

CUIDADOS EN EL MANEJO DE LA ANSIEDAD Y CONSECUENCIAS EN LA SALUD. UTILIZACIÓN DE BENZODIACEPINAS

- Estrada Domínguez, Ana Rosa (#47155)
- Marín Pozo, Julia (#47156)

INTRODUCCIÓN

El estilo de vida actual provoca **ansiedad** en una amplia parte de la población. La ansiedad es un sentimiento normal ante determinadas situaciones, solo cuando sobrepasa la capacidad de adaptación del individuo se convierte en patológica, es en este momento cuando se debe considerar iniciar un tratamiento.

Para el tratamiento de la ansiedad existe tratamiento no farmacológico y tratamiento farmacológico, siendo las **benzodiazepinas (BZD)** el tratamiento por excelencia elegido, provocando a nivel mundial un uso excesivo de estas.

Las BZD son medicamentos muy eficaces en tratamientos cortos en pacientes con sintomatología aguda, pero que, a largo plazo, pueden causar dependencia, tolerancia y abstinencia, además de efectos adversos. Debido a esta alta prevalencia y el impacto social que conlleva, hace necesario investigar, para poder ayudar a la población y profesionales de la salud a tomar conciencia hacia la correcta prescripción y consumo responsable de este medicamento.

METODOLOGÍA

→ Bases de datos: Scielo, Cochrane y Pubmed

→ Antigüedad: 5 años

→ Idioma: Inglés y español

→ Evidencia científica



Ansiedad

Tratamiento

Benzodiazepina

Cuidados de enfermería

OBJETIVOS

1

Describir el uso de las benzodiazepinas en el tratamiento de la ansiedad leve y moderada.

2

Valorar el riesgo-beneficio del tratamiento farmacológico en los trastornos de ansiedad.

3

Determinar las intervenciones no farmacológicas disponibles en el tratamiento de los trastornos de ansiedad.

4

Identificar las intervenciones y cuidados de enfermería en el tratamiento de los trastornos de ansiedad.

CONCLUSIÓN



1

Uso de **BZD como opción viable** en el tratamiento de la ansiedad leve y moderada, considerando el riesgo-beneficio previo a la prescripción y marcar la duración del tratamiento entre 8-12 semanas.

2

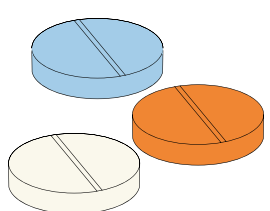
Informar al paciente sobre los efectos, peligros, dependencia y alternativas, ya que se ha demostrado mayor probabilidad de interrumpir las BZD en pacientes informados.

3

Es fundamental completar el tratamiento de la ansiedad con **intervenciones no farmacológicas**, ya que reduce el impacto del consumo crónico de BZD en la sociedad.

4

Se necesita **más investigación sobre las intervenciones enfermeras** en la gestión de la ansiedad en la población en Atención Primaria, aunque las intervenciones documentadas han demostrado ser eficaces.



RESULTADOS

13 ARTÍCULOS

• Demográficamente

Mayor prevalencia de uso en **mujeres**.

No reconocimiento de dependencia por parte de los pacientes.

Falta de confianza en alternativas no farmacológicas.

• Tratamiento no farmacológico

BZD no se recomiendan como tratamiento de primera línea.

Estrategias de afrontamiento, psicoeducación, cambios en los estilos de vida y técnicas de relajación como tratamiento de primera línea.

La participación en programas reduce el consumo de BZD.

• Barreras/Consecuencias

Recomendación de **tratamiento con BZD a corto plazo** pero se extiende a meses o años en la práctica, aumentando la dependencia, efectos secundarios y dificultad para suspender el tratamiento.

Desconocimiento y poca conciencia. Es necesaria educación sanitaria previa sobre riesgo-beneficio.

• Personal sanitario

Gran importancia de **Atención Primaria**. Necesidad de control más estricto y establecimiento de protocolos.

Hay evidencia del alto potencial de la efectividad de la intervención grupal psicoeducativa por parte de **enfermería** en atención primaria.

BIBLIOGRAFÍA

- Manual de los Grupos de Afrontamiento de Ansiedad en Atención Primaria (GRAFA). (s/f). Servicio Andaluz de Salud. Recuperado el 3 de septiembre de 2024, de <https://www.sspa.juntadeandalucia.es/servicioandaluzdesalud/publicaciones/manual-de-los-grupos-de-afrontamiento-de-ansiedad-en-atencion-primaria-grafa>
- Aoki, Y., Takaesu, Y., Inada, K., Yamada, H., Murao, T., Kikuchi, T., Takeshima, M., Tani, M., Mishima, K., & Otsubo, T. (2023). Development and acceptability of a decision aid for anxiety disorder considering discontinuation of benzodiazepine anxiolytic. *Frontiers in psychiatry*, 14. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2023.1083568>
- de La Ansiedad En Un Centro de Salud, 443/15-Implementación D. E. Grupos Para E. L. Afrontamiento. (s/f). *Enfermería Clínica*. Elsevier.es. Recuperado el 3 de septiembre de 2024, de <https://www.elsevier.es/en-revista-enfermeria-clinica-35-congresos-congreso-asane-2019-102-sesion-comunicaciones-originales-5580-comunicacion-implementacion-grupos-el-afrontamiento-ansiedad-66060-pdf>