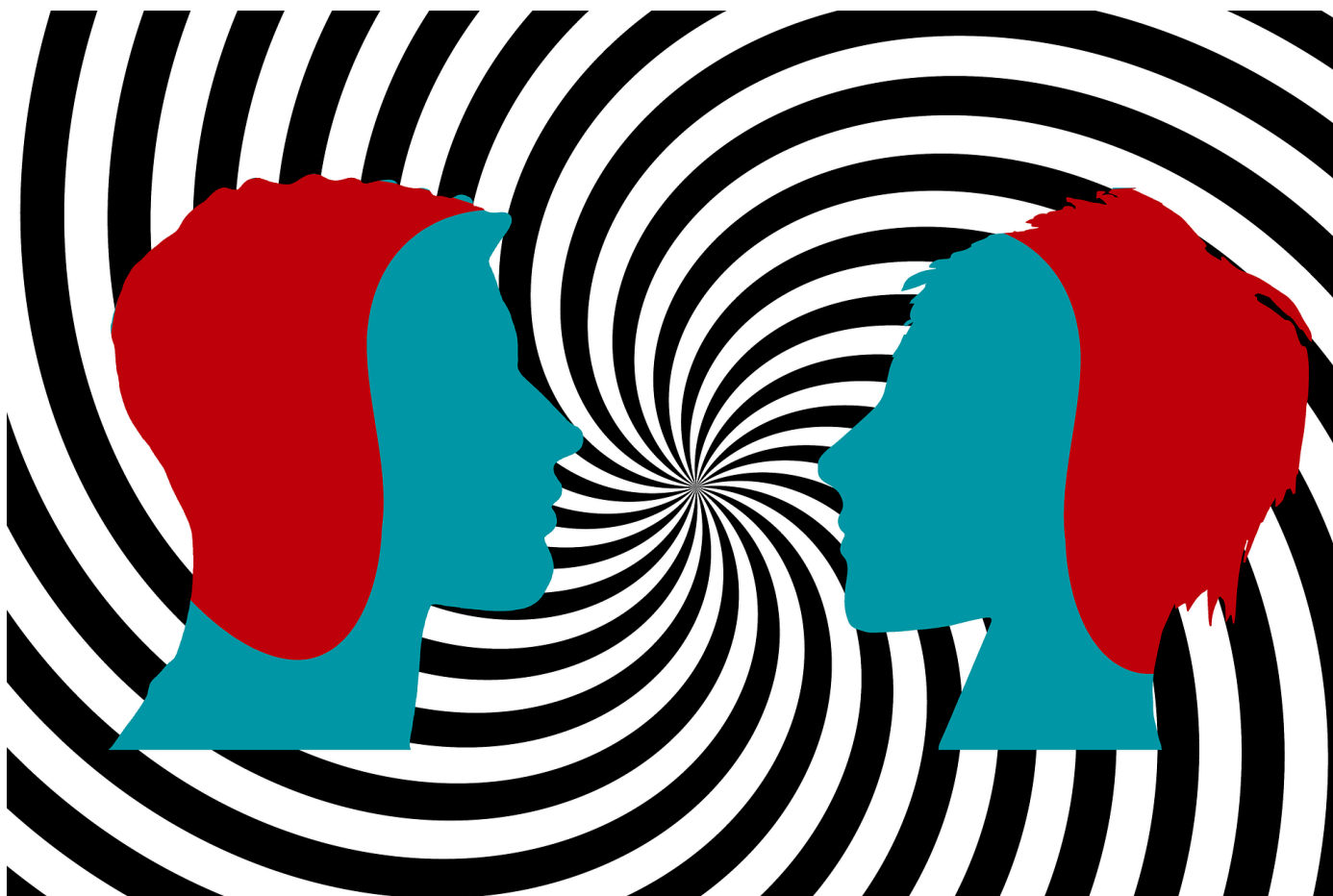


BENZODIAZEPINE TRA ANSIA E INSONNIA: IL PROBLEMA è L'ABUSO



Sono passati oltre 50 anni dalla loro messa in commercio, ma risultano ancora tra i farmaci più usati al mondo. La somministrazione di un sedativo richiede molta attenzione, è sempre importante avere bene in mente una data di inizio ed una di fine della terapia: “comincia avendo già presente il termine”.

Un monito chiaro e puntuale, che non sembra lasciar spazio ad altre interpretazioni; in effetti l'uso prolungato, può realmente fare la differenza nelle problematiche connesse a questa classe di farmaci.

I ricercatori delle Università del Michigan e della Pennsylvania hanno condotto uno studio, in seguito pubblicato su *Jama Internal Medicine*, prendendo un campione di 576 anziani (età media 78 anni) alla prima prescrizione di farmaci ansiolitici e sedativi, redatta dal proprio medico di base. L'esito emerso è netto e poco rassicurante, un paziente su quattro è risultato fare uso prolungato dei farmaci in esame; questo implica la necessità imminente di promuovere campagne informative, rivolte a medici di medicina generale e pazienti, sui rischi derivati da un'assunzione prolungata, soprattutto se associata a disturbi lievi, quali sonno e stati d'ansia di media entità.

È sbagliato protrarre la cura quando non se ne ha più bisogno.

Il professor Andrea Fagiolini, ordinario di Psichiatria dell'Università di Siena spiega come le benzodiazepine siano sempre state oggetto di dibattito, generando pareri discordanti soprattutto in relazione al loro rapporto rischi/benefici.

Alte dosi per lunghi periodi, rendono il farmaco quasi inefficace a quel dosaggio, al punto di beneficiare dell'effetto farmacologico soltanto per una o due ore dall'assunzione stessa, rendendo il paziente più ansioso di prima, con scarsa fiducia nella terapia prescritta.

Come molto spesso accade in ambito sanitario, un problema di notevole rilevanza è rappresentato dalle "cure fai da te" e le benzodiazepine risultano essere tra le classi di farmaci più esposte a questo atteggiamento. Il fenomeno, oltre a generare un scorretto impiego del farmaco, determina un rischio elevato di dipendenza e tolleranza: ho bisogno di dosi sempre più alte per godere dello stesso effetto di partenza. Come lo studio suggerisce, gli anziani sono la categoria più esposta, perché spesso non ricevono un giusto monitoraggio della terapia e un supporto adeguato, ritrovandosi a non conoscere i rischi potenziali dei farmaci assunti.

La giusta strada da intraprendere, è quella di calcolare fin da subito il reale rapporto rischio/beneficio, prestando attenzione al proprio stato salute in fase di somministrazione, con il fondamentale consiglio ed aiuto da parte del medico curante.

A cura di Carolina Carosio

<https://www.fondazioneveronesi.it/magazine/articoli/neuroscienze/farmaci-ansiolitici-come-usarli-e-per-quanto-tempo>