

ALGORITMO DE REDUCCIÓN DE BENZODIACEPINAS

Guía clínica paso a paso

PRINCIPIOS GENERALES — APLICAR DURANTE TODO EL PROCESO

- Enseñar técnicas de afrontamiento saludables adaptadas al paciente.
- Abordar los problemas de higiene del sueño.
- Identificar y tratar cualquier problema psicológico subyacente.
- Si aparecen síntomas de abstinencia, mantener la dosis actual hasta que mejoren y reducir en pasos más pequeños.
- Es preferible reducir despacio que hacerlo demasiado rápido.

ALGORITMO DE DECISIÓN

PACIENTE EN TRATAMIENTO CON BENZODIACEPINAS

¿Uso prescrito o no prescrito?

PRESCRITO

Observar durante 3 meses. Reducir a dosis equivalente de diazepam $\leq 30\text{mg/día}$ antes de prescribir.

NO PRESCRITO

Convertir a dosis equivalente de diazepam. Monitorizar síntomas de abstinencia en cada visita.

¿Hay síntomas de dependencia? (uso a medio-largo plazo)

SÍ

Reducir un 20% y reevaluar a las 2 semanas. Luego reducir un 10-25% cada 2 semanas.

NO

Continuar observación. Revisar indicación del tratamiento.

¿Aparecen síntomas de abstinencia?

SÍ

Mantener la dosis actual hasta que los síntomas mejoren. No aumentar la dosis.

NO

Continuar reducción: desde 20mg, reducir 2mg cada 2 semanas hasta suspensión completa.

SUSPENSIÓN COMPLETA

El tiempo necesario varía entre 4 semanas y más de un año

Nota importante

- Siempre convertir el fármaco utilizado a su dosis equivalente en diazepam.
- No utilizar dos tipos de benzodiazepinas simultáneamente.
- Usar solo comprimidos de 2mg y 5mg de diazepam.
- Considerar dispensación diaria o semanal cuando sea apropiado.