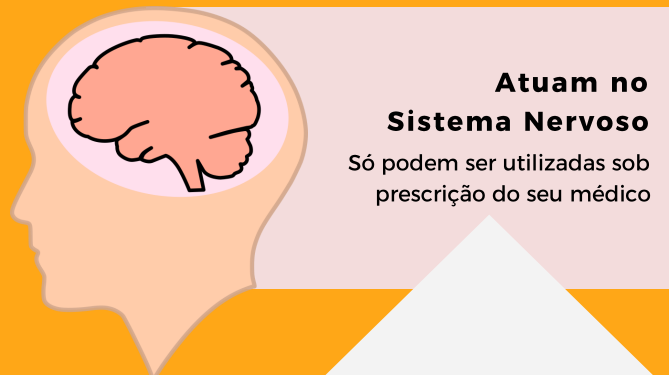


O QUE SÃO BENZODIAZEPINAS?

São medicamentos utilizados na(s):

- PERTURBAÇÕES DE ANSIEDADE
- INSÓNIA



Atuam no Sistema Nervoso

Só podem ser utilizadas sob prescrição do seu médico



As bebidas alcoólicas ou os medicamentos que atuam no sistema nervoso podem aumentar os efeitos adversos das benzodiazepinas



No folheto informativo (bula) do medicamento encontra a lista dos efeitos adversos. Importa, no entanto, destacar alguns pela sua importância

DORMIR e RELAXAR

Sem depender de benzodiazepinas!
(calmantes)



Imagem retirada do Freepik

Coordenação Nacional da Estratégia Nacional do Medicamento e dos Produtos de Saúde

Em colaboração com:

Coordenação Nacional para a Reforma dos Cuidados Primários
Coordenação Nacional para a Reforma dos Cuidados Continuados Integrados
Coordenação Nacional para a Reforma dos Cuidados de Saúde Hospitalares
Direcção do Programa Nacional para a Saúde Mental da DGS
Conselho Nacional de Saúde Mental
Infarmed

Comissão Nacional de Farmácia e Terapêutica

ARS Lisboa e Vale do Tejo

ARS do Norte

ARS do Centro

ARS do Alentejo

ARS do Algarve

Secretaria Regional da Saúde dos Açores

Secretaria Regional da Saúde da Madeira

Ordem dos Médicos

Ordem dos Farmacêuticos

Ordem dos Psicólogos

SABE O QUE SÃO BENZODIAZEPINAS? (calmantes)



Se toma benzodiazepinas há mais de dois meses, consulte o seu médico!

EFEITOS ADVERSOS

FRATURAS POR QUEDA



ACIDENTES DE VIAÇÃO



Estes efeitos adversos resultam das benzodiazepinas:

- aumentarem o tempo de reação;
- perturbarem o equilíbrio e a marcha;
- provocarem sonolência;
- alterarem a visão.

O uso continuado destes medicamentos tem mais risco do que benefícios para a saúde.

Quando em uso prolongado pode provocar:



ALTERAÇÕES DA MEMÓRIA

A longo e curto prazo, as benzodiazepinas provocam:

- alterações na memória;
- na aprendizagem;
- na concentração;
- na atenção.



DEPENDÊNCIA

Pode ocorrer com doses normais, elevadas ou mesmo baixas.

COSTUMO SENTIR QUE:

“Fico ansioso se não tomar”

“Não consigo reduzir a dose”

“Preciso dos comprimidos para as atividades diárias”

“Levo os comprimidos para todo o lado com receio de precisar deles”



O tratamento com as benzodiazepinas deve ser o mais curto possível, de acordo com a indicação do médico.

Na ansiedade: 8-12 semanas
Na insônia: 2-4 semanas.



Devo suspender a toma destes medicamentos?

A interrupção repentina das benzodiazepinas pode provocar efeitos de privação graves.

A suspensão das benzodiazepinas deve ter sempre a supervisão do médico e deve ser realizada lentamente.

