

¿Qué son?

- Los ansiolíticos son medicamentos que **actúan sobre el sistema nervioso central** reduciendo la angustia y la ansiedad del paciente. Se utilizan, por lo tanto, para tratar los síntomas de nerviosismo, insomnio, ansiedad...
- La gran mayoría de medicamentos usados con este fin son las denominadas **benzodiazepinas**.

Tipos de benzodiazepinas

- Entre las benzodiazepinas podemos **distinguir las que tienen una duración corta de su actividad** (entre 2 y 10 horas) **o más larga** (sus efectos se mantienen más de 12 horas). La velocidad con que se inicia su efecto también es importante para manejar según qué situaciones. Por ejemplo, delante de un problema de insomnio en el que se presenta **retraso a la hora de conciliar el sueño se prescribirá una benzodiazepina que se caracterice por un inicio de su acción bastante inmediato** y que esta acción sea de duración corta, para no dejar somnolencia residual al día siguiente.
- En cambio, en insomnio que se manifiesta **por un despertar temprano, se prescribirá un fármaco con una absorción un poco más lenta**, pero que no tenga una duración larga de la actividad para que se ajuste al período natural del sueño.
- Ante una situación de ansiedad se suelen prescribir las benzodiazepinas que mantienen un efecto más duradero, pero ante una situación que precisa un efecto terapéutico rápido, como puede ser un ataque de pánico, se usarán las que tienen un inicio de acción inmediata.

¿Pueden causar dependencia?

- La selección de un tipo determinado de medicamento ansiolítico, sea una benzodiazepina u otro fármaco relacionado, así como el ajuste individual de la dosis, se realiza por el tipo de acción que se necesita y en función de los riesgos o efectos adversos que puedan presentarse con más probabilidad y que pueden ser más o menos perjudiciales para el paciente. En las benzodiazepinas de acción larga, por ejemplo, puede producirse somnolencia excesiva que puede dar lugar a accidentes en manejo de maquinaria o conducción, o bien una mayor posibilidad de caídas en personas de edad avanzada.
- Debe tenerse presente, asimismo, que **son medicamentos que pueden causar dependencia física y psicológica** y por lo tanto deberán usarse durante cortos períodos de tiempo. Si se abandona un tratamiento de larga duración de manera brusca el paciente puede presentar síntomas de abstinencia.
- **Es importante el cumplimiento correcto del tratamiento prescrito** para evitar la presentación de posibles efectos no deseados y para controlar las numerosas interacciones que pueden presentarse con otros fármacos que también esté tomando el paciente.

Recuerde

- **Son medicamentos que deben usarse en la menor dosis efectiva y durante períodos de tiempo limitados** o incluso de manera intermitente.
- **No deben tomarse junto a bebidas alcohólicas** ya que se potencia la acción depresora del sistema nervioso.