicar, não só traz efeitos colaterais físicos difíceis de lidar, como desconsidera a complexidade situacional da saúde mental, e ainda perpetua a visão medicalizadora e biologicista, retirando-a da subjetividade do sujeito em sofrimento, trazendo uma perspectiva distorcida de como cuidar da saúde mental. Esse fenômeno reflete não apenas

a busca individual por alívio de sintomas, mas também um contexto social e cultural que valoriza soluções rápidas e imediatas para problemas complexos de saúde mental.

A falta de supervisão médica na utilização desses fármacos pode resultar em diagnósticos errôneos e no agravamento de condições subjacentes, uma vez que os indivíduos podem não ter o conhecimento necessário para avaliar a gravidade de seus sintomas ou a adequação do tratamento. Levando em conta as diversas forças sociais, econômicas e culturais que influenciam as práticas de saúde mental, é essencial que se promova uma conscientização sobre os riscos que a automedicação pode trazer, não apenas em termos de efeitos colaterais e dependência, mas também em relação à forma como isso pode desumanizar a experiência do sofrimento psíquico.

Além disso, é de suma importância incentivar abordagens terapêuticas que considerem a totalidade do ser humano, reconhecendo que cada pessoa é um ser complexo, com uma história de vida única, e que o cuidado deve ir além da procura por medicamentos. Isso significa integrar aspectos psicológicos, sociais e biológicos, e, acima de tudo, valorizar a escuta ativa e o cuidado genuíno na relação entre profissionais da saúde e pacientes. Essa conexão humana é fundamental para que os indivíduos se sintam acolhidos e compreendidos em suas lutas. Ao adotar essa perspectiva, não é para apenas desafiar à lógica da medicalização que muitas vezes reduz a experiência humana a meros diagnósticos e tratamentos, mas também buscar resgatar a dignidade e a complexidade de cada pessoa em sua busca por saúde e bem-estar. Dessa forma, reconhecendo que a saúde mental é um campo que exige sensibilidade e um olhar atento às nuances da vida humana (Oliveira et al., 2024).

Em síntese, foi evidenciado que uso dos psicofármacos está sendo feitos em uma crescente abundância, principalmente em momentos decisivos na vida acadêmica dos universitários, apesar dos efeitos benéficos temporários relatados, como aumento da concentração e desempenho cognitivo, o uso desregulado desses medicamentos, sem a devida orientação médica, apresenta riscos significativos para a saúde física e mental, além de contribuir para a medicalização do sofrimento psíquico.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante do que foi apresentado neste estudo, é notável que há um uso exacerbado de psicofármacos, tal qual o Escitalopram e os benzodiazepínicos como Clonazepam e Alprazolam que tem maior prevalência na automedicação, causando diversos efeitos colaterais, sendo alguns deles como tontura, cansaço, sonolência ou insônia, dor de cabeça e confusão mental.

Segundo Araújo, 2021, a maior parte dos estudantes têm consciência que o uso da medicação sem prescrição pode ter efeitos colaterais, aos quais podem ser prejudiciais e ainda assim se submetem ao uso. Esse uso é preocupante por todos os fatores supracitados, contudo também levanta preocupações significativas sobre a medicalização da vida e a construção social do sofrimento psíquico. A crescente demanda por psicofármacos, impulsionada por campanhas de marketing da indústria farmacêutica e pela busca de alívio imediato para sintomas emocionais, tem levado muitos indivíduos a recorrerem a esses medicamentos sem a devida orientação médica (Oliveira et. al., 2024).

A prática do uso indevido dos psicofármacos se mostra alarmante entre os estudantes universitários. Ao longo dessa revisão, foi notado que há uma prevalência maior dessa prática em mulheres, e ainda devido a vida acadêmica e suas demandas foi associado a pressão por desempenho, alta carga de estudos, preocupação com o futuro e fatores pessoais ligados à automedicação, para que haja uma solução rápida para tratar a ansiedade, o estresse, a depressão e a falta de concentração para lidar com os fatores mostrados acima.

Além disso, essa procura por resoluções rápidas pode levar a riscos para a saúde, a utilização inadequada dos medicamentos ansiolíticos, antidepressivos e psicoestimulantes sem prescrição médica, tem a possibilidade de provocar a dependência, alterações de humor, agravamentos de condições pré-existentes e os surgimentos de danos colaterais físicos como danos hepáticos ou cardiovasculares. Esse uso de forma frequente também pode mascarar sintomas que precisam de intervenções mais profundas e cuidadosas, prolongando o sofrimento psicológico do estudante.

Com este cenário no meio acadêmico se vê a necessidade das instituições implantarem planos de ação mais concretas, reconhecendo o papel da saúde mental no desempenho acadêmico e no bem-estar geral dos estudantes, tendo o acolhimento e suporte psicológico, aliado a políticas educacionais para que os estudantes tenham o entendimento dos perigos e efeitos colaterais que a prática do uso de psicofármacos traz, assim, havendo um ambiente equilibrado e saudável, para que possa ter uma redução no impacto negativo da pressão causada pela universidade.

Portanto, diante do que foi discutido nesta pesquisa, torna-se essencial oferecer maiores informações sobre a automedicação e seus efeitos colaterais a longo e curto prazo. Sendo importante discutir com a sociedade a pressão que se é imposta aos jovens, para que assim, eles consigam perpassar pela graduação e desfrutar melhor durante esse período tão perplexo de desafios.

REFERÊNCIAS

- AQUINO, Daniela Silva de; BARROS, José Augusto Cabral de; SILVA, Maria Dolores Paes da. A automedicação e os acadêmicos da área de saúde. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 15, p. 2533-2538, 2010.
- ARAUJO, Aida Felisbela Leite Lessa; RIBEIRO, Mara Cristina; VANDERLEI, Aleska Dias. Automedicação de psicofármacos entre estudantes universitários de odontologia e medicina. **Revista Internacional de Educação Superior**, v. 7, p. e021037-e021037, 2021.
- ARAÚJO, Ellen Oliveira et al. O aumento do uso de antidepressivos e ansiolíticos pós-pandemia e seus impactos. **Psicologia e Cultura: Abordagens, reflexões e implicações da psicologia na sociedade contemporânea**. v. 1. Brasília: Editora e-Publicar, 2023.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Portaria Nº 344, de 12 de Maio de 1998. **Dispõe sobre o regulamento técnico sobre substâncias e medicamentos sujeitos a controle especial**. Diário Oficial da União, Brasília, DF, 12 mai 1998.
- FEODRIPPE, André Luiz Oliveira; BRANDÃO, Maria Carolina da Fonseca; VALENTE, Tânia Cristina de Oliveira. Qualidade de vida de estudantes de Medicina: uma revisão. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 37, n. 03, p. 418-428, 2013
- FERREIRA, Rubens Rezende et al. A saúde mental dos estudantes de medicina: uma revisão integrativa. **Research, Society and Development**, v. 12, n. 3, p. e14912339975-e14912339975, 2023.
- LEÃO, Andrea Mendes 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**, v. 42, n. 4, p. 55-65, 2018.
- LIMA, Gabriela Oliveira et al. A Relação entre o Ensino Superior e a Saúde Mental dos Estudantes: Uma Visão Analítico-Comportamental. **TCC-Psicologia**, 2019.
- LUNA, Ilanna Sobral et al. Consumo de psicofármacos entre alunos de medicina do primeiro e sexto ano de uma universidade do estado de São Paulo. In: **Colloquium Vitae**. ISSN: 1984-6436. 2018. p. 22-28.
- MEDEIROS, Jefferson Marlon; BARBOSA, Andreza Guedes. Uso não prescrito de cloridrato de metilfenidato entre estudantes universitários. **Revista de Pesquisa Interdisciplinar**, v. 2, 2017.
- MELO, José Romério Rabelo et al. Automedicação e uso indiscriminado de medicamentos durante a pandemia da COVID-19. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 37, n. 4, p. e00053221, 2021.
- MENDES, Ana Lourdes Cambraia et al. Psicofármacos para quem?:: Os riscos e benefícios de sua utilização. **Revista Projetos Extensionistas**, v. 3, n. 2, p. 10-29, 2023.

MINCOFF, Raquel Cristina Luis; ALMEIDA, Renan Barretos; JESUS, Matheus Vieira. Uso de psicoestimulantes por acadêmicos de medicina: uma revisão integrativa. **Revista Uningá**, v. 55, n. 4, p. 177-186, 2018.

MORAES, Lucas Grobério Moulim et al. **Revista da Sociedade Brasileira de Clínica Médica**, São Paulo, v. 16, n. 3, p. 167-170, jul.-set. 2018.

MOTA, Bruna Tiburtino Leite. **O uso de psicofármacos entre universitários**. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Enfermagem) – Faculdade de Educação e Ciências da Saúde, Centro Universitário de Brasília (CEUB), Brasília, DF, 2023. Orientador: Prof. Dr. Roberto Nascimento de Albuquerque. Disponível em: <<https://repositorio.uniceub.br/jspui/bitstream/prefix/16989/1/21910051.pdf> > Acesso em 05 de nov. 2024.

NASÁRIO, Bruna Rodrigues; MATOS, Maria Paula P. Uso não prescrito de metilfenidato e desempenho acadêmico de estudantes de medicina. **Psicologia: Ciência e Profissão**, v. 42, p. e235853, 2022.

OLIVEIRA, Jarbas; CAVALCANTI, Fillipe; ERICSON, Sóstenes. Medicalização da subjetividade e fetichismo psicofármaco: uma análise dos fundamentos. **Saúde e Sociedade**, v. 33, n. 1, p. e220833pt, 2024.

SOUZA, Marcela Tavares de; SILVA, Michelly Dias da; CARVALHO, Rachel de. Integrative review: what is it? How to do it?. **Einstein (São Paulo)**, v. 8, p. 102-106, 2010.

WILKON, Nickson Willian Vedigal; RUFATO, Fabrício Duim; DA SILVA, Willian Rufato. O uso de psicofármacos em jovens universitários. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 17, p. e79101724472-e79101724472, 2021.