



REVISÃO / REVIEW / REVISIÓN

Strategies used for the management of craving crack users: an integrative literature review

Estratégias utilizadas para o manejo do craving em usuários de crack: revisão integrativa da literatura
Estrategias utilizadas para la gestión del anhelo de crack: una revisión integradora de la literatura

Larissa Alves de Araujo Lima¹, Daniel Galeno Machado², Fernando José Guedes Silva Junior³,
Claudete Ferreira de Souza Monteiro⁴

ABSTRACT

Objective: To identify the scientific production on the strategies used for the management of craving. **Method:** This is a search integrative literature. Inclusion criteria were studies published in the last five years (2007-2012), original research, be confined to the selected theme and display the full text. Operationalized with seven studies. **Results:** The strategies developed by users depend on their age, education, age of onset of consumption, socioeconomic class among others. Practitioners also develop strategies designed to make users may discover other ways to enjoy themselves, thereby improving the quality of life. **Conclusion:** The strategies used are effective, but specific to each individual so there is a need to draw up an individualized care plan.

Keywords: Addictive behavior. Crack cocaine. Disorder related to substance use. Enfermagem.

RESUMO

Objetivo: identificar as produções científicas sobre as estratégias utilizadas para o manejo do *craving*. **Método:** Trata-se de uma pesquisa integrativa da literatura. Os critérios de inclusão foram estudos publicados nos últimos cinco anos (2007-2012), pesquisas originais, estar circunscrito à temática abordada e apresentar texto completo. Operacionalizou-se com 7 estudos. **Resultados:** As estratégias desenvolvidas pelos usuários dependem de suas idades, escolaridade, idade de início de consumo, classe socioeconômica entre outros. Os profissionais também desenvolvem estratégias na busca de fazer com que os usuários redescubram outras formas para divertirem-se, melhorando assim a qualidade de vida. **Conclusão:** As estratégias utilizadas são eficazes, mas particulares a cada indivíduo havendo assim, necessidade da elaboração de um plano de cuidados individualizado.

Palavras chave: Comportamento aditivo. Cocaína crack. Transtorno relacionado ao uso de substâncias. Enfermagem.

RESUMEN

Objetivo: Identificar la producción científica sobre las estrategias utilizadas para la gestión de las ansias. **Método:** Se trata de una búsqueda bibliográfica integrada. Los criterios de inclusión fueron estudios publicados en los últimos cinco años (2007-2012), la investigación original, se limitará al tema seleccionado y muestra el texto completo. Operacionalizado con siete estudios. **Resultados:** Las estrategias desarrolladas por los usuarios dependen de la edad, la educación, la edad de inicio del consumo, nivel socioeconómico, entre otros. Los profesionales también desarrollan estrategias para hacer que los usuarios pueden descubrir otras maneras de disfrutar de sí mismos, mejorando así la calidad de vida. **Conclusión:** Las estrategias utilizadas son eficaces, pero adaptadas a cada persona por lo que es necesario elaborar un plan de atención individualizada.

Palabras clave: Comportamiento adictivo. Cocaína crack. Trastorno relacionado con el consumo de sustancias. Enfermagem.

¹ Bolsista Pibic CNPQ. Graduando Enfermagem da Universidade Federal do Piauí. Membro do Grupo de Estudos Enfermagem, Violência e Saúde Mental. Email: larissaalves@hotmail.com

² Enfermeiro. Especialista em Docência do Ensino Superior. Mestrando da Universidade Federal do Piauí. Membro do Grupo de Estudos Enfermagem, Violência e Saúde Mental. Email: danielgalenoo@hotmail.com

³ Enfermeiro. Especialista em Saúde da Família. Mestre em Enfermagem pela Universidade Federal do Piauí. Membro do Grupo de Estudos Enfermagem, Violência e Saúde Mental. Email: fernandoguedesjr@gmail.com

⁴ Enfermeira. Doutora em Enfermagem. Professora da Universidade Federal do Piauí. Líder do Grupo de Estudos Enfermagem, Violência e Saúde Mental. Email: claudetefmonteiro@hotmail.com

INTRODUÇÃO

O uso do *crack* é considerado um grave problema de saúde pública devido ao crescimento do número de usuários, e ao potencial aumento da criminalidade que está associado a este fenômeno, aos custos para o governo e o reflexo, que este agravo representa, em toda a sociedade.

Aproximadamente 381 mil brasileiros (0,7% da população), já fizeram ou ainda fazem uso de crack, constituindo-se a terceira substância ilícita mais consumida no Brasil, a qual teve um aumento de 0,22% nos últimos sete anos. A maior parcela de usuários pertence ao sexo masculino, com faixa etária entre 16 a 34 anos, solteiros, com baixa renda e ensino fundamental incompleto. A região Nordeste consiste na terceira região brasileira que mais consome essa substância, atrás apenas do Sul e Sudeste⁽¹⁾.

Utilizado principalmente por via respiratória, o crack alcança o pulmão que é um órgão de grande superfície e bastante vascularizado e possui, portanto absorção instantânea, repercutindo rapidamente no sistema nervoso. Diante disso, apresenta rápido início de ação e maior intensidade quando comparada a outras drogas, porém com curta duração. Essa substância também produz euforia seguida de depressão, ansiedade, irritabilidade fácil, hiperatividade, insônia e inquietação motora⁽²⁾. Ao cessar esses efeitos inicia-se período de abstinência e o usuário sente necessidade de um novo episódio de consumo, o que caracteriza o craving. A avaliação da intensidade do craving é maior, quanto mais recente o último uso, portanto quanto mais tempo o usuário ficar sem a substância menor será o craving avaliado⁽³⁾.

O *craving* é responsável pela manutenção da dependência e é descrito como uma vontade de repetir o uso quando há sentimentos negativos ou algo que remeta lembranças ao uso da substância, alívio do afeto negativo e reforço do afeto positivo⁽⁴⁾. Pode ser definido também como uma vontade incontrolável de usar determinada substância e intenção se realizar esse desejo^(4,5).

O uso repetitivo e obsessivo, provocado pelo *craving*, retira o indivíduo da sua capacidade de discernimento e torna-o inconsequente, o qual passa a focar suas atitudes somente na obtenção da substância. Assim, o usuário pratica atividades ilícitas para aquisição da droga, dentre estas se destacam a troca de pertences, a prostituição, a

manipulação de pessoas, o acúmulo de dívidas e roubo⁽⁴⁾. Dessa forma, o *crack* reflete seus efeitos sobre toda a sociedade e causa prejuízos tanto aos próprios usuários como ao grupo social em que está inserido.

Logo, esse agravo merece atenção especial frente às autoridades e estudiosos com a finalidade do desenvolvimento de pesquisas que reduzam os danos e desenvolvam estratégias que controlem o *craving* e promovam a qualidade de vida dos usuários. Essas técnicas devem visar o relaxamento, a substituição da sensação negativa provocada pela substância e a adaptação às circunstâncias adversas e estressantes decorrentes da abstinência da droga⁽⁶⁾.

Devido à complexidade desses eventos, os profissionais devem tornar flexíveis seus conhecimentos e construir um atendimento particularizado, individualizado, em que o profissional deva ter conhecimento ampliado sobre as estratégias aplicadas a cada usuário, visto que uma determinada técnica pode ser eficaz apenas para determinado grupo de usuários⁽⁷⁾.

Diante desse contexto, este estudo tem por objetivo identificar as produções científicas sobre as estratégias utilizadas para o manejo do *craving*, que visam à melhoria do tratamento.

METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão integrativa da literatura que se configura como a mais ampla abordagem metodológica referente às revisões, a qual permite a inserção de estudos experimentais e não experimentais para o completo entendimento do fenômeno estudado. A opção por esse método justifica-se por identificar, analisar e sintetizar informações sobre um conteúdo específico oriundo de pesquisas primárias por grupos de estudos independentes⁽⁸⁾.

No desenvolvimento desta pesquisa foram adotadas as fases que tangem a revisão integrativa da literatura, a saber: elaboração da pergunta norteadora, pesquisa na literatura, coleta de dados, análise crítica dos estudos incluídos, discussão dos resultados e apresentação da revisão integrativa⁽⁸⁾.

Para localização dos estudos foram consultadas as bases de dados *Scientific Electronic Library Online* (SciELO), Literatura Latino-americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e a Base de dados de Enfermagem (BDEnf). Foram utilizados os seguintes descritores isolados: comportamento aditivo, cocaína *crack*, transtorno relacionado ao uso de substâncias,

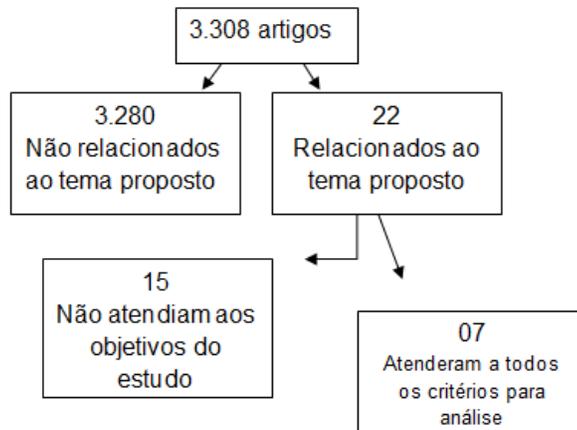
além da combinação dos descritores usuários de drogas *and* motivação.

Os critérios de inclusão foram estudos publicados nos últimos cinco anos (2007-2012), pesquisas originais, estar circunscrito à temática abordada e apresentar texto completo. Assim, foram identificadas 3.308 publicações e excluídas 3.286 de acordo com os critérios de inclusão e por serem estudos duplicados. Foram, também, excluídos 15 estudos por não atenderem aos objetivos propostos.

A revisão integrativa foi operacionalizada com 7 estudos.

Realizou-se a aplicação do instrumento⁽⁸⁾ para operacionalização da seleção dos estudos. O instrumento consiste na identificação do estudo, da instituição sede de realização do estudo, do tipo de publicação, das características metodológicas e avaliação do rigor metodológico⁽⁸⁾.

Figura 1 - Diagrama analítico do levantamento bibliográfico. Teresina, 2013.



RESULTADOS E DISCUSSÃO

O trabalho constitui-se de uma amostra variada composta de sete artigos, sendo o mais antigo publicado a menos de seis anos. Apresenta periódicos nacionais, nos quais três estudos foram publicados em periódicos de psicologia e psiquiatria, dois em

periódico especializado na área de saúde pública e dois em periódicos de medicina. Observa-se diante da diversidade de publicações que o uso de crack é uma questão multidisciplinar, cujo, profissionais de diversas áreas já se interessam em buscar estratégias para reduzir a dependência provocada por essa substância.

Tabela 1 - Caracterização do estudo por autor, ano, periódico, estado do estudo, método e resultados.

Autor/ Ano	Periódico/ Estado do estudo	Método	Resultados
Williams; Meyer; Pechansky (2007)	Psicologia: Teoria e pesquisa RS	Qualitativo	O jogo demonstra ser útil para trabalhar crenças típicas de jovens usuários de drogas e promover estratégias de enfrentamento em situações de risco.
Oliveira; Nappo (2008)	Rev. Saúde Pública SP	Qualitativo etnográfico	Embora a maioria dos usuários seja compulsivos, observou-se a existência do uso controlado, que merece detalhamento principalmente quanto as estratégias adotadas para o alcance.
Rangé; Marlatt (2008)	Rev. Bras Psiquiatr. RJ	Qualitativo	Mudanças no estilo de vida é o elemento central para reduzir recaídas, como redução de fonte de estresse, busca de um equilíbrio entre prazer e obrigação, prática de exercícios físicos, entre outros.
Zeni, Araújo (2009)	Rev. Psiquiatr. RS	Ensaio clínico do tipo quase-experimental de análise quantitativa	O relaxamento respiratório reduz o craving e ansiedade provocado pelo crack.
Araujo, et al. (2010)	Rev HCPA RS	Estudo transversal	Há relação entre as estratégias de coping e a motivação para parar de usar crack.
Chavez, et al. (2011)	Rev Saúde Pública SP	Qualitativo	Foram encontradas estratégias para alívio da fissura e táticas farmacológicas e comportamentais para evitar seu desenvolvimento;
Alves, Araujo (2012)	Rev Bras Med Esporte RS	Ensaio clínico do tipo quase-experimental	Foi encontrada diferença significativa no craving e sintomas de ansiedade a partir dos jogos cooperativos, porém não houve alteração na motivação para mudança do comportamento aditivo.

Fonte: Pesquisa Direta

A tabela 1, mostra que houve maior número de publicação a respeito desse tema no ano de 2008 e constata-se que o Rio Grande do Sul é o estado com o maior número de pesquisas sobre o tema, seguido dos estados de São Paulo e Rio de Janeiro, respectivamente. A maior parcela dos estudos é de natureza qualitativa, fato que pode ser explicado pelo grande número de questões subjetivas que envolvem o manejo do *craving* em usuários de *crack*.

Quanto aos métodos empregados por usuários no manejo do *craving* encontrou-se a substituição do pensamento fixo na droga por imagens positivas, afastamento do contexto social, substituição do *crack* por substâncias mais leves, busca de outras formas de prazer e satisfação em atividades diárias como trabalhar, estudar, dormir, cultivo da espiritualidade, prática de esportes e atividade sexual. Entre as estratégias utilizadas por profissionais para auxiliar os usuários destaca-se os jogos cooperativos, “jogos da escolha”, terapia cognitivo comportamental e relaxamento respiratório.

O desenvolvimento de estudos sobre a eficácia dessas estratégias é de fundamental importância para diminuir o fator *craving* e assim auxiliar a redução do número de recaídas. Essas medidas associadas as campanhas de prevenção irão reduzir o número de usuários/dependentes.

Estratégias desenvolvidas por usuários

Os usuários de *crack* perdem o domínio sobre o uso da substância e desenvolvem um padrão de consumo compulsivo. Quando se percebem excluídos do meio familiar, social, sem a confiança das pessoas e cientes de seus prejuízos, procuram métodos para abandonar, mas o *craving* dificulta esse processo.

Estudo confirma que somente os indivíduos conscientes de suas perdas em detrimento do uso do *crack*, e de suas fragilidades psíquicas, físicas e morais, buscam estratégias para desenvolver a abstinência ou o uso controlado. Sendo assim, os usuários de *crack* desenvolvem técnicas baseadas em seus valores e suas crenças⁽²⁾.

Constatou-se em estudo que não há relação entre quaisquer estratégias utilizadas por usuários de *crack* e as variáveis idade, escolaridade, idade de início de consumo, quantidade de álcool, tabaco ou maconha consumida, número de internações anteriores, tempo de abstinência, classe socioeconômica e estado civil.

Porém, foram encontradas correlações positivas com o último uso da droga e a motivação para a abstinência⁽⁹⁾. Estes são fatores importantes para o reforço das estratégias dos próprios usuários, pois a vontade destes em parar deve ser maior que o desejo pela substância e quanto mais recente o último uso, maior o *craving*⁽¹⁰⁾.

Como estratégias para controlar ou impedir o desenvolvimento do *craving*, estudo apresenta a substituição do pensamento fixo na droga por imagens positivas; a busca de outras formas de prazer por meios lícitos; a satisfação em atividades cotidianas como trabalhar, estudar, dormir; o cultivo à espiritualidade; jogar futebol; ter relações sexuais e comer compulsivamente. Os estudiosos apontam que essas atividades são relevantes, pois elas estimulam a zona de recompensa do cérebro, oferecendo sensações de prazer⁽⁴⁾.

Encontrou-se que usuários que utilizavam como técnicas de manejo do *craving* o afastamento do contexto social do *crack*, bem como, a fuga de locais de uso da droga, pois na pluralidade das vezes levam a recaída⁽¹¹⁾. Outros estudos também defendem o afastamento social dos companheiros de uso e de qualquer lembrança que facilite a recaída. Porém, também foi encontrada como estratégia o confronto com as situações de estresse relacionados com a droga. Além do autocontrole que o usuário deve desenvolver com auxílio de sua própria motivação, a prática de responsabilidades em que o indivíduo aceita a existência do *craving* para poder combatê-lo⁽¹⁰⁾.

Destaca-se ainda a substituição do *crack* por outras formas de consumo mais leves, como a maconha, pitilho que consiste na associação *crack* e maconha e até substâncias psicotrópicas. Fato este, confirmado em outros estudos em que os usuários procuravam drogas depressoras e com efeitos contrários ao do *crack* na tentativa de aliviar os sintomas desagradáveis provocados pelo *craving*^(2,4).

As técnicas de manejo desenvolvidas pelos usuários são comprovadamente eficazes, porém o tratamento deve ser particularizado e individual respeitando a singularidade dos indivíduos. Em momentos de ansiedade, em que se procura atenuar o *craving* a qualquer custo, as estratégias podem tornar-se tão obsessivas quanto o *craving*⁽⁴⁾.

Diante de tudo que foi apresentado, entende-se que todas essas estratégias desenvolvidas por usuários foram capazes de ajudar de alguma maneira

os usuários a aliviarem o *craving*, mas deve-se lembrar que todo indivíduo é diferente e o método eficaz para um pode não ser para o outro, por isso a importância da ajuda profissional para auxiliar esse usuário a descobrir seu melhor tratamento.

Estratégias desenvolvidas por profissionais

Os profissionais tem papel importante no auxílio da elaboração das estratégias, pois unem seu conhecimento científico ao tradicional afim de identificar a melhor estratégia a ser utilizada pelo usuário, oferecendo um atendimento individualizado.

Estudo apresentou algumas estratégias para que profissionais possam auxiliar seus pacientes, a fim de controlar ou evitar o *craving*. Assim desenvolveram o jogo cooperativo cujo objetivo envolve aproveitar as capacidades, condições, qualidades e habilidades de cada usuário com a finalidade de amenizar a agressividade, instigando atitudes de cooperação, comunicação, alegria e solidariedade⁽¹²⁾. É relevante destacar que segundo estudiosos além de reduzir o *craving* e ansiedade, essa técnica funcionou como instrumento de reaproximação familiar e prevenção de recaída⁽¹²⁾.

Já com o objetivo de abordar as crenças dos usuários de drogas e desenvolver habilidades de manejo, foi desenvolvido um jogo terapêutico, denominado “jogo da escolha”. Este consiste em um baralho com 28 cartas, cujo 14 são positivas, as quais apresentam frases com vantagens relativas à abstinência; e 14 negativas que evidenciam pensamentos comuns aos usuários como o *craving*, justificativas sociais para o uso, entre outros. No jogo, os indivíduos são convidados a refletir e depois buscar uma estratégia de enfrentamento para solucionar aquele problema⁽¹³⁾. Esta dinâmica é eficaz, pois leva o usuário a imaginar-se em situações de conflito ao mesmo tempo que já é estimulado a procurar solução, oferecendo subsídios para resolver um possível fato difícil.

Outros estudiosos desenvolveram a Terapia Cognitivo Comportamental que ajuda os indivíduos a obter independência, seja de substâncias ou de atividades⁽⁹⁾. Este método defende quatro questões, que são: melhorar e manter a motivação para abster-se; enfrentamento do *craving*; resolução de problemas, manejo de pensamentos, sentimentos e comportamentos; e equilíbrio do estilo de vida. Estes métodos mostraram-se bastante produtivos, pois

auxiliam os pacientes em seus momentos de fragilidade⁽¹¹⁾.

Uma das técnicas desenvolvidas na Terapia Cognitivo Comportamental é o relaxamento respiratório, que se mostra como estratégia efetiva para o controle do *craving* em dependentes de crack. Este método consiste em inspirar pelas narinas, distendendo o diafragma, dilatando o abdome e contando três tempos, em seguida prende o ar nos pulmões, contando três tempos e expira pela boca suavemente, encolhendo o diafragma e contraindo o abdome, contando seis tempos⁽⁷⁾. Este mesmo estudo comprovou a eficiência desta estratégia para prevenção de recaída, pois contribui com o aumento do senso de autoeficácia e melhora sua capacidade de lidar com o *craving*.

Portanto, os profissionais desenvolvem métodos e técnicas para auxiliar e motivar os usuários, porém a resolutividade das crises de abstinência dependem exclusivamente de cada indivíduo. Logo, os profissionais de saúde devem oferecer feedback, educação, técnicas de apoio, mas não podem assumir a total responsabilidade dos manejos pelos pacientes⁽¹¹⁾.

CONCLUSÃO

Diante do que foi apresentado, pode-se concluir que as estratégias utilizadas são particulares a cada usuário, assim fazendo necessário um tratamento individualizado.

O controle do *craving* deve ser uma conquista diária, e o usuário precisa estar constantemente motivado com sua vida para evitar um novo consumo. Os profissionais de saúde são importantes nesse papel de motivar, educar, esclarecer e oferecer apoio, mas não podem responsabilizar-se totalmente (cuidado com as palavras) pelos usuários, talvez por isso, seja um trabalho pouco gratificante, já que o profissional deve-se mostrar esperançoso ao paciente ao mesmo tempo em que não deve esperar um progresso constante.

Sendo assim, as estratégias são eficazes, desde que os dependentes queiram abster-se das drogas, pois a eficiência do tratamento depende da cooperação, do autocontrole e da força de vontade do paciente.

REFERENCIAS

1. Galduróz JCF, *et al.* II Levantamento Nacional sobre o Uso de Drogas Psicotrópicas: estudo envolvendo 108 maiores cidades do País. São Paulo: Centro Brasileiro de

Informações sobre Drogas Psicotrópicas (CEBRID) -
Universidade Federal de São Paulo, São Paulo; 2005.

2. Lima Filho MC. O legislativo e política pública de
enfrentamento do uso do Crack [trabalho de conclusão
de curso]. Brasília: Centro de Formação, Treinamento e
Aperfeiçoamento (Cefor), Especialização em Legislativo
e Políticas Públicas; 2010. P. 53.

3. Balbinot AD, et al. Associação entre fissura e perfil
antopométrico em dependentes de crack. J Bras
Psiquiatr.2011;60(3):205-9.

4. Chaves TV, Sanchez ZM, Ribeiro LA, NappoSA. Fissura
por crack: comportamentos e estratégias de controle de
usuários e ex-usuários. Rev. Saúde Pública
2011;45(6):1168-75.

5. Araujo RB, et al. Craving e dependência química:
conceito, avaliação e tratamento. J Bras
Psiquiatr.2008;57(1):57-63.

6. Antoniazzi AS, Dell’Aglia DD, Bandeira DR. O
conceito de coping: uma revisão teórica. Estudos de
Psicologia.1998;3(2);273-94.

7. Zeni TC, Araujo RB. O relaxamento respiratório no
manejo do craving e sintomas de ansiedade em
dependentes de crack. Rev Psiquiatr RS 2009;31(2):116-
9.

8. Souza MT, Silva MD, Carvalho R. Integrative review:
whats is it? How to do it? Einstein.2010;8(1)102-6.

9. Rangé BP, Marlatt GA. Cognitive-behavioral therapy
for alcohol and drug use disorders. Rev Bras
Psiquiat.2008;30(2):88-95.

10. Araujo RB, et al. As estratégias de coping para o
manejo da fissura de dependentes de crack. Rev
HCPA.2010;30(1):36-42.

11. Oliveira LG, Nappo SA. Characterization of the crack
cocaine culture in the city of São Paulo: a controlled
pattern of use. Rev. Saúde Pública.2008;42(4):664-71.

12. Alves GSL, Araujo RB. A utilização de jogos
cooperativos no tratamento de dependentes de crack
internados em uma unidade de desintoxicação. Rev Bras
Med Esporte.2012;18(2):77-80.

13. Williams AV, Meyer E, Pechansky F. Desenvolvimento
de um jogo terapêutico para prevenção da recaída e
motivação para mudança em Jovens Usuários de Drogas.
Psic.:Teor. E Pesq.2007;23(4):407-14.

Sources of funding: No

Conflict of interest: No

Date of first submission: 2013/09/06

Accepted: 2013/12/08

Publishing: 2014/01/02

Corresponding Address

Larissa Alves de Araújo Lima

Endereço: Rua Beneditinos, 656 - Bairro: São Pedro;

CEP: 64019-580

Tel: (86) 99220567

Email: larissaalves@hotmail.com