



AÇÃO SOBRE AUTOMEDICAÇÃO E DEPRESSÃO NA ESF - BAIRRO GLÓRIA

Autor: Letícia de Campos¹, Eduarda Baiotto², Larissa Block³ e Lucas Kals⁴

¹Trabalho da disciplina de vivências integradoras em saúde coletiva.

²Primeiro Autor - estudante do curso de nutrição 8º período.

INTRODUÇÃO

A automedicação é uma prática comum em nossa sociedade, onde muitas pessoas optam por se tratar sem o devido acompanhamento médico. Embora possa parecer conveniente, a automedicação apresenta riscos experimentais para a saúde, especialmente quando relacionada a condições de saúde mental, como a depressão. Segundo dados da Organização Mundial da Saúde (OMS), a depressão apresenta uma prevalência significativa na rede de atenção primária de saúde, afetando aproximadamente 10,4% da população, seja de forma instruída ou associada a um transtorno físico. Além disso, a OMS destaca que a depressão ocupa o 4º lugar entre as principais causas de ônus globais, representando cerca de 4,4% de todos os ônus causados por doenças ao longo da vida. Essas estatísticas ressaltaram a magnitude do impacto da depressão na saúde pública e a necessidade de orientações de tratamento e cuidado.

Caracterizada por sintomas como tristeza persistente, perda de interesse nas atividades diárias, alterações no sono e no apetite, a depressão pode causar um impacto profundo na qualidade de vida de um indivíduo. Diante desse quadro, é compreensível que muitas pessoas busquem soluções rápidas e fáceis para aliviar os sintomas da depressão. A automedicação surge como uma opção tentadora, no entanto, essa prática pode ter consequências graves e nocivas para a saúde.

Conforme descreve a Associação Brasileira das Indústrias Farmacêuticas (ABIFARMA), aproximadamente 80 milhões de pessoas no Brasil adotam a automedicação como prática. Essa alta adesão à automedicação levanta preocupações em relação à qualidade dos medicamentos disponíveis, ao não cumprimento das exigências de apresentação da receita médica e à falta de informação e orientação adequada na população em geral. É notório que o risco associado à automedicação está diretamente relacionado ao nível de instrução e

conhecimento dos indivíduos sobre medicamentos, bem como à disponibilidade de acesso adequado ao sistema de saúde.

METODOLOGIA

Este resumo expandido tem como objetivo abordar o tema da automedicação relacionada à depressão, com foco na unidade de saúde ESF GLÓRIA, localizada na cidade de Ijuí. Para coleta de dados, foi realizada uma entrevista com os agentes de saúde da unidade, que destacaram a preocupação com a prática da automedicação entre os usuários da unidade, bem como a alta demanda de pessoas que apresentam sintomas depressivos. Essas informações fornecidas pelos agentes de saúde constituem uma base importante para a compreensão do cenário local e orientam a necessidade de uma abordagem em relação à automedicação e à depressão. Com base nos relatos, foi realizada uma intervenção na sala de espera da unidade, direcionada aos pacientes presentes no dia, com o objetivo de enfatizar a importância do reconhecimento dos sintomas da depressão e a busca por ajuda profissional adequada. Além disso, a ação teve o propósito de conscientizar os pacientes sobre os perigos e riscos associados à prática da automedicação.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Na Unidade Básica de Saúde, uma atividade prática em forma de teatro foi realizada com o objetivo de conscientizar os pacientes sobre a depressão e a automedicação. A encenação envolveu alunos dos cursos de nutrição, biomedicina e farmácia proporcionando uma abordagem criativa e interativa para transmitir informações importantes sobre os assuntos discutidos. A peça retratou de maneira realista as consequências negativas da automedicação e os desafios enfrentados por pessoas que sofrem de depressão. Através de diálogos e momentos de reflexão, os indivíduos foram levados a refletir sobre a importância de buscar ajuda profissional e de evitar a automedicação como forma de enfrentar problemas de saúde mental.

Após a atividade, tivemos a oportunidade de ouvir o relato de uma paciente de 35 anos, que teve sua experiência pessoal com depressão. Ela também revelou que, mesmo após uma tentativa de suicídio, continua enfrentando os sintomas depressivos e lutando para superá-los.

Durante o processo de escuta e interação com os pacientes, foi notável a falta de acompanhamento de um profissional especializado, como o psicólogo, na unidade de saúde para lidar com os sintomas como os da depressão. Percebemos como a presença desse suporte

especializado poderia fornecer um ambiente de acolhimento e cuidado mais efetivo para aqueles que enfrentam essa condição. Além disso, ficou evidente que muitas pessoas ainda desconhecem e carregam estigmas em relação à depressão. O diálogo e a educação sobre a saúde mental são cruciais para combater esses preconceitos e promover uma compreensão mais ampla e empática da depressão. Ao desmistificar a doença e promover a conscientização, podemos ajudar a criar um ambiente mais solidário e oferecer apoio adequado às pessoas que sofrem com a depressão.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Embora a automedicação e a depressão sejam tópicos independentes, ambos compartilham um aspecto relevante: a importância de buscar ajuda profissional. A automedicação na depressão pode agravar os sintomas e retardar o tratamento adequado, enquanto a depressão requer uma abordagem multidisciplinar, envolvendo psicoterapia, medicamentos prescritos e o suporte de profissionais de saúde mental. A atividade prática em forma de teatro revelou-se uma maneira eficaz de engajar a comunidade, despertando consciência e promovendo ações positivas em relação à saúde mental e ao uso responsável de medicamentos. Ao trabalharmos para conscientizar as pessoas sobre esses temas e incentivá-las a procurar ajuda profissional, estaremos contribuindo para a promoção de uma sociedade mais saudável e bem informada, capaz de enfrentar os desafios da automedicação e da depressão de forma mais eficaz.

Palavras-chave: automedicação. depressão. saúde mental.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BRASIL. **Ministério da Saúde.** Depressão. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-aaz/d/depressao> . Acesso em: 21 jun. 2023.

KHAN ACADEMY. O que é depressão? Disponível em: <https://pt.khanacademy.org/science/health-and-medicine/mental-health/depression-and-related-disorders/a/what-is-depression> . Acesso em: 15 jun. 2023.

Automedicação. **Rev. Assoc. Med. Bras.** [online], 2001. Disponível em:
<https://www.scielo.br/j/ramb/a/TnxgvK9rywfMjXqYnHVdf6L/?lang=pt> . Acesso em: 21 jun.
2023.