



### **BALANÇO FINAL DO MÓDULO**

<b>Formando/a:</b>	Francisco Reis
<b>Ação:</b>	Técnico Auxiliar de Farmácia nº 6 - NSPRO
<b>Módulo:</b>	10149 – Noções básicas do sistema nervoso e o aconselhamento na farmácia
<b>Formador/a:</b>	Diana Vieira
<b>Data:</b>	18/05/2023

#### **Objetivos**

- Diferenciar o sistema nervoso do sistema nervoso autónomo.
- Reconhecer as principais patologias do sistema nervoso - ansiedade; depressão; alterações do sono; psicoses; epilepsia.
- Distinguir a terapêutica farmacológica da terapêutica não farmacológica.
- Identificar o papel da farmácia no aconselhamento de doentes com patologias do sistema nervoso e de cuidadores destes doentes.
- Aconselhar a utilização de medicamentos não sujeitos a receita médica (MNSRM) e produtos de saúde nas patologias/sintomatologia associada.

#### **Conteúdos**

- Sistema nervoso e suas patologias
  - Sistema nervoso periférico
  - Sistema nervoso autónomo (simpático e parassimpático)
  - Sistema nervoso somático
  - Sistema nervoso central
    - Encéfalo
    - Medula
  - Ansiedade
    - Hipofunção nor-adrenérgica
    - Hipofunção serotoninérgica
    - Hipofunção serotoninérgica
    - Hipofunção gabérgica
    - Perturbações do sono
      - Insónia e hiperinsónia
    - Depressão
    - Psicoses
- Terapêutica para a ansiedade
  - Ansiolíticos



- Benzodiazepinas (semi-vida curta, média e longa); efeitos secundários/contra indicações/precauções
  - Ansiolíticos não benzodiazepínicos
- Terapêutica para perturbações do sono
  - Insónia
  - Narcolépsia
- Terapêutica para depressão
  - Antidepressivos (efeitos secundários)
    - Tricíclicos
    - IRMAO
    - ISRS
    - IRSN
    - ISRN
    - Mirtazapina
- Terapêutica para psicoses
  - Antipsicóticos
- Perguntas a colocar ao utente
- Aconselhamento de medicamentos e outros produtos de saúde
- Encaminhamento para o médico

Os conteúdos abordados nesta UFCD – Noções básicas do sistema nervoso e o aconselhamento na farmácia, ministrada pela formadora Diana Vieira, irão ser uma mais-valia para o meu futuro, uma vez que, a formação me dará uma certificação de Técnico Auxiliar de Farmácia. Todos os conteúdos lecionados neste curso são de extrema importância para o trabalho a desempenhar no futuro.

As farmácias, amplamente disponíveis em comunidades e facilmente acessíveis, desempenham um papel vital na saúde pública, fornecendo medicamentos e orientação aos seus clientes. O aconselhamento sobre o sistema nervoso é, um serviço muito procurado por pessoas com problemas que vão desde a dor de cabeça, aos distúrbios do sono.

Como futuro técnico auxiliar de farmácia, possuo conhecimentos básicos acerca do sistema nervoso e das patologias que afetam a saúde emocional e mental dos clientes. Assimilei que o sistema nervoso é o responsável por coordenar e controlar as atividades corporais, composto pelo sistema nervoso central (SNC) - formado pelo cérebro e medula espinhal - e pelo sistema nervoso periférico - formado pelos nervos e gânglios nervosos. Por meio da transmissão de mensagens entre o cérebro e o resto do corpo, o sistema nervoso permite a comunicação entre os órgãos e a realização das funções corporais. Ademais, é responsável por regular funções vitais, como a respiração, os batimentos cardíacos e a pressão arterial.

Quando se trata de patologias relacionadas ao sistema nervoso, tenho compreensão das condições que afetam a saúde emocional e mental dos clientes, além de estar ciente das opções de tratamento disponíveis, permitindo-me aconselhar os clientes sobre os melhores tratamentos para eles.

As patologias comuns de ansiedade e depressão podem ser tratadas com terapia, que pode ser conduzida por um psicólogo ou psiquiatra, ou por meio de medicamentos disponíveis, como os inibidores seletivos da recaptção de serotonina (ISRS), inibidores seletivos da recaptção de noradrenalina (IRSN) e antidepressivos tricíclicos. Ansiolíticos, como as benzodiazepinas, também são uma opção de tratamento para a ansiedade, embora o uso desses medicamentos deva ser feito com cautela, pois podem levar à dependência e outras reações adversas.



Outras patologias relacionadas ao sistema nervoso incluem distúrbios psicóticos como a esquizofrenia, que também podem afetar significativamente a qualidade de vida do paciente. Geralmente, o tratamento da esquizofrenia envolve uma combinação de medicamentos antipsicóticos e terapia, como a terapia cognitivo-comportamental e a terapia ocupacional. Os medicamentos antipsicóticos ajudam a controlar os sintomas da esquizofrenia, como delírios e alucinações. No entanto, esses medicamentos podem causar efeitos colaterais indesejáveis, como ganho de peso e sonolência.

A epilepsia que é uma condição neurológica caracterizada por convulsões recorrentes, que podem variar em intensidade e duração. Existem diferentes tipos de medicamentos disponíveis para o tratamento da epilepsia, que ajudam a controlar as convulsões e reduzir o risco de ocorrência de crises. Alguns exemplos de medicamentos comumente usados incluem a carbamazepina, a fenitoína e o ácido valproico.

Os distúrbios do sono, como a insónia e a narcolepsia, também afetam a qualidade de vida dos clientes. Distúrbios que podem afetar significativamente a qualidade de vida dos clientes, prejudicando a capacidade de realizar atividades diárias e interferindo na saúde física e mental. Existem diferentes opções de tratamento para os distúrbios do sono, dependendo da causa subjacente e dos sintomas apresentados.

No caso da insónia, caracterizada pela dificuldade em adormecer ou manter o sono, as opções de tratamento incluem medicamentos hipnóticos, como os benzodiazepínicos e os não benzodiazepínicos, além de terapia cognitivo-comportamental, que ajuda a identificar e corrigir os hábitos e pensamentos que podem contribuir para o problema. Também é importante que os clientes adotem hábitos de sono saudáveis, como evitar o uso de dispositivos eletrónicos antes de dormir, ter um ambiente calmo e escuro para dormir e estabelecer uma rotina de sono regular.

Já a narcolepsia, caracterizada por sonolência excessiva durante o dia, pode ser tratada com medicamentos estimulantes, como a modafinila, que ajudam a melhorar o estado de alerta e a capacidade de realizar atividades diárias. Além disso, é importante que os clientes adotem um estilo de vida saudável, com hábitos alimentares adequados, atividade física regular e evitando o consumo de substâncias que interfiram no sono, como a cafeína e o álcool.

Como cada situação é única, caso seja necessário, é fundamental ressaltar a importância de procurar a orientação de um médico para obter um diagnóstico preciso e um tratamento adequado. Como futuro técnico auxiliar de farmácia, o meu objetivo é aprimorar a qualidade de vida dos clientes, oferecendo orientações sobre práticas saudáveis e o uso correto de medicamentos. Com base no conhecimento adquirido, poderei fornecer informações precisas e confiáveis sobre opções de tratamento, dosagens e efeitos colaterais dos medicamentos, de modo a prevenir complicações decorrentes do uso inadequado. Para atingir essa meta, é essencial salientar a importância de seguir as orientações médicas e informar sobre possíveis reações adversas. Além disso, pretendo ajudar os clientes a melhorar os seus hábitos de vida, fornecendo recomendações sobre dieta equilibrada, prática de exercícios físicos e outras medidas preventivas para manter uma boa saúde.

Agradeço à formadora Diana Vieira, todo o empenho demonstrado para que as sessões decorressem de uma forma entusiasmante, fazendo com que conseguíssemos adquirir de uma forma mais simples esta informação que considero de extrema importância.

**Palavras-Chave:** Sistema nervoso, Saúde emocional, Ansiedade, Depressão, Antipsicóticos, Esquizofrenia, Epilepsia, Distúrbios do sono, Insónia, Narcolepsia