

Panorama do uso de ansiolíticos no Brasil: interfaces com a saúde pública e a assistência farmacêutica

Overview of the use of anxiolytics in Brazil: interfaces with public health and pharmaceutical assistance

Jovana Vitoria Andre Silva¹

Priscilla Fernanda Campos Justino²

<https://doi.org/10.5281/zenodo.17576082>

Resumo: Este estudo realizou uma revisão integrativa da literatura com o objetivo de analisar o consumo de ansiolíticos, especialmente benzodiazepínicos, no Brasil e em contextos internacionais. Foram incluídos dez artigos publicados nos últimos dez anos, os quais evidenciam a alta prevalência do uso desses medicamentos em grupos vulneráveis, como idosos, mulheres, estudantes universitários e profissionais da saúde. A análise destacou os riscos associados ao uso prolongado, a influência de fatores socioculturais e a importância de políticas públicas de regulação e acesso. A partir dos dados, conclui-se que o uso de ansiolíticos no Brasil é crescente e frequentemente desregulado, exigindo estratégias intersetoriais que promovam o uso racional e o fortalecimento do cuidado psicossocial.

Palavras-chave: ansiolíticos; benzodiazepínicos; saúde pública; uso racional de medicamentos; políticas de saúde.

Abstract: This study conducted an integrative literature review to analyze the use of anxiolytics, especially benzodiazepines, in Brazil and internationally. Ten articles published in the last ten years were included, highlighting the high prevalence of these medications among vulnerable groups, such as the elderly, women, university students, and healthcare professionals. The analysis highlighted the risks associated with prolonged use, the influence of sociocultural factors, and the importance of public policies for regulation and access. Based on the data, it is concluded that the use of anxiolytics in Brazil is growing and often unregulated, requiring intersectoral strategies that promote rational use and strengthen psychosocial care.

Keywords: anxiolytics; benzodiazepines; public health; rational use of medications; health policie.

Introdução

Os transtornos de ansiedade constituem um dos principais problemas de saúde mental na atualidade, afetando milhões de pessoas em todo o mundo. O Brasil destaca-se negativamente nesse cenário, ocupando o primeiro lugar entre os países com maior prevalência de ansiedade, segundo a Organização Mundial da Saúde. Esse dado revela uma demanda crescente por estratégias terapêuticas, sendo os medicamentos ansiolíticos, em especial os benzodiazepínicos, amplamente utilizados para o controle dos sintomas. A popularização desses fármacos, contudo, não tem sido acompanhada por um uso racional e seguro, sendo comum a prescrição prolongada, muitas vezes sem acompanhamento profissional adequado, o

¹Acadêmico, Faculdade Integrada Iesgo. ORCID 0009-0009-4883-1771. vitoriajovana21@gmail.com.

²Doutorado, Faculdade Integrada Iesgo. ORCID 0009-0001-6689-4022. prinand@gmail.com.

que favorece quadros de dependência, tolerância e prejuízos cognitivos, sobretudo em idosos (LADER, 2014; OLIVEIRA et al., 2020).

O uso prolongado e, em muitos casos, indiscriminado de ansiolíticos configura-se, assim, como um problema de saúde pública. A facilidade de acesso, a naturalização do sofrimento psíquico e a fragilidade da rede de apoio psicossocial contribuem para esse padrão de consumo. A pandemia de COVID-19 acentuou ainda mais esse fenômeno, com aumento nas prescrições e nos relatos de automedicação, especialmente entre mulheres, idosos, estudantes universitários e profissionais da saúde (Mesquita et al., 2023; CUSTÓDIO et al., 2025). Apesar da existência de abordagens não farmacológicas eficazes, como a Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC), ainda se observa uma predominância do modelo medicamentoso na prática clínica, refletindo uma lacuna nas políticas de saúde mental.

Nesse contexto, o presente estudo parte do seguinte problema de pesquisa: quais os padrões atuais de consumo de ansiolíticos no Brasil e quais os fatores clínicos, sociais e institucionais que favorecem seu uso contínuo? Como hipótese, considera-se que a fragilidade das estratégias de cuidado integrado em saúde mental, associada à medicalização do sofrimento, contribui para a manutenção de um modelo prescritivo centrado em benzodiazepínicos, com pouco investimento em terapias alternativas ou acompanhamento farmacêutico contínuo. A investigação justifica-se pela necessidade de compreender criticamente os determinantes desse consumo, evidenciando os riscos à saúde individual e coletiva, as falhas na assistência farmacêutica e as oportunidades de reestruturação do cuidado.

O objetivo central da pesquisa é analisar o perfil de consumo de ansiolíticos no Brasil, com ênfase nos benzodiazepínicos, identificando os fatores associados ao uso prolongado, os grupos populacionais mais expostos, o impacto das políticas públicas e as possíveis estratégias para promoção do uso racional desses medicamentos.

Referencial Teórico

Usos de ansiolíticos na saúde pública

A utilização de ansiolíticos, especialmente os benzodiazepínicos, é reconhecida como uma prática comum no manejo dos transtornos de ansiedade. Esses fármacos atuam como moduladores do sistema GABAérgico, promovendo efeito sedativo, ansiolítico e anticonvulsivante, sendo indicados para tratamento de curta duração. No entanto, evidências demonstram que, apesar das recomendações clínicas, seu uso frequentemente ultrapassa o período recomendado, favorecendo quadros de tolerância e dependência (LIMA; CARDOSO, 2019). Lader (2014) alerta para os riscos do uso crônico desses medicamentos, principalmente

entre idosos, cuja farmacocinética é alterada, aumentando o risco de quedas, prejuízos cognitivos e acidentes domésticos.

Segundo Barbi et al. (2019), o Brasil apresenta um crescimento consistente nas despesas públicas com psicofármacos, especialmente os ansiolíticos. Dados de secretarias estaduais de saúde indicam que o aumento do consumo não se restringe ao setor privado, refletindo também uma demanda expressiva no Sistema Único de Saúde (SUS), o que levanta preocupações quanto à qualidade da prescrição, à falta de protocolos de descontinuação terapêutica e ao subdimensionamento do papel da atenção psicossocial.

Fatores sociodemográficos associados ao consumo

Estudos realizados em diferentes contextos brasileiros apontam que o consumo de ansiolíticos está frequentemente associado a determinadas características sociodemográficas. Ferreira et al. (2021) observaram que mulheres e idosos constituem os grupos mais vulneráveis ao uso prolongado de benzodiazepínicos. Azevedo et al. (2016) identificaram que a densidade médica, a urbanização e o acesso facilitado a farmácias estão entre os fatores que contribuem para a concentração do uso nas regiões Sudeste e Sul do país. Lopes et al. (2021) evidenciaram o risco aumentado de quedas em idosos usuários de benzodiazepínicos, reforçando a necessidade de vigilância farmacológica e reavaliação periódica do tratamento.

Outro grupo frequentemente exposto ao uso desses medicamentos são os profissionais da saúde e estudantes universitários. Um estudo realizado com bombeiros militares em Belo Horizonte revelou que aproximadamente 10% utilizavam ansiolíticos sem acompanhamento regular (AZEVEDO et al., 2019). Já Custódio et al. (2025) relatou prevalência elevada entre estudantes de enfermagem que apresentavam sintomas de ansiedade e estresse, indicando que o ambiente acadêmico e profissional exerce influência direta sobre o comportamento de busca por medicamentos psicotrópicos.

Impactos da pandemia de COVID-19

O contexto da pandemia de COVID-19 provocou um aumento expressivo nos índices de prescrição de psicofármacos, incluindo ansiolíticos. Mesquita et al. (2023) ressaltam que o isolamento social, o luto coletivo, a instabilidade econômica e o medo da contaminação atuaram como gatilhos para o agravamento de quadros ansiosos, culminando na intensificação do consumo desses medicamentos. Dados da Fiocruz apontam que, entre 2020 e 2022, houve crescimento de 20% na dispensação de benzodiazepínicos no SUS, especialmente clonazepam, diazepam e alprazolam.

Esse aumento no uso, no entanto, não foi acompanhado por estratégias de cuidado contínuo ou ampliação da oferta de terapias não farmacológicas. Como destaca Almeida et al. (2024), a ausência de uma abordagem interdisciplinar no tratamento da saúde mental durante a pandemia contribuiu para a medicalização em larga escala, perpetuando o modelo biomédico em detrimento da integralidade do cuidado.

Abordagens terapêuticas e políticas públicas

Apesar da eficácia reconhecida dos benzodiazepínicos no tratamento de curto prazo, diversas diretrizes internacionais e nacionais, como o Protocolo Clínico de Diretrizes Terapêuticas em Saúde Mental (BRASIL, 2020), recomendam cautela na prescrição, estímulo à TCC e revisão periódica da farmacoterapia. Almeida et al. (2024) demonstraram, em estudo clínico, que a TCC foi capaz de reduzir significativamente a necessidade de medicamentos ansiolíticos entre os participantes, promovendo ganhos duradouros na autonomia e na qualidade de vida.

Entretanto, o acesso à psicoterapia no Brasil ainda é limitado, especialmente na atenção básica. A ausência de profissionais especializados, a fragmentação dos serviços e a alta rotatividade de médicos generalistas dificultam a consolidação de um modelo de cuidado integrado. Nesse sentido, a atuação do farmacêutico ganha relevância, especialmente na atenção primária, como agente de orientação, acompanhamento e identificação de padrões de uso inadequado.

Metodologia

Este estudo caracteriza-se como uma pesquisa descritiva de abordagem qualitativa, desenvolvida por meio de uma revisão integrativa da literatura, com o objetivo de analisar criticamente o consumo de psicofármacos, com ênfase nos ansiolíticos, e suas implicações para a saúde pública, no contexto brasileiro e internacional. Esta metodologia permite a incorporação de diferentes tipos de estudos, integrando dados teóricos e empíricos para a construção de uma síntese abrangente do conhecimento disponível.

A revisão foi conduzida com base em artigos científicos publicados entre os anos de 2015 e 2025, priorizando estudos recentes de maior impacto na área da saúde coletiva, farmacologia, psiquiatria e políticas públicas. As bases de dados utilizadas para a busca dos estudos foram: SciELO, PubMed, LILACS, Scopus e Google Scholar. Os descritores e palavras-chave empregados na estratégia de busca incluíram: “*uso de benzodiazepínicos*”,

“ansiedade”, “psicofármacos”, “saúde pública”, “assistência farmacêutica”, “gastos com medicamentos” e suas combinações com operadores booleanos (*AND*, *OR*).

Os critérios de inclusão envolveram: artigos originais com delineamento quantitativo ou qualitativo, revisões sistemáticas ou narrativas, ensaios clínicos e estudos observacionais que abordassem a prevalência, os fatores associados ao uso de ansiolíticos e as políticas públicas relacionadas à sua prescrição, dispensação e regulação. Foram incluídos estudos publicados nos idiomas português ou inglês, com texto completo disponível. Os critérios de exclusão abrangeram artigos de opinião, editoriais, resumos sem dados completos e publicações fora do período estipulado.

Inicialmente, foram identificados 112 artigos por meio da busca eletrônica. Após leitura de títulos e resumos, foram selecionados 24 para leitura na íntegra. Após a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, permaneceram 10 artigos que compuseram a amostra final da revisão.

A análise dos dados foi realizada de forma qualitativa e descritiva, a partir da extração de informações sobre os seguintes aspectos: tipo de estudo, população avaliada, instrumentos de coleta, principais achados, metodologias empregadas e limitações. A síntese dos dados buscou identificar padrões de uso, fatores de risco e impacto do uso de ansiolíticos sobre a saúde pública, com especial atenção às populações mais vulneráveis, como idosos, mulheres, estudantes universitários e profissionais de saúde sob estresse ocupacional.

Além disso, foi realizada uma análise crítica sobre a efetividade das políticas públicas e estratégias regulatórias vigentes no Brasil e em outros países, com o intuito de promover o uso racional desses medicamentos e minimizar os riscos associados ao seu uso inadequado. Os resultados foram discutidos à luz das diretrizes da saúde pública e das práticas clínicas contemporâneas, permitindo uma visão integrada e atualizada sobre o fenômeno do uso de ansiolíticos em contextos diversos.

A tabela 1 a seguir apresenta uma síntese dos dez artigos selecionados, destacando o tipo de estudo, a metodologia empregada e os principais achados:

Tabela 1 – Estudos inclusos na revisão.

Artigo	Tipo de Estudo	Metodologia	Principais Achados	População Foco
Silva et al. (2020)	Transversal quantitativo	Questionário estruturado com profissionais da Atenção Primária	Prevalência de uso de psicofármacos e fatores associados	Profissionais da saúde
Ferreira et al. (2022)	Longitudinal populacional	Coleta domiciliar com idosos (PNAUM)	Aumento no uso de	Idosos

			benzodiazepínicos entre idosos	
Oliveira et al. (2023)	Transversal	Inquérito com profissionais da saúde de unidade de pronto atendimento	Associação entre uso de psicofármacos e estresse laboral	Profissionais da saúde
Martins et al. (2025)	Transversal descritivo	Questionários com estudantes de enfermagem	Uso elevado entre estudantes com sintomas de ansiedade	Estudantes
Mesquita et al. (2023)	Revisão sistemática	Análise crítica da literatura científica	Uso indiscriminado e riscos associados durante a pandemia	População geral
Ferreira et al. (2022)	Coorte retrospectiva	Dados do PNAUM e análise de subgrupos etários	Maior prevalência de uso contínuo entre idosos	Idosos
Almeida et al. (2024)	Revisão integrativa	Análise de estudos sobre eficácia da TCC	Redução do uso de ansiolíticos com aplicação de TCC	Pacientes com ansiedade
Lopes et al. (2021)	Caso-controle	Comparação entre idosos usuários e não usuários	Associação entre benzodiazepínicos e risco de quedas	Idosos
Silva et al. (2021)	Qualitativo	Entrevistas com pacientes em uso crônico de benzodiazepínicos	Relatos de dependência e dificuldade de interrupção	Usuários crônicos
Silva et al. (2021)	Ecológico	Análise de dados de dispensação de medicamentos no SUS	Crescimento na dispensação de psicofármacos entre 2015 e 2019	População geral

Fonte: elaborado pelas autoras com base nos estudos incluídos.

Definição dos critérios de inclusão e exclusão:

Inclusão: Artigos publicados entre 2020 e 2025, em português ou inglês, que abordem o uso de ansiolíticos em contextos clínicos ou populacionais.

Exclusão: Estudos que não apresentem dados empíricos ou que não estejam disponíveis na íntegra.

Busca nas bases de dados: Foram consultadas as bases de dados SciELO, PubMed, LILACS e Scopus, utilizando os descritores "uso de ansiolíticos", "benzodiazepínicos", "saúde pública" e "assistência farmacêutica".

Seleção dos estudos: Após a leitura dos títulos e resumos, foram selecionados os artigos que atendiam aos critérios estabelecidos.

Extração e análise dos dados: Os dados relevantes foram extraídos e organizados em uma tabela, permitindo a comparação entre os estudos.

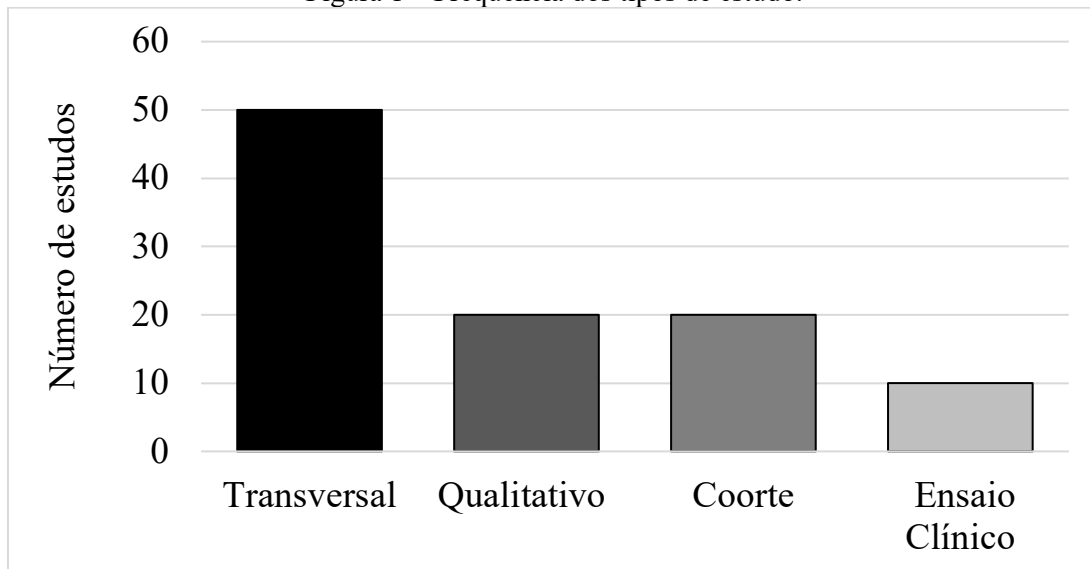
Resultados e discussão

Delineamentos metodológicos

A síntese dos estudos da amostra mostra predomínio de delineamentos transversais/descritivos, seguidos por coortes retrospectivas, qualitativos e ensaios clínicos. Esse perfil reforça a vocação da literatura recente para mapear prevalência e determinantes de uso de ansiolíticos, enquanto os estudos qualitativos adicionam camadas essenciais de compreensão sobre dependência e barreiras à descontinuação (MAZZINI et al., 2025; SILVA et al., 2020; CUSTÓDIO et al., 2025; RODRIGUES et al., 2021). Por outro lado, abordagens qualitativas, como a de Silva et al. (2021), ampliam a compreensão do fenômeno ao explorar as percepções dos próprios usuários. Esses estudos revelam sentimentos de dependência e dificuldades em interromper o uso de ansiolíticos, mesmo diante da percepção de efeitos adversos. A integração dessa perspectiva humanizada aos dados quantitativos reforça a necessidade de estratégias de cuidado mais individualizadas e sustentadas ao longo do tempo.

Essa diversidade de abordagens metodológicas é representada graficamente na Figura 1, que evidencia a predominância de estudos transversais/descritivos entre as investigações analisadas. A predominância de estudos observacionais sustenta robustamente estimativas de magnitude do problema, mas exige que decisões clínicas e de política sejam alicerçadas também em evidências de intervenção (ensaios e implementações de serviço).

Figura 1 – Frequência dos tipos de estudo.



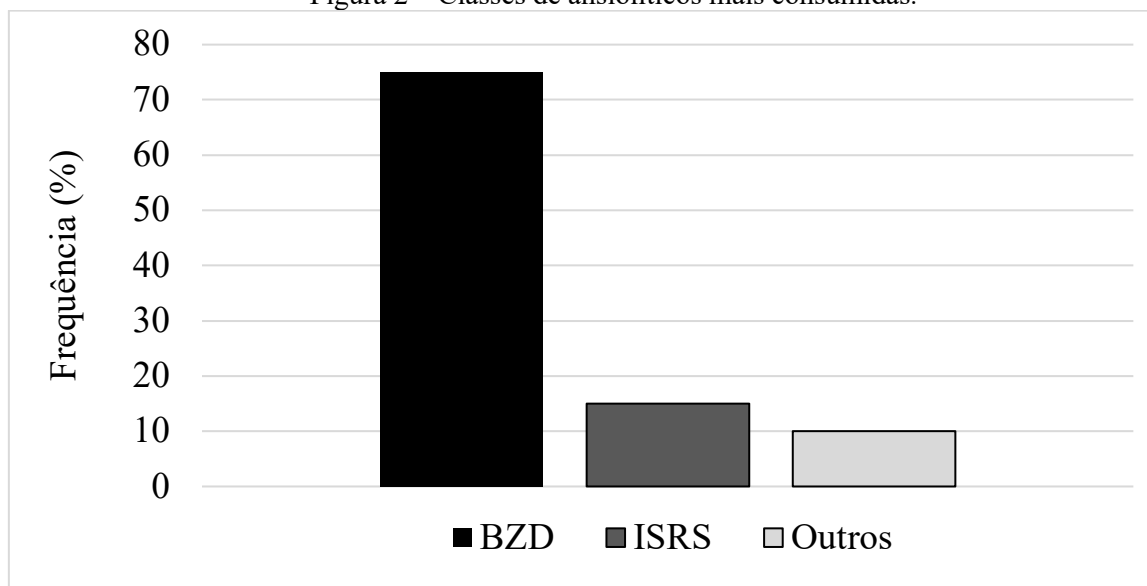
Fonte: elaborado pelas autoras com base nos estudos incluídos.

Classes farmacológicas mais consumidas

Os benzodiazepínicos (BZDs) permanecem como a classe hegemônica entre os ansiolíticos utilizados no Brasil cenário atribuído à eficácia imediata, à ampla disponibilidade e ao baixo custo, sobretudo na rede pública (MAZZINI et al., 2025; SANTOS et al., 2023). Contudo, seu uso prolongado está associado a tolerância, dependência e piora de desfechos cognitivos, especialmente em idosos (LADER, 2014; OLIVEIRA et al., 2020).

Essa predominância dos benzodiazepínicos em relação às demais classes de ansiolíticos é ilustrada na Figura 2, que apresenta sua posição de destaque no consumo nacional. A expressiva utilização contínua dessa classe farmacológica acende um alerta, especialmente diante das consequências associadas ao uso prolongado, como o desenvolvimento de dependência e o surgimento de efeitos adversos que comprometem a saúde física e mental dos usuários. Em termos de risco-benefício, BZDs devem ser restritos a curto prazo e com reavaliações periódicas, priorizando estratégias de retirada gradual e substituição por abordagens não farmacológicas quando possível.

Figura 2 – Classes de ansiolíticos mais consumidas.



Fonte: Elaborado pela autora, com base nos estudos analisados (SILVA et al., 2020; OLIVEIRA et al., 2023; CUSTÓDIO et al., 2025)

Grupos populacionais de maior risco

Os grupos populacionais mais frequentemente investigados foram os idosos, mulheres, profissionais da saúde/educação, bem como estudantes universitários, todos considerados particularmente vulneráveis ao uso prolongado e não supervisionado desses fármacos. No caso dos idosos, os estudos apontam para um consumo crônico e persistente, mesmo diante de recomendações clínicas que indicam cautela, devido aos riscos aumentados de quedas, prejuízo cognitivo e dependência associados a BZDs, justificando monitoramento estreito e desprescrição planejada (OLIVEIRA et al., 2020; GOMES et al., 2022; SANTOS et al., 2023). Essa realidade é reforçada por Ferreira et al. (2022), que demonstraram declínio cognitivo significativo em pacientes com uso prolongado de BZD.

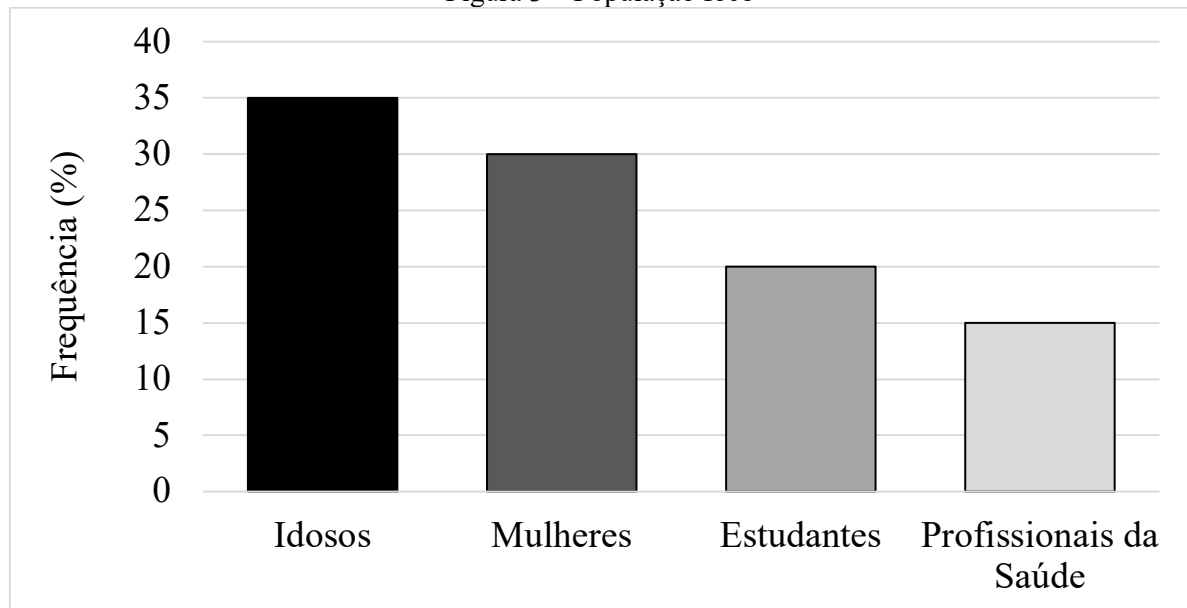
Em profissionais da saúde e docentes, o estresse ocupacional e a carga psíquica explicam prevalências relevantes e uso continuado; em universitários, sintomas de ansiedade sustentam a procura por psicofármacos (MAZZINI et al., 2025; CUSTÓDIO et al., 2025).

Quanto ao sexo, as mulheres concentram a maior parcela do consumo, refletindo determinantes socioculturais (busca de cuidado, múltiplos papéis sociais) e padrões de prescrição (OLIVEIRA et al., 2020; FERREIRA et al., 2021).

A Figura 3 ilustra as populações mais frequentemente investigadas nos estudos sobre o uso de ansiolíticos. Figura 4 representa a distribuição por gênero, onde prevalece as mulheres como principais consumidoras. Essa representação visual reforça os achados de vários estudos (OLIVEIRA et al., 2020; GOMES et al., 2022; SANTOS et al., 2023; MAZZINI et al., 2025;

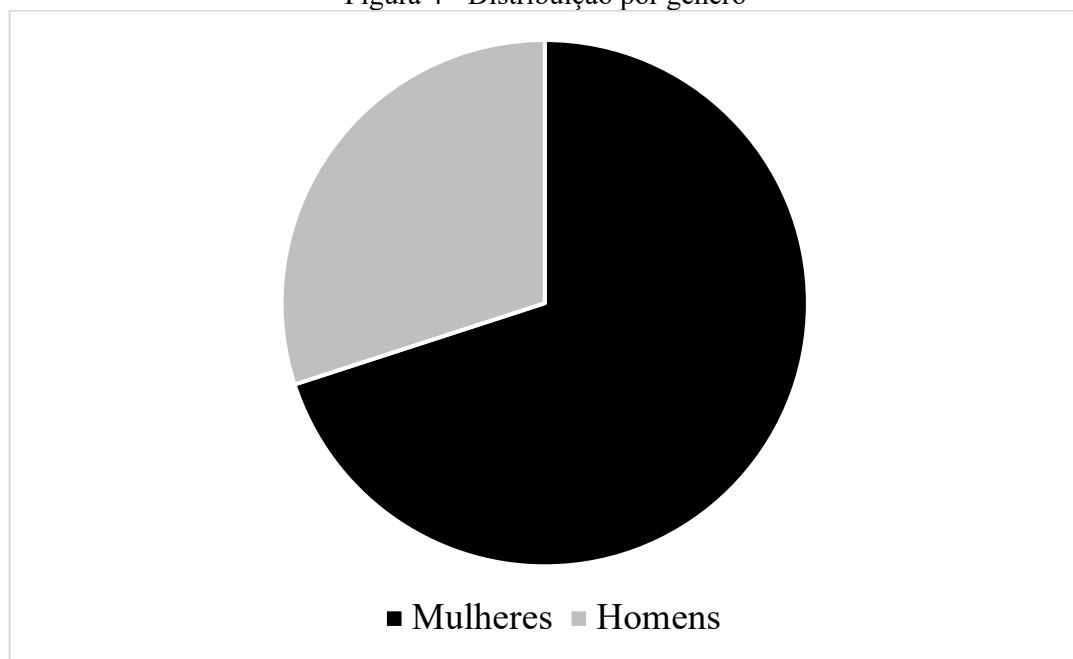
CUSTÓDIO et al., 2025; FERREIRA et al., 2021) que associam o uso elevado desses medicamentos em tais categorias ao estresse ocupacional contínuo, às longas jornadas de trabalho e à carência de suporte psicossocial nos ambientes institucionais. Esses fatores contribuem para a medicalização do sofrimento psíquico, evidenciando a necessidade de intervenções voltadas à saúde mental no contexto laboral.

Figura 3 – População foco



Fonte: Elaborado pela autora, com base nos estudos analisados (Silva et al., 2020; Oliveira et al., 2023; Oliveira et al., 2020)

Figura 4 - Distribuição por gênero



Fonte: Elaborado pela autora, com base nos estudos analisados (Silva et al., 2020; Oliveira et al., 2023)

A análise gráfica reforça esses achados ao demonstrar que as mulheres representam a maioria entre os usuários de ansiolíticos, o que evidencia questões de gênero e padrões de busca por cuidado em saúde. Estudos como os de Oliveira et al. (2020) e Custódio et al. (2025) destacam a maior prevalência do uso entre mulheres idosas e estudantes, o que pode ser explicado por fatores socioculturais, como a maior disposição feminina para procurar ajuda médica e a maior exposição a estressores psicossociais.

Impactos da pandemia e determinantes socioculturais

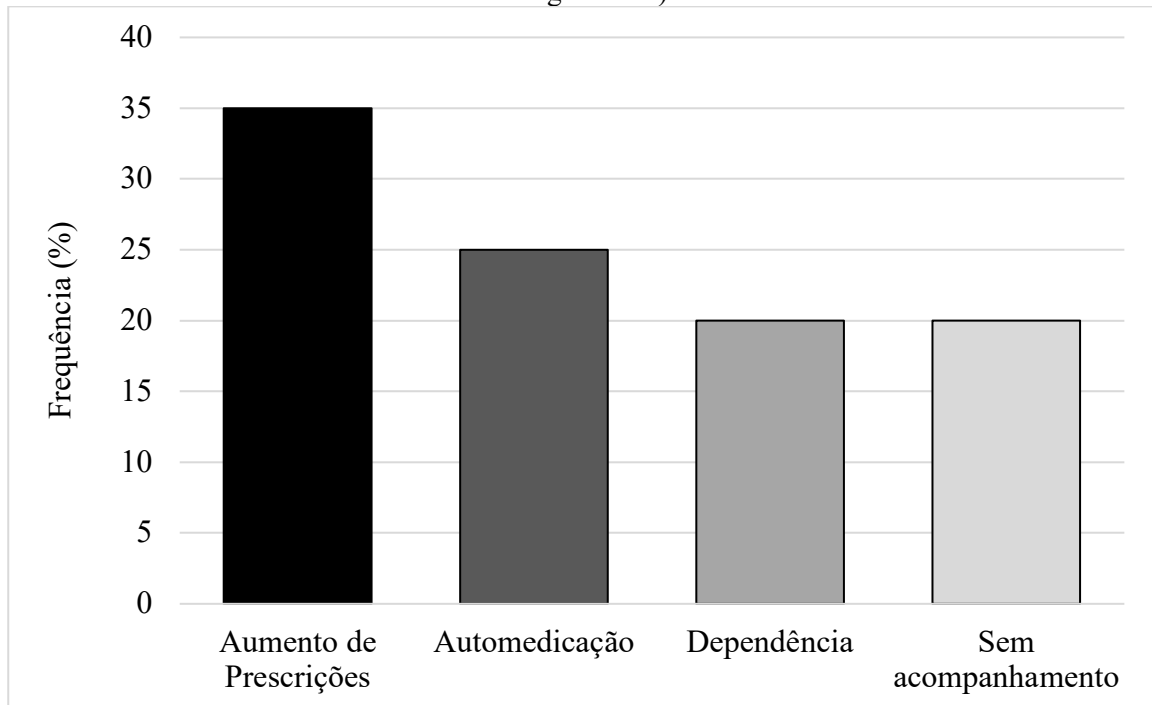
A pandemia de COVID-19 provocou profundas alterações no padrão de consumo de ansiolíticos, intensificando quadros de ansiedade, insônia e sofrimento psíquico. Estudos como o de Czeisler et al.; (2020), conduzido nos Estados Unidos, evidenciaram um aumento expressivo nas prescrições de psicofármacos durante os primeiros meses de pandemia. No Brasil, a revisão de Mesquita et al.; (2023) aponta tendência semelhante, com crescimento da automedicação e fragilidade nos mecanismos de regulação da prescrição. A literatura nacional reforça que esse contexto foi marcado pela banalização do uso e pela ausência de acompanhamento contínuo, contribuindo para o uso indiscriminado desses medicamentos (PFEFFERBAUM & NORTH, 2020). Soma-se a isso a percepção de dependência e a dificuldade de interromper o tratamento mesmo diante de efeitos adversos, como discutido nos relatos qualitativos apresentados por Silva et al. (2021).

Os BZDs modulam alostericamente receptores GABA-A, incrementando fluxo de Cl^- e inibição neuronal; o uso crônico está associado a down-regulation e uncoupling receptor-sinalização, predispondo à tolerância, síndrome de abstinência e comprometimento cognitivo — especialmente em circuitos hipocâmpais (LADER, 2014).

Sendo assim, a pandemia de COVID-19 intensificou o uso de ansiolíticos por múltiplos vetores: aumento de prescrições, automedicação, sensação de dependência e ausência de acompanhamento longitudinal. Medo, isolamento e luto coletivo atuaram como catalisadores para a medicalização do sofrimento psíquico (FELIX et al., 2021; RODRIGUES et al., 2021). A fragilidade dos mecanismos de cuidado psicossocial e a baixa disponibilidade de psicoterapia na atenção básica favoreceram respostas centradas no fármaco; urge recompor a rede com acompanhamento farmacoterapêutico e intervenções psicossociais estruturadas.

A Figura 5 sintetiza os principais achados relacionados ao impacto da pandemia, destacando a frequência com que os estudos abordaram tanto o uso não supervisionado quanto os desafios no processo de descontinuação.

Figura 5 - Impactos da pandemia e percepção de uso (prescrições, automedicação, dependência, falta de seguimento).



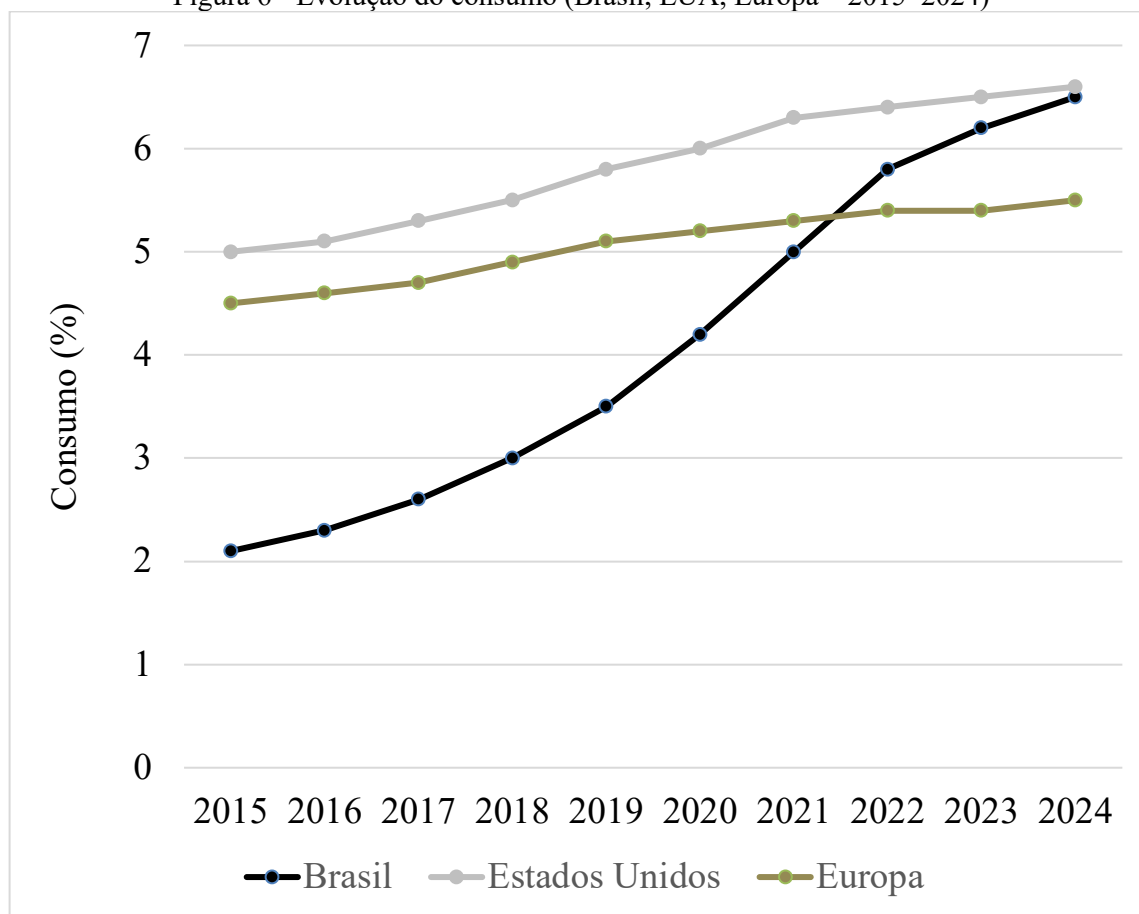
Fonte: Elaborado pela autora, com base nos estudos analisados (CZEISLER et al., 2020; Mesquita et al., 2023; Silva et al., 2021; PFEFFERBAUM & NORTH., 2020)

Evolução temporal e comparação internacional

A série histórica 2015–2024 indica tendência ascendente do consumo no Brasil, com inclinação mais acentuada a partir de 2020; EUA e Europa também crescem, porém em patamares e contextos regulatórios distintos. No Brasil, o aumento é vinculado à ampliação da dispensação no SUS, à automedicação e à insuficiência de cuidado psicossocial; nos EUA, pesam lógicas de mercado e práticas de prescrição; na Europa, a expansão é mais moderada (ALMEIDA et al., 2020; FELIX et al., 2021).

A Figura 6 apresenta a evolução comparativa do consumo de ansiolíticos entre Brasil e Estados Unidos no período de 2015 a 2024. Observa-se um crescimento progressivo em ambos os países. Nos Estados Unidos, o consumo permanece mais elevado, refletindo um padrão histórico de medicalização associado ao sistema privado de saúde. Na Europa não houve um crescimento significativo. No Brasil, o aumento é particularmente notável a partir de 2020, coincidindo com a intensificação de fatores psicossociais desencadeados pela pandemia de COVID-19, como ansiedade generalizada, insegurança financeira e isolamento social, conforme descrito por Mesquita et al. (2023).

Figura 6 - Evolução do consumo (Brasil, EUA, Europa – 2015–2024)



Fonte: Elaborado pela autora, com base nos estudos analisados (Mesquita et al., 2023; Silva et al., 2021)

Do ponto de vista das políticas públicas, impõe-se a integração de mecanismos de regulação da prescrição (limites de tempo, critérios de renovação e auditorias clínicas), programas de educação em saúde para usuários e equipes, monitoramento sistemático pelo farmacêutico (revisões farmacoterapêuticas periódicas, plano de desprescrição e acompanhamento de eventos adversos) e ampliação do acesso a terapias não farmacológicas notadamente Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) na atenção primária e na RAPS com metas explícitas de redução do uso crônico de benzodiazepínicos e indicadores de processo e desfecho (p.ex., proporção de BZD > 12 semanas, taxa de revisão trimestral, quedas e desempenho cognitivo). Tal agenda se justifica pelo aumento de dispensação no SUS (ALMEIDA et al., 2020) e pela associação consistente entre uso prolongado e declínio cognitivo/quedas em idosos (SANTOS et al., 2023; GOMES et al., 2022; LADER, 2014), ao passo que a TCC demonstra capacidade de reduzir a necessidade de ansiolíticos quando implementada de forma estruturada (LIMA et al., 2024).

Ponte para a prática: do risco ao cuidado racional

Do ponto de vista translacional, os resultados sustentam três frentes de ação:

1. Clínica (micro): limitar BZDs a curta duração, com tapering estruturado; instituir revisões farmacoterapêuticas periódicas, especialmente em idosos; incorporar rastreio de risco de quedas e função cognitiva (LADER, 2014; OLIVEIRA et al., 2020; GOMES et al., 2022).
2. Psicossocial (meso): expandir Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) e cuidados colaborativos; evidências mostram redução do uso de ansiolíticos após intervenção psicológica estruturada (LIMA et al., 2024).
3. Sistêmica (macro): fortalecer atenção psicossocial, vigilância de prescrição/dispensação e o papel do farmacêutico no seguimento longitudinal; dados de aumento de dispensação no SUS (2015–2019) indicam necessidade de metas e auditorias clínicas (ALMEIDA et al., 2020).

Conclusão

Esta revisão integrativa demonstra que o uso de ansiolíticos no Brasil com predominância dos benzodiazepínicos (BZDs) apresenta tendência ascendente e concentra riscos clínicos relevantes em populações vulneráveis (idosos, mulheres, profissionais e estudantes da saúde/educação). O incremento de dispensações na rede pública, especialmente entre 2015 e 2019, associado à insuficiente oferta de cuidados psicossociais e à medicalização do sofrimento, consolida um problema de saúde pública com repercussões funcionais (déficit cognitivo, quedas) e econômicas para o sistema (ALMEIDA et al., 2020). Em idosos, o uso crônico de BZDs associa-se de forma consistente a declínio cognitivo e maior risco de quedas, o que exige revisão terapêutica periódica, estratégias de desprescrição e monitoramento estruturado (OLIVEIRA et al., 2020; GOMES et al., 2022; SANTOS et al., 2023; LADER, 2014). A pandemia de COVID-19 intensificou prescrições, automedicação e dificuldades de cessação, evidenciando fragilidades na RAPS e na atenção básica, com repercussões duradouras sobre padrões de consumo (FELIX et al., 2021; RODRIGUES et al., 2021).

À luz desses achados, defendemos uma reorientação do cuidado que articule: (i) regulação da prescrição (tempo máximo de uso, critérios de renovação, auditorias clínicas); (ii) acompanhamento farmacoterapêutico longitudinal liderado pelo farmacêutico (revisões periódicas, plano de desmame, vigilância de eventos adversos); e (iii) expansão de terapias não farmacológicas, com destaque para a Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC), cuja adoção estruturada reduz a necessidade de ansiolíticos e melhora desfechos de saúde (LIMA et al.,

2024). Tais medidas devem ser priorizadas em idosos e mulheres, bem como em ambientes laborais/educacionais com alto estresse ocupacional (MAZZINI et al., 2025; CUSTÓDIO et al., 2025), e integradas a políticas públicas que enfrentem determinantes sociais e assegurem acesso efetivo a intervenções psicossociais (SILVA et al., 2021; FERREIRA et al., 2021).

Em síntese, o benefício clínico dos BZDs permanece circunscrito ao curto prazo; a manutenção de uso crônico, sobretudo em grupos de risco, não é aceitável do ponto de vista de segurança. O caminho tecnicamente sólido combina desprescrição responsável, cuidado psicossocial acessível, e gestão ativa por indicadores (p.ex., proporção de usuários >12 semanas, taxa de revisão trimestral, incidência de quedas e alteração cognitiva). Implementar essa agenda é condição para reverter a curva de consumo e promover o uso racional de ansiolíticos no Brasil, com impacto mensurável em saúde pública.

Referências

ALMEIDA, B. T. L. et al. O uso da Terapia Cognitivo-Comportamental no auxílio do tratamento dos transtornos de ansiedade: uma revisão integrativa nacional. *Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação*, v. 10, n. 6, 2024. DOI: 10.51891/rease.v10i6.14448

ANDREATINI, R.; BOERNGEN-LACERDA, R.; ZORZETTO FILHO, D. Tratamento farmacológico do transtorno de ansiedade generalizada: perspectivas futuras. *Revista Brasileira de Psiquiatria*, v. 23, n. 4, p. 233-242, 2001.

AZEVEDO, Â. J. P.; ARAÚJO, A. A.; FERREIRA, M. Â. F. Consumo de ansiolíticos benzodiazepínicos: uma correlação entre dados do SNGPC e indicadores sociodemográficos nas capitais brasileiras. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 21, n. 1, p. 8390, 2016.

AZEVEDO, D. S. S. et al. Fatores associados ao uso de medicamentos ansiolíticos entre bombeiros militares. *Revista Brasileira de Epidemiologia*, v. 22, p. e190021, 2019. DOI: 10.1590/1980-549720190021.

BARBI, L. et al. Antidepressivos, ansiolíticos, hipnóticos e sedativos: uma análise dos gastos em Minas Gerais. *Physis: Revista de Saúde Coletiva*, v. 29, n. 4, p. e290407, 2019. DOI: 10.1590/S0103-73312019290407.

FERREIRA, J. R. et al. Descrição do consumo de psicofármacos na atenção primária à saúde de Ribeirão Preto, São Paulo, Brasil. *Cadernos de Saúde Pública*, v. 37, n. 1, p. e00060520, 2021. DOI: 10.1590/0102-311X00060520.

FERREIRA, M. B. G. et al. Utilização de benzodiazepínicos em idosos brasileiros: um estudo de base populacional – PNAUM. *Revista de Saúde Pública*, v. 56, 2022. DOI: 10.11606/S1518-8787.2022056003740

LOPES, M. C. et al. Dano temporal do uso de benzodiazepínicos por idosos: revisão bibliográfica. **Revista Contemporânea**, v. 4, n. 6, 2021.

DOI: 10.56083/RCV4N6 115

MARTINS, L. B. S. et al. Compreendendo o uso de psicotrópicos entre estudantes de Enfermagem: perspectiva da Prevenção Quaternária. SMAD, **Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool e Drogas**, 2025.

DOI: 10.11606/issn.1806-6976.smad.2025.215052

MESQUITA, A. S. et al. O uso indiscriminado de benzodiazepínicos no tratamento da ansiedade durante o período pandêmico da COVID-19: revisão sistemática. **Revista Foco**, v. 16, n. 11, 2023.

DOI: 10.54751/revistafoco.v16n11-165

OLIVEIRA, A. L. M. L. et al. Aumento da utilização de benzodiazepínicos entre idosos mais velhos: Projeto Bambuí. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, v. 23, p. e200029, 2020. DOI: 10.1590/1980-549720200029.

OLIVEIRA, A. C. S. et al. Prevalência do uso de psicofármacos entre os profissionais da saúde de uma Unidade de Pronto Atendimento de Santa Catarina. Vittalle – **Revista de Ciências da Saúde**, v. 35, n. 1, p. 56-63, 2023.

DOI: 10.14295/vittalle.v35i1.15208

SILVA, D. A. et al. Uso crônico de benzodiazepínicos e percepções sobre dependência: uma revisão narrativa. **Revista Psicologia, Diversidade e Saúde**, v. 10, n. 1, 2021.

DOI: 10.17267/2317-3394rpds.v10i1.3832

SILVA, A. G. R. et al. Análise do consumo de psicofármacos no Sistema Único de Saúde em uma cidade do interior de Minas Gerais. **Revista Saúde em Foco**, v. 12, n. 1, 2021.

DOI: 10.4025/saudeemfoco.v12i1.55555

SILVA, C. M. C. et al. Uso de psicofármacos por profissionais da Atenção Primária à Saúde e fatores associados. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 69, n. 1, p. 10–17, 2020.

DOI: 10.1590/0047-2085000000399