

Impactos de medicamentos benzodiazepínicos na qualidade de vida de pessoas portadoras de transtorno de ansiedade generalizada

Impact of benzodiazepine medications on the quality of life of people with generalized anxiety disorder

Impactos de las benzodiazepinas en la calidad de vida de las personas con trastorno de ansiedad generalizada

Recebido: 12/11/2021 | Revisado: 19/11/2021 | Aceito: 22/11/2021 | Publicado: 02/12/2021

Gean Cardoso Leite Barbosa

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3980-7288>

Faculdade Independente do Nordeste, Brasil

E-mail: gean.cardo28@gmail.com

Jamille Leal Ferraz

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7778-4582>

Faculdade Independente do Nordeste, Brasil

E-mail: jamilleferraz18@icloud.com

Leia Alexandre Alves

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8931-2112>

Faculdade Independente do Nordeste, Brasil

E-mail: leia@fainor.com.br

Resumo

Transtorno de ansiedade generalizada (TAG) é caracterizado pela preocupação excessiva crônica acompanhada de sintomas como inquietação, irritabilidade, fadiga, perturbação do sono, tensão muscular e/ou dificuldade de concentração. Os benzodiazepínicos (BZDs), até há poucos anos considerada a única classe de medicamentos utilizada para TAG, ainda continua presente nos tratamentos atuais, isso porque, quando comparada a outros medicamentos para ansiedade, parecem ser mais efetivos nos sintomas somáticos da doença. A grande preocupação quanto ao uso dessa classe farmacológica é o potencial de causar dependência e tolerância, principalmente quando utilizados de forma incorreta. Esse estudo foi realizado por meio de investigação exploratória-descritiva, com abordagem quali-quantitativa. A pesquisa foi realizada no mês de outubro de 2021, com clientes de uma drogaria, localizada na cidade de Vitória da Conquista (BA). Como instrumento de coleta de dados foi utilizado um questionário online com o objetivo de analisar os impactos dos medicamentos benzodiazepínicos na qualidade de vida de pessoas portadoras de transtornos de ansiedade generalizada. Foram entrevistadas 42 pessoas, com prevalência do sexo feminino (76,2%). Os participantes do estudo definiram como principais efeitos colaterais do tratamento: sedação excessiva (21,6%), dependência (19%), letargia (16,7%), diminuição dos reflexos (13,8%) e tolerância (12,6%). Quando questionados sobre os benefícios gerados após o início do tratamento com BZDs, 47,6% dos participantes definiram a diminuição dos sintomas da ansiedade como principal benefício, enquanto 35,7% estabeleceram como mais importante a qualidade do sono e outros 16,7% revelaram o início de ação rápido como o efeito positivo mais relevante. Desta forma, os dados coletados nesse estudo demonstraram que os benzodiazepínicos possuem tanto impactos positivos quanto negativos na qualidade de vida dos portadores de TAG, no entanto quando utilizados de maneira correta, os benefícios desses fármacos podem superar os riscos.

Palavras-chave: Benzodiazepínicos; Efeitos colaterais; Benefícios.

Abstract

Generalized anxiety disorder (GAD) is characterized by chronic excessive worry followed by symptoms such as restlessness, irritability, fatigue, sleep disturbance, muscle tension and/or difficulty concentrating. Benzodiazepines (BZDs), until a few years ago considered the only class of medication used for GAD, are still present in current treatments, because, when compared to other anxiety medications, they seem to be more effective in the somatic symptoms of the disease. The great concern about the use of this pharmacological class is the potential of causing dependence and tolerance, especially when used incorrectly. This is a study carried out by means of exploratory-descriptive research, qualitative-quantitative approach. The survey was conducted in October 2021, with customers of a drugstore, located in the city of Vitória da Conquista (BA). As an instrument of data collection, an online questionnaire was used with the objective of analyzing the impacts of benzodiazepine medications on the quality of life of people with generalized anxiety disorders. Forty-two people were interviewed, with a prevalence of females (76.2%). The participants of the study defined as the main side effects of the treatment: excessive sedation (21.6%),

dependence (19%), lethargy (16.7%), decreased reflexes (13.8%), and tolerance (12.6%). When asked about the benefits generated after starting treatment with BZDs, 47.6% of the participants defined the decrease in anxiety symptoms as the main benefit, while 35.7% set quality of sleep as most important and another 16.7% revealed the quick start of action as the most relevant positive effect. Therefore, the data collected in this study demonstrate that benzodiazepines have both positive and negative impacts on the quality of life of those with GAD, but when used correctly, the benefits of these drugs can overcome the risks.

Keywords: Benzodiazepines; Side effects; Benefits.

Resumen

Trastorno de Ansiedad Generalizada (TAG) se caracteriza por una preocupación excesiva crónica acompañada de síntomas como inquietud, irritabilidad, fatiga, alteraciones del sueño, tensión muscular y/o dificultad para concentrarse. Las benzodiazepinas (BZD), eran consideradas hasta hace pocos años la única clase de medicamentos utilizada para el TAG, en los tratamientos actuales aún siguen usándose porque parecen ser más efectivas en síntomas somáticos de la enfermedad al compararlas con otros medicamentos para la ansiedad. La gran preocupación relativa al uso de esta clase farmacológica es el riesgo potencial de inducir adicción y tolerancia, especialmente cuando se usa incorrectamente. Este es un estudio realizado a través de una investigación exploratoria descriptiva, con un enfoque cualitativo y cuantitativo. La encuesta se realizó en octubre de 2021, con clientes de una droguería, ubicada en la ciudad de Vitória da Conquista (BA). Para analizar los impactos de las benzodiazepinas en la calidad de vida de las personas con trastornos de ansiedad generalizada el instrumento de recolección de datos utilizado fue una encuesta en línea. Se entrevistó a 42 personas, con predominio de mujeres (76,2%). Los participantes del estudio relataron como principales efectos secundarios del tratamiento: la sedación excesiva (21,6%), la dependencia (19%), el letargo (16,7%), la disminución de reflejos (13,8%) y la tolerancia (12,6%). Cuando se les preguntó sobre los beneficios generados tras iniciar el tratamiento con BZD, el 47,6% de los participantes informó que su principal beneficio fue la reducción de los síntomas de ansiedad, mientras que el 35,7% informó sentir una mejor calidad del sueño y el 16,7% restante informó que el efecto positivo más importante fue su rápida respuesta. Por lo tanto, los datos recopilados en este estudio demuestran que las benzodiazepinas tienen impactos tanto positivos como negativos en la calidad de vida de los pacientes con TAG; sin embargo, los beneficios de estos medicamentos pueden superar los riesgos cuando se usan correctamente.

Palabras clave: Benzodiazepinas; Efectos secundarios; Beneficios.

1. Introdução

Estima-se que aproximadamente 450 milhões de pessoas em todo mundo sofrem de perturbações mentais ou neurobiológicas. A ansiedade, apesar de considerada uma reação natural e fundamental à autopreservação humana, quando em sua condição patológica é a segunda principal causa da diminuição da qualidade de vida das pessoas, ficando atrás apenas da depressão, considerada o principal motivo de incapacitação no mundo (Leão et al., 2018).

A ansiedade pode ser considerada um transtorno quando: é fundamentada em uma suposição falsa ou raciocínio falho sobre o potencial para perigo ou ameaça em determinadas situações; quando prejudica a capacidade do indivíduo de enfrentar as circunstâncias aversivas e/ou quando está presente por um período de tempo prolongado (Schönhofen et al., 2020)

Entre os transtornos ansiosos, encontra-se o Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG), caracterizado pela preocupação excessiva crônica acompanhada de sintomas como inquietação, irritabilidade, fadiga, perturbação do sono, tensão muscular e/ou dificuldade de concentração. Além disso, é um transtorno com altas taxas de comorbidade com outros transtornos de ansiedade e de humor (Vasconcelos et al., 2015).

O TAG é um dos transtornos de ansiedade mais subdiagnosticados e a terapia farmacológica pode ser utilizada com o propósito de melhorar a qualidade de vida do portador desse transtorno. Nessa condição o médico deve avaliar se a previsão de uso do medicamento é por um curto ou longo período. Se o período for menor que 12 semanas, pode ser utilizado um benzodiazepínico (BZD), porém se houver a possibilidade de uso mais prolongado, é melhor utilizar outra alternativa terapêutica (Zuardi, 2017).

Dessa forma, até há poucos anos considerada a única classe de medicamentos utilizada para TAG, os benzodiazepínicos ainda continuam presente nos tratamentos atuais, isso porque, quando comparado a outros medicamentos para ansiedade, parecem ser mais efetivos nos sintomas somáticos da doença. O efeito ansiolítico dos BZDs pode ser visto nas

primeiras seis semanas, sendo esse período de tratamento suficiente para que haja uma melhora na qualidade de vida das pessoas. Ainda assim, um importante parcela dos portadores de TAG recaem quando a medicação é suspensa após seis semanas, necessitando, assim, de um tratamento por um período maior (Andreatini et al., 2001).

Apesar de estar entre os grupos de medicamentos mais utilizados para o tratamento de ansiedade em todo o mundo, uma grande preocupação quanto ao uso de benzodiazepínicos é o seu potencial de causar dependência e tolerância, principalmente quando utilizados em doses maiores que o recomendado e por um período maior que o necessário para o tratamento, gerando um impacto negativo na qualidade de vida da pessoa. Além disso, algumas características farmacológicas dos BZDs também são fatores que influenciam nos problemas de dependência e crise de abstinência, como tempo de meia-vida e lipossolubidade (Nunes & Bastos, 2016).

Dessa forma, esse trabalho teve o objetivo de analisar os impactos negativos e positivos dos medicamentos benzodiazepínicos na qualidade de vida de pessoas portadoras de transtorno de ansiedade generalizada.

2. Metodologia

Trata-se de um estudo realizado por meio de investigação exploratória-descritiva, com abordagem quali-quantitativa. A pesquisa foi realizada com clientes de uma drogaria, localizada na cidade de Vitória da Conquista (BA). Como instrumentos de coleta de dados utilizou-se um questionário online, compartilhado por E-mail e/ou WhatsApp (a critério da preferência do participante). Após o aceite de participação do indivíduo, não era obrigatório a sua identificação, somente sua idade e sexo. As perguntas do questionário foram em relação a medicação dos entrevistados, benefícios do tratamento, efeitos colaterais e como o medicamento afeta sua qualidade de vida. Optou-se por um questionário semiaberto, no qual a maioria das perguntas eram fechadas e algumas discursivas ao final, com intuito de possibilitar respostas ricas, variadas e mais descritivas (Basto & Duquia, 2007).

A coleta foi realizada no mês de outubro de 2021. Os participantes foram convidados no ato da compra de qualquer medicamento da classe de benzodiazepínicos a preencher um questionário online enviado através do E-mail ou WhatsApp. Na seleção da amostra foi utilizado como critério de inclusão pessoas portadoras de transtorno de ansiedade generalizada que faziam o uso de medicamentos benzodiazepínicos e aceitassem participar do estudo. Foram excluídos portadores de outros transtornos de ansiedade e portadores de transtorno de ansiedade generalizada que faziam tratamento com outra classe farmacológica.

Foi disponibilizado um questionário online, através do e-mail (pbenzodia@gmail.com) criado único e exclusivamente para finalidade do estudo, acessado apenas pelos pesquisadores. As entrevistas foram realizadas através do Google Forms para preservar a integridade e fidelidade do que foi revelado pelos participantes. Ressalta-se que todos os participantes foram informados que a mesma seria usada apenas para fins acadêmicos e científicos.

Os dados adquiridos a partir desta pesquisa foram dispostos e compilados em um banco de dados utilizando o programa Microsoft Office Excel® 2010. Sua interpretação foi baseada na análise estatística descritiva contendo os resultados do questionário e apresentado por meio de gráficos e porcentagem dos resultados da pesquisa.

O estudo atendeu a resolução N°466, de 12 de dezembro de 2012 do Conselho Nacional da Saúde, o respeito pela dignidade humana e pela especial proteção devida aos participantes das pesquisas científicas envolvendo seres humanos, sendo aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Faculdade Independente do Nordeste (CEP/FAINOR) sob parecer N°52357221.6.0000.5578. Foi anexado o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido em todas as entrevistas e a identidade dos entrevistados foi tratada com padrões profissionais de sigilo, utilizando as informações somente para fins acadêmicos e científicos prevalecendo o bem-estar e a saúde da população de acordo com a declaração de Helsinque.

3. Resultados e Discussão

Foram entrevistadas 42 pessoas, das quais 76,2% são do sexo feminino e 23,8% do sexo masculino. Segundo Costa et al. (2019), o transtorno de ansiedade atinge aproximadamente 7,7% de mulheres no continente americano, enquanto os homens representam 3,6%, sendo esse resultado associado ao fato de as mulheres possuírem maior risco de desenvolverem transtornos de ansiedade ao longo da vida, possivelmente devido à pressão social, da jornada de trabalho e exposição a violência. Para a análise das idades dos participantes, foram consideradas três faixas etárias, conforme a Tabela 1.

Tabela 1. Faixa etária dos consumidores de benzodiazepínico participantes da pesquisa.

IDADE	PORCENTAGEM
21-25	62,2%
26-30	22,2%
30-50	15,6%
Total	100%

Fonte: Autores (2021).

O número de entrevistados em relação a idade revela que 62,2% dos participantes têm entre 21 e 25 anos, se tornando o número predominante; outros 22,2% têm de 26 a 30 anos e 15,6% possuem idade entre 30 e 50 anos. Um estudo realizado por Souza (2010), demonstrou-se comum a prevalência de TAG em jovens adultos, evidenciando que mesmo na população entre 18 e 24 anos foram relatados prejuízos do TAG na qualidade de vida e, por consequência, na funcionalidade do indivíduo.

Quanto ao consumo de álcool, 52,4% dos participantes deste estudo referem que fazem uso de bebida alcoólica durante o tratamento com benzodiazepínicos. De acordo com Auchewski et al. (2004), o uso concomitante de álcool e benzodiazepínicos pode provocar depressão respiratória grave pelo sinergismo do efeito depressor. A intoxicação resultante das duas substâncias pode ser fatal e ameaça diretamente a vida do paciente, mesmo que utilize o álcool apenas socialmente.

Das pessoas entrevistadas 52,4% disseram praticar alguma atividade física. A prática regular de exercícios físicos promove efeitos ansiolíticos e protege o organismo dos efeitos prejudiciais do estresse na saúde física e mental. Além disso, a atividade física constante tem apresentado resultados promissores em termos de saúde pública, principalmente no âmbito das reações emocionais que podem desencadear os transtornos de ansiedade (Araújo et al., 2007).

Outro dado importante foi que 54,8% dos participantes afirmaram fazer acompanhamento psicológico durante o tratamento com benzodiazepínicos. Segundo Zuardi (2017), a Terapia Cognitiva Comportamental (TCC) apresenta uma eficácia maior do que outras formas de psicoterapia, constituindo a primeira escolha para o TAG, pois procura desenvolver habilidades cognitivas que permite o paciente lidar melhor com algumas características muito frequentes no TAG, como: avaliação negativa de eventos, baixa tolerância com situações ambíguas, pouca confiança na solução de problemas, excessiva avaliação de alternativas antes de tomar decisões, entre outros.

Em relação a classe de benzodiazepínicos, a Tabela 2 expõe que o medicamento mais utilizado é o Clonazepam (45,2%), 23,8% dos entrevistados utilizam Alprazolam, 14,3% fazem uso de Diazepam, e em menor quantidade o bromazepam e Flurazepam, com respectivamente 11,9% e 4,8%. Conforme segue:

Tabela 2. Medicamentos mais consumidos pela população em estudo.

MEDICAMENTO	PORCENTAGEM
Clonazepam	42,2%
Alprazolam	23,8%
Diazepam	14,3%
Bromazepam	11,9%
Flurazepam	4,8%
Total	100%

Fonte: Autores (2021).

Segundo Andreatini et al. (2001), há pouca diferença entre os BZD em relação à eficácia como ansiolíticos, no entanto as características farmacocinéticas são importantes no momento da escolha desses fármacos. Por exemplo, BZDs de meia-vida longa são associados a menores sintomas e menor intensidade de síndrome de abstinência, enquanto os que não sofrem metabolização hepática e não apresentam metabólitos ativos seriam mais indicados para pessoas com diminuição da função hepática. Outros fatores que influenciam na escolha são o preço e a preferência do paciente.

De acordo com o Conselho Federal de Farmácia (2016), um desses compostos, o Clonazepam, comercializado com o nome de Rivotril, foi o sétimo remédio mais vendido em 2012 no Brasil, dado que foi considerado exagerado, visto que os benzodiazepínicos possuem venda controlada e precisam ser prescritos com um receituário especial.

Quando questionados sobre os benefícios gerados após o início do tratamento com BZDs, 47,6% dos participantes da pesquisa definiram a diminuição dos sintomas da ansiedade como principal benefício, enquanto 35,7% estabeleceram como mais importante a qualidade do sono e outros 16,7% revelaram o início de ação rápido como o efeito positivo mais relevante, conforme demonstrado na Tabela 3.

Tabela 3. Principal benefício gerado após o início do tratamento.

BENEFÍCIOS	PORCENTAGEM
Diminuição dos sintomas da ansiedade	47,6%
Melhora na qualidade do sono	35,7%
Início de ação rápida	16,7%
Nenhum	-
Total	100%

Fonte: Autores (2021).

Os benzodiazepínicos (BZD) possuem ação hipnótica e ansiolítica com efeitos notáveis, amplo índice terapêutico, boa tolerabilidade e baixo custo, além de trazer inegáveis benefícios no tratamento de transtornos mentais. Existem diversos estudos comprovando a eficácia dos BZD no TAG, com aproximadamente 35% dos pacientes tratados retornando a níveis normais de ansiedade e outros 40% apresentando melhora moderada. Além disso, em comparação com outros ansiolíticos, apresentam início do efeito mais rapidamente e possuem mais eficácia nos sintomas somáticos da ansiedade (Firmino et al. 2012; Andreatini et al. 2001).

Em relação aos pontos negativos, os participantes definiram como principais efeitos colaterais do tratamento sedação excessiva (21,6), dependência (19%), letargia (16,7), tolerância (12,6%) e diminuição dos reflexos (13,8%). Outros efeitos colaterais como constipação, retenção urinária, bradicardia, náusea e vômito representaram uma porcentagem menor e totalizaram 16,3%, enquanto 7,1% dos entrevistados revelaram não ter tido nenhum efeito colateral com o uso de

benzodiazepínicos, conforme demonstrado na Tabela 4.

Tabela 4. Principal efeito colateral observado após o início do tratamento.

EFEITOS	PORCENTAGEM
Sedação excessiva	21,6%
Dependência	19%
Letargia	16,7%
Diminuição dos reflexos	13,8%
Tolerância	12,6%
Constipação	2,3%
Retenção urinária	2,3%
Bradycardia	2,3%
Náusea	2,3%
Nenhum	7,1%
Total	100%

Fonte: Autores (2021).

Segundo estudo realizado por Nunes e Bastos (2016), os efeitos adversos que afetam as habilidades manuais estão associados a doses terapêuticas normais. Já a superdose do medicamento pode provocar sedação excessiva e o uso prolongado causar tolerância, sendo necessário ajuste de dose para eficácia terapêutica, além de poder gerar dependência, o que dificulta a retirada do medicamento. Além do uso prolongado, algumas características farmacológicas dos BZDs também são fatores que influenciam nos problemas de dependência e crise de abstinência, como tempo de meia-vida e lipossolubidade.

Tabela 5. Tempo de uso do Benzodiazepínico.

TEMPO	PORCENTAGEM
Menos de 1 mês	7,2%
De 1 a 3 meses	21,4%
Mais de 3 meses	71,4%
Total	100%

Fonte: Autores (2021).

Segundo Naloto et al. (2016), essa classe de medicamentos é frequentemente utilizada de forma incorreta. O exagero, a escassez, ou a utilização de forma errada do uso do medicamento dificulta o tratamento. O consumo prolongado dos benzodiazepínicos mesmo que seja em dosagens baixas, é um dos principais motivos para o aparecimento dos efeitos colaterais, principalmente tolerância e dependência. Dessa forma, o número de pessoas (71,4%) que utilizam esses medicamentos após três meses é preocupante.

Durante o tratamento, 54,8% dos entrevistados já tentaram interromper a medicação. Quando questionados a causa para a interrupção do tratamento, os participantes definiram como principais motivos os efeitos colaterais ocasionados pela medicação ou a melhora no quadro de ansiedade, não achando necessário continuar o tratamento. Dos 54,8% entrevistados que disseram tentar interromper o tratamento, 47,6% voltaram a fazer o uso da medicação, atribuindo como motivo da volta a dependência, crises de abstinência e piora no quadro de ansiedade.

Outro dado de relevância foi que 35,7% dos entrevistados observaram tolerância após um período utilizando benzodiazepínicos, necessitando aumentar a dosagem para obter os resultados desejados.

Em um estudo realizado por Orlandi e Noto (2005), o fenômeno da tolerância e/ou aumento progressivo da dose foi mencionado por vários entrevistados. Em relação ao desenvolvimento de dependência, os médicos de um modo geral

consideraram-se aptos a identificar um dependente, embora muito menos frequentemente tenham relatado êxito no tratamento dessa dependência. Esse estudo ainda afirma que, o uso prolongado de BDZs, ultrapassando o período adequado para tratamento, é o principal motivo para levar ao desenvolvimento de tolerância, abstinência e dependência.

4. Conclusão

O estudo desenvolvido com os portadores de TAG mostrou que, de fato, os benzodiazepínicos são efetivos no tratamento da doença, visto que promovem diminuição da ansiedade, melhora na qualidade do sono e apresentam início de ação rápido. Entretanto, foi observado que essa classe de medicamentos possui alguns riscos, principalmente quando utilizados em doses terapêuticas anormais e por um longo período de tempo, aumentando a chance de causar dependência ou tolerância.

Dessa forma, os efeitos colaterais de benzodiazepínicos podem se manifestar mesmo em doses terapêuticas normais, mas quando utilizados de maneira incorreta e/ou prolongada esses efeitos são acentuados gerando como principal problema a dependência e crises de abstinência durante a tentativa de retirada desses fármacos.

Portanto, os dados coletados demonstram que os benzodiazepínicos possuem tanto impactos positivos quanto negativos na qualidade de vida dos portadores de TAG, entretanto quando realizado da maneira correta, os benefícios desses fármacos podem superar os riscos.

Referências

- Andreatini, R., Boerngen-Lacerda, R., Zorzetto, D., (2001). Tratamento farmacológico do transtorno de ansiedade generalizada: perspectivas futuras. *Rev. Bras. Psiquiatr.* 23(4), 233-242. http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-44462001000400011&lng=en&nrm=iso.
- Araújo, S. R. C. M., Marco, T. L., & José R. (2007). Transtornos de ansiedade e exercício físico. 29(2). 164-171. <https://doi.org/10.1590/S1516-44462006005000027>.
- Auchewski, L. et al. (2004). Avaliação da orientação médica sobre os efeitos colaterais de benzodiazepínicos., 26(1), 24-31. <https://www.scielo.br/j/rbp/a/F3QNLqgGfyqsH49hmBQD35J/?lang=pt&format=pdf>.
- Bastos, D. L.J., & Duquia, P. R. (2007). Um dos delineamentos mais empregados em epidemiologia: estudo transversal. *Scientia Medica*, 17, 4, 229- 232.
- Conselho Federal de Farmácia. (2016). Medicamentos de risco.
- Costa, C. O. et al. (2019). Prevalência de ansiedade e fatores associados em adultos. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*. 68(2), 92-100. <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000232>.
- Firmino, K. F. et al. (2012). Utilização de benzodiazepínicos no Serviço Municipal de Saúde de Coronel Fabriciano, Minas Gerais. *Ciência & Saúde Coletiva*. 17(1). 157-166. <https://doi.org/10.1590/S1413-81232012000100018>.
- Leão, A. M. et al. (2018). Prevalência e Fatores Associados à Depressão e Ansiedade entre Estudantes Universitários da Área da Saúde de um Grande Centro Urbano do Nordeste do Brasil. *Revista Brasileira de Educação Médica*., 42(4), 55-65. <https://www.scielo.br/j/rbem/a/kyYq35bwkZKHpKRTjyqjMYz/?lang=pt&format=html>.
- Souza, L. D. d. M. (2010). Transtorno de ansiedade generalizada em jovens de 18 a 24 anos: prevalência, fatores associados, comorbidades, e impacto na qualidade de vida. *Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul*. <http://tede2.pucrs.br/tede2/bitstream/tede/708/1/422822.pdf>
- Naloto, D. C. C. et al. (2016). Prescrição de benzodiazepínicos para adultos e idosos de um ambulatório de saúde mental. *Ciência & Saúde Coletiva*. 21(4) 1267-1276. <https://doi.org/10.1590/1413-81232015214.10292015>.
- Nunes, B. S., & Bastos, F. M., (2016). Efeitos colaterais atribuídos ao uso indevido e prolongado de benzodiazepínicos. Saúde & Ciência Em Ação. *Revista Acadêmica do Instituto de Ciências da Saúde*., 3(1), 71-80. <http://revistas.unifan.edu.br/index.php/RevistaICS/article/view/234/177>.
- Orlandi, P. & Noto, A. R. (2005). Uso indevido de benzodiazepínicos: um estudo com informantes-chave no município de São Paulo. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*. 13(1), 896-902. <https://doi.org/10.1590/S0104-11692005000700018>
- Schönhofen, F. L. et al. (2020). Transtorno de ansiedade generalizada entre estudantes de cursos de pré-vestibular. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*. 69(3), 179-186. <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000277>.
- Vasconcelos, J. R. O., Lôbo, A. P. S., & Melo, V. L., (2018). Risco de suicídio e comorbidades psiquiátricas no transtorno de ansiedade generalizada. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*., 64(4), 259-265.
- Zuardi A. W. (2017). Características básicas do transtorno de ansiedade generalizada. *Medicina (Ribeirão Preto)*. 50(1), 51-55. <https://doi.org/10.11606/issn.2176-7262.v50isup11.p51-55>.