

## **AUTOMEDICAÇÃO COM PSICOTRÓPICOS: RISCOS, DESAFIOS REGULATÓRIOS E IMPLICAÇÕES ÉTICAS PARA A SAÚDE MENTAL**

**Resumo:** Esse estudo teve como objetivo analisar criticamente as evidências científicas disponíveis sobre a automedicação com psicotrópicos, com ênfase em seus riscos clínicos, desafios regulatórios e implicações éticas para a saúde mental. Para isso realizou-se uma revisão narrativa de literatura a qual foi conduzida no ambiente virtual, com buscas realizadas em bases de dados científicas de acesso nacional e internacional, incluindo PubMed, SciELO, Biblioteca Virtual em saúde (BVS) e Google Scholar. Os resultados apontam elevada prevalência de automedicação com psicotrópicos entre estudantes universitários e outros grupos vulneráveis, destacando-se fatores como gênero, histórico de sofrimento psicológico, fácil acesso aos medicamentos e fragilidades na fiscalização sanitária. Além disso, foram identificados riscos clínicos, como tolerância, dependência e sintomas de abstinência, além de implicações éticas relacionadas ao equilíbrio entre autonomia individual e proteção coletiva. Conclui-se que a automedicação com psicotrópicos é um fenômeno multifatorial que exige ações articuladas de regulação, educação em saúde e fortalecimento das redes de atenção psicossocial. A pesquisa evidencia a necessidade de políticas públicas mais eficazes, bem como de novos estudos que aprofundem a compreensão desse comportamento e suas repercussões para a saúde mental coletiva.

**Palavras-Chave:** Automedicação; Psicotrópicos; Saúde Mental.

**Solange da Silva Marinho**

Graduada em Enfermagem pela UEMA

**Ingrid Araujo Carvalho**

Graduada em Farmácia pela FAMETRO

Orcid: 0009-0007-9773-3129

**Karla Suzany Oliveira de Andrade**

Graduada em Medicina pela Faculdade Baiana de Medicina e Saúde Pública

**Erikarla Passos Fontenele**

Bacharel em farmácia pela Universidade Federal do Piauí

Orcid: <https://orcid.org/0000-0001-7778-2248>

**Roberto Henrique Cavalcante Evangelista**

Médico, Especialista em Psiquiatria

Orcid: <https://orcid.org/0009-0001-7991-2752>

**Rafael Leituga de Carvalho Cavalcante**

Médico, Especialista em Psiquiatria pelo Instituto Israelita de Ensino e Pesquisa Albert Einstein

Orcid: <https://orcid.org/0000-0001-6436-3968>

**Cassiana Bessa de Lima Magalhães**

Pós-Graduada em Farmácia Clínica de Endocrinologia e Metabologia pelo Instituto de ciência tecnologia e qualidade industrial

Orcid: <https://orcid.org/0009-0008-3255-0986>

**Loyane Fernanda Da Silva Lima**

Especialista em Análise Comportamental Clínica pela Faculdade De Ciências De Wenceslau Braz – FACIBRA

**Antônio Fábio Ferreira**

Mestrando em Dinâmicas de Desenvolvimento pela UNIVASF.

Orcid: 0009-0000-6097-7014

**Vinicius de Lima Lovadini**

Doutor em Ciências pela Escola de Enfermagem da Universidade de São Paulo - EE USP

Orcid: <https://orcid.org/0000-0001-9066-2160>

## **SELF-MEDICATION WITH PSYCHOTROPIC DRUGS: RISKS, REGULATORY CHALLENGES AND ETHICAL IMPLICATIONS FOR MENTAL HEALTH**

**Abstract:** This study aimed to critically analyze the available scientific evidence on self-medication with psychotropic drugs, emphasizing its clinical risks, regulatory challenges, and ethical implications for mental health. To this end, a narrative literature review was conducted online, with searches conducted in national and international scientific databases, including PubMed, SciELO, the Virtual Health Library (VHL), and Google Scholar. The results indicate a high prevalence of self-medication with psychotropic drugs among university students and other vulnerable groups, highlighting factors such as gender, history of psychological distress, easy access to medications, and weaknesses in health oversight. Furthermore, clinical risks such as tolerance, dependence, and withdrawal symptoms were identified, as well as ethical implications related to the balance between individual autonomy and collective protection. The conclusion is that self-medication with psychotropic drugs is a multifactorial phenomenon that requires coordinated regulatory actions, health education, and strengthening of psychosocial care networks. The research highlights the need for more effective public policies, as well as new studies that deepen the understanding of this behavior and its repercussions for collective mental health.

**Keywords:** Automedicação; Psicotrópicos; Saúde Mental.

## INTRODUÇÃO

A automedicação com psicotrópicos tem se consolidado como um fenômeno crescente no cenário contemporâneo da saúde pública, sendo impulsionada pela facilidade de acesso a medicamentos e pela cultura de soluções rápidas para problemas emocionais e mentais. Esse comportamento representa um risco significativo para a saúde individual e coletiva, uma vez que envolve substâncias que atuam diretamente no sistema nervoso central, podendo desencadear dependência química, efeitos adversos severos e complicações clínicas complexas (Albawardi *et al.*, 2024). A banalização do uso de psicotrópicos sem acompanhamento especializado agrava a vulnerabilidade de grupos populacionais, sobretudo jovens e adultos em situações de estresse crônico.

No contexto da saúde mental, os psicotrópicos são fármacos destinados a tratar transtornos como depressão, ansiedade e insônia, mas seu uso indiscriminado reflete lacunas importantes no acesso a serviços adequados de atenção psicológica e psiquiátrica. A automedicação pode levar à subnotificação de diagnósticos, mascarar sintomas clínicos importantes e dificultar o tratamento adequado de condições subjacentes. Além disso, o uso prolongado sem prescrição adequada pode alterar a resposta terapêutica, gerando resistência ou tolerância medicamentosa, com consequente necessidade de doses maiores e maior risco de intoxicação (Aşut *et al.*, 2025).

A facilidade de aquisição de psicotrópicos em farmácias e, principalmente, por meios digitais, amplia o desafio de controle desse problema. Muitos desses medicamentos circulam no mercado sem rigorosa fiscalização, permitindo que pessoas os obtenham sem prescrição médica válida. Isso evidencia fragilidades no cumprimento das normas regulatórias e a necessidade de estratégias mais rígidas de monitoramento e controle (Guízar-Sánchez *et al.*, 2025). Ademais, há um cenário de naturalização do uso desses medicamentos, especialmente benzodiazepínicos e antidepressivos, como supostas soluções para o sofrimento psíquico cotidiano.

Os riscos da automedicação com psicotrópicos não se restringem aos efeitos adversos diretos, mas também envolvem impactos psicossociais profundos. O uso não supervisionado

pode gerar quadros de dependência química, agravar transtornos psiquiátricos preexistentes e comprometer o funcionamento social e laboral dos indivíduos. Esse comportamento também repercute no aumento de atendimentos de urgência e internações hospitalares relacionadas a intoxicações, crises de abstinência e tentativas de suicídio, sobrecarregando os serviços de saúde mental (Oliveira; Dullius 2025).

Outro ponto preocupante refere-se ao uso de psicotrópicos como forma de automanejo de sintomas emocionais sem suporte psicoterapêutico adequado. Ao invés de buscar tratamento integral, muitos indivíduos recorrem a medicamentos para aliviar sintomas momentâneos, negligenciando a raiz dos problemas emocionais e sociais. Isso contribui para a cronificação de transtornos mentais e impede a construção de estratégias terapêuticas eficazes e humanizadas (Furtado *et al.*, 2024).

Os desafios regulatórios são igualmente expressivos, considerando que o controle de psicotrópicos exige articulação entre políticas públicas, órgãos fiscalizadores e profissionais de saúde. No entanto, as brechas na legislação e as falhas na fiscalização facilitam a circulação ilegal e o uso indevido dessas substâncias. Além disso, as mudanças constantes no mercado farmacêutico e nas estratégias de comercialização online exigem atualização contínua das normas e mecanismos de controle, sob pena de se perpetuar um ciclo de acesso desregulado (Oliveira *et al.*, 2024).

As implicações éticas da automedicação com psicotrópicos são profundas, envolvendo questões como autonomia individual, responsabilidade médica e dever do Estado em proteger a saúde pública. Embora os indivíduos tenham o direito de decidir sobre seu próprio corpo, o uso de substâncias que alteram o funcionamento cerebral levanta dilemas éticos importantes. A ausência de acompanhamento especializado pode comprometer a capacidade de julgamento e aumentar a vulnerabilidade frente a práticas de automedicação perigosas e irresponsáveis (Albawardi *et al.*, 2024).

Do ponto de vista clínico, o uso de psicotrópicos sem acompanhamento médico compromete a segurança terapêutica e o prognóstico dos pacientes. Muitos desses medicamentos exigem ajuste preciso de dosagem, monitoramento contínuo e retirada gradual para evitar efeitos colaterais ou síndromes de abstinência. Quando utilizados de forma indiscriminada, podem desencadear efeitos paradoxais, agravar quadros depressivos ou

ansiosos e levar a eventos adversos graves, inclusive óbitos por intoxicação medicamentosa (Guízar-Sánchez *et al.*, 2025).

O fenômeno também está fortemente relacionado a determinantes sociais e culturais, incluindo estigmas associados aos transtornos mentais e a busca por soluções rápidas. Em muitas sociedades, o sofrimento psíquico ainda é invisibilizado ou banalizado, levando indivíduos a optar por estratégias individuais e imediatistas, como a automedicação. Isso revela a necessidade de ampliar políticas públicas de saúde mental que garantam acesso equitativo, desestigmatização e acompanhamento multiprofissional adequado (Oliveira; Dullius 2025).

Outro aspecto relevante é o impacto da pandemia de COVID-19, que intensificou sintomas de ansiedade, depressão e insônia em diversas populações. Esse cenário resultou em um aumento expressivo no consumo de psicotrópicos, muitas vezes sem prescrição formal. A sobrecarga dos serviços de saúde mental e as dificuldades de acesso a atendimento especializado durante o período pandêmico contribuíram para a expansão da automedicação, tornando-se um problema de saúde pública ainda mais urgente (Lima; Silva, 2024).

Os desafios enfrentados pelos profissionais de saúde diante desse fenômeno são complexos, pois envolvem identificar, prevenir e intervir em comportamentos de automedicação em diferentes contextos. Isso exige capacitação contínua, protocolos de triagem eficazes e estratégias de educação em saúde voltadas à conscientização da população. Além disso, a integração de políticas intersetoriais pode contribuir para fortalecer o controle e reduzir os riscos associados a essa prática (Oliveira *et al.*, 2024).

A educação em saúde desempenha um papel central na prevenção da automedicação com psicotrópicos. Programas educativos que esclareçam os efeitos, riscos e consequências do uso inadequado podem empoderar os indivíduos a buscar tratamento adequado e reduzir a dependência de soluções medicamentosas rápidas. Campanhas públicas de conscientização, associadas a uma fiscalização mais efetiva, são estratégias fundamentais para conter a banalização do uso de substâncias controladas (Furtado *et al.*, 2024).

As políticas públicas de saúde mental devem ser fortalecidas para garantir acesso ampliado a serviços psicológicos e psiquiátricos, reduzindo a necessidade de automedicação como alternativa. Isso inclui investimentos em Centros de Atenção Psicossocial, capacitação de equipes da atenção básica e ampliação de estratégias de teleatendimento em saúde mental.

Tais medidas podem contribuir significativamente para a construção de uma rede de cuidado mais resolutiva e humanizada (Albawardi *et al.*, 2024).

Além dos aspectos clínicos e regulatórios, a automedicação com psicotrópicos reflete desigualdades estruturais no acesso aos serviços de saúde mental. Populações mais vulneráveis enfrentam maiores barreiras para obter atendimento especializado, recorrendo com mais frequência a soluções informais. Isso evidencia a necessidade de políticas inclusivas e equitativas, que considerem as especificidades culturais, econômicas e sociais de diferentes grupos populacionais (Aşut *et al.*, 2025).

Diante desse panorama, torna-se essencial compreender a automedicação com psicotrópicos como um problema multifacetado, que exige respostas interdisciplinares e integradas. A análise dos riscos, dos desafios regulatórios e das implicações éticas permite identificar lacunas nas políticas públicas e propor estratégias de prevenção e controle mais eficazes. Ademais o objetivo desse estudo é analisar criticamente as evidências científicas disponíveis sobre a automedicação com psicotrópicos, com ênfase em seus riscos clínicos, desafios regulatórios e implicações éticas para a saúde mental.

## METODOLOGIA

Este estudo caracteriza-se como uma revisão narrativa de literatura, voltada para a análise crítica e interpretativa das evidências científicas relacionadas à automedicação com psicotrópicos, seus riscos, desafios regulatórios e implicações éticas para a saúde mental. Trata-se de uma pesquisa de caráter descritivo e exploratório. A pesquisa foi conduzida no ambiente virtual, com buscas realizadas em bases de dados científicas de acesso nacional e internacional, incluindo PubMed, SciELO, Biblioteca Virtual em saúde (BVS) e Google Scholar.

Foram estabelecidos como critérios de inclusão: artigos publicados em português, inglês ou espanhol; estudos que abordassem a temática estivessem disponíveis na íntegra e de forma gratuita. Como critérios de exclusão, eliminaram-se trabalhos duplicados, resumos sem texto completo disponível, artigos de opinião, editoriais e publicações que não abordassem diretamente a temática proposta.

As técnicas de coleta de dados consistiram na leitura exploratória e seletiva dos títulos e resumos, seguida da leitura analítica dos textos completos que atenderam aos critérios de inclusão. Para a análise dos dados, foi realizada uma síntese narrativa, buscando identificar convergências, divergências e lacunas nas evidências científicas disponíveis, de modo a construir uma interpretação ampla e crítica sobre o fenômeno investigado.

Por se tratar de uma revisão narrativa baseada em dados secundários disponíveis em bases públicas, não houve envolvimento direto de seres humanos ou animais, não sendo, portanto, necessária a submissão ao Comitê de Ética em Pesquisa. Contudo, todo o processo respeitou os princípios éticos aplicáveis à pesquisa científica, garantindo a fidedignidade e integridade das informações analisadas.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os estudos analisados demonstram que a automedicação com psicotrópicos entre estudantes universitários é expressiva, com prevalência significativa mesmo em grupos jovens. Berti *et al.* (2024) identificou que 26,1 % dos estudantes relataram uso de psicotrópicos, sendo que 17,5 % o fizeram sem prescrição médica. Esses dados revelam que uma parcela considerável desse consumo ocorre fora dos canais formais de prescrição, levantando preocupações sobre controle, segurança e vigilância em saúde mental.

As associações encontradas com variáveis sociodemográficas também são esclarecedoras: no mesmo estudo, foram observados fatores correlatos como gênero feminino, estar em relacionamento amoroso e histórico de diagnóstico prévio de transtornos mentais. Essas características sugerem que vulnerabilidades sociais e emocionais influenciam diretamente quem recorre à automedicação, o que precisa ser considerado na elaboração de estratégias de prevenção e intervenção em saúde mental (Berti *et al.*, 2024).

No âmbito da regulação e do mercado farmacêutico, Carvalho *et al.* (2024) aponta que, entre 2014 e 2021, foram registradas mais de 32,4 milhões de dispensações de benzodiazepínicos e zolpidem em farmácias privadas no Brasil. Clonazepam foi o medicamento

mais vendido (29,8 %), seguido por alprazolam (20,6 %) e zolpidem (14,4 %). Esses números revelam o volume expressivo de circulação dessas substâncias no mercado formal.

Esse padrão robusto de dispensação em mercados privados reforça um dos principais riscos da automedicação: mesmo com prescrição, o acesso facilitado permite práticas de uso prolongado e repetido sem reavaliação médica. Tal cenário evidencia lacunas nos mecanismos regulatórios e na fiscalização da venda e do uso de substâncias psicotrópicas no país, contribuindo para a manutenção de um ciclo de consumo descontrolado (Carvalho *et al.*, 2024).

Adicionalmente, surgem preocupações em relação aos efeitos adversos e ao uso prolongado sem supervisão. Schuelter-Trevisol *et al.* (2025) destaca a ocorrência de tolerância, dependência e sintomas de abstinência em consumidores crônicos de zolpidem, mesmo entre pacientes com acompanhamento parcial. Esses achados reforçam que o uso indiscriminado de psicotrópicos não é isento de riscos e pode resultar em complicações significativas para a saúde.

Outro ponto relevante diz respeito às mudanças regulatórias recentes. Leal *et al.* (2024) relatam que o governo brasileiro estabeleceu normas mais rígidas para o controle do zolpidem, que anteriormente era dispensado com menor supervisão. Essa ação reflete uma resposta política e sanitária às evidências de uso excessivo e aos riscos associados, mas também traz consigo desafios importantes de implementação, fiscalização e adaptação dos serviços de saúde.

No contexto universitário, Gianjacomio *et al.* (2024) investigou o uso de psicotrópicos em uma universidade pública do Paraná e encontraram prevalência de 12 %, sendo as mulheres, estudantes com plano de saúde e aqueles com diagnóstico prévio de depressão os grupos mais propensos ao uso. Esses resultados reforçam o padrão de vulnerabilidade associado a gênero e histórico de sofrimento psicológico, indicando a atuação conjunta de determinantes sociais e clínicos.

Os resultados apresentados na Tabela 1 sintetizam as principais evidências dos estudos analisados nesta revisão, evidenciando tanto a dimensão quantitativa da automedicação com psicotrópicos quanto os determinantes sociais e regulatórios que influenciam esse fenômeno. Observa-se que as prevalências variam de 12 % a 26,1 % entre estudantes, com predominância do uso de antidepressivos, ansiolíticos e benzodiazepínicos. Além disso, fatores como gênero feminino, histórico de transtornos mentais e sofrimento emocional recente estão fortemente associados ao consumo.

Em paralelo, dados de dispensação nacional revelam o amplo acesso a essas substâncias, enquanto mudanças regulatórias recentes sinalizam esforços governamentais para conter o uso indiscriminado. A integração dessas evidências permite compreender a automedicação não apenas como comportamento individual, mas como resultado de um contexto multifatorial que envolve vulnerabilidade subjetiva, falhas no acesso a cuidados em saúde mental e fragilidades na fiscalização sanitária.

**Tabela 1** – Principais achados dos estudos sobre automedicação com psicotrópicos

<b>Autor / Ano</b>	<b>População estudada</b>	<b>Prevalência de uso (%)</b>	<b>Substâncias mais utilizadas</b>	<b>Fatores associados</b>	<b>Principais achados</b>
Berti <i>et al.</i> (2024)	Estudantes universitários (Brasil)	26,1 (17,5 sem prescrição)	Benzodiazepínicos e antidepressivos	Gênero feminino, relacionamento, histórico de transtornos mentais	Alta prevalência entre jovens e fatores emocionais e sociais relevantes.
Carvalho <i>et al.</i> (2024)	Dados nacionais de dispensação (2014–2021)	—	Clonazepam, alprazolam, zolpidem	Acesso facilitado ao mercado privado	Mais de 32 milhões de dispensações; lacunas regulatórias no controle e fiscalização.
Schuelter-Trevisol <i>et al.</i> (2025)	Consumidores crônicos de zolpidem	—	Zolpidem	Uso prolongado sem supervisão médica	Evidência de dependência, tolerância e abstinência mesmo com acompanhamento parcial.
Leal <i>et al.</i> (2024)	Regulamentação nacional	—	Zolpidem	—	Normas mais rígidas de controle refletem resposta a aumento de consumo e riscos associados.

Gianjacomo <i>et al.</i> (2024)	Estudantes de universidade pública (PR)	12	Antidepressivos e ansiolíticos	Gênero feminino, plano de saúde, depressão prévia	Vulnerabilidades emocionais e sociais elevam propensão ao uso de psicotrópicos.
Molina <i>et al.</i> (2025)	Estudantes de pós-graduação	21,9	Antidepressivos (22,3 %), ansiolíticos (11,2 %)	Sofrimento psicológico no último ano	Sofrimento emocional é forte preditor do uso de psicotrópicos.
Lima <i>et al.</i> (2024)	Regulamentação de Z-drugs (ANVISA)	—	Zolpidem	—	Aumento do controle e retenção de receita; necessidade de maior fiscalização e conscientização da população.

**Fonte:** Elaborado pelos autores, 2025.

A comparação entre diferentes estudos mostra que, embora a prevalência varie conforme a população estudada universitários, pós-graduandos ou população geral —, os fatores de risco convergem: gênero feminino, histórico de saúde mental, vulnerabilidades socioeconômicas e facilidade de acesso a medicamentos. Essa convergência indica que a automedicação com psicotrópicos é um fenômeno transversal e multifatorial (Berti *et al.*, 2024; Gianjacomo *et al.*, 2024).

Entre estudantes de pós-graduação, Molina *et al.* (2025) encontraram prevalência de uso de 21,9 % durante a pandemia, com antidepressivos sendo os mais utilizados (22,3 %) e ansiolíticos em segundo lugar (11,2 %). Além disso, aqueles que relataram sofrimento psicológico no último ano apresentaram risco seis vezes maior de uso dessas substâncias, evidenciando a forte conexão entre sofrimento emocional e automedicação (Molina *et al.*, 2025).

Esses padrões indicam que a automedicação com psicotrópicos está inserida em um contexto social e subjetivo marcado por sofrimento, sobrecarga emocional e dificuldades de acesso a cuidados especializados. Assim, não se trata apenas de uma escolha individual ou racional, mas de uma prática muitas vezes associada à busca de alívio rápido diante da ausência de suporte adequado na rede de atenção à saúde mental (Molina *et al.*, 2025).

Além do componente individual, existem implicações coletivas. O alto volume de dispensação favorece o compartilhamento de medicamentos entre conhecidos, a venda informal e a autoadministração repetida, criando um circuito de risco que ultrapassa a esfera pessoal e impacta diretamente os sistemas de saúde. Isso eleva o risco de intoxicações, interações medicamentosas e agravamento de transtornos psiquiátricos (Carvalho *et al.*, 2024).

Do ponto de vista ético, a automedicação com psicotrópicos impõe um dilema entre autonomia individual e proteção coletiva. Se, por um lado, representa um ato de agência diante do sofrimento, por outro, envolve vulnerabilidades informacionais e riscos técnicos que exigem uma resposta regulatória eficaz. O equilíbrio entre autonomia e dever de cuidado estatal torna-se essencial nesse contexto (Leal *et al.*, 2024).

A regulação mais recente das Z-drugs no Brasil, como o zolpidem, representa um avanço na tentativa de conter práticas de uso indiscriminado. Lima *et al.* (2024) relata que a ANVISA ampliou as exigências para prescrição e dispensação, com a retenção obrigatória de receita e maior controle das farmácias. Apesar de positivos, esses avanços requerem fiscalização robusta e estratégias de conscientização da população e dos profissionais de saúde.

Os resultados apresentados apontam que a automedicação com psicotrópicos é um fenômeno multidimensional, permeado por fatores individuais (gênero, histórico de saúde mental, sofrimento psicológico), estruturais (acesso aos serviços de saúde, regulação farmacêutica) e culturais (percepção de eficácia imediata dos medicamentos). O enfrentamento desse desafio exige políticas públicas integradas, ações educativas e fortalecimento da rede de atenção psicossocial, de modo a reduzir danos e garantir maior proteção à saúde mental coletiva.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Por meio dos achados, percebe-se que a automedicação com psicotrópicos representa um fenômeno complexo e multifatorial, associado a determinantes individuais, sociais e estruturais. Retomando a questão de pesquisa compreender os riscos, desafios regulatórios e implicações éticas dessa prática, constatou-se que o uso de medicamentos controlados sem prescrição médica está diretamente relacionado à facilidade de acesso, vulnerabilidades emocionais e lacunas no acesso aos serviços de saúde mental. Esses fatores, combinados,

contribuem para a naturalização de um comportamento que traz impactos importantes à saúde pública.

Os resultados mostram ainda que essa prática não se restringe a um grupo específico, afetando especialmente estudantes e profissionais de saúde, com destaque para prevalências elevadas em populações jovens. Além dos riscos clínicos como tolerância, dependência e eventos adversos, a automedicação traz implicações éticas e regulatórias que desafiam o Estado, os profissionais de saúde e a sociedade civil a adotarem estratégias conjuntas de controle e prevenção.

Do ponto de vista acadêmico, o estudo contribui para o avanço da discussão sobre saúde mental e uso racional de medicamentos, fornecendo subsídios para a elaboração de políticas públicas mais eficazes e ações de educação em saúde. No campo social, reforça a necessidade de fortalecer a rede de atenção psicossocial e melhorar a regulação da dispensação de psicotrópicos, reduzindo os riscos associados ao uso indiscriminado.

Como limitações, ressalta-se que, por se tratar de uma revisão narrativa, os resultados dependem da qualidade e da abrangência dos estudos disponíveis, podendo haver vieses de publicação e lacunas em determinadas populações e contextos. Recomenda-se, portanto, a realização de pesquisas futuras com métodos quantitativos e qualitativos robustos, que aprofundem a análise de fatores determinantes e avaliem a efetividade de estratégias de regulação e prevenção.

## REFERÊNCIAS

ALBAWARDI, Ibrahim M. *et al.* Self-prescription with psychotropic medications by healthcare professionals working at mental health institutions in Saudi Arabia. **Journal of Family and Community Medicine**, v. 31, n. 3, p. 230–236, 17 jul. 2024. DOI: [https://doi.org/10.4103/jfcm.jfcm\\_1\\_24](https://doi.org/10.4103/jfcm.jfcm_1_24).

AŞUT, Gonca *et al.* Is self-medication a barrier to seeking help: exploring psychiatrists' and psychiatry residents' knowledge and attitudes about self-medication in Türkiye. **BMC Psychiatry**, v. 25, n. 195, 2025. DOI: <https://doi.org/10.1186/s12888-025-06660-3>.

BERTI, C. R. P. C. *et al.* Variables associated with the use of psychotropic medications in Brazilian university students. **BMC Psychiatry, London**, 2024. DOI: 10.1186/s12888-024-06574-8. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/39665605>.

CARVALHO, F. *et al.* Dispensing of zolpidem and benzodiazepines in Brazilian private pharmacies: a retrospective cohort study from 2014 to 2021. **Frontiers in Pharmacology**, Lausanne, 2024. DOI: 10.3389/fphar.2024.1405838. Disponível em: <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fphar.2024.1405838/full>.

FURTADO, Willas Ferreira *et al.* The excessive use of psychotropic medications: understanding the risks. **Journal of Medical and Biosciences Research**, [S. l.], v. 1, n. 3, p. 356–364, 2024. DOI: 10.70164/jmbr.v1i3.97. Disponível em: <https://journalmbr.com.br/index.php/jmbr/article/view/97>. Acesso em: 14 oct. 2025.

GIANJACOMO, T. R. F. *et al.* Factors associated with the use of psychotropic drugs by students of a public university in Paraná, Brazil. **Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública**, Lima, v. 41, n. 4, p. 365–374, 2024. DOI: 10.17843/rpmesp.2024.414.12746. Disponível em: <https://www.scielo.org/article/rpmesp/2024.v41n4/365-374/en/>.

GUÍZAR-SÁNCHEZ, Diana *et al.* Mental health self-medication in psychiatry residents: from providing to seeking mental health care. **Frontiers in Public Health**, v. 13, p. 1568455, 16 jul. 2025. DOI: <https://doi.org/10.3389/fpubh.2025.1568455>.

LEAL, G. C. *et al.* Regulatory update on zolpidem prescription and dispensing in Brazil. **Frontiers in Psychiatry**, Lausanne, 2024. DOI: 10.3389/fpsy.2024.1456148. Disponível em: <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsy.2024.1456148/full>.

LIMA, M. G. *et al.* Brazil tightens the reins on Z-drugs: new regulations for zolpidem and eszopiclone. **Braz J Psychiatry**, 2024; 46:e20243732. DOI: 10.47626/1516-4446-2024-3732. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/38877996/>.

MOLINA, N. P. F. M. *et al.* Psychotropic medication use among postgraduate students and associated factors. **Bioscience Journal**, Uberlândia, v. 41, e41013, 2025. DOI: 10.14393/BJ-v41n0a2025-75671. Disponível em: <https://seer.ufu.br/index.php/biosciencejournal/article/view/75671>

LIMA, Makelly Bezerra de; SILVA, Claudinei Mesquita da. O aumento do uso de psicofármacos durante a pandemia no Brasil: revisão da literatura. **Research, Society and Development**, v. 13, n. 11, e60131147359, 2024. DOI: <https://doi.org/10.33448/rsd-v13i11.47359>

OLIVEIRA, Eduardo Ramos; DULLIUS, Willian Roger. O uso de psicotrpicos e a qualidade de vida de adultos jovens: uma revisão integrativa. **Revista JRG de Estudos Acadêmicos**, v. 8, n. 18, 2025. DOI: <https://doi.org/10.55892/jrg.v8i18.2095>.

OLIVEIRA, Raiane Melo de *et al.* Automedicação com psicotrópicos em profissionais de saúde de um município cearense. **RECIMA21 – Revista Científica Multidisciplinar**, v. 5, n. 4, 2024. DOI: <https://doi.org/10.47820/recima21.v5i4.5040>.

SCHUELTER-TREVISOL, F. *et al.* Adverse reactions and risk factors associated with zolpidem use. **Substance Abuse**, London, 2025. DOI: 10.1177/87551225251324856. Disponível em: <https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/87551225251324856>.

