

AUTOMEDICAÇÃO: UM ALERTA SOBRE OS RISCOS E DANOS DESSA PRÁTICA

DA SILVA, Gabriely Braz¹
RIBEIRO, Ana Carolina Reis¹
ROBLES, Pedro Guilherme Sousa¹
ROSA, Raphaela Zuqui¹
MACHADO, Thiago Pereira²

¹ Graduandos do curso de psicologia da Faculdade Multivix Cachoeiro de Itapemirim-ES, gabriellybrazds@gmail.com; anacarolinareisribeiro5@gmail.com; pedroguilhermerobles@gmail.com; raphazuquir@gmail.com

² Professor orientador: Doutor e Mestre em Psicologia Institucional PPGPSI/UFES. Docente da Faculdade Multivix Cachoeiro de Itapemirim-ES – thiagopmachadopsi@gmail.com

1 INTRODUÇÃO

Com o avanço dos estudos para diagnósticos especializados em transtornos mentais, também cresce a quantidade de psicofármacos para cada tipo específico de um funcionamento neural (Rocha, 2023). Os efeitos de cada remédio podem ter resultados diferentes para cada paciente, por isso é necessária uma avaliação prévia para saber qual medicamento e dosagem será ideal, visando melhorar a qualidade de vida do paciente (Anvisa, 2020).

No Brasil, atualmente, é possível notar um cenário no qual a maior parte da população não respeita o controle da medicação conforme prescrição médica, evidenciando que é “comum” o ato de decidir por conta própria o medicamento que o aliviará os sintomas (Silva, 2024).

Os psicofármacos sem prescrição médica estão sendo utilizados para aliviar os sintomas que o corpo apresenta. Nos primeiros sinais de ansiedade e dificuldades para dormir os indivíduos recorrem a automedicação, seja ela por vontade própria ou indicação de terceiros, sem antes compreender quais efeitos podem ser acarretados para suas vidas (Pelegri, 2003).

Com a facilidade de encontrar farmácias que vendem remédios sem prescrição médica aumenta ainda mais o ato de se medicar por conta própria (Cunha Júnior).

Entretanto, os efeitos que não são esperados acontecem com frequência, como o efeito rebote.

Medicamentos psicotrópicos administrados sem orientação médica pioraram os quadros sintomáticos e também causam dependência (Oliveira Santos, 2024). Pois atuam diretamente no cérebro modificando seu funcionamento, podendo ser útil e ajudar a regular o que está em déficit, ou se usado de forma indevida, pode modificar causando malefícios para a saúde mental do paciente (Andrade, 2004).

O peso da subjetividade instantânea na atualidade e as pressões do dia a dia carrega consigo pessoas psicologicamente exaustas e/ou sem tempo para lidar com suas próprias queixas da forma correta (Pelegri, 2003). Sendo este um dos principais motivos para justificativa da automedicação. A outra motivação é a insatisfação frente à saúde pública e privada no Brasil, seja pela demora ao buscar um atendimento, apatia médica ou o sentimento de descaso diante das queixas relatadas pelos pacientes (Naves, 2010).

O objetivo dessa revisão bibliográfica é trazer as informações sobre os motivos no qual as pessoas buscam saídas rápidas; os problemas do uso inadequado e automedicação dos psicofármacos; e quais malefícios o uso incorreto de psicofármacos pode acarretar na saúde física e mental do indivíduo.

2 MATERIAL E MÉTODOS

A pesquisa foi elaborada por meio de uma revisão bibliográfica, de caráter qualitativo. O objetivo foi selecionar um número menor de títulos, mas que fossem mais completos e contribuíssem para uma compreensão mais ampla sobre o tema.

Esse tipo de pesquisa tem caráter científico, pois busca explicações, reflexões e a produção de conhecimento (Zanella, 2006).

A escolha do tema ocorreu pela alta relevância social. Pois, é essencial alertar a população sobre os riscos da automedicação, uma vez que essa prática afeta todas as classes sociais e tem se tornado ainda mais comum com a influência das redes e dos meios digitais.

Para compor o trabalho, foram selecionados artigos explicativos e completos, encontrados nas bases de dados SciELO e Google Acadêmico. Esses materiais abordam diferentes pontos de vista sobre a automedicação, incluindo diferentes tipos de medicamentos, os riscos da automedicação e a busca por alívio rápido que leva muitas pessoas a se medicarem por conta própria.

As palavras-chave utilizadas na pesquisa foram: Automedicação; Automedicação e Psicofármacos; Uso excessivo de psicoativos; Uso abusivo de psicotrópicos; Subjetividade e Imediatismo. A partir disso, foi feita uma filtragem das obras, considerando como critérios de seleção: Textos que tratassem diretamente dos riscos da automedicação e do uso abusivo de psicofármacos; Estudos sobre causas que influenciam as pessoas a se automedicarem; Trabalhos confiáveis e revisados; Produções que conversassem com a realidade social brasileira e contribuíssem com o tema.

Ao final das seleções, foram selecionadas 11 obras para compor a revisão bibliográfica. Sendo assim, constatou que as publicações mais relevantes se concentram entre os anos de 2003 e 2025, o que mostra que o problema vem sendo discutido há bastante tempo e continua atual. Isso reforça a necessidade de abordar o tema, estimulando a criação de políticas públicas que informem a população sobre os riscos da automedicação e ampliem o acesso a serviços de saúde de qualidade, além de buscar compreender os aspectos que levam os indivíduos a realizarem essa prática.

3 DESENVOLVIMENTO

De acordo com o Ministério da Saúde, os psicoativos atuam no cérebro com a capacidade de modificar seu funcionamento, podendo mudar o humor, a capacidade cognitiva, e o comportamento (2023). As substâncias que são consideradas psicoativas nem sempre podem ser para benefícios, pois a nicotina também é considerada com psicoativo pois tem a capacidade de alterar o comportamento e humor de quem é fumante (Ministério da Saúde, 2023). Este trecho mostra o mesmo sentido de que nem todo remédio é medicamento, pois usado da maneira errada ele pode ser prejudicial.

Existe nos dias atuais uma necessidade excessiva do “ter”, as redes sociais estão criando uma falsa realidade dificilmente alcançada para os consumidores de conteúdo, os vídeos prazerosos e rápidos, a comparação, o consumismo, o excesso de informação, todos esses fatores têm causado ansiedade nos consumidores (Naves, 2010). A pressão cotidiana no trabalho, escola, família, todos esses estão exigindo mais do que o normal a produtividade excessiva, ser “bom” em tudo o que faz, tem que ter boas notas, exercício, dieta, vida social, vida virtual, tarefas rotineiras

tudo em ordem, ser produtivo no serviço, esta vida acelerada e tudo demais está criando uma massa de pessoas depressivas, ansiosas, com desgaste mental (Franco, 2010). Essa nova era do imediato não tem mais tempo e paciência para desacelerar, e quando começam apresentar os sintomas de que sua saúde mental está afeta apenas quem um remédio milagroso para poder melhorar logo (Pelegriani, 2003).

A insatisfação com o atendimento no Sistema Único de Saúde, insatisfação durante o tratamento, falta de empatia e escuta superficial dos médicos, demora para ser atendido e filas de espera gigantescas é o que gera a impaciência e falta de esperança em um tratamento digno para suas queixas, levando os pacientes a recorrerem métodos mais rápidos e que acreditam que serão eficazes (Naves, 2010).

O atendimento médico é comparado pelo público com o atendimento farmacêutico, onde a pessoa fala seus sintomas e em resposta tem um remédio de solução, então acham mais fácil ir diretamente na farmácia e procurar o remédio do que ir ao médico se consultar, já que o atendimento até mesmo em consultórios particulares não há atenção devida para o paciente, na visão do indivíduo que passa por esse situação, escutar de terceiros qual remédio ele tomou para melhorar os mesmos sintomas e poder ir diretamente comprar faz mais sentido e passa mais credibilidade do que ir ao médico (Naves, 2010).

As facilidades em obter informações sobre remédios na internet, e também a informações passada boca a boca de que “eu tomei esse remédio e melhorei” são as soluções imaginativas mais próximas que conseguem chegarem de resolverem seus sintomas, pois acreditam que se deu certo para o outro também dará certo para si (Naves, 2010). Mas o que não levam em consideração é que deve haver uma escuta antecipada do diagnóstico e do tratamento, onde será avaliado os antecedentes, contexto, queixas sintomáticas, antropometria, exames de rotina, todos esses fatores são avaliados para que o tratamento seja personalizado segundo suas necessidades (Andrade, 2004). A quantidade de farmácias que vendem remédios controlados sem receitas é muito grande, e isso acaba estimulando ainda mais a pessoa a ir diretamente ao balcão da farmácia e comprar seu remédio (Cunha Júnior).

O consumo de psicofármacos sem acompanhamento psiquiátrico ou psicológico causa danos inimagináveis, pois o remédio está servindo apenas para mascarar os sintomas, o medicamento não sabe curar a causa dos sintomas, então passado o efeito do remédio é provável que os sintomas sempre ressurgirão

novamente, e a pessoa certamente para sumir de novo com os sintomas irá tomar mais remédio, cria sua realidade a partir disso que não consegue mais viver sem seus remédios, assim entrando no estado de dependência, acredita que só fica bem se estiver tomando os remédios, até eles não servirem mais, perder o efeito, criando o período de que a pessoa dobre a dosagem por conta própria para ficar mais forte e fazer um efeito “melhor”, criando um outro risco de um intoxicação que pode levar muitas vezes a morte se não socorrida á tempo (Pelegri, 2003). Existe um outro perigo em que é reagido mais rápido das pessoas pararem de tomar, que são as reações alérgicas, outros efeitos colaterais que o remédio também pode trazer e a pessoa pela sua falta de conhecimento do remédio não gosta muito dos adversos que o remédio traz (Pelegri, 2003).

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Concluimos com esta revisão bibliográfica a necessidade de haver mais informativos sobre o uso abusivo de psicofármacos sem a prescrição, e também o funcionamento de cada remédio no cérebro para que entenda como age para sua melhora, salientar a população de que seu uso excessivo pode haver dependência e também piorar o quadro clínico.

Nossa revisão também enfatiza o funcionamento ruim que se encontra nosso sistema de saúde e a falta de esperança que está trazendo para a população.

Salientamos também nesta revisão a importância de haver mais informativos sobre os riscos que as pessoas correm agindo desta forma e tomando psicotrpicos sem orientação profissional ou de uso abusivo, o risco que correm de piorarem seu quadro, ter dependência, intoxicação, reação alérgica, entre outros. É de suma importância que o profissionalismo na área da saúde mental tenha mais rigor e atenção com sua população, pois o país se encontra em situação de que uma parte de seu povo está sofrendo com as pressões causadas pelo cotidiano e pela subjetividade criada através das redes sociais. O Ideal que está se formando na cabeça da população é inalcançável, e o imediatismo está adoecendo-os, e não existe fórmula mágica para isso.

5 REFERÊNCIAS

ANDRADE, M. de F.; ANDRADE, R. C. G. de; SANTOS, V. dos. Prescrição de psicotrpicos: avaliação das informações contidas em receitas e notificações.

Anais da X Mostra Científica da Faculdade Multivix Cachoeiro de Itapemirim, v.10, n.1, nov. 2025.



Revista Brasileira de Ciências Farmacêuticas, v. 40, n. 4, p. 471–479, out. 2004. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1516-93322004000400004>. Acesso em 10 out. 2025.

BRASIL. **Substâncias psicoativas**. Ministério da Saúde. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-brasil/glossario/substanciaspsicoativas>. Acesso em: 11 set. 2025.

BRASIL. **Uso racional de medicamentos: um alerta à população**. Agência Nacional de Vigilância Sanitária – ANVISA, 2020. Disponível em: <https://www.gov.br/anvisa/ptbr/assuntos/noticias-anvisa/2020/uso-racional-de-medicamentos-um-alerta-a-populacao>. Acesso em: 11 set. 2025.

FRANCO, T.; DRUCK, G.; SELIGMANN-SILVA, E. As novas relações de trabalho, o desgaste mental do trabalhador e os transtornos mentais no trabalho precarizado. **Revista Brasileira de Saúde Ocupacional**, v. 35, n. 122, p. 229–248, jul. 2010. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0303-76572010000200006>. Acesso em 10 out. 2025.

NAVES, J. de O. S. et al. Automedicação: uma abordagem qualitativa de suas motivações. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 15, p. 1751–1762, jun. 2010. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1413-81232010000700087>. Acesso em 10 out. 2025.

OLIVEIRA SANTOS, D.; BUENO, L. S.; PASSOS, S. G. de. Uso indiscriminado de psicotrópicos e o aumento das emergências psiquiátricas. *Revista JRG de Estudos Acadêmicos*, São Paulo, v. 7, n. 14, p. e141164, 2024. DOI: 10.55892/jrg.v7i14.1164. Disponível em: <https://revistajrg.com/index.php/jrg/article/view/1164>. Acesso em: 11 set. 2025.

PELEGRINI, M. R. F. O abuso de medicamentos psicotrópicos na contemporaneidade. **Psicologia: Ciência e Profissão**, v. 23, n. 1, p. 38–41, mar. 2003. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1414-98932003000100006>. Acesso em: 10 out. 2025.

ROCHA, A. L. A. et al. Uso de psicofármacos por profissionais da Atenção Primária à Saúde e fatores associados. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 72, n. 1, p. 29–36, jan. 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000399>. Acesso em 10 out. 2025.

SILVA, L. B. da; SANTOS, C. B. da S. dos; MESQUITA, A. O. D.; JESUS, R. de; BARBOSA, A. dos S. Automedicação e o uso indiscriminado de psicotrópicos entre jovens. **Revista Multidisciplinar em Saúde**, v. 5, n. 2, p. 12–19, 2024. DOI: 10.51161/integrar/rem/4203. Disponível em: <https://editoraintegrar.com.br/publish/index.php/rem/article/view/4203>. Acesso em: 11 set. 2025.

ZANELLA, L. C. H. et al. **Metodologia da pesquisa**. Florianópolis: SEAD/UFSC, 2006.

CUNHA JÚNIOR, L. A. R. **Automedicação: riscos e implicações**. Universidade Aberta do SUS (UNA-SUS). Disponível em:
<https://ares.unasus.gov.br/acervo/html/ARES/20612/1/Lu%C3%ADs%20Albe>

