

Juntamente com o seu médico :

Escolha a melhor altura para iniciar a redução (férias, períodos sem conflitos ou ansiedade)

Não tente parar de repente

Não aumente a dose

O seu médico fará consigo um esquema de redução de dose .
É um processo que poderá ser mais rápido ou mais demorado consoante os sintomas de abstinência, mas, que trará grandes ganhos para a sua saúde.

A descontinuação das benzodiazepina não se aplica a casos de doentes com epilepsia ou patologia psiquiátrica grave.

Não tome a iniciativa de descontinuar qualquer medicamento sem aconselhamento médico!

**NÃO TOME BENZODIAZEPINAS
SEM PRESCRIÇÃO MÉDICA !**



USF Arandis

Rua Fernando Barros Ferreira Leal - Urb. Conquinha, s/n
2560-253 Torres Vedras

Telefone 261 336 373 /371

E-mail arandis.usf@gmail.com

Facebook USF ARANDIS Torres Vedras

Site <http://arandisusf.wixsite.com/usfarandis>

Realizado por:
Maria José Martins Barroso (IFEMGF)
Atualizado por:
João Lima (IFG)



Benzodiazepinas - cuidados a ter -



2022

Benzodiazepinas – o que são?

São uma classe de medicamentos usados para tratar os sintomas de ansiedade e a dificuldade no sono (insônia), comumente conhecidos por “calmantes”.

Quais são?

Nome Genérico	Nome Comercial
Brotizolam	Lerdormin®
Midazolam	Dormicum®
Triazolam	Halcion®
Loprazolam	Dormonoct®
Oxazepam	Serenal®
Alprazolam	Xanax®, Unilan®
Bromazepam	Bromalex®, Lexotan®, Ultramidol®
Lorazepam	Lorenin®, Ansilor®, Lersedal®
Estazolam	Kainever®
Temazepam	Normison®
Flurazepam	Morfex®, Dalmadorm®
Clorazepato Dipotássico	Medipax®, Tranxene®
Clordiazepóxido	Paxium®
Diazepam	Bialzepam®, Unisedil®, Valium®, Stesolid®
Cetazolam	Unakalm®
Clobazam	Castilium®
Cloxacolam	Cloxam®, Olcadil®
Mexazolam	Sedoxil®
Lorazepato de etilo	Victan®
Przepam	Demetrim®

Duração de tratamento?

A duração do tratamento com benzodiazepinas depende da patologia e só estão indicadas nas formas moderadas a graves.

Nos problemas do sono a indicação é de 4 semanas e na ansiedade 8 a 12 semanas. Estes períodos incluem a redução da dose até à suspensão.

Quais os riscos em tomar por longos períodos ?

Perdem a eficácia

Causam dependência

Causam efeitos de abstinência

Acarretam maior risco nos idosos

O que acontece quando descontinua a toma de benzodiazepinas?

MELHORA:

Memória

Tempo de reação

Agilidade

Qualidade de vida

REDUZ:

**Risco de quedas
(fraturas, outras lesões)**

Acidentes

Como deve descontinuar?

Fale com o seu médico.

A descontinuação deve ser gradual e nunca repentina, devido aos efeitos de abstinência que poderão ser graves.

Sintomas de abstinência

Sono

Dificuldade em dormir

Sono perturbado e não reparador

Emoções

Tenso, inquieto

Deprimido

Sentidos

Gosto metálico

Formigueiros, picadas, ardor e comichão

Sensibilidade a luzes ou som

Dores musculares

Outros

Fadiga

Náuseas e perda de apetite

Tremor, dores de cabeça e tonturas

Transpiração excessiva