



Excesso de ansiolíticos pode prejudicar alunos

ESTUDAR. Observatório adverte que o uso de antidepressivos pelos jovens em época de exames pode levar à diminuição da memória

O Observatório de Interações Planta-Medicamento (OIPM) advertiu ontem que o "uso excessivo" de ansiolíticos e antidepressivos pelos alunos, em época de exames, pode "funcionar em contracorrente", porque a memória fica diminuída.

Os jovens são o alvo desta sema-

na da campanha "Aprender Saúde entre as Plantas e os Medicamentos", do observatório da Faculdade de Farmácia da Universidade de Coimbra (FFUC). "O uso de medicamentos na época dos exames traz vários problemas aos alunos", disse à Lusa a investigadora Ana Rute Nunes, adiantando que "muitas destas substâncias aumentam os níveis de neurotransmissores, mas o custo na atividade neuronal a curto e longo prazo pode ser muito elevado, dado que muitas [destas substâncias] são produzidas sem nenhum controlo e o impacto

que causam no organismo muitas vezes é imprevisível".

Por outro lado, alertou, "o uso excessivo de ansiolíticos e de antidepressivos", em época de exames, "pode funcionar em contracorrente, dado que a memória é diminuída com o seu consumo". Aconselhou ainda as pessoas a quem forem prescritas benzodiazepinas (ansiolíticos), como clonazepam, diazepam, flunitrazepam, ou antidepressivos (amitriptilina, citalopram, clomipramina, fluoxetina, nefazodona) a evitarem o consumo de álcool, de plantas ou extra-

tos, como a erva de São João (hipericão), sumos de laranja, de toranja e gíngko.

Já a coordenadora do observatório, Maria da Graça Campos, alertou os jovens para os riscos de misturarem álcool, drogas e outras substâncias psicoativas com medicamentos, afirmando que podem causar danos em saúde, "muitas vezes irreversíveis". "O consumo de álcool, drogas, incluindo as *smartdrugs* e outras substâncias psicoativas, como antidepressivos e ansiolíticos, continua a aumentar em Portugal".

"Os malefícios do álcool são so-

bejamente conhecidos e um excelente exemplo para explicar que uma dose elevada única pode conduzir ao coma alcoólico e consequente morte, enquanto o consumo crónico pode induzir toxicidade hepática (cirrose)", adiantou. Misturá-lo com medicamentos "pode causar várias falhas terapêuticas, desde a ineficácia de antibióticos ao efeito cumulativo de depressão do sistema nervoso".

Também a pílula contraceptiva pode sofrer interações com medicamentos ou produtos de origem natural, como alguns antiepilépticos (carbamazepina), o hipericão e laxantes.