

♦ **La ley**

El uso de benzodiazepinas sin receta de un doctor, el tenerlos, venderlos o dárselos a otra persona es ilegal. Si lo encuentran haciendo esto podría enfrentar multas substanciales y penaltis incluyendo una sentencia de prisión.

Es ilegal manejar bajo la influencia de drogas, incluyendo benzodiazepinas si son usados ilegalmente.

Servicios de Salud de Comportamiento (BHS) Reglas de Receta

Se les requiere a todos los psiquiatras de BHS el seguir estas reglas:

- Generalmente, benzodiazepinas se receta solo por corto plazo como medicamento de 'puente' hasta que otros tratamientos hayan tomado efecto.
- Benzodiazepinas no deben sustituir el uso adecuado de otras formas de psicoterapia incluyendo terapia cognitiva breve y de comportamiento, reconocidas como tratamiento efectivo y de opción primaria.
- Generalmente, benzodiazepinas no deben ser recetados a personas con trastornos mentales asociados con el abuso de medicamento, alcohol o drogas ilegales.
- Benzodiazepinas no deben ser recetados para inhabilidades cognitivas o a personas para las que la inhabilidad de función cognitiva y psicomotora sea de crítica importancia (como personas que operan vehículos o maquinaria pesada).
- Solamente un medicamento de benzodiazepina debe ser usado a la vez.
- La dosis debe ser determinada de acuerdo a la situación clínica. Generalmente, el cliente debe mantenerse bajo la dosis efectiva más baja y dentro de el rango de dosis médicamente aceptada.
- Las recetas de benzodiazepinas son limitadas a una cantidad de ≤ 30 días.
- Benzodiazepinas no serán resurtidos antes de tiempo.
- Se le requiere a los psiquiatras que consulten con el director médico sobre recetas de benzodiazepinas que excedan la máxima dosis recomendada por la FDA para indicaciones de aprobación.
- El monitoreo de resultados de laboratorio para individuos tomando benzodiazepinas debe ser determinado de acuerdo con la situación clínica.
- Al disminuir la dosis de benzodiazepinas, un protocolo aprobado para parar gradualmente debe seguirse y jamás debe pararse el uso abruptamente.

Se le alienta fuertemente el consultar con su psiquiatra si tiene preguntas o inquietudes en cuanto a su tratamiento.

Por favor pregunte a recepcionista sobre su **derecho** a servicios gratuitos de **asistencia en su idioma** y formatos alternativos de este panfleto. Si tiene **limitaciones físicas**, le ayudaremos a encontrar servicios disponibles, apropiados y accesibles.



SERVICIOS DE SALUD DE COMPORTAMIENTO CONDADO DE MADERA

BENZODIACEPINAS

PO Box 1288
Madera, CA 93639-1288
559-673-3508

TTY (800) 855-3000
Servicios de Relevó Marque 711
Voz a Voz (866) 288-4151
www.madera-county.com

SERVICIOS DE SALUD DE COMPORTAMIENTO
CONDADO DE MADERA

BENZODIACEPINAS

◆ **¿Qué son benzodiazepinas?**

Benzodiazepinas son un grupo de medicamentos llamados sedantes menores. En el campo psiquiátrico, estos medicamentos se recetan para ayudar a personas con ansiedad severa, ataques de pánico y síntomas de abstinencia de alcohol o droga. Existen estimadamente 30 diferentes tipos (genéricos) de benzodiazepinas y cada nombre genérico se vende bajo varios otros nombres — todos son el mismo medicamento, pero fabricados por compañías diferentes. Estos son algunos de los diferentes nombres genéricos y de marca de benzodiazepinas:

- * Triazolam – Halcion
- * Zolpidem – Ambien
- * Alprazolam – Xanax
- * Diazepam – Valium, Ducene
- * Temazepam – Restoril, Temaze
- * Lorazepam – Ativan
- * Flunitrazepam – Damlane, Hypnodorm
- * Clonazepam – Klonopin, Rivotril

◆ **¿Cómo se usan benzodiazepinas?**

Benzodiazepinas son depresores que reducen la actividad cognitiva del cerebro y del sistema nervioso central. Investigaciones apoyan el uso de benzodiazepinas por plazos cortos para reducir la ansiedad severa, ayudar a personas con insomnio y síntomas de abstinencia de alcohol o droga. El uso por periodos de tiempo largos no es recomendable debido a la posibilidad de abuso, dependencia, intoxicación y síntomas de abstinencia letales.

◆ **Tolerancia y Dependencia**

Cualquier persona puede desarrollar ‘tolerancia’ a benzodiazepinas u otros medicamentos. Tolerancia significa que uno tiene que tomar más del medicamento para sentir el mismo efecto que uno sentía con una cantidad más pequeña o dosis más baja. Esto puede ocurrir muy rápido con benzodiazepinas. ‘Dependencia’ de benzodiazepinas significa que pasa mucho tiempo pensando en usarlos, buscando la forma de obtenerlos, y superando el efecto de su uso. También encuentra difícil el parar de tomarlos o el controlar la cantidad que toma. La dependencia puede conducir a una variedad de problemas de salud, financieros, legales, laborales y en relaciones. Es fácil el volverse dependiente a benzodiazepinas.

◆ **Efectos secundarios típicos del uso prolongado**

Emocional:

- Cambios en estado de ánimo
- Ansiedad en general y ataques de ansiedad
- Depresión
- Tolerancia mínima a frustración, irritabilidad y mal humor
- Reacción emocional rápida y volatilidad/humor
- Sentirse desconectado o como que el mundo no es real
- Sentimiento de confusión
- Inhabilidad de sentir o expresar sentimientos
- Pérdida de confianza en uno mismo

Física:

- Sueño no-restaurativo, inquietud/falta de sueño, pesadillas, despertar cansado
- Fátiga crónica, somnolencia
- Sentirse desbalanceado, movimientos torpes, caídas
- Jaquecas crónicas, mal estar estomacal, visión borrosa
- Tener más hambre y subir de peso
- Problemas menstruales
- El cuerpo no trabaja adecuadamente durante el sexo
- Afecta el crecimiento y desarrollo del feto si se usa durante el embarazo

Pensamiento:

- Problemas de memoria de corto plazo especialmente al aprender material nuevo
- Confusión, desorientación, olvido
- Dificultad con el razonamiento abstracto
- Problemas con atención/enfoque/concentración

Relaciones Interpersonales:

- Pérdida de interés en actividades o pasatiempos
- Dificultad al expresar pensamientos y emociones
- Agitación/Irritabilidad, especialmente en interacciones cotidianas con personas cercanas
- Agorafobia y fobia social
- Pérdida de deseo sexual
- Dificultad al entender correctamente las emociones de uno mismo en situaciones sociales o al interpretar las emociones de otros.

◆ **Interferencia con tratamiento psiquiátrico**

Terapia psicológica como terapia de comportamiento cognitivo es recomendada como primera opción en terapia para trastorno de pánico. De acuerdo con el Centro Colaborativo Nacional para Cuidado Primario, el uso de benzodiazepinas interfiere con el avance terapéutico de dichas terapias. Aunque los antidepresivos toman más tiempo en hacer efecto en comparación con benzodiazepinas, estos son considerados los mejores agentes para el tratamiento de trastorno de ansiedad a largo plazo.