

## DE FÁRMACOS PARA AFRONTAR LOS CAMBIOS DE LA VIDA CENTRADA EN LAS BENZODIAZEPINAS (BZD) Y SUS ANÁLOGOS



**A medida que la vida cambia, es posible que la medicación que necesita también cambie. Los medicamentos que antes le servían, pueden no ser la mejor opción en este momento.**

La **deprescripción** es una manera para que su médico le ayude a reducir los medicamentos de forma segura.

### ¿QUÉ SON LAS BENZODIAZEPINAS (BZD) Y SUS ANÁLOGOS?



- Medicamentos utilizados para tratar problemas como la ansiedad o la dificultad para dormir
- Algunos ejemplos son:
  - Alprazolam (Trankimazin<sup>®1</sup>)
  - Bromazepam (Lexatin<sup>®1</sup>)
  - Clonazepam (Rivotril<sup>®</sup>)
  - Clorazepato (Tranxilium<sup>®1</sup>)
  - Diazepam (Valium<sup>®</sup>)
  - Flurazepam (Dormodor<sup>®1</sup>)
  - Ketazolam<sup>1</sup> (Sedotime<sup>®1</sup>)
  - Lorazepam (Orfidal<sup>®1</sup>, Placinoral<sup>®1</sup>)
  - Triazolam (Halcion<sup>®</sup>)
  - Zopiclona (Datolan<sup>®1</sup>, Limovan<sup>®1</sup>)
  - Zolpidem (Stilnox<sup>®1</sup>, Dalparan<sup>®1</sup>)

### ¿POR QUÉ CONSIDERAR REDUCIR O DEJAR DE TOMAR UNA BZD O ANÁLOGO QUE SE ESTÁ USANDO PARA EL INSOMNIO?



- Las BZD o análogos pueden causar dependencia, problemas de memoria, fatiga diurna y están relacionadas con la demencia y las caídas



- Muchas personas podrían tomarlas durante periodos cortos (hasta 4 semanas), pero siguen tomándolas durante años



- Las BZD o análogos no se recomiendan en absoluto como tratamiento de primera opción para el insomnio en personas mayores (independientemente de la duración)



- Las BZD o análogos pueden perder efectividad al cabo de solo unas pocas semanas

### CÓMO REDUCIR O DEJAR DE TOMAR UNA BZD O ANÁLOGO DE FORMA SEGURA



- Solicite a su médico que evalúe si la deprescripción es adecuada para usted; las dosis de BZD o análogos deben reducirse gradualmente bajo supervisión



- Informe a su médico sobre el algoritmo de deprescripción de BZD o análogos, disponible online: <https://www.ibsalut.es/apmallorca/es/>



- Descargue el folleto informativo para pacientes sobre los BZD o análogo, disponible online: <https://www.ibsalut.es/apmallorca/es/>

© Utilizar libremente, con crédito a los autores. No para uso comercial. No modifique ni traduzca sin permiso.



Este trabajo tiene una licencia internacional Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0. Contacte [deprescribing@deprescribing.org](mailto:deprescribing@deprescribing.org) o visite [deprescribing.org](https://www.deprescribing.org) para más información.

Bjerre LM, Farrell B, Hogel M, Graham L, Lemay G, McCarthy L, et al. Deprescribing antipsychotics for behavioural and psychological symptoms of dementia and insomnia: Evidence-based clinical practice guideline. Can Fam Physician 2018;64:17-27 (Eng), e1-e12 (Fr).

Marzo 2024: Infografía traducido al español por Meryl Wyn Jones, Gerencia de Atención Primaria de Mallorca de acuerdo con las Políticas de Traducción/Modificación del Equipo de Investigación de Deprescribing.org. Material original disponible en: <https://tinyurl.com/yag638uz>. <sup>1</sup>Se han modificado del original productos de Antipsicóticos, según disponibilidad en España.

**Haga preguntas, manténgase informado y sea proactivo.**

INSTITUT DE RECHERCHE  
**Bruyère**  
RESEARCH INSTITUTE