



Compreendendo o uso de psicotrópicos entre estudantes de Enfermagem: perspectiva da Prevenção Quaternária


Amanda Bandeira Scopel¹

 <https://orcid.org/0009-0006-8603-056X>


Débora Bianca Surdi¹

 <https://orcid.org/0000-0003-4443-6247>

Andrea Noeremberg Guimarães¹

 <https://orcid.org/0000-0001-5425-7627>


Carine Vendruscolo¹

 <https://orcid.org/0000-0002-5163-4789>

Leila Zanatta¹

 <https://orcid.org/0000-0003-0935-4190>

Daiana Kloh Khalaf²

 <https://orcid.org/0000-0001-5770-7523>

Objetivo: conhecer a percepção de estudantes de graduação em Enfermagem e compreender os motivos que levam à utilização de psicotrópicos, na perspectiva da Prevenção Quaternária. **Metodologia:** pesquisa qualitativa descritivo-exploratória, realizada com 15 estudantes do curso de graduação em Enfermagem. As informações foram obtidas por meio de questionário e grupos focais, e interpretadas com base na Análise Temática. **Resultados:** dos participantes, oito universitários não utilizam medicamentos e sete são usuários. Emergiram quatro categorias: 1) Fatores que desencadeiam sofrimento psíquico nos universitários; 2) Sentimentos e fragilidades dos universitários frente ao uso de psicotrópicos; 3) Acesso aos psicotrópicos; e 4) Práticas que contribuem para a minimização do uso de psicotrópicos. **Conclusão:** sob a perspectiva da Prevenção Quaternária, a utilização, por vezes exagerada ou desnecessária, de psicotrópicos resulta no risco de hipermedicalização e adoecimento. O enfermeiro precisa estar ciente e tornar-se um agente promotor da Prevenção Quaternária.

Descritores: Prevenção Quaternária; Psicotrópicos; Estudantes de Enfermagem; Enfermagem.

Como citar este artigo

Scopel AB, Surdi DB, Guimarães AN, Vendruscolo C, Zanatta L, Khalaf DK. Understanding the use of psychotropic drugs among Nursing students: a Quaternary Prevention perspective. SMAD, Rev Eletrônica Saúde Mental Álcool Drog. 2025;21:e-215052 [cited ____/____/____]. Available from: _____.
<https://doi.org/10.11606/issn.1806-6976.smad.2025.215052>

Understanding the use of psychotropic drugs among Nursing students: a Quaternary Prevention perspective

Objective: to understand the perception of undergraduate Nursing students and the reasons that lead to the use of psychotropic drugs, from the perspective of Quaternary Prevention.

Methodology: descriptive-exploratory qualitative research, carried out with 15 undergraduate Nursing students. The information was obtained through a questionnaire and focus groups, and interpreted based on Thematic Analysis. **Results:** of the participants, eight university students do not use medication and seven are users. Four categories emerged: 1) Factors that trigger psychological distress in university students; 2) Feelings and weaknesses of university students regarding the use of psychotropic drugs; 3) Access to psychotropic drugs; and 4) Practices that contribute to minimizing the use of psychotropic drugs. **Conclusion:** from the perspective of Quaternary Prevention, the sometimes exaggerated or unnecessary use of psychotropic drugs results in the risk of overmedicalization and illness. The nurse needs to be aware and become an agent promoting Quaternary Prevention.

Descriptors: Quaternary Prevention; Psychotropic Drugs; Nursing Students; Nursing.

Comprender el uso de psicotrópicos entre estudiantes de Enfermería: una perspectiva de Prevención Cuaternaria

Objetivo: comprender la percepción de los estudiantes de grado en Enfermería y los motivos que llevan al uso de psicotrópicos, desde la perspectiva de la Prevención Cuaternaria. **Metodología:** investigación cualitativa descriptiva-exploratoria, realizada con 15 estudiantes de grado en Enfermería. La información se obtuvo por medio de un cuestionario y grupos focales, y se interpretó con base en el Análisis Temático. **Resultados:** de los participantes, ocho estudiantes universitarios no utilizan medicamentos y siete son consumidores. Surgieron cuatro categorías: 1) Factores que desencadenan malestar psicológico en estudiantes universitarios; 2) Sentimientos y debilidades de los estudiantes universitarios frente al uso de psicotrópicos; 3) Acceso a psicotrópicos; y 4) Prácticas que contribuyan a minimizar el uso de psicotrópicos. **Conclusión:** desde la perspectiva de la Prevención Cuaternaria, el uso, a veces exagerado o innecesario, de psicotrópicos resulta en riesgo de sobremedicalización y enfermedad. El enfermero necesita tomar conciencia y convertirse en agente promotor de la Prevención Cuaternaria.

Descriptores: Prevención Cuaternaria; Psicotrópicos; Estudiantes de Enfermería; Enfermería.

Introdução

A Prevenção Quaternária (P4) é reconhecida como a ação de detectar indivíduos em ameaça de uso irracional ou excessivo de medicação, desnecessárias intervenções clínicas e outras condutas demasiadamente invasivas, e protegê-las de ações dispensáveis, de modo a evitar malefícios iatrogênicos⁽¹⁾. Atualmente, a P4 na Atenção Primária à Saúde (APS) ganhou visibilidade no processo de trabalho em saúde, ao sinalizar alternativas éticas voltadas à qualificação da ação profissional, inclusive do enfermeiro. Nesse sentido, destaca-se que é preciso atenção em relação às ações preventivas que, por vezes, induzem ao dano, não consistindo em medidas aceitáveis ou justificáveis, ao estimular a sobremedicalização e os sobretratamentos. É com tais contornos que a P4 tem relação com a parte da medicalização social derivada do cuidado clínico-sanitário, ou seja, quanto mais P4, menor a medicalização excessiva, proveniente da ação profissional e institucional⁽²⁾.

No contexto da utilização indevida de substâncias, estudo aponta que universitários do curso de enfermagem, com índices de 22,0% a 31,8%, estão sujeitos a utilizarem, em grande demanda, medicamentos psicotrópicos⁽³⁾. Essa situação decorre de fatores desencadeantes do seu cotidiano, dentre eles, o fácil acesso a essas drogas. Durante o período de estudos, os universitários têm contato direto com diversos fármacos, além de conhecer e entender os mecanismos de ação de cada um, dentro e fora de suas atividades curriculares, favorecendo a aquisição desses medicamentos⁽⁴⁾.

Por vezes, os universitários utilizam essas substâncias devido às dificuldades para lidarem com os desafios da vida adulta, que é marcada por grandes transições emocionais e sociais, as quais causam incerteza e insegurança, pelas mudanças na rotina e a necessidade da independência profissional e financeira⁽³⁾. Especificamente, no caso de acadêmicos da área da saúde, como o curso de enfermagem, nota-se ainda que o mal-estar vivido por eles está vinculado a uma demanda por um desempenho acadêmico de excelência. Dessa forma, o uso de medicamentos psicotrópicos é uma maneira de aliviar o sofrimento e melhorar o desempenho acadêmico. Além disso, esse público tem mais acesso a tais substâncias, sofre pressão ao lidar com outros seres humanos em sua futura área de trabalho e vivência, desde a graduação, o ritmo desgastante e estressor da profissão⁽⁴⁾.

É fato que o uso de psicotrópicos proporciona disposição e prazer momentâneos, mas passado seu efeito, traz consequências físicas e psíquicas indesejadas. Ao mesmo tempo, o uso descontrolado, sem diagnóstico médico e terapêutica apropriada, expõe o usuário a riscos, que lhe afetam negativamente, além da família, amigos e coletividade⁽⁴⁾.

Portanto, viu-se a necessidade de debater e amplificar sobre o conhecimento do uso de psicotrópicos pelos universitários de um curso de enfermagem, correlacionando com a P4. Isso se faz necessário porque estes serão, futuramente, os profissionais responsáveis por promover, prevenir e proteger a saúde dos seres humanos, na qualidade de enfermeiros.

Ressalta-se que, na literatura científica atual, é possível encontrar artigos acerca do uso de psicotrópicos por universitários de cursos de graduação em geral⁽⁵⁻⁶⁾ e de cursos da área da saúde, especificamente⁽⁷⁾. Todavia, há uma escassez de pesquisas que investiguem o uso dessas substâncias nomeadamente, por estudantes de cursos de graduação em enfermagem e ainda, estudos que lancem luz sobre a importância da P4 nessa direção. Destarte, pautando-se nessa carência tem-se como objetivos neste estudo conhecer a percepção de estudantes de graduação em enfermagem e compreender os motivos que levam à utilização dos psicotrópicos, na perspectiva da Prevenção Quaternária.

Metodologia

Delineamento do estudo

Trata-se de uma pesquisa qualitativa descritivo-exploratória.

Local em que aconteceu a coleta de dados

A coleta de dados foi realizada em uma universidade pública, localizada no município de Chapecó, Oeste de Santa Catarina (SC), Brasil. Mais especificamente, no Departamento em que funciona o curso de graduação em enfermagem, em período integral.

Período

A pesquisa foi desenvolvida entre os meses de julho e novembro de 2022.

População

A população deste estudo foi constituída por estudantes do curso de graduação de enfermagem.

Critérios de seleção

Os critérios de inclusão foram: ter idade igual ou superior a 18 anos e estar matriculado em qualquer fase do curso. Foram excluídos aqueles que estavam em licença-maternidade ou atestado de saúde no período da coleta de dados.

Para a captação dos participantes, as pesquisadoras os abordaram nas salas de aula de todas as turmas do curso de graduação em enfermagem, após solicitar a permissão do professor, para esclarecer o projeto de pesquisa e convidar os interessados a participarem do

estudo. O projeto de pesquisa também foi divulgado a todos os estudantes do curso de graduação de enfermagem pelo aplicativo de mensagens (*WhatsApp*), no grupo da comunidade acadêmica. Foi elaborado um convite digital com informações breves e solicitado que os interessados entrassem em contato com as pesquisadoras para mais esclarecimentos.

Participantes

Participaram 15 estudantes do curso de graduação em enfermagem.

Variáveis do estudo

Constituíram variáveis do estudo dados sociodemográficos e comportamentais dos participantes, tais como idade, gênero, estado civil, profissão, com quem reside, se já fez ou faz uso de psicotrópicos, motivo do uso desses medicamentos e tempo de duração do uso. Também foram investigadas as percepções dos participantes sobre o uso de psicotrópicos por universitários, concepções destes sobre a P4, práticas que podem contribuir com a P4 em relação ao uso excessivo de psicotrópicos e estratégias para a redução do uso desses medicamentos, entre universitários e comunidade geral.

Instrumentos utilizados para a coleta das informações

Os instrumentos para a coleta de informações foram um questionário contendo questões sociodemográficas e comportamentais dos participantes e um roteiro de grupo focal com tópicos orientadores que versavam sobre a percepção do uso de psicotrópicos e a P4.

Coleta de dados

As informações foram obtidas por meio do questionário e mediante a técnica de grupo focal, uma estratégia que se constitui num tipo de conversa em grupos pequenos e homogêneos, contando com seis a doze participantes⁽⁶⁾. Foi realizado um grupo focal com nove universitários e outro com seis universitários, totalizando 15 estudantes participantes. Esse número constituiu o total de pessoas que manifestaram o interesse em participar do estudo.

Os procedimentos seguidos nos encontros respeitaram a prerrogativa de que deve estar presente no grupo focal um animador e um relator, sendo que o primeiro deve intervir, de modo a focalizar e aprofundar a discussão. Essa gerência dos grupos, por abranger várias pessoas, evidencia a necessidade de introduzir e manter acesa a discussão; enfatizar para o grupo que não há respostas certas ou erradas; observar os participantes, de modo a encorajar a palavra de cada um; buscar as "deixas" de continuidade da própria discussão e fala das pessoas envolvidas; construir relações com

os participantes para aprofundar, individualmente, respostas e comentários considerados relevantes pelo grupo ou pelo pesquisador; e observar as comunicações não-verbais e o ritmo próprio dos informantes, dentro do tempo previsto para o encontro. Cada encontro teve a duração de uma hora e meia, tempo máximo sugerido para o desenvolvimento de um grupo focal⁽⁶⁾.

Esse recurso metodológico ainda permite ao pesquisador construir olhares acerca das vivências pessoais dos participantes, suas crenças, atitudes e percepções. Portanto, o grupo focal foi considerado como uma técnica de coleta de dados assertiva para se investigar o uso de psicotrópicos e a sua relação com a P4. Foi utilizado um roteiro com perguntas abertas e tópicos orientadores, direcionando o grupo de universitários de enfermagem, o que permitiu que estes compartilhassem suas vivências, num debate que fez emergir depoimentos importantes para o alcance dos objetivos da pesquisa. Importante destacar que este formato também contribuiu para a construção de uma relação entre os participantes, promovendo o encorajamento para maiores discussões e a busca por soluções pertinentes ao grupo.

Tratamento e análise dos dados

As informações foram interpretadas a luz do referencial da P4, com base na análise temática⁽⁸⁾, composta de três etapas: Pré-análise; Exploração do material; e, Tratamento dos resultados obtidos e interpretação.

A fase de Pré-análise consistiu na avaliação dos materiais coletados relacionando com os objetivos da pesquisa. É necessário formular indicadores que permitam a percepção e interpretação da coleta de dados. Esta etapa é dividida em três tarefas sendo elas a Leitura Flutuante, Constituição do Corpus e Formulação e reformulação de hipóteses e objetivos, ambas foram instrumento para a exploração de atributos estabelecidos até o momento na pesquisa⁽⁸⁾.

A fase de Exploração do material proporcionou um domínio sobre as informações coletadas e permitiu uma classificação detalhada conforme a fala dos participantes. A categorização dos relatos foi uma etapa crítica, visto que exige um recorte do texto que pode ser composto por palavras, frases, temas, personagens e acontecimentos, fragmentando-os⁽⁸⁾.

A fase de Tratamento dos resultados obtidos e interpretação trouxe uma visão ampliada ao pesquisador com novas perspectivas a serem aplicadas com o resultado da pesquisa. As informações analisadas viabilizaram novos campos para discussões e explanação acerca das temáticas do estudo proposto⁽⁸⁾.

Aspectos éticos

A pesquisa foi aprovada no Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos conforme parecer

5.539.215, de 21 de julho de 2022. Os participantes assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) e o termo que autoriza a gravação dos grupos focais, que foram registrados em dispositivo digital, para posterior transcrição. Para preservação do anonimato, ao ilustrar seus depoimentos, os nomes dos estudantes foram substituídos pela letra P, de participante, e número de ordem.

Resultados

Dos 15 universitários, dois eram homens e 13 mulheres, com idade entre 19 a 27 anos. Todos se declararam solteiros. Onze mencionaram residir com amigos e quatro com familiares. Em relação ao uso de psicotrópicos, oito afirmaram não utilizar medicamentos e sete eram usuários. A seguir serão apresentadas as quatro categorias, organizadas a partir dos depoimentos dos dois grupos focais, as quais versam sobre os psicotrópicos utilizados pelos universitários, as dificuldades da rotina universitária e do ambiente acadêmico que desencadeiam sofrimento psíquico nos estudantes, os sentimentos frente ao uso de psicotrópicos, como conseguem acessar esses medicamentos e práticas que contribuem para a redução do uso de psicotrópicos.

Fatores que desencadeiam sofrimento psíquico nos universitários

Os universitários que utilizavam psicotrópicos revelaram que este uso estava relacionado com ansiedade e depressão. Todos foram diagnosticados por profissionais especializados na área da psiquiatria e necessitavam fazer o uso de medicações contínuas, para fins de controle e melhora dos sintomas. Uma estudante mencionou ser portadora do Transtorno do Déficit de Atenção com Hiperatividade (TDAH). Os principais medicamentos citados, no geral, foram: Sertralina, Clonazepam, Paroxetina (Pondera®) e Cloridrato de metilfenidato (Ritalina®). Mesmo com o acompanhamento de psicólogo e/ou psiquiatra, os universitários relataram apresentar crises e apontaram que as sobrecargas de atividades da vida universitária dificultavam o efeito benéfico do medicamento.

Eu tenho déficit de atenção. Descobri em 2018, eu já estava no ensino médio então eu continuei fazendo uso na faculdade. Para mim ajuda a me concentrar mais, a ficar menos ansiosa. Tem momentos que mesmo fazendo terapia com psicólogo, eu não deixo de ser uma pessoa ansiosa, tenho dificuldade de prestar atenção na aula, de formular meu pensamento e quando eu vou falar sai uma coisa errada, invertida. Eu uso Ritalina e Pondera. (P15)

Os universitários, sobre as razões do uso dos psicotrópicos, deram ênfase a problemas psicológicos relacionados à necessidade de amadurecer durante

a jornada acadêmica. As mudanças provocadas pela saída da casa dos pais, dificuldades financeiras e as responsabilidades representavam, para eles, desafios que produziam desequilíbrio emocional a curto e longo prazo. *Dificuldades financeiras, mudar para outra cidade, querendo ou não, o custo de vida é muito mais alto do que morar com os pais, isso influencia muito [...]. E essa parte de pressão psicológica eu vejo muita, por exemplo, em sala de aula, tu tens que estar ali, prestar atenção em tudo porque vai ter prova semana que vem, aí trabalha, e você se compara, aquele está estudando em casa e eu estava cansada e dormi, é nessa linha, pressão psicológica. (P7)*

Outro fator atrelado ao consumo dos medicamentos era a alta demanda da rotina universitária, com trabalhos, provas e o tempo de estudo extramuros, que exigiam dedicação, disposição e atenção. Quando essa demanda estava associada à necessidade de o estudante trabalhar para manter-se economicamente, a saúde física e mental ficava comprometida.

A faculdade é algo sobrecarregado, é muito tenso e é muita coisa ao mesmo tempo. Tem muitas pessoas que eu vejo que tem que trabalhar e fazer faculdade e isso tem um peso maior e a gente não sabe o que o outro está passando. (P11)

Outro problema associado às demandas da rotina universitária foi a comparação com os colegas, os quais realizavam as atividades diárias sem interrupções, obtendo avaliações melhores. Isso provocava um sentimento de incapacidade.

Eu via que todo mundo conseguia fazer mais coisa que eu, tirava notas mais altas que eu, fazia tudo mais rápido que eu [...] o que tem de errado comigo? Parece que todo mundo estava bem, só eu que não estava bem. (P11)

A gente se compara com o outro, mas não sabe a realidade do outro. [...] eu tenho tanta coisa para fazer e eu tenho só 24 horas do meu dia e eu ainda preciso dormir, comer e fazer atividade física. Eu preciso de um tempo para mim, em algum momento parar ver uma série, ler um livro, aí quando eu parava eu me sentia culpada. (P13)

Por outro lado, os participantes abordaram a necessidade de empatia dos colegas com aqueles que têm problemas psiquiátricos, em uso contínuo de psicotrópicos. A falta de empatia, segundo eles, decorria da falta de informação e conhecimento básico sobre o assunto, o que poderia ser minimizado com rodas de conversa e escuta qualificada no ambiente universitário, para repensar a importância de se entender as necessidades do próximo.

Fazer uma pergunta e os coleguinhas zombarem, é uma coisa que me deixa indignada, a síndrome do eu sei tudo. (P13)

De acordo com depoimentos, o ranqueamento que a universidade disponibilizava em todos os semestres letivos, se tornava uma problemática, diante da realidade vivenciada no meio acadêmico.

Uma coisa que pega muito para a gente que é ansioso é a validação acadêmica, a gente quer ver as notas e quando não

tem a gente se sente inútil. [...] Essa questão do ranking, a gente já é cobrado demais, já se cobra demais [...] a gente fica olhando para aquilo e se sente inútil. (P12)

Alguns participantes externaram a respeito da relação professor-estudante. Foi notório que os docentes exerciam papel essencial no processo de formação do universitário, influenciando-o pelas relações pedagógicas em sala de aula e em campo prático. No entanto, por vezes, essa relação fragilizava o estudante.

Eu, nunca sou a primeira a responder, eu sempre espero as outras, tipo na última ATP [atividade teórico-prática] a professora perguntando, eu sabia a resposta só que eu não respondi, e ela falou e eu falei: "eu ia falar isso!" Mas não falei, e aí o professor não entende. Eu tive uma experiência com um professor que meu Deus, a hora que eu saí de lá eu tive uma crise tão grande por que o professor me fez me sentir tão inútil [...] me humilhou. (P12)

O cenário (ambiente) universitário deveria ser pensado para atender às necessidades dos universitários, no entanto, configurava-se como um fator estressor, potencializando problemas já existentes.

As minhas duas salas [sala de aula], quando chove o cano fica fazendo um monte de barulho e isso me deixa completamente ansiosa e faz com que eu não consiga prestar atenção direito na aula [...] se torna um ambiente estressor. Tinha os puffs ali naquela parede, agora a parede está caindo, a gente não pode mais ficar lá. O Centro Acadêmico é pequeno, então as pessoas vão lá para comer, não dá de ficar tanto tempo, daí tem as salas e a gente tem os técnicos de enfermagem que às vezes querem dormir e a gente também tem que respeitar [...]. (P15)

Sentimentos e fragilidades dos universitários frente ao uso de psicotrópicos

Percebeu-se a influência das relações sociais sobre o uso de psicotrópicos. Os participantes relataram que os relacionamentos amorosos e a cobrança da universidade tinham ação direta no desenvolvimento dos sintomas depressivos, como frustração e angústia.

O que me derrubou muito foi a questão do relacionamento, questões amorosas, isso puxou o meu tapete no geral, me fez trancar a faculdade 6 meses. (P3)

Os estudantes que faziam uso de psicotrópicos externaram dificuldade de controlar alguns pensamentos e sentimentos, os quais resultavam em comportamentos não desejados e eram regulados por psicotrópicos. Isso gerava uma dependência psicológica e, de certa forma, uma insegurança, caso deixassem de fazer o uso.

Quando tu não tomas [medicação], tu és outra pessoa, às vezes eu brigo, fico irritada, fico muito chateada com pequenas coisas, eu penso que eu sou completamente dependente do remédio [...] o que eu vou fazer se eu realmente não precisar mais tomar meu remédio, será que eu sou uma pessoa horrível e o medicamento que me faz ser uma pessoa de boa? [...] às

vezes tu esqueces de tomar, aí tu te sentes como se tivesse sido comandado pela medicação o tempo inteiro. (P15)

Os universitários que eram de outras localidades externaram situações acerca da dificuldade no acesso aos medicamentos. Enfatizaram que, pela falta de tempo para se deslocar de uma cidade a outra, buscavam outras formas terapêuticas, como o *Reiki* e outras práticas integrativas complementares, disponibilizadas pela universidade.

Eu fiquei um mês sem remédio, porque eu não conseguia ir para casa, meu médico é do Rio Grande do Sul e eu não estava conseguindo ir para lá, era final de semestre, eu estava louca, estava surtando [...] Aquele mês que eu fiquei sem meu remédio eu não sabia mais o que eu estava fazendo, estava brigando com todo mundo e tinha crise de ansiedade, estava muito surtada [...] A professora me falou "tu não está bem, vamos fazer um reiki?" e foi isso que me ajudou a passar por aquilo até tomar meu remédio de novo. (P12)

Acesso aos psicotrópicos

Observou-se que nem todos os usuários consultavam-se regularmente com um profissional especializado e acabavam tendo acesso aos psicotrópicos por outros meios, principalmente por familiares e/ou amigos.

No começo a minha mãe que comprava, porque ela nunca aceitou que eu estivesse doente. [...] Quem fazia a compra toda era ela da medicação, até que teve um período que eu tentei suicídio, eu tomei todas as medicações, e daí ficou tudo com ela [...] Mas hoje eu consigo com a prescrição médica. (P4)

É muito da nossa cultura, se automedica, eu estou em tal situação eu conheço tal lugar que vende tal coisa, para mim deu super certo, aí você também está passando, vou lá e indico para você. (P13)

Alguns estudantes relataram o uso de medicação de forma indiscriminada, assim como seus familiares. Havia facilidade de acesso aos medicamentos, alguns eram repassados entre familiares, sem a prescrição adequada.

A recomendação é que você vá ao médico, faça exame de sangue [...] tomo todo dia um comprimido, estou com um pouquinho de dor, acho que vai cair cabelo, vou tomar vitamina mais o remédio, vou tomar um bicarbonato para o estômago, vou lá e tomo, eu gosto de tomar remédio, adoro o amargo. [...] A minha mãe fez isso comigo, sobrou do dela ela deu para mim [...]. Na minha família nós temos histórico de pessoas depressivas por parte da minha mãe, meu avô, ela tem três irmãos, dois fazem uso [...] um dá o remédio para o outro. (P3)

Parte do grupo relatou não praticar a automedicação, iniciava o uso de medicação conforme prescrição, mas cessava o uso destas por conta própria. Quando acreditava estar melhor, diminuía a dosagem, o tempo de uso, pois receava depender de um medicamento para se sentir bem ou que isso fizesse parte do seu cotidiano incessantemente.

Eu não me automedico, acho que eu sou o terror das enfermeiras

porque eu sou aquela pessoa que pega a medicação, melhorou, paro de tomar. (P5)

Às vezes eu paro mas não adianta, vou para o buraco de novo, é melhor tomar certinho, agora voltei a tomar certinho, se não eu estava voltando para o fundo do poço, porque às vezes você não quer essa medicação na sua vida, você quer viver normal. Aí eu vejo que eu estou bem, se tem que tomar três vezes ao dia eu tomo só duas [...] e não é assim que funciona, passa uns dois, três meses você está no fundo do poço de novo. (P4)

Alguns estudantes não realizavam a automedicação, optavam por práticas mais naturais para alívio dos sintomas, e quando utilizavam, iam à unidade básica de saúde para tomar as medicações após consulta e realizar o tratamento de maneira adequada.

Eu sou bem preconceituosa, contrária à medicação, eu aguento a dor até o máximo do máximo, que eu consiga tomar o remédio [...] (P2)

Eu só uso quando estou no extremo, eu deixo ver que nível está a minha imunidade, se os anticorpos estão ativos, mas ultimamente eu estava com a imunidade muito baixa, estava até achando que estava com anemia também [...] eu sempre espero o meu corpo tentar resolver aquele problema, quando vi que ele não resolveu eu vou na unidade da minha cidade [...] sou atendida, pego os remédios e faço o tratamento. (P6)

Os universitários relataram que se tornou comum na atualidade, a utilização entre os jovens de substâncias como o Zolpidem. Referiram que, apesar de obtido com prescrição médica, este medicamento costuma ser utilizado como “droga”, especialmente em festas.

Virou algo que as pessoas começaram a usar como forma de se divertir, isso já aconteceu várias vezes, em festas que as pessoas me ofereceram Zolpidem. Uma amiga minha ofereceu, a gente estava conversando, tomando um vinho, e ela perguntou se a gente não queria tomar, ela falou que quando ela toma e não dorme ela alucina, e realmente é o que acontece, ela liga paras as pessoas, ela faz coisas que ela não faz, e ela ofereceu para nós e eu olhei para ela e falei: você está louca? (P11)

Práticas que contribuem na minimização do uso de psicotrópicos

A utilização das práticas integrativas e complementares (PICs) como alternativa ao uso de medicação foi uma prática que gerou divergência entre as opiniões dos estudantes. Alguns deles faziam terapia com profissionais e utilizavam florais e técnicas de meditação, que contribuíam para amenizar os problemas (atenuar os “gatilhos”), auxiliando no estresse do dia a dia e, por vezes, resultavam no cessamento do uso de medicações.

Eu tenho gatilhos. Tem certas situações, momentos, mas hoje eu prefiro controlar. Passava na psicóloga, psiquiatra, no final do desmame da medicação eu fiz PICs, procurei orientação da psicóloga, mantive exercício físico, alimentação, sono sempre em dia. [...] Eu tomei floral no desmame e ajudou. (P3)

A PIC é uma coisa na nossa universidade que é incrível [...]. Eu fazia acompanhamento com a professora, eu usava floral e fazia aurículo, mas as vezes eu nem pegava floral, só pelo fato de conversar, uma pessoa ouvir, aquele cheirinho de incenso, aquele ambiente. (P13)

Para outros, o uso dessas práticas não trazia benefícios a curto prazo, sendo necessário utilizar as medicações corriqueiramente. Mesmo buscando outras medidas para alívio dos sintomas, não obtiveram o efeito esperado, retornando ao uso dos medicamentos. O cigarro apareceu como mecanismo de alívio dos sintomas.

Já tentei PICs, fiz reiki, caminhar, correr. É bem difícil, não consigo fazer exercício físico. A gente não consegue mais fazer aquela coisa que a gente gostava de fazer. Não é por falta de tentar, a gente tenta, mas não dá. [...] Eu fico muito feliz quando ouço pessoas que dizem que conseguem fazer coisas diferentes, sem precisar utilizar da medicação, mas é algo que para mim não funciona. [...] Floral não fez efeito para mim, foi como se não fosse tomar nada. (P5)

Os participantes trouxeram, indiretamente, a importância da P4, ao mencionar alternativas não medicamentosas para os momentos de crise. Eles buscavam alternativas dinâmicas, a fim de controlar os sentimentos indesejáveis. Dentre as atividades citadas destacaram-se algumas PICs, atividades físicas, atividades relaxantes como música, filmes, *podcast*, e registrar seus sentimentos, escrevendo.

Ela [referindo-se à psicóloga] pediu para mim escrever direitinho como eu ia fazer, porque numa crise parece que tudo fica preto. Então para mim é muito gratificante cozinhar, fazer sobremesa, para mim isso é uma terapia, tanto que todo mundo fala: 'você deveria fazer algo na área da gastronomia', porque eu gosto muito, [...] assistir filme de desenho animado, é uma coisa que me salva bastante, e escrever também, quando eu estou na crise, eu boto um pouco para fora, não que sempre ajude, mas alivia um pouco. (P9)

*Eu comecei a usar outras alternativas, foi difícil para caramba mas eu consegui, comecei a fazer meditação, eu descobri que uma coisa que me ajuda muito é *podcast*, eu comecei a perceber isso quando eu estou muito ansiosa. O que me acalma também é colocar música no banho e escutar e esse é o meu momento. (P11)*

Discussão

Os dados revelaram que o uso de medicamentos psicotrópicos é decorrente de problemas como depressão, ansiedade e TDAH, associados à dependência medicamentosa provocada pelas demandas da rotina exaustiva. Esses resultados, que demonstram uma utilização por vezes excessiva de psicotrópicos, vêm ao encontro de outras pesquisas brasileiras, evidenciando a prevalência desses distúrbios em universitários, tanto de instituições públicas quanto privadas^(5-7,9-10).

A literatura mostra que os usuários de psicotrópicos são, na maioria, universitários que buscam os fármacos conforme as suas necessidades, apresentando ou não algum transtorno mental. O primeiro psicotrópico de escolha é da classe dos antidepressivos, seguido dos ansiolíticos, anticonvulsivantes e estimulantes do Sistema Nervoso Central. Dessa forma, pode-se perceber como a hipermedicalização vem aumentando gradativamente na sociedade atual, especialmente no ambiente acadêmico, em que os conflitos emocionais se tornam diretamente interligados às demandas da universidade, sendo necessário buscar formas de alívio⁽¹¹⁾.

Correlacionando os resultados com um estudo realizado em uma universidade no Rio Grande do Sul em 2019, constatou-se que grande parcela dos acadêmicos que ali estudavam fazia uso de medicamentos desde a adolescência, intensificando o uso após o ingresso na universidade⁽⁶⁾. A partir dos depoimentos dos participantes, as atribuições na universidade geram gatilhos que intensificam ainda mais a ansiedade, visto que é uma fase de transformação, marcada pelo aprendizado de novas habilidades. Além disso, a independência e as novas convivências contribuem para formar a sua identidade.

Nessa direção, o estresse e a ansiedade têm sido muito observados em diversas áreas de formação. A acumulação de tarefas, os problemas institucionais, as cobranças pessoais e familiares, as exigências da vida social, as relações interpessoais entre os universitários, são fatores que podem influenciar no desenvolvimento do sofrimento mental⁽⁵⁾.

Pesquisa realizada com 182 estudantes em uma escola de enfermagem no Vale do Ribeira, em São Paulo, descreveu que o consumo de psicotrópicos no início da graduação está relacionado a curiosidade, melhora no desempenho acadêmico e facilidade de acesso, principalmente por serem da área de saúde; já nos anos finais, pode estar associado ao estresse devido ao término da graduação, sobrecarga de trabalhos acadêmicos, estágio curricular obrigatório e, conseqüentemente, o preparo para a inserção no mercado de trabalho⁽¹⁰⁾. Outro estudo, que investigou sintomas de depressão e ansiedade em 192 estudantes da graduação em enfermagem da Universidade Federal de Juiz de Fora, identificou que a sintomatologia severa prevaleceu entre acadêmicos do 6º e 10º semestres⁽¹²⁾.

As idades dos estudantes demonstram que trata-se de adolescentes e jovens. Eles revelam que são influenciados pelas exigências que aumentam a cada semestre do ano letivo, e ficam sobrecarregados com todas as mudanças decorrentes do seu processo de construção pessoal. Concomitante a isso, passam a desenvolver problemas psicológicos a partir da sua entrada na universidade. A literatura recomenda que, diante desse tipo de vivência, comum na juventude, é

necessário buscar acompanhamento de um profissional que auxilie os alunos na tomada de decisão⁽¹³⁾.

A prescrição de fármacos para tratamento de transtornos mentais deveria ser apenas um auxílio terapêutico, analisando-se primeiramente o risco e o benefício do uso, considerando a possibilidade de manifestações desagradáveis com os efeitos adversos. No entanto, questiona-se se existe uma tendência à prescrição do medicamento como a única solução e se este havia sido prescrito apenas para pessoas em sofrimento mental, ou também com a finalidade de sentir-se melhor, o que favorece o desempenho nas atividades cotidianas, a capacidade de concentração e memória. Com isso, o uso inadequado e recorrente, por vezes sem necessidade, contribui para a dependência biológica, psicológica e social⁽⁵⁾.

Nesse contexto, nota-se neste estudo o receio dos estudantes em cessar o uso de psicotrópicos devido à dependência e o retorno dos sintomas. Dessa forma, salienta-se a importância da psicoterapia associada ao tratamento farmacológico, para que o jovem aprenda a lidar com seus sentimentos, mesmo depois de interromper o medicamento.

Além disso, o uso de psicotrópicos prolongado pode culminar em significativos danos à saúde, com impacto na vida profissional, pessoal e social dos estudantes de enfermagem. Os futuros enfermeiros devem ser encorajados a se engajarem em atividades que gerem comportamentos saudáveis relacionados ao autocuidado, para que possam incentivar a comunidade na qual estão inseridos⁽¹⁰⁾.

Chama a atenção a prática do uso do Zolpidem de forma inadequada, o que, segundo os depoimentos, causa reações adversas e sensações que divertem, em momentos de lazer. Esse fato é comprovado pela literatura, o que preocupa pelo aumento do uso indevido dessa substância nos últimos anos, especialmente após o evento da pandemia da COVID-19⁽¹⁴⁾.

Outro aspecto citado pelos participantes foi o *ranking* utilizado no ambiente acadêmico. Por vezes, esse tipo de estratégia desencadeia frustrações que são observadas com o aumento dos sintomas de ansiedade e depressão. Além disso, parece ser um problema para alguns a imparcialidade dos professores e demais colegas em compreender as diferenças entre eles, criando comparações como parâmetro para definir o nível de conhecimento e habilidades.

Pesquisa que analisou as percepções e o uso de metilfenidato entre universitários demonstrou que alguns participantes relataram se sentir pressionados para um bom rendimento acadêmico. A pressão foi citada como um fator que incentiva a utilização do metilfenidato, uma vez que os alunos se sentem impelidos a ter mais êxito nos estudos e veem, nesse medicamento, uma possibilidade viável para esse objetivo. Percebe-se que

essa cobrança é caracterizada por boas notas em provas ou aquisição do conhecimento em si e conclusão da graduação no tempo inicialmente proposto, o que não necessariamente significa qualidade na formação⁽¹⁵⁾.

Indivíduos com a saúde mental comprometida diminuem o rendimento no dia a dia, podendo interferir nos estudos, no trabalho e nos afazeres do cotidiano, nos quais os jovens são considerados especialmente sobrecarregados e desprotegidos, demandando esforços que visem proteção e promoção à saúde. Diante do cotidiano de desenvolvimento e crescimento na universidade, o jovem mostra-se fragilizado por pressões impostas pela nova rotina que requer adaptações e mudanças comportamentais. Nesse contexto, a possibilidade de apresentar estresse e frustrações são maiores, o que por vezes tem como consequência a busca pela automedicação⁽⁵⁾.

Sobre esse aspecto, os depoimentos demonstram que a automedicação está presente e que o uso dos psicotrópicos decorre da influência de amigos e/ou familiares. Ainda que esse fato não seja o mais identificado nos usuários, pode ser observado nos resultados em outros estudos e torna-se um agravante para a dependência medicamentosa^(5-7,9-10,15).

Ressalta-se que é necessário que as instituições formadoras de recursos humanos ofereçam condições favoráveis à prática de hábitos saudáveis de vida e disponibilizem ferramentas que estimulem a aceitação da autoimagem, o desenvolvimento de habilidades de resolução de problemas e a prática regular de atividade física⁽¹⁰⁾. Nessa direção, foram constatadas estratégias utilizadas pelos participantes para amenizar as crises de ansiedade, como as PICs, incluindo: meditação, uso de florais, *Reiki* e auriculoterapia. Esses recursos fazem parte da Política Nacional de Tratamento Integral e Complementar (PNPIC) instituída no Sistema Único de Saúde (SUS), que implicam resultados benéficos no processo de saúde-doença⁽¹⁶⁾. Uma possibilidade de realização da P4 é incorporar e utilizar as PICs como alternativa terapêutica na APS, pois elas demandam tecnologias pouco dispendiosas financeiramente e que podem agir como recurso convergente com a P4. Isso implica a formação adequada e projetos que viabilizem a aproximação entre ensino e prática de PICs e os serviços de saúde, além do apoio aos municípios para que promovam a inserção e exercício de PICs na APS⁽¹⁷⁾.

Diante disso, é notória a relevância do papel do profissional de saúde na prescrição adequada dos psicotrópicos, para identificar a real necessidade do indivíduo e relacioná-la com a aplicabilidade do fármaco. Nesse sentido, a P4 faz-se primordial na conscientização dos profissionais e usuários quanto ao uso racional dos psicotrópicos, respeitando o período de adaptação do organismo⁽¹⁸⁻¹⁹⁾. As ações de P4 precisam ser compreendidas inclusive pelos próprios estudantes, como

futuros prescritores que serão, pois elas contribuem para proteger os indivíduos da intervenção excessiva.

Os enfermeiros, como profissionais prescritores, ao realizar a Consulta do Enfermeiro na APS, devem colaborar com a diminuição de agravos decorrentes da excessiva medicalização e da desenfreada busca pela longevidade, sem medir os riscos de algumas práticas, características do modelo de atenção hegemônico. As atividades regulamentadas de solicitação de exames complementares e prescrição de medicamentos adentram às competências dos enfermeiros, inclusive no cuidado compartilhado aos demais profissionais, confirmando a importância destes para assegurar atendimento e responder às necessidades de saúde da população. Cabe, portanto, o desafio de incorporar ações de gestão da clínica com vistas à P4, evitando repetir condutas que levam à cascata de exames e ao tratamento, além de exercer suas atribuições com respaldo em evidências científicas⁽¹⁹⁾.

Pautado em tais resultados, o estudo contribuiu para lançar luz aos motivos que levam ao uso irracional de psicotrópicos entre estudantes, futuros enfermeiros, sendo esta uma problemática de grande relevância e urgente necessidade de estratégias de intervenção, as quais envolvem a comunidade acadêmica, passando também por outros setores.

Destaca-se como limitação do estudo a impossibilidade de acompanhar o grupo por mais tempo a fim de constatar uma possível modificação desta realidade, pois acredita-se que o diálogo em grupo e a possibilidade de ouvir experiências semelhantes levou à reflexão e, possivelmente, à mudança de conduta. Diante disso, recomendam-se outras pesquisas, que disseminem possibilidades alternativas para os jovens usuários de psicotrópicos. Ainda, é necessário sinalizar que esta pesquisa trata de uma realidade restrita a um grupo de jovens, embora a análise aponte para resultados bem próximos, em contextos semelhantes.

Conclusão

Ao reconhecer a percepção de estudantes de graduação em enfermagem e compreender os motivos que levam à utilização dos psicotrópicos, relacionados a possíveis transtornos e, por vezes, aos sentimentos próprios do período de graduação, é notório o papel da própria comunidade universitária. O fato de tratar-se de estudantes de enfermagem, com todas as especificidades inerentes à profissão, sinaliza para problemáticas como a facilidade de acesso a medicações, o que aponta para a necessidade de uma formação que atente para questões éticas e comportamentais, que sejam transversais aos conteúdos curriculares.

Práticas integrativas, como meditação, uso de florais, *Reiki* e auriculoterapia, foram mencionadas como

terapias importantes e devem ser incorporadas como recursos convergentes com a Prevenção Quaternária, possibilitando uma abordagem mais ampla e integrativa na saúde mental dos estudantes.

Referências

- Jamouille M, Roland M, Bae JM, Heleno B, Visentin G, Gusso GDF, et al. Ethical, pedagogical, socio-political and anthropological implications of quaternary prevention. *Rev Bras Med Fam Comunidade*. 2018;13(40):1-14. [https://doi.org/10.5712/rbmf13\(40\)1860](https://doi.org/10.5712/rbmf13(40)1860)
- Souza AL, Vendruscolo C, Zocche DAA, Ascari RA, Schopf K, Oliveira BP. Prevenção quaternária: percepções, possibilidades e desafios na atenção primária à saúde. *Enferm Brasil*. 2021;20(6):764-82. <https://doi.org/10.33233/eb.v20i6.4815>
- Pires PLS, Soares GT, Brito IE, Lima A, Junqueira MAB, Pillon SC. Correlation of the use of psychoactive substances with signs of anxiety, depression, and stress in Nursing students. *Rev Aten Saude*. 2019;17(61):38-44. <https://doi.org/10.13037/ras.vol17n61.6099>
- Tovani JBE, Santi LJ, Trindade EV. Use of psychotropic drugs by students from the health area: a comparative and qualitative analysis. *Rev Bras Educ Med*. 2021;45(3):e175. <https://doi.org/10.1590/1981-5271v45.3-20200485>
- Tavares TR, Coimbra MBP, Oliveira CKR, Bittencourt BF, Lemos PL, Lisboa HCF. Evaluation of the use of psychopharmaceuticals by university students. *Rev Cien Med Biol*. 2021;20(4):560-7. <https://doi.org/10.9771/cmbio.v20i4.43820>
- Kantorski LP, Brum NA, Menezes ES, Silva PS, Santos CG, Almeida MD, et al. Psychotropics: use by college students before and during the coronavirus disease 2019 pandemic. *J Nurs Health*. 2022;12(3). <https://doi.org/10.15210/jonah.v12i3.3576>
- Lelis KCG, Brito RVNE, Pinho S, Pinho L. Sintomas de depressão, ansiedade e uso de medicamentos em universitários. *Rev Port Enferm Saude Mental*. 2020;23(1):9-14. <https://doi.org/10.19131/rpesm.0267>
- Minayo MCS. O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde. 14. ed. São Paulo: Hucitec; 2014.
- Silveira GEL, Viana LG, Sena MM, Alencar MMSC, Soares PRAL, Aquino PS, et al. Anxiety and depression symptoms in the academic environment: a cross-sectional study. *Acta Paul Enferm*. 2022;35:eAPE00976. <https://doi.org/10.37689/acta-ape/2022A0009766>
- Sousa BOP, Souza ALT, Souza J, Santos SA, Santos MA, Pillon SC. Nursing students: medication use, psychoactive substances and health conditions. *Rev Bras Enferm*. 2020;73(Suppl 1). <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2019-0003>
- Gotardo AL, Silva CM, Madeira HS, de Peder LD. The use of psychotropic drugs by students at a university center in Cascavel, Paraná. *SaBios Rev Saude e Biol*. 2022 Jul 26;17(1):1-10. <https://doi.org/10.54372/sb.2022.v17.3225>
- Coelho LS, Tony ACC, Laguardia GCA, Santos KB, Friedrich DBC, Cavalcante RB, et al. Are symptoms of depression and anxiety in nursing students associated with their sociodemographic characteristics? *Rev Bras Enferm*. 2021;74(suppl 3):e20200503. <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2020-0503>
- Wilkon NWV, Rufato FD, Silva WR. Psychotropic drugs use in young university students. *Res Soc Dev*. 2021;10(17):e79101724472. <https://doi.org/10.33448/rsd-v10i17.24472>
- Santos CM Junior, Souza JI, Machado KV, Ferraz LD, Rocha MP. Zolpidem: increase in its use associated with the COVID-19 pandemic scenario. *Braz J Implantol Health Sci*. 2023;5(3):955-82. <https://doi.org/10.36557/2674-8169.2023v5n3p955-982>
- Meiners MMMA, Barbosa BAS, Santana MGL, Gerlack LF, Galato D. Perceptions and use of methylphenidate among health students in Ceilândia, DF, Brazil. *Interface (Botucatu)*. 2022;26:e210619. <https://doi.org/10.1590/Interface.210619>
- Paulino BLP, Yoem RHC. Integrative practices in the treatment of anxiety. *Rev PubSaude*. 2022;10:a353. <https://doi.org/10.31533/pubsau10.a353>
- Vendruscolo C, Tesser CD, Pires DEP, Peres AM, Fonseca GS, Stipp MAC. A prevenção quaternária e a interprofissionalidade na atenção primária à saúde. In: Vendruscolo C, Tesser CD, Adamy EK, organizators. *Prevenção Quaternária: proposições para a educação e prática interprofissional na Atenção Primária à Saúde*. 1 ed. Porto Alegre, Moriá Editora; 2021. p. 31-44.
- Tesser CD, Norman AH. Quaternary prevention and medicalisation: inseparable concepts. *Interface (Botucatu)*. 2021;25(1):e210101. <https://doi.org/10.1590/interface.210101>
- Silva CB, Metelski FK, Ledra FF, Ferreira GE, Trindade LL, Rodrigues OCC. Prevenção Quaternária e a gestão da clínica na Atenção Primária à Saúde. In: Vendruscolo C, Tesser CD, Adamy EK, organizators. *Prevenção Quaternária: proposições para a educação e prática interprofissional na Atenção Primária à Saúde*. 1 ed. Porto Alegre, Moriá Editora; 2021. p. 189-204.

Contribuição dos autores

Concepção e desenho da pesquisa: Amanda Bandeira Scopel, Débora Bianca Surdi, Andrea Noeremberg Guimarães, Carine Vendruscolo, Leila Zanatta, Daiana Kloh Khalaf. **Obtenção de dados:** Amanda Bandeira Scopel, Débora Bianca Surdi, Andrea Noeremberg Guimarães. **Análise e interpretação dos dados:** Amanda Bandeira Scopel, Débora Bianca Surdi, Andrea Noeremberg Guimarães, Carine

Vendruscolo, Leila Zanatta, Daiana Kloh Khalaf.

Redação do manuscrito: Amanda Bandeira Scopel, Débora Bianca Surdi, Andrea Noeremberg Guimarães, Carine Vendruscolo, Leila Zanatta, Daiana Kloh Khalaf.

Revisão crítica do manuscrito quanto ao conteúdo intelectual importante: Amanda Bandeira Scopel, Débora Bianca Surdi, Andrea Noeremberg Guimarães, Carine Vendruscolo, Leila Zanatta, Daiana Kloh Khalaf.

Todos os autores aprovaram a versão final do texto.

Conflito de interesse: os autores declararam que não há conflito de interesse.


Recebido: 24.08.2023

Aceito: 15.01.2024

Editora Associada:
Kelly Graziani Giacchero Vedana

Copyright © 2025 SMAD, Rev Eletrônica Saúde Mental Álcool Drog.
Este é um artigo de acesso aberto distribuído sob os termos da Licença Creative Commons CC BY.

Esta licença permite que outros distribuam, remixem, adaptem e criem a partir do seu trabalho, mesmo para fins comerciais, desde que lhe atribuam o devido crédito pela criação original. É a licença mais flexível de todas as licenças disponíveis. É recomendada para maximizar a disseminação e uso dos materiais licenciados.

Autor correspondente:
Andrea Noeremberg Guimarães
E-mail: andrea.guimaraes@udesc.br
 <https://orcid.org/0000-0001-5425-7627>