

## **El consumo de ansiolíticos aumentó en España en un 57% en los últimos 12 años**

Los españoles abusamos de las benzodiacepinas. De hecho, su consumo ha aumentado en nuestro país un 57% en 12 años y no ha dejado de crecer durante ese tiempo. El consumo en España de benzodiacepinas, familia de medicamentos de los somníferos y los ansiolíticos, es de los más elevados de Europa. Cuatro veces más que en Alemania o el Reino Unido e incluso superior al de Estados Unidos. Los consumos se miden en dosis diarias definidas (DDD) por 1.000 habitantes/día.

Existen 35 benzodiazepinas distintas, aunque farmacológicamente son muy similares. Los ansiolíticos más utilizados en España son el lorazepam, conocido como Orfidal, y el alprazolam, más popular como Trankimazin. Entre los hipnóticos o somníferos el más utilizado en nuestro país es el lormetazepam, más conocido como Noctamid.

Estos medicamentos no deben tomarse a la ligera. Pasadas un máximo de cuatro semanas de tratamiento conviene empezar a dejarlas, ya que crean dependencia con rapidez y si se dejan tomarse, surgen síntomas de abstinencia. Además, crean tolerancia, lo que implica que con la misma dosis el efecto terapéutico va disminuyendo paulatinamente.

Pese a que los efectos adversos son bien conocidos y todas las recomendaciones médicas van encaminadas a la reducción su toma, el consumo de este tipo de sustancias no ha dejado de crecer. El Observatorio Europeo de las Drogas y las Toxicomanías señala que Europa es el territorio con el consumo medio más elevado del mundo. Y dentro de Europa, España es uno de los países donde más se consumen.

En España, en 2012, un total de 89 personas de cada 1.000 consumían una DDD al día.

### **Efectos nocivos**

Estos medicamentos no son inofensivos y su ingesta puede conllevar multitud de inconvenientes, y más aún si se toma alcohol mientras se sigue un tratamiento con esta clase de fármacos. Algunos de estos efectos negativos que pueden surgir son:

Deterioro cognitivo.

Efectos psicomotores que se traducen en menos habilidad para conducir.

Comportamientos desinhibidos o impulsivos, entre otros efectos, y el alcohol siempre ayuda a aumentar estos riesgos.

Deben tener un cuidado especial los ancianos. En su caso, es mejor que no tomen estas sustancias, puesto que los beneficios asociados al uso de hipnóticos son marginales y no compensan el aumento de riesgo de caídas y fracturas, sobre todo durante las dos primeras semanas de tratamiento.

En muchos casos las pastillas no son la solución. No obstante, a pesar de que a los médicos de atención primaria se les indica que reduzcan la prescripción de benzodiazepinas, no se les dan herramientas para tratar el problema desde la base.

#### Más tratamientos, menos pastillas

En la Comunidad de Madrid, por ejemplo, únicamente hay 4 psicólogos por cada 100.000 habitantes, frente a una media de 18 en Europa y de 80 en Suecia. La guía para el manejo de pacientes con trastornos de ansiedad en atención primaria del Ministerio de Sanidad recomienda el tratamiento con terapia psicológica, mientras que OCU considera que la psicoterapia debería ser la primera opción para tratar la ansiedad y los esfuerzos deberían centrarse en terapias desde la atención primaria.

El desembolso en este tipo de medicamentos es muy alto. Sólo en 2010 se gastaron 750 millones de euros en benzodiazepinas en España, pero los gastos aumentan notablemente si se tienen en cuenta que este consumo conlleva bajas laborales o incapacidades permanentes por depresión o ansiedad. También habría que añadir los costes sanitarios por caídas, accidentes de tráfico y similares, derivados de los efectos perniciosos de estos medicamentos.

Por eso, para hacer un uso responsable de las pastillas, OCU desarrolla la campaña Pastillas las Justas, que promueve la prescripción prudente de medicamentos.

#### **Datos de contacto:**

Nota de prensa publicada en:

Categorías: [Nacional Medicina Industria Farmacéutica](#)

---

**NotasdePrensa**

<https://www.notasdeprensa.es>