

Desafios da Prevenção, Diagnóstico, Tratamento
e Cuidado na Sociedade Moderna

SAÚDE MENTAL

Edição XXIV

Capítulo 16

IMPACTOS DO USO PROLONGADO DE BENZODIAZEPÍNICOS NO TRATAMENTO DO TRANSTORNO DE ANSIEDADE GENERALIZADA

VITÓRIA PERLIN SANTIAGO¹
ANA BEATRIZ MESQUITA MARQUES DE ARAÚJO FARIA²
CAIO LIMA OLIVEIRA²
LETHICIA COSTA PARDINHO²
ROSANE MARA DOS SANTOS FERREIRA³
CIRO JOSÉ CAVALCANTE NASCIMENTO⁴
GABRIELA OLIVEIRA DE BRITO⁵

WAGNER CHARLES SOARES DE BARROS⁶
FILIPE LOPES LIMA XAVIER⁷
GISELE DE ARAUJO NEVES²
SARAH CARVALHO OLIVEIRA LIMA DORO⁸
MARIA EDUARDA ALVES MORAIS LUDOVINO²
LARA BRAGA DE LIMA²
ROSANA ONO⁸
CARLOS ALBERTO DOS SANTOS GARCEZ⁵

¹Discente – Medicina pela Universidade José do Rosário Vellano (UNIFENAS), Minas Gerais.

²Discente – Medicina pela Universidade de Rio Verde (UniRV), Goiás.

³Graduada – Médica formada pela Universidade Federal do Piauí (UFPI), Piauí.

⁴Graduado – Médico formado pela Faculdade Integral Diferencial (FACID), Piauí.

⁵Graduado(a) – Médico(a) formado pela Escola Superior de Ciências da Saúde (ESCS), Distrito Federal.

⁶Graduado – Psicólogo pelo Centro Universitário Luterano de Palmas (CEULP/ULBRA), Tocantins. Mestre em Filosofia pela Universidade Federal do Tocantins (UFT), Tocantins.

⁷Discente – Medicina pela Universidade de Rio Verde (UniRV), Campus Goianésia, Goiás.

⁸Discente – Medicina pela Faculdade de Medicina de Uberlândia (FAMEU), Minas Gerais.

Palavras-Chave: Benzodiazepínicos; Ansiedade Generalizada; Uso Crônico.

DOI

10.59290/978-65-6029-247-5.16

EDITORIA
P PASTEUR

INTRODUÇÃO

De acordo com o DSM-V (Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais, Quinta Edição), a ansiedade é definida como uma preocupação excessiva e difícil de controlar, que ocorre na maioria dos dias por pelo menos seis meses.

Nesse viés, os sintomas incluem inquietação, fadiga fácil, dificuldade de concentração, irritabilidade, tensão muscular e distúrbios do sono. Consequentemente, esses sintomas devem ser suficientemente severos para causar sofrimento significativo ou prejudicar o funcionamento social, ocupacional ou outras áreas importantes da vida do indivíduo (APA, 2013).

Em continuidade, o tratamento do transtorno de ansiedade generalizada (TAG) envolve uma abordagem multifacetada, incluindo psicoterapia e medicação. A terapia cognitivo-comportamental (TCC) é amplamente recomendada, pois ajuda os pacientes a identificar e modificar padrões de pensamento distorcidos. Ademais, medicamentos como antidepressivos e ansiolíticos podem ser prescritos para aliviar os sintomas. No entanto, é crucial considerar os riscos associados ao uso prolongado de benzodiazepínicos, buscando sempre alternativas terapêuticas mais seguras e eficazes.

Disponíveis desde 1960, os benzodiazepínicos (BZD) têm um controle rigoroso de sua prescrição devido ao seu potencial de adição. Assim, esse controle é exercido por meio do formulário azul e da retenção de receita. Apesar dessas restrições, os BZD continuam sendo uma das classes de psicofármacos mais prescritas atualmente. Além disso, são amplamente utilizados no tratamento de transtornos de ansiedade e insônia, demonstrando sua eficácia terapêutica em diversas condições clínicas (ROSENBAUM, 2005 apud NORDON, 2009).

Desse modo, observa-se que os benzodiazepínicos, reconhecidos por suas propriedades sedativas, hipnóticas, relaxantes musculares e anticonvulsivantes, são particularmente eficazes no tratamento de episódios agudos de ansiedade e insônia transitória. No entanto, o uso prolongado desses medicamentos merece atenção especial devido aos riscos associados. Nessa linha de raciocínio, esses riscos incluem potencial para danos à saúde, dependência, síndrome de abstinência e diversas reações adversas, que podem comprometer significativamente a qualidade de vida dos pacientes. (O'DONNELL, 2012 apud ZORZANELLI, 2019).

O uso contínuo de benzodiazepínicos pode resultar em dependência, tolerância e prejuízos cognitivos, como dificuldades de memória e concentração. Além disso, há um risco aumentado de quedas e fraturas, especialmente em idosos, devido à alteração na coordenação motora e no equilíbrio.

Ademais, o uso prolongado pode estar associado ao desenvolvimento de demência, destacando a necessidade de alternativas terapêuticas menos prejudiciais. Logo, estudos devem ser analisados referentes ao uso contínuo de benzodiazepínicos e sua recomendação para o tratamento do transtorno de ansiedade generalizada (TAG).

O objetivo desse estudo é analisar os impactos do uso crônico de benzodiazepínicos em pacientes com transtorno de ansiedade generalizada, avaliando os benefícios terapêuticos e os riscos associados. Assim sendo, a revisão abrange evidências científicas sobre a eficácia dos tratamentos e os potenciais efeitos adversos com o passar dos anos, orientando práticas clínicas mais seguras.

MÉTODO

Este estudo é uma revisão de literatura conduzida na base de dados SciELO e Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), utilizando os descritores “Benzodiazepínicos”, “Ansiedade generalizada” e “Uso crônico”. Assim, foram incluídos artigos publicados entre 2010 e 2025, com o objetivo de examinar os efeitos de longo prazo do uso de benzodiazepínicos em pacientes com transtorno de ansiedade generalizada (TAG). Desse modo, o processo de seleção dos estudos envolveu a triagem inicial dos títulos e resumos, seguida pela leitura completa dos artigos relevantes para garantir a inclusão de pesquisas que atendem aos critérios estabelecidos.

Nesse viés, os critérios de inclusão foram artigos que abordam tanto os benefícios terapêuticos quanto os riscos associados ao uso crônico de benzodiazepínicos em pacientes com TAG. Logo, estudos focados em outras condições ou que não exploram os efeitos a longo prazo foram excluídos.

Ademais, a análise dos artigos selecionados permitiu identificar os principais impactos do uso prolongado de benzodiazepínicos, considerando aspectos como eficácia terapêutica, desenvolvimento de dependência e tolerância, além de possíveis efeitos adversos cognitivos e psicomotores. Por fim, a revisão também buscou avaliar as estratégias de manejo e alternativas terapêuticas para minimizar os riscos associados ao uso prolongado desses medicamentos.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A princípio, é possível observar que o transtorno de ansiedade generalizada (TAG) é caracterizado por ansiedade e preocupações excessivas e desproporcionais em relação à probabilidade real ou ao impacto dos eventos antecipados. Assim, os indivíduos com TAG têm difi-

culdade de controlar suas preocupações, que interferem na atenção e no funcionamento diário. Os adultos frequentemente se preocupam com responsabilidades no trabalho, saúde, finanças e família, enquanto as crianças tendem a se preocupar com sua competência ou desempenho (APA, 2013).

Distinguindo-se da ansiedade não patológica, as preocupações associadas ao TAG são mais intensas, duradouras e interferem significativamente na vida cotidiana. Além disso, essas preocupações são frequentemente acompanhadas por sintomas físicos como inquietação, fadiga, dificuldades de concentração, irritabilidade, tensão muscular e distúrbios do sono. Desse modo, entende-se que essas características fazem com que as preocupações do TAG sejam mais angustiantes e difíceis de manejar em comparação às preocupações diárias comuns (DSM-V, 2013).

Portanto, indivíduos com TAG relatam sofrimento subjetivo constante e prejuízos significativos em várias áreas de sua vida, incluindo social, profissional e outras áreas importantes. Nesse viés, esses sintomas persistem por pelo menos seis meses e são acompanhados por pelo menos três dos sintomas adicionais mencionados, destacando a gravidade do transtorno e a necessidade de intervenções adequadas para o seu manejo eficaz.

Com base nos critérios diagnósticos estabelecidos pelo DSM-5 (**Figura 16.1**), é possível observar a complexidade e a abrangência do transtorno de ansiedade generalizada (TAG). Para melhor compreender as características distintas do TAG e facilitar seu diagnóstico preciso, é essencial considerar os diferentes sintomas e sua intensidade.

Dessa forma, a tabela a seguir apresenta uma visão detalhada dos critérios diagnósticos e dos sintomas mais frequentemente associados ao TAG, permitindo uma avaliação mais clara e objetiva do transtorno

Figura 16.1 Critérios diagnósticos do TAG

Critérios Diagnósticos	300.02 (F41.1)
<p>A. Ansiedade e preocupação excessivas (expectativa apreensiva), ocorrendo na maioria dos dias por pelo menos seis meses, com diversos eventos ou atividades (tais como desempenho escolar ou profissional).</p> <p>B. O indivíduo considera difícil controlar a preocupação.</p> <p>C. A ansiedade e a preocupação estão associadas com três (ou mais) dos seguintes seis sintomas (com pelo menos alguns deles presentes na maioria dos dias nos últimos seis meses).</p> <p>Nota: Apenas um item é exigido para crianças.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Inquietação ou sensação de estar com os nervos à flor da pele. 2. Fatigabilidade. 3. Dificuldade em concentrar-se ou sensações de "branco" na mente. 4. Irritabilidade. 5. Tensão muscular. 6. Perturbação do sono (dificuldade em conciliar ou manter o sono, ou sono insatisfatório e inquieto). <p>D. A ansiedade, a preocupação ou os sintomas físicos causam sofrimento clinicamente significativo ou prejuízo no funcionamento social, profissional ou em outras áreas importantes da vida do indivíduo.</p> <p>E. A perturbação não se deve aos efeitos fisiológicos de uma substância (p. ex., droga de abuso, medicamento) ou a outra condição médica (p. ex., hipertireoidismo).</p> <p>F. A perturbação não é mais bem explicada por outro transtorno mental (p. ex., ansiedade ou preocupação quanto a ter ataques de pânico no transtorno de pânico, avaliação negativa no transtorno de ansiedade social [fobia social], contaminação ou outras obsessões no transtorno obsessivo-compulsivo, separação das figuras de apego no transtorno de ansiedade de separação, lembranças de eventos traumáticos no transtorno de estresse pós-traumático, ganho de peso na anorexia nervosa, queixas físicas no transtorno de sintomas somáticos, percepção de problemas na aparência no transtorno dismórfico corporal, ter uma doença séria no transtorno de ansiedade de doença ou o conteúdo de crenças delirantes na esquizofrenia ou transtorno delirante).</p>	

Legenda: O diagnóstico do TAG é baseado em critérios específicos estabelecidos pelo Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM). **Fonte:** APA, 2013.

Sob essa análise, entende-se que o diagnóstico preciso do transtorno de ansiedade generalizada (TAG) é fundamental para a implementação de um plano de tratamento eficaz. Com base na avaliação clínica e nos critérios diagnósticos detalhados na tabela anterior, é possível identificar a gravidade e a extensão dos sintomas do paciente.

Seguinte este fluxo, permite-se a prescrição adequada de medicação, que pode incluir antidepressivos e ansiolíticos, buscando aliviar os sintomas e melhorar a qualidade de vida do paciente. Além disso, o diagnóstico correto orienta outras intervenções terapêuticas, como a terapia cognitivo-comportamental, promovendo um manejo mais completo e eficiente do

TAG. Portanto, o tratamento do TAG envolve uma combinação de medicação e psicoterapia.

Assim sendo, observa-se que a terapia cognitivo-comportamental (TCC) é amplamente recomendada, pois ajuda os pacientes a identificar e modificar padrões de pensamento distorcidos e comportamentos disfuncionais. No entanto, é essencial monitorar o uso de benzodiazepínicos, considerando os riscos associados ao uso prolongado, como dependência e efeitos adversos. Por isso, alternativas terapêuticas mais seguras e a personalização do tratamento são cruciais para otimizar os resultados e melhorar a qualidade de vida dos pacientes.

O estudo de D'avila *et al.* (2020) evidencia que o Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG) é uma patologia em expansão, causando

grande sofrimento à população. Desse modo, os autores destacam que o transtorno é significativo, acarretando sofrimento físico e psíquico específico. Logo, como toda doença, o TAG precisa ser compreendido e tratado de forma integral, considerando as particularidades de cada indivíduo que a vivencia.

Além disso, o estudo aponta que uma das formas mais eficazes de tratamento é a preparação adequada da equipe de saúde, além da importância da participação ativa da família do paciente no processo de prevenção e tratamento. Nesse sentido, a Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) foi identificada como uma das abordagens com melhores resultados nos pacientes analisados. Dessa maneira, a utilização de métodos de abordagem mais humanizada, juntamente com a interação social entre pacientes e seus familiares, quando associada a outras formas de tratamento, proporcionou melhorias significativas nos quadros clínicos.

Diante da relevância do tema, esses autores ressaltam a necessidade de mais pesquisas que não apenas embasam teoricamente, mas também fornecem evidências empíricas sobre os métodos de prevenção e tratamento efetivos, além de fornecerem melhores cuidados à população acometida pelo transtorno (D'AVILA, 2020).

Em continuidade, um estudo publicado por Nordon *et al.* (2009) permitiu observar o padrão de uso de benzodiazepínicos (BZD) por mulheres atendidas em uma Unidade Básica de Saúde (UBS), refletindo, dessa forma, as características de uma população de baixa renda e escolaridade. Assim sendo, constatou-se que a prevalência de uso entre essas mulheres foi mais de três vezes maior do que aquela relatada na literatura mundial, sendo que as principais usuárias pertenciam à faixa etária de 50 a 69 anos e eram, em sua maioria, analfabetas.

Além disso, verificou-se que o uso crônico de benzodiazepínicos de meia-vida longa era predominante, o que, conseqüentemente, acarreta maior risco de efeitos colaterais. Observou-se, ainda, que esse consumo ocorre frequentemente por razões inadequadas, com prescrição por médicos que, muitas vezes, não possuem formação específica para o manejo adequado dessas medicações. Por conseguinte, destaca-se nesse estudo que há alto índice de insucesso nas tentativas de interrupção do uso (NORDON, 2009).

Outro achado relevante por Nordon *et al.* (2009) foi que apesar de a maioria das prescrições ser realizada por clínicos gerais, até mesmo os especialistas demonstraram práticas inadequadas, uma vez que prescreviam benzodiazepínicos de meia-vida longa por períodos prolongados, sem seguir as diretrizes recomendadas. Ademais, verificou-se que muitas das queixas apresentadas pelas pacientes poderiam ser abordadas de forma mais eficaz por meio de intervenções psicossociais.

Por fim, ressalta-se a necessidade de novos estudos sobre o tema, considerando os potenciais danos associados ao uso prolongado de benzodiazepínicos. Além disso, enfatiza-se a importância da educação continuada e da reciclagem periódica dos profissionais de saúde de todas as especialidades, especialmente no que diz respeito ao uso racional, abuso, dependência e efeitos colaterais dessas medicações (NORDON, 2009).

CONCLUSÃO

Desse modo, entende-se que o uso prolongado de benzodiazepínicos no tratamento do transtorno de ansiedade generalizada (TAG) apresenta impactos significativos que exigem uma avaliação cuidadosa. Embora sejam eficazes no alívio imediato dos sintomas de ansiedade, esses medicamentos podem levar ao de-

envolvimento de dependência e tolerância, comprometendo a saúde dos pacientes em longo prazo.

Além disso, o uso contínuo de benzodiazepínicos está associado a prejuízos cognitivos e psicomotores, afetando negativamente a memória, a concentração e a coordenação motora, bem como aumentando o risco de quedas e fraturas, especialmente em idosos. Ademais, estudos indicam que o uso prolongado desses medicamentos pode estar relacionado ao desenvolvimento de demência, como a doença de Alzheimer.

Nesse viés, entende-se que essa associação ressalta a importância de monitorar os pacientes que utilizam benzodiazepínicos por períodos prolongados, visando minimizar os riscos à

saúde mental e física. Desse modo, a escolha do tratamento deve ser baseada em uma avaliação criteriosa dos benefícios e riscos, buscando sempre alternativas terapêuticas mais seguras e eficazes para o manejo do TAG.

Portanto, é fundamental que os profissionais de saúde considerem outras opções de tratamento, como a terapia cognitivo-comportamental e antidepressivos não-benzodiazepínicos, priorizando abordagens que promovam a segurança e o bem-estar dos pacientes. Dessa forma, é possível otimizar os resultados terapêuticos e melhorar a qualidade de vida dos indivíduos que sofrem de transtorno de ansiedade generalizada, evitando os efeitos adversos associados ao uso prolongado de benzodiazepínicos.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION (APA). Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, fifth edition (DSM-5). Washington, DC: American Psychiatric Publishing, 2013.

D'AVILA, L. I. *et al.* Processo patológico do transtorno de ansiedade segundo a literatura digital disponível em português - revisão integrativa. *Revista de Psicologia e Saúde*, Campo Grande, v. 12, n. 2, p. 155, jun. 2020. Doi: <https://doi.org/10.20435/pssa.v0i0.922>.

NORDON, D. G. *et al.* Características do uso de benzodiazepínicos por mulheres que buscavam tratamento na atenção primária. *Revista de Psiquiatria do Rio Grande do Sul*, v. 31, n. 3, p. 152, set. 2009. Doi: <https://doi.org/10.1590/S0101-81082009000300006>.

ZORZANELLI, R. T. *et al.* Consumo do benzodiazepínico clonazepam (Rivotril®) no estado do Rio de Janeiro, Brasil, 2009-2013: estudo ecológico. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 24, n. 8, p. 3129, 2019. Doi: <https://doi.org/10.1590/1413-81232018248.23232017>.