

LA FEBRE DEL *TRANKIMAZIN*

L'ús continuat de tranquil.litzants pot provocar seriosos problemes de salut

Hi ha una sèrie de medicaments que coneixem amb el nom de sedants, tranquil.litzants menors, pastilles per dormir, hipnòtics, ansiolítics o benzodiacepines. Aquests fàrmacs també són coneguts pel seus noms comercials: Trankimazin®, Orfidal®, Tranxilium® o Valium®, per anomenar-ne només alguns. El consum d'aquests psicofàrmacs ha crescut espectacularment en les últimes dècades i encara no queda clar si han suposat una millora per a la qualitat de vida de la població.

Durant els anys seixanta i setenta els tranquil.litzants va revolucionar el mercat dels psicofàrmacs ja que es tractava de substàncies més segures i ben tolerades que els antics barbitúrics. Ben aviat, es convertirien en un autèntic fenòmen socio-cultural i es farien servir per pal.liar qualssevol malestar psicològic relacionat amb l'angoixa o l'ansietat.

Evidències inquietants

Un cop ja s'havia generalitzat l'ús indiscriminat dels ansiolítics, van sorgir veus que alertaven del seu potencial de dependència i abús així com de la seva relació amb l'aparició de quadres greus d'abstinència, sedació diürna, dèficits de memòria i accidents laborals i de trànsit. Encara que resulti contradictori, l'ús prolongat dels sedants també ha demostrat produir un increment constant de l'ansietat i l'aparició de nous símptomes com les distorsions perceptives o la despersonalització. També s'ha documentat una major incidència de la depressió entre els usuaris crònics d'aquests medicaments així com un increment notable del risc de suïcidi. Els ansiolítics suposen un problema especialment important per als pacients més grans. La sedació diürna que provoquen fa que augmenti el risc de patir caigudes i d'altres accidents. Al mateix temps, afavoreixen el deteriorament de les funcions cognitives. Malgrat aquests nefastos perjudicis, l'Associació Americana de Psiquiatria ha advertit que existeix un ús creixent d'aquests fàrmacs entre els pacients geriàtrics.

Les recomanacions dels experts

Per tot plegat, les Nacions Unides fa molts anys ha inclòs els ansiolítics dins la seva llista de medicaments perillosos. En alguns països, com França, es lluita activament contra l'ús inadequat de les benzodiazepines, que no es consideren el remei de fons per a tractar els problemes d'ansietat i depressió. Per altra banda, l'Agència Espanyola del Medicament, recomana que el tractament amb tranquil·litzants sigui "el més curt possible" i que s'estableixi en un màxim de 12 setmanes, inclòs el període de retirada. Malgrat aquestes indicacions, les directrius marcades només es segueixen parcialment, fet que demostra el xoc d'interessos existent entre els beneficis econòmics i l'abolició dels perjudicis que causa el seu ús indiscriminat.

Alguns interrogants

Hi ha diversos missatges implícits en la prescripció massiva de benzodiazepines. S'ha extès la creença que els problemes psicològics són equiparables a les malalties físiques i que la seva curació ha de passar forçosament per la ingesta de medicaments. Tot i que les evidències sobre les bases biològiques dels trastorns psicològics són dèbils, aquest supòsit s'utilitza diàriament a les consultes mèdiques com un mite que encara no ha estat demostrat. Així doncs, hem d'atribuir tota la causa del patiment psicològic a la biologia? quina és la frontera entre el sofriment *normal* i el *patològic*? s'han de medicalitzar tots els problemes de la vida? és necessàriament perjudicial passar per un període de sofriment? disposem dels recursos assistencials adequats per al tractament de l'ansietat, la depressió o l'insomni? Finalment, pesa més el negoci o la voluntat terapèutica?

Les noves perspectives

Els interrogants i els dubtes que sorgeixen al voltant del consum d'ansiolítics són més que raonables. Per aquest motiu, fa temps que existeixen noves propostes en el tractament de determinats trastorns psicològics. Per un costat, s'observa un *boom* de les teràpies alternatives, encara pendents de regularització. Per altra banda, les noves tendències en el camp de la psicologia porten a considerar que cal acceptar el sofriment com a quelcom inherent a la vida. Es posa èmfasi en el fet que és possible extreure'n un aprenentatge positiu i que, moltes vegades, aquest patiment forma part de les crisis que ens ajuden a evolucionar com a persones. L'ús inadequat dels ansiolítics pot contribuir a què ens estanquem en el nostre procés evolutiu i anem perdent qualitat de vida.

Clara Esquena i Freixas

Psicòloga Clínica

Col. 10.711

www.clarapsicologia.com

Consulta a Alfamèdic

Referències:

Campagne, D.M. i García-Campayo, J. (2005). El uso inadecuado de las benzodiacepinas. *Semergen*, 31, 319-324.

Lader, M. (1998). Iatrogenic setative dependence and abuse-have doctors learnt caution?. *Addiction*, 93, 1133-1135.

Mata Ruiz, I (2005). Tratamiento farmacológico de la ansiedad en Atención Primaria. *Semergen*, 31, 301-302.