

Comprendre la pràctica per canviar-la: benzodiazepines i ansietat

Helena Bentué¹; Johanna Caro Mendivelso¹; Cari Almazán¹; Garazi Carrillo Aguirre¹; Thais de Pando³; Roser Vives³; Montse Gasol³; Carolina Guiriguet²

¹Iniciativa Essencial. AQUAS; ²Sistema d'informació dels Serveis d'Atenció Primària. ICS; ³Gerència del Medicament. CatSalut

Temàtica: 04. Seguretat Clínica

Paraules clau: benzodiazepines, ansietat, cronificació, inadequació, percepcions

El consum crònic de benzodiazepines és un problema que ha estat prioritzat pel Pla de Salut de Catalunya 2021-2025 i la OCDE. Dit consum continua augmentant, malgrat els esforços per reduir-lo.

Introducció i objectius: L'objectiu del present projecte és recollir l'evidència científica que recolza la inadequació del tractament perllongat de l'ansietat amb benzodiazepines. També s'estudiaran els motius d'instauració i cronificació de les benzodiazepines, centrant-se en els diagnòstics incidents, per tenir més possibilitat de retirar-ne el tractament.

Material i mètode: Durant abril i maig de 2022 es va dur a terme una revisió i síntesi de l'evidència científica més actual sobre el rol de les benzodiazepines en l'abordatge de l'ansietat. Paral·lelament, es va realitzar un estudi transversal a Catalunya dels nous diagnòstics d'ansietat tractats a llarg termini amb benzodiazepines a l'àmbit d'atenció primària. Per últim, entre agost i setembre, es va fer una revisió ràpida de la literatura sobre percepcions de professionals i pacients respecte a l'inici i manteniment del tractament.

Resultats: Segons l'Enquesta de salut de Catalunya de 2021, un 21,3% de les dones i un 11% dels homes refereixen problemes d'ansietat. Les guies de pràctica clínica actuals recomanen altres fàrmacs, principalment antidepressius, o bé el tractament psicològic. Quan estigui indicat prescriure benzodiazepines per l'ansietat, el tractament no ha de prolongar-se més enllà de les 4 setmanes, pel risc de tolerància, dependència i efectes secundaris greus associats.

Entre abril 2022 i març 2023, a 21.530 persones diagnosticades d'ansietat se'ls va prescriure benzodiazepines a llarg termini. Això representa un 16,5% de totes les persones amb nou diagnòstic d'ansietat (130.298). Aquestes dades recullen la informació de 392 equips d'atenció primària de Catalunya.

A la revisió de la literatura, es van trobar 4 estudis qualitius i 2 revisions sistemàtiques d'estudis qualitius d'Europa, Canadà i EEUU que recullen les percepcions de professionals i pacients. Les troballes més destacades van ser:

- Els professionals tenien una actitud ambivalent respecte a l'ús de benzodiazepines, que desembocava en una important variabilitat intra i interprofessional. Les percepcions sobre si el pacient era mereixedor o les expectatives que creien que tenien, jugaven un paper clau en la instauració de les benzodiazepines.
- Els pacients valoraven les benzodiazepines com efectives, ja que els permetien viure amb major normalitat. Respecte al professional, presentaven una confiança passiva cap al seu criteri.
- La cronificació es recolzava en les estratègies cognitives, tant de professionals com pacients. Aquestes justificaven el manteniment de les benzodiazepines: trivialització, il·lusió de control, evitació de responsabilitat, racionalització.
- Aquesta interacció professional-pacient se sustenta en una societat on la medicina és una eina per enfrontar el patiment emocional, on el diagnòstic legitima el patiment i es valora els medicaments com una restauració de l'auto-control, ja que les reaccions emocionals perturbadores es veuen anormals.

Conclusions: La cronificació de benzodiazepines és un problema de salut pública molt demandant, complex, multifactorial i difícil de resoldre. Està íntimament sustentat per la forma en què la societat afronta el patiment emocional, així com pel comportament de professionals i pacients.

És per això que cal innovar en la implementació d'intervencions efectives per minimitzar l'ús crònic de les benzodiazepines. És rellevant tenir en compte la dimensió psicològica i que dites intervencions s'enfoquin en els múltiples aspectes que configuren el comportament dels professionals prescriptors.