www.farodevigo.es
Fecha Publicación: lunes, 26 de septiembre de 2022
Páginas: 4
Valor Publicitario: 3980,09 €
V. Únicos: 110930

FARO DE VIGO

Guías De Salud

Valium, Diazepam, Orfidal... el abuso de benzodiacepinas para la ansiedad enciende las alarmas

- Somos el país del mundo en el que más benzodiacepinas se consumen, según JIFE, y un estudio premiado alerta sobre las consecuencias de este abuso para las personas mayores

Los expertos alertan del alto consumo de benzodiacepinas entre mayores de 65 años

geriatría Psiquiatría Medicina Interna

https://www.farodevigo.es/salud/guia/2022/09/26/valium-diazepam-orfidal-alerta-abuso-benzodiacepinas-7592...

Rebeca Gil

Lunes, 26 septiembre 2022

Las benzodiacepinas surgieron en los años 60 y fueron una revolución, ya que conseguían los mismos efectos que los barbitúricos, pero sin correr el riesgo que suponían esas "drogas".

Estamos hablando de medicamentos tan conocidos y utilizados como por ejemplo:

- Valium
- Orfidal
- Lorazepam
- Diazepam

Sin embargo, lo que en su momento fue un gran avance a favor de la salud, ahora es un peligro. Porque la cantidad está afectando seriamente a la calidad.

Por eso cada vez son más las voces de expertos que alertan de un posible consumo excesivo de benzodiacepinas en nuestro país. Un consumo que parece haberse visto incrementado a causa de la pandemia por SARS-CoV-2, que ha provocado un notable aumento de casos de ansiedad, depresión e insomnio.

Un estudio premiado

www.farodevigo.es
Fecha Publicación: lunes, 26 de septiembre de 2022
Páginas: 4
Valor Publicitario: 3980,09 €
V. Únicos: 110930

Esto es lo que han concluido los autores de un estudio, que ha recibido el premio a la mejor comunicación de Médicos Internos Residentes de la Sociedad Española de Médicos Generales y de Familia (SEMG).

El objetivo principal fue conocer el porcentaje de pacientes mayores de 65 años inscritos al centro de Salud de Reyes Magos en Alcalá de Henares (Madrid) con una prescripción potencialmente inadecuada de benzodiacepinas, desde octubre de 2020 a octubre de 2021.

Los objetivos secundarios del estudio fueron:

- Conocer el perfil demográfico de la población según edad y sexo
- Las benzodiacepinas más frecuentemente prescritas en función de su vida media (corta, intermedia y larga)
- El porcentaje de pacientes con, además de una prescripción potencialmente inadecuada de benzodiacepinas, otro fármaco prescrito con efecto similar (antidepresivos, hipnóticos y neurolépticos).

Los más mayores son más susceptibles a los efectos adversos que producen las benzodiacepinas.

Ansiedad e insomnio, las principales causas

En relación con el perfil demográfico, los investigadores observaron que la prescripción es más frecuente entre las mujeres, hasta el punto de que representan un 72.1% del total.

Pero en cuanto a la edad en la que se prescribieron no identificó el estudio grandes diferencias:

- Un 50.5% en pacientes entre 65-75 años
- Un 49.5% en pacientes mayores de 75 años.

En cuanto al motivo de prescripción, detectaron que los dos motivos más frecuentes fueron:

- La ansiedad y el insomnio, con un 51.3% y un 51.9% respectivamente,
- La depresión (36.1%)
- La agitación (7.2%).
- Solo un 14.4% de las prescripciones se deben a otros motivos no registrados.

Respecto al tipo de benzodiacepina prescrita, fueron:

- Las de vida media intermedia las más frecuentemente prescritas, hasta en un 50.9%
- Las de vida media corta, en un 43.7%
- Y las menos prescritas fueron las de vida media larga, en un 15.3% de los pacientes.

Además, observaron que hasta un 11.5% de los pacientes tenían al menos dos benzodiacepinas prescritas a la vez.

En cuanto a si estos pacientes presentaban asociaciones con otros psicofármacos, los resultados fueron que:

www.farodevigo.es
Fecha Publicación: lunes, 26 de septiembre de 2022
Páginas: 4
Valor Publicitario: 3980,09 €
V. Únicos: 110930

- Un 41.3% se encontraba en tratamiento con antidepresivos
- Un 8.2% con hipnóticos
- Un 4.3% con antipsicóticos.

El peligro de las benzodiacepinas en los mayores de 65 años

Como hemos visto, son los mayores de 65 años los que más consumen este tipo de fármacos tranquilizantes. Con el peligro que esto conlleva ya que esta franja de edad es la más susceptible a los efectos adversos que producen las benzodiacepinas.

En este sentido, la **doctora Cayetana De Miguel de Juanes** , una de las autoras del estudio, advierte de que:

- "El consumo excesivo en población mayor, unido al uso sin el control por parte del médico, conlleva riesgos derivados de sus efectos secundarios como sedación, mareo, somnolencia o caídas, entre otros, que pueden empeorar la situación basal de los ancianos, perjudicando su calidad de vida y aumentando su morbilidad".

El consumo excesivo de benzodiacepinas en la población mayor aumenta el riesgo de mareos, somnolencia o caídas.

Alternativas a este tipo de fármacos

Además, “hay un importante rechazo por parte de los pacientes a suspender estos fármacos, a pesar de explicarles que crean mucha tolerancia y mucha dependencia”.

Para evitar llegar a este tipo de situaciones, De Miguel cree que:

"Se debería potenciar el uso de medidas no farmacológicas para tratar la sintomatología que refieren los pacientes".

Como por ejemplo:

- optimizar las medidas higiénico-dietéticas del sueño
- Ejercicios de relajación para la ansiedad
- Herramientas para gestión de las emociones.

Sin embargo, "el problema de estas posibles herramientas, como en muchos otros aspectos, es el tiempo".

Y es que abordar estas recomendaciones conlleva más minutos de los que tenemos por paciente.

"Sin embargo, no debemos pensar que es tiempo desaprovechado, sino tiempo invertido en disminuir efectos secundarios y polimedicación".

¿Pueden crear adicción?

www.farodevigo.es
Fecha Publicación: lunes, 26 de septiembre de 2022
Páginas: 4
Valor Publicitario: 3980,09 €
V. Únicos: 110930

Los autores también apuestan por establecer un protocolo de deshabituación a benzodiacepinas de forma conjunta con enfermería y limitar el uso prolongado, evitando la pauta crónica en la receta electrónica y revisando esta medicación de forma mensual.

Con este trabajo los autores también quieren concienciar a la población, así como a los profesionales, “del problema que supone este consumo excesivo que, en algunos pacientes, puede llegar a considerarse adicción”, según la doctora Cayetana De Miguel de Juanes.