



Expresso

02-03-2013

Periodicidade: Semanal

Classe: Informação Geral

Âmbito: Nacional

Tiragem: 131300

Temática: Saúde

Dimensão: 1260

Imagem: S/Cor

Página (s): 1/23

Jovens tomam ansiolíticos a mais

Médicos receitam por dia,
em média, quase 240
caixas de tranquilizantes
e antidepressivos
a adolescentes

P23

Adolescentes deprimidos, ansiosos e muito medicados

Em 2012 foram receitadas 87 mil caixas de antidepressivos e ansiolíticos a jovens. **Especialistas preocupados**

Texto **JOANA PEREIRA BASTOS**
Ilustração **ALEX GOZBLAU**

Os números impressionam e alarmam as próprias autoridades de saúde. No ano passado, foram receitadas todos os dias, em média, 238 embalagens de antidepressivos e tranquilizantes a adolescentes entre os 12 e os 19 anos. Segundo dados da consultora IMS Health, em 2012 os médicos prescreveram, no total, mais de 87 mil caixas destes psicofármacos a jovens na sua maior parte ainda em idade pediátrica.

"Estamos a assistir a uma medicalização absolutamente excessiva. Muitos médicos acham que um adolescente está deprimido só porque está triste e querem resolver rapidamente a situação com um comprimido. Mas a fatura pode ser pesada no futuro", alerta o psicólogo infantil Eduardo Sá, criticando a "banalização grave" de antidepressivos e ansiolíticos em Portugal.

Para o especialista, generalizou-se erradamente a ideia de que a tristeza é uma coisa má e que as pessoas são tanto mais felizes quanto menos experiências dolorosas tiverem na vida. Muitas vezes, diz, são os próprios pais a pressionar os médicos para que receitem estes medicamentos aos filhos, perturbados por os verem tristes ou ansiosos.

"Há a ideia de que os miúdos têm de crescer com imenso sucesso e sem a mi-

nima beliscadura no seu percurso. Mas ao protegerem demais os filhos, estão a debilitá-los. As 'nódoas negras' emocionais são importantes para que reúnam as competências necessárias para lidar com os obstáculos que vão encontrar ao longo da vida."

O psiquiatra Daniel Sampaio, especialista no acompanhamento de adolescentes, afirma não haver estudos que permitam concluir que os antidepressivos são receitados em demasia.

Mas a situação é diferente, e "muito preocupante", no caso dos ansiolíticos. "Há claramente um excesso de prescrição. São muitas vezes receitados indevidamente, sem justificação clínica, a adolescentes que têm conflitos com os pais, situações de indisciplina na escola ou problemas com colegas."

O problema, diz, é grave, uma vez que este tipo de tranquilizantes (benzodiazepinas) provoca forte dependência, "que no caso de um jovem pode depois perdurar a vida inteira".

"Há má prática clínica"

Mas o problema não existe apenas entre os adolescentes. Portugal é o país com maior consumo de benzodiazepinas (ansiolíticos como o Xanax ou o Lorazepam), dois "dos mais potentes e de ação mais rápida" prescritas em excesso e frequentemente por períodos demasiado longos, contrariando as recomendações

internacionais, critica Alvaro de Carvalho, diretor do Programa Nacional para a Saúde Mental. "Há má prática clínica", acusa.

De acordo com o responsável da Direção-Geral da Saúde (DGS), os ansiolíticos não devem ser consumidos por períodos superiores a três semanas, mas há milhares de portugueses que há meses ou anos os tomam todos os dias.

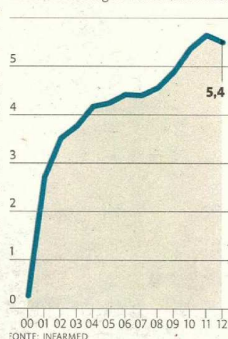
Além de provocarem dependência e alterações da memória e do raciocínio, estes fármacos têm uma ação apenas sintomática: "Retiram a ansiedade, mas não resolvem o problema de fundo". E podem "mascarar" uma depressão, que fica por tratar.

Para reduzir a prescrição destes medicamentos, a DGS vai organizar, em conjunto com o Infarmed e com a Ordem dos Médicos, uma ação de formação dirigida a todos os clínicos e em particular aos médicos de família — os que mais receitam tranquilizantes — sobre estas drogas. "É fundamental para que haja autocontenção na prescrição", justifica o diretor do Programa Nacional para a Saúde Mental.

Mas há um problema de fundo que dificilmente pode ser contornado com ações de formação, reconhece: "Em Portugal há uma tendência para consumos elevados de psicotrópicos, quer seja o álcool, as benzodiazepinas ou os antidepressivos. É uma questão cultural, que tem que ver com uma necessidade de anestesia e de fuga da realidade."

CONSUMO DE ANTIDEPRESSIVOS

Número de embalagens vendidas, em milhões



O psiquiatra José Gameiro concorda e defende que "o caso português devia ser estudado".

É preciso perceber exatamente a que se devem os consumos tão elevados destas substâncias. Ainda assim, há causas que aponta, sem hesitar. A "pressão da indústria farmacêutica junto dos médicos" para que prescrevam cada vez mais é uma delas. Assim como "a falta de apoio psicológico", que podia resolver muitas situações depressivas e perturbações de ansiedade sem recurso a fármacos.

"Os médicos de família têm 15 minutos para cada doente. Por

isso, só olham para os sintomas não para as pessoas. Por mais que queiram, não têm tempo para fazer mais", diz.

Poucos meios para ajudar

Rui Nogueira, vice-presidente da Associação Portuguesa de Medicina Geral e Familiar, concorda que faltam meios para acompanhar os mais vulneráveis. Além da escassez de psicólogos no SNS, há cada vez menos apoios sociais e à comunidade, por exemplo para garantir a ocupação dos idosos que estão sós.

"As pessoas vivem em situação de cada vez maior precariedade e há cada vez menos recursos disponíveis para as ajudar", lamenta. São cada vez mais os que aparecem a chorar nos centros de saúde. "Somos um povo envelhecido, pobre, deprimido e ansioso, a quem parece não acontecer nada de bom. As pessoas estão a sofrer."

O médico concorda que é necessário reduzir a prescrição de benzodiazepinas, mas duvida que o problema se resolva com ações de formação. "Muitas pessoas estão dependentes. Mesmo quando achamos que não é necessário prescrever, elas pedem, insistem, dizem que já não conseguem passar sem isso. É difícil ter à frente uma pessoa a sofrer e não a medicar. Não tendo outros meios de a ajudar, se não o fizermos estamos a abandoná-la ao seu sofrimento", desabafa.

jbastos@expresso.imprensa.pt

NÚMEROS

15

milhões de embalagens de ansiolíticos, sedativos e antidepressivos foram vendidos no ano passado em Portugal, segundo dados do Infarmed. Portugal é o maior consumidor da União Europeia

87

mil embalagens de ansiolíticos e antidepressivos foram receitadas em 2012 a adolescentes entre os 12 e os 19 anos. Os médicos de família são os principais prescritores de ansiolíticos. No caso dos antidepressivos, os psiquiatras superam, por pouco, as prescrições

Expresso

02-03-2013

Periodicidade: Semanal

Classe: Informação Geral

Âmbito: Nacional

Tiragem: 131300

Temática: Saúde

Dimensão: 1260

Imagem: S/Cor

Página (s): 1/23

