

# A homeopatia como alternativa no uso indiscriminado de psicotrópicos em cidades do Vale do Paraíba

**ANDRÉ LUIZ DOS SANTOS GONÇALVES**

**EDUARDA GARCIA BIONDI RAMOS**

**MARIANA GONÇALVES DE OLIVEIRA SANTOS PRADO**

**MARIANE ZAPPA MEIRELES\***

Centro Universitário Teresa D'Ávila (UNIFATEA)

## Resumo:

A utilização de psicotrópicos por conta própria vem aumentando nos últimos anos, tornando-se um meio de fugir da realidade, dos sofrimentos naturais e mudanças ao longo da vida, colocando a vida da população em risco. Na literatura a terapia homeopática demonstrou ser altamente eficaz para transtornos psíquicos com menos efeitos colaterais, diminuindo o risco inerente da automedicação de psicotrópicos. O estudo busca identificar o grau de utilização dos psicotrópicos pela população, como automedicação e identificar o grau de conhecimento da população em relação ao uso e benefícios da homeopatia, como uma alternativa ao uso de psicotrópicos. Foi utilizado um questionário de 8 questões de forma online pelo google forms em um grupo de 100 participantes. O estudo demonstrou que 30% dos entrevistados estão se automedicando e colocando suas vidas em risco e que 53% conhecem a prática homeopática, sendo que dessa porcentagem, 48% não utiliza ou nunca utilizou essa prática.

**Palavras-chave:** Psicotrópico; Homeopatia; Automedicação.

## Abstract:

The self-medication with psychotropic drugs has increased over the past years, becoming an option to escaping reality, suffering and changes in life. This practice is putting people's health at risk. According to the literature, the homeopathy has been shown to be highly effective for psychological disorders, with fewer side effects and reducing self-medication risks. The purpose of the present study is to evaluate the use of psychotropic drugs by people who self-medicate. Additionally, identify people's knowledge about the benefits of homeopathy, as an alternative to psychotropic drugs. The data collection tool was a virtual questionnaire on Google Forms, consisting of 8 questions. In total, 100 individuals participated. The survey revealed that 30% of respondents self-medicate, 53% have knowledge about homeopathy, and 48% do not use or have never used this practice.

**Keywords:** Psychotropic; Homeopathy; Self-medication.

---

\* mzappafferreira@gmail.com

## **INTRODUÇÃO**

Todos os dias dificuldades cruzam o nosso caminho e somos obrigados a enfrentá-las sejam, brigas, problemas no trabalho, com a família, pandemia e doenças. Essas mudanças e a forma como reagimos a estas situações, muitas vezes podem produzir um quadro negativo e cada indivíduo reage a esta situação de maneira diferente, muitas vezes acabam adotando o uso de substâncias psicoativas, com intuito de obter uma melhora rápida dessas dificuldades.

O objetivo principal dos medicamentos psicotrópicos, é o tratamento de pessoas em sofrimento psíquico, porém, podendo ser prescritos e utilizados para outras situações. Alguns estudos mostram que os ansiolíticos são os mais consumidos por adultos, seja por motivo de estresse, depressão, ansiedade, insônia, entre outros (NASARIO et al., 2015).

Os medicamentos psicotrópicos são substâncias que atuam diretamente no sistema nervoso central (SNC), capazes de produzir diferentes alterações comportamentais. De um modo geral, são prescritos para indivíduos que sofrem de transtornos emocionais e psíquicos ou algum problema que afeta o funcionamento da mente (MOURA et al., 2016).

Em relação aos efeitos adversos, são inúmeros os sintomas relatados. Dias et al. (2011) mencionam a queda no rendimento, na memória, atenção, força e potência muscular. Os autores afirmam também que “um dos principais motivos do consumo irracional é a busca do fortalecimento da capacidade individual e coletiva no enfrentamento das frustrações do cotidiano”.

Hyman (2016) adverte ainda que os efeitos adversos são na maioria dos casos,

irreversíveis, contudo, muitas vezes não são percebidos a longo prazo, o que leva ao uso cada vez mais recorrente.

Todavia, o uso indiscriminado de tais substâncias vem mascarando sua real função, sendo utilizadas para camuflar e, conforme Silva (2009), fugir da realidade, dos sofrimentos naturais e das mudanças que o corpo e a psique passam ao longo da vida.

Para Santana et al. (2008), a homeopatia permite um olhar diferenciado ao paciente, estreitando um vínculo maior entre médico e paciente, colaborando para uma eficiência maior do tratamento.

De acordo com, Guimarães (2021) que realizou diversos levantamentos sobre o uso da homeopatia no tratamento de depressão no Brasil, pode concluir que, é notória a necessidade de mais estudos que comprovem a eficácia do tratamento homeopático da depressão visto, que o seu uso traz benefícios duradouros ao usuário sem que haja efeitos adversos ou quaisquer tipos de males associados ao seu uso.

Segundo Lacerda et al. (2002), há uma parcela crescente da população apresentando sinais de adoecimento psicossocial, apresentando um conjunto de sintomas e síndromes indefinidas, como depressão, ansiedade, síndrome do pânico, entre outras.

Para Miranda (2016) temos um desafio em resgatar a boa prática médica, oferecendo tratamento de qualidade e diversificado. Inserindo as terapias complementares na prática diária da atenção primária à saúde, onde o paciente é acolhido, avaliado e direcionado a terapias menos agressivas, melhorando a qualidade de vida e percepção da doença, sem deixar de lado os protocolos clínicos vigentes.

O presente estudo busca identificar o grau de utilização dos psicotrópicos pela população, como automedicação, a fim de reduzir essa prática incorreta, identificar o grau de conhecimento da população em relação ao uso e benefícios da homeopatia, como uma alternativa ao uso de psicotrópicos, para a redução dos casos de intoxicações, dependência e riscos à saúde humana, junto ao público-alvo.

## METODOLOGIA

O público-alvo do presente estudo foram adultos de ambos os sexos, a partir de 18 anos, residentes em cidades do Vale do Paraíba.

Os critérios para inclusão e exclusão, foram apenas idade superior a 18 anos e residir em cidades do Vale do Paraíba, optamos por um estudo qualitativo no qual utilizamos como instrumento, para o levantamento de dados, um questionário contendo 8 questões quantitativas e qualitativas, assim buscamos identificar as opiniões que podem ter relação direta ou indireta com o objetivo deste estudo.

O questionário foi submetido ao Comitê de Ética em 30/03/2022 obtendo aprovação em 03/04/2022 com o parecer CAAE: 56632422.5.0000.5431.

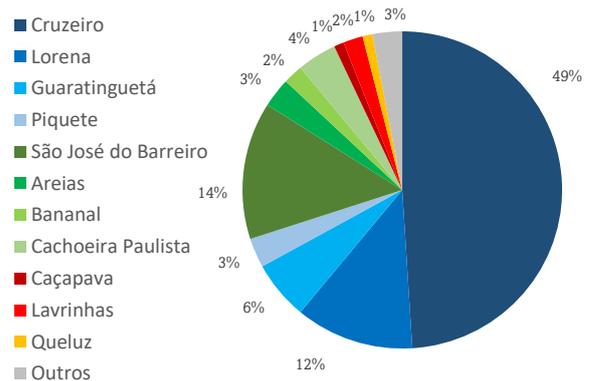
Após aprovação do comitê de ética o questionário foi entregue via internet aos participantes do estudo através de um formulário do google formulários, sendo informados sobre o objetivo e a metodologia da pesquisa, após aceitarem o “Termo de Consentimento Livre e Esclarecido”, o questionário foi aplicado, e em seguida, foi recolhido os dados para análise e descrição dos resultados.

## RESULTADOS E DISCUSSÕES

A pesquisa analisou os resultados dos gráficos obtidos do questionário de 8 perguntas, no entanto a questão 6 foi excluída por trazer respostas que não perfazem os critérios para a tabulação dos resultados.

Esse questionário foi aplicado com um grupo de 100 pessoas que respondeu aos questionamentos acerca do uso indiscriminado dos psicotrópicos que podem prejudicar o paciente ao invés de melhora acentuada e responderam a questões da alternativa do tratamento com medicamentos homeopáticos.

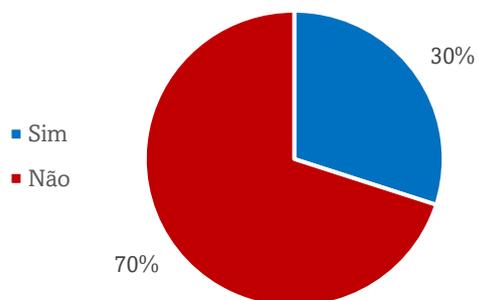
Para Pena (2016), embora o tratamento farmacológico seja o mais comumente utilizado, as terapias não farmacológicas vêm sendo amplamente estudadas, em particular os tratamentos homeopáticos, mudanças de hábitos de vida incluindo a prática regular de exercícios, técnicas para higiene do sono e de relaxamento muscular, psicoterapia, entre outros. Estas estratégias deveriam ser largamente usadas, ao invés da excessiva prescrição de psicotrópicos, que além de acarretar prejuízos para o próprio paciente, onera o sistema público de saúde, quando mal recomendado.



**Figura 1** – Localização dos participantes por cidade. Fonte: dos autores.

Analisa-se na Figura 1 do Gráfico, que a maior porcentagem de pessoas cerca de 49% se localiza na cidade de Cruzeiro. Isso demonstra o interesse desse grupo de pessoas em participar das pesquisas

acadêmicas, e do interesse pela temática considerada importante para a qualidade de vida das pessoas quanto de sua saúde. Todavia a Figura 2 a seguir demonstra o resultado percentual das pessoas que utiliza ou já utilizou os psicotrópicos sem a prescrição médica.



**Figura 2** – Utilização de psicotrópicos sem prescrição médica. Fonte: dos autores.

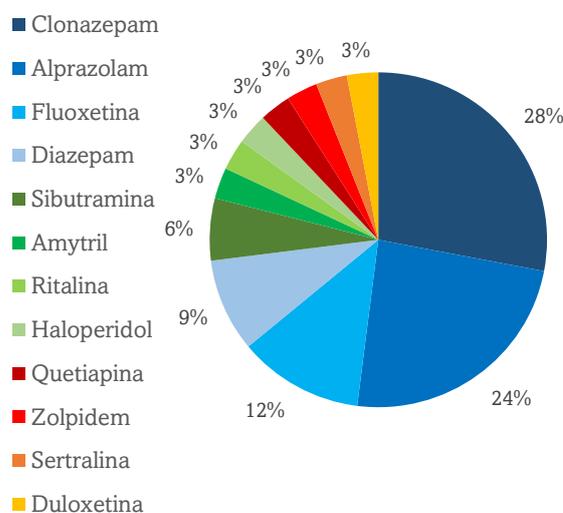
Na Figura 2 analisamos que 70% das pessoas que responderam felizmente nunca utilizaram ou utilizam psicotrópicos sem a prescrição médica, todavia ainda atualmente existem pessoas que fazem uso dessa prática, com 30% das pessoas dizendo que se automedicaram com esse tipo de fármaco. Para essas pessoas é interessante se educarem quer seja mediante essa pesquisa ou por meio de outras fontes a utilizarem esses fármacos somente com a prescrição médica.

Na pesquisa de Pereira (2015), discute que o uso de psicotrópicos, por longos períodos sem indicação médica específica comprovadamente acarreta malefícios a longo prazo. Entretanto existe grande resistência por parte dos pacientes em sua retirada, em função do desconhecimento sobre os malefícios dos fármacos psicotrópicos, comodidade no acesso e medo do ressurgimento dos sintomas.

Todavia para Ramos et al. (2014) o amplo uso de medicamentos sem orientação médica, quase sempre acompanhado do desconhecimento dos malefícios que pode causar, é apontado como uma das causas destes constituírem o principal agente tóxico responsável pelas

intoxicações humanas registradas no país. Dessa forma, o uso indiscriminado de medicamentos tornou-se uma das grandes dificuldades enfrentadas pela saúde no âmbito mundial.

Analisamos na Figura 3 que os medicamentos mais utilizados pelos respondentes da pesquisa foram em primeiro lugar o Clonazepam com utilização ou já utilizaram 28% do número de participantes da pesquisa, e em segundo lugar com 24% de usabilidade o fármaco Alprazolam.



**Figura 3** – Medicamentos que mais utiliza ou utilizou. Fonte: dos autores.

Para Costa et al. (2020) o uso do Clonazepam vem aumentando nos últimos anos, mas apesar da sua segurança pelo seu alto índice terapêutico, seu baixo risco de toxicidade e raros casos de overdose, se usado por tempo prolongado pode gerar problemas como tolerância, dependência e até mesmo crises de abstinência durante a retirada do medicamento.

Na pesquisa de Costa et al. (2020) a busca por medicamentos que aliviem os sintomas de problemas de saúde mental e a falta de informações suficientes tem gerado um uso indiscriminado, trazendo como principal consequência a dependência.

De acordo com Ballone (2005) o efeito ansiolítico dos benzodiazepínicos está aparentemente relacionado com um

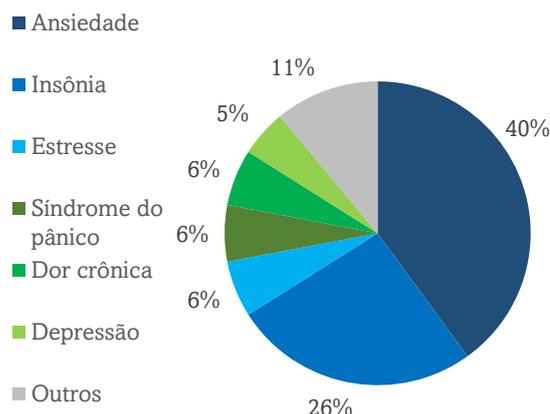
sistema de neurotransmissores denominado gabaaminérgico do sistema límbico, onde o ácido gama-aminobutírico (GABA) é um neurotransmissor com função inibitória, capaz de atenuar as reações serotoninérgicas responsáveis pela ansiedade.

Para Forsan (2010) os casos de dependência aos benzodiazepínicos que são relatados na literatura ou constatados na clínica, estão ligados diretamente ao uso prolongado e com doses mais altas do que o habitual. O autor afirma que se o benzodiazepínico não foi bem indicado e estiver sendo utilizado como paliativo de uma situação emocional não resolvida, como atenuante de uma situação vivencial problemática, pode levar a má interpretação de dependência e síndrome de abstinência.

Dentro desse contexto isso pode levar os indivíduos dessa pesquisa que utilizam ou utilizaram benzodiazepínicos sem prescrição médica, inevitavelmente aderir ao tratamento de forma equivocada, sendo suscetíveis a altas doses e uso prolongado sem prescrição, a fim de sanar ou diminuir os sintomas da ansiedade ou insônia, duas das principais causas respondidas pelos entrevistados.

Todavia o Gráfico da Figura 4 a seguir demonstra o motivo da utilização dos psicotrópicos pelas pessoas que participaram da pesquisa.

Na Figura 4 observa-se que 40% das pessoas utilizam os psicotrópicos não por problemas graves de saúde, mas sim por ansiedade, situação essa que pode ser resolvida com tratamento homeopático ou psicológico, e em segundo lugar o resultado aponta que 26% dos participantes utilizam por sentirem insônia.

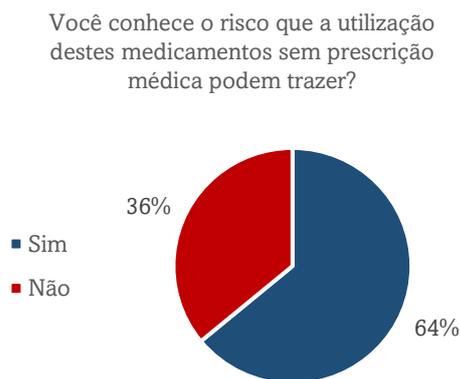


**Figura 4** – Motivo da utilização. Fonte: dos autores.

Na pesquisa de Fávoro et al. (2017), a utilização de ansiolíticos pela população muitas vezes ocorre de maneira abusiva. Este fato pode ocorrer devido a fatores como: erros em prescrições médicas, automedicação, dependência química e aumento das enfermidades relacionadas à psiquiatria. Entretanto, os efeitos dessas substâncias, decorrentes do seu uso crônico, por meses ou anos, podem resultar na dependência química do usuário, sendo que a abstinência prejudica severamente a sua vida social, devido à irritabilidade, à insônia excessiva, à sudorese, à dor no corpo a até mesmo às convulsões.

Para Cordioli (2019), a ansiedade está presente na maioria dos transtornos psiquiátricos, em muitos dos quais é um sintoma secundário. Entretanto, nos chamados Transtornos de Ansiedade, ela é a manifestação principal. Os benzodiazepínicos (BDZ), que no passado eram os medicamentos preferenciais para o seu tratamento vêm cedendo progressivamente o lugar para os antidepressivos. E o uso de psicoterapias mais tradicionais como a psicanálise e as terapias de orientação analítica vêm cedendo lugar à terapia cognitivo comportamental (TCC).

No entanto o Gráfico da Figura 5 a seguir ilustra o conhecimento dos riscos na utilização dos psicotrópicos por parte das pessoas que participaram da pesquisa.



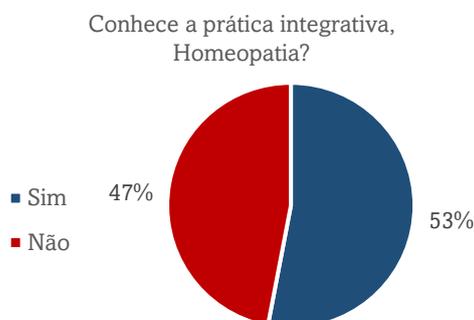
**Figura 5** – Risco na utilização dos psicotrópicos sem prescrição. Fonte: dos autores.

Analisa-se que os resultados da pesquisa demonstram que a maioria das pessoas participantes da pesquisa 64%, conhecem os riscos associados ao uso indevido dos psicotrópicos, sem a prescrição médica. No entanto apenas o conhecimento não quer dizer se a pessoa realmente utiliza o mesmo ou não, mas pode ser considerado um caminho que serve de alerta.

No estudo de Araújo et al. (2021), discute que essas substâncias, como todos os medicamentos, devem ser utilizadas de forma racional e com cautela, visto que o uso excessivo, prolongado e indiscriminado dos mesmos pode produzir diversos efeitos adversos, transtornos psíquicos e/ou somáticos e até morte, além de poder resultar também na dependência química ou física, sendo considerado, portanto, um problema de saúde pública.

Corroborando com esse contexto Fávero et al. (2017), diante dessas informações, é possível afirmar que o uso irracional de psicotrópicos pode trazer problemas associados à intoxicação, além de outros impactos sociais e econômicos como: dificuldades no desenvolvimento do aprendizado dos pacientes; aumento de investimentos em saúde pública destinado ao tratamento de pessoas com dependência química; prejuízo das relações familiares; e o incentivo ao consumo ilícito dessas substâncias.

Todavia uma das alternativas ao uso dos psicotrópicos como já desenvolvido nessa pesquisa se trata da Homeopatia, sobre essa questão o Gráfico da Figura 6 a seguir ilustra o conhecimento das pessoas sobre a prática da Homeopatia.



**Figura 6** – Conhecimento da prática homeopática. Fonte: dos autores.

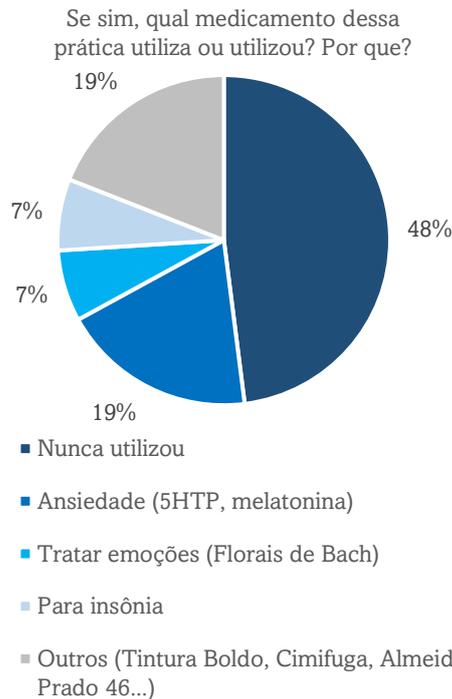
No Gráfico da Figura 6, vemos que a maioria dos participantes, ou seja, 53% das pessoas conhecem a prática da Homeopatia, esse resultado fortalece a educação e esclarecimento para a sociedade acerca dos benefícios que a homeopatia representa como alternativa ao uso dos psicotrópicos.

A homeopatia, no entanto, abraça o sistema de resposta natural do corpo ao encorajar os sintomas de cura ou atacar a causa raiz da doença. Baseia-se no princípio *similia similibus curantur*, ou seja, o tratamento se dá a partir da diluição e dinamização da mesma substância que produz o sintoma num indivíduo saudável.

Todavia o Gráfico da Figura 7, demonstra se os participantes procuraram esse tipo de tratamento da homeopatia com medicamentos.

Analisamos os resultados que apontam que 48% das pessoas não utilizam ou nunca utilizaram nenhum medicamento homeopático, e em segundo lugar o número de 19% utiliza para ansiedade, bem como 19% também utiliza alguns medicamentos como Boldo, Cimicífuga e Almeida Prado, no entanto, esses resultados demonstram a falta de conhecimento dos participantes,

pois apenas o almeida prado 46 é um medicamento homeopático.



**Figura 7** – Medicamentos que utilizou ou utiliza na homeopática. Fonte: dos autores.

É fundamental que seja feito um trabalho educacional no sentido de conscientizar as pessoas acerca do risco de se utilizar medicamentos psicotrópicos sem a prescrição médica, pois atualmente muitas pessoas ainda por falta de conhecimento utilizam e enfrentam riscos a sua saúde. A homeopatia pode solucionar alguns problemas de saúde não necessitando que psicotrópicos sejam utilizados.

De acordo com um estudo realizado com 152 alunos de um curso de medicina, Maia et al. (2019) demonstrou que a terapia homeopática para Transtorno de Ansiedade Generalizada se mostrou altamente eficaz e livre de efeitos colaterais inerentes ao tratamento com medicamentos alopáticos comuns para esse fim, ainda consideraram que a terapia pode ser associada com as medicações de outra natureza, não demonstrando interação medicamentosa e proporcionando não somente a cura física, como também o bem-estar a nível mental.

Para Filho (2008) a consulta homeopática tem por objetivo a intenção de pesquisar o significado da abrangência total do paciente e seu conhecimento de forma individualizada através dos sintomas por ele manifestados até o encontro do medicamento mais indicado, além da determinação da prescrição medicamentosa e das orientações gerais pertinentes ao caso. Desse modo muitas das causas que levaram a automedicação apresentadas pelos participantes, poderiam ter sido tratadas com medicações homeopáticas.

## CONCLUSÕES

A questão do uso de psicotrópicos para o tratamento de insônia depressão e outros problemas psiquiátricos, nos mostrou ser muito grave, pois 30% dos entrevistados estão se automedicando, colocando suas vidas em risco.

Os participantes que se automedicaram devem ser orientados a realizar uma avaliação com um profissional adequado, a fim de, descobrir a causa de seus problemas de saúde para um tratamento adequado, como por exemplo, homeopático. Levando em consideração que esse serviço é fornecido pelo SUS na região.

O farmacêutico tem grande responsabilidade em assumir o seu papel de comunicar, orientar e aconselhar clientes que buscam os psicotrópicos sem prescrição médica para solução dos seus problemas. Além de ser proibido por lei a dispensação do mesmo sem receita, o farmacêutico deve informar quanto ao risco, prevenção, e cuidados com a ingestão do mesmo.

A maioria dos participantes, ou seja, 53% das pessoas conhecem a prática da Homeopatia, porém os resultados da pesquisa apontam que dentre essas pessoas que conhecem 48% não utiliza ou nunca

utilizou nenhum medicamento homeopático, nos mostrando que a prática ainda é bastante rejeitada.

## REFERÊNCIAS

ARAÚJO, A. F.; RIBEIRO, M. C.; VANDERLEI, A. D. Automedicação de psicofármacos entre estudantes universitários de odontologia e medicina. *Revista Internacional de Educação Superior*, 7(19): 1-19: 2021.

BALLONE, G. J. *Psicofarmacologia para não Psiquiatras, Ansiolíticos*. 2005.

CORDIOLI, Aristides Volpato. *Psicofármacos nos transtornos mentais*. UFMG: Porto Alegre, 2019.

COSTA, R. C. A., TEIXEIRA, D, A., SILVA, M. H. O uso indiscriminado de clonazepam e a importância da assistência de enfermagem. *Revista Saúde dos Vales*. ISSN: 2674-8584 V.1 - N.1, 2020.

DIAS, J. R. F. Fatores predisponentes ao uso próprio de psicotrópicos por profissionais de enfermagem. *Revista de enfermagem*. Rio de Janeiro, 19(3): 445-451, 2011.

FÁVERO, Viviane Rosset. Uso de ansiolíticos: abuso ou necessidade? *Revista Visão Acadêmica*, 18(4), 2017.

FILHO A. R. *Conhecendo o Repertório e a Semiologia Homeopática – 2ª edição*. Editora Organon. 2008.

FORSAN, M. A. O uso indiscriminado de Benzodiazepínicos: Uma análise crítica das práticas de prescrição, dispensação e uso prolongado. Trabalho de conclusão de curso. UFMG. Minas Gerais. 2010.

GUIMARÃES, N. K. N. *Uso da homeopatia no tratamento de depressão no Brasil: uma revisão narrativa*. UFAM. Amazonas. 2021.

HYMAN, S. E. Efeitos colaterais tóxicos dos medicamentos psicotrópicos e seu manejo. In: *Manual de emergências psiquiátricas*. 3.ed. São Paulo: Artemed, 2016.

LACERDA, E. C., LOBO, L. C., GUIMARÃES, L. Homeopatia no tratamento da ansiedade. *Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação*. São Paulo, 7(9): 731-755. 2002.

MAIA, J. G., MARQUES, L. F., NICO, R. P., NUNES, V. S. Utilização da terapia homeopática no tratamento de pacientes com transtorno de ansiedade generalizada. *Revista Espera Acadêmica Saúde*. 4(1):38-44 . 2019.

MIRANDA, M. V. A homeopatia no tratamento das doenças mentais na atenção básica. São Paulo. 2016.

MOURA, D. C. M. Uso abusivo de psicotrópicos pela demanda da estratégia saúde da família: revisão integrativa da literatura. *Sanare: revista de políticas públicas Sobral*, 15(2):136-144, 2016.

NASARIO, M., SILVA, M, M. O consumo excessivo de medicamentos na atualidade. 2015.

PENA, Yamila Fernandes. Proposta para abordagem sobre o uso indiscriminado de psicofármacos na atenção primária em saúde. Universidade Federal do Triângulo Mineiro: Uberlândia, 2016.

PEREIRA, Cíntia Braga Silva. Prescrição indiscriminada de psicotrópicos: análise das causas e consequências dessa prática na cidade de luminárias – Minas Gerais. UFMG: Campos Gerais, 2015.

RAMOS, P. J. SOARES, L.; HOEPFNER, L.; KRUGER, K. E.; GUTTERVIL, M. L.; TONINI, K. C.; DEVEGILI, D.A.; ROCHA, E. R.; VERDI, F.; DALFOVO, D.; OLSEN, K.; MENDES, T.; DERETTI, R.; SOARES, V.; LOBERMEYER, C.; MOREIRA, J.; FERREIRA, J.; FRANCISCO, A.. Riscos da automedicação:

tratando o problema com conhecimento.  
Univille, 2014.

SANTANNA, C.; HENNINGTON, E. A.;  
JUNGES, J. R. Prática Médica Homeopática e  
Integralidade. *Interface – Comunicação,  
Saúde, Educação, São Paulo*, 12(25):.233- 246,  
2008.

SILVA, D. M. C. Avaliação do consumo de  
medicamentos psicotrópicos no município de  
Pacatuba. *Fapan.n.52, Fortaleza*. 2009.