

DESPRESCREVENDO: REDUZIR O USO DE MEDICAMENTOS DE FORMA SEGURA PARA MUDAR A VIDA



FOCO NOS AGONISTAS DE RECEPTORES BENZODIAZEPÍNICOS & DROGAS-Z (ARBZ)



Conforme a vida muda, a necessidade de usar medicamentos também pode mudar. Medicamentos que faziam bem para você no passado podem não ser a melhor opção para você agora.

A **desprescrição** é uma forma de médicos e profissionais da saúde te ajudarem a parar de usar um medicamento de forma segura.

O QUE SÃO AGONISTAS DE RECEPTORES BENZODIAZEPÍNICOS & DROGAS-Z?



Medicamentos usados no tratamento de ansiedade e dificuldades de dormir

Alguns exemplos:

Alprazolam (Frontal®)

Bromazepam (Lexotan®)

Clordiazepóxido (Psicosedin®, Menotensil® e Limbitrol®)

Clonazepam (Rivotril®)

Diazepam (Valium®)

Estazolam (Noctal®)

Eszopiclona (Prysmá®)

Flurazepam (Dalmadorm®)

Flunitrazepam (Rohypnol®)

Lorazepam (Lorax®)

Midazolam (Dormonid®)

Nitrazepam (Nitrapam®)

Zopiclona (Imovane®)

Zolpidem (Stilnox®)



POR QUE REDUZIR OU PARAR DE USAR ARBZ PARA INSÔNIA?



Os ARBZ podem causar dependência, problemas de memória, fadiga diurna e são relacionados à demência e quedas



Muitos poderiam fazer o uso por um período curto (até **4 semanas**), mas continuam usando por muitos anos



Eles não são recomendados como primeira escolha no tratamento da insônia em idosos (independentemente do tempo de uso)



Os ARBZ podem não funcionar tão bem para insônia depois de algumas semanas de uso

COMO REDUZIR A DOSE OU PARAR DE USAR ARBZ DE FORMA SEGURA



Pergunte ao seu médico ou outros profissionais da saúde se a desprescrição pode ser feita no seu caso; as doses do medicamento devem ser reduzidas gradualmente, com supervisão profissional



Fale para o seu médico e outros profissionais da saúde sobre o algoritmo de desprescrição de ARBZ, disponível online em: <https://falandofarmacologia.ufms.br/educacao-em-saude>



Faça o download do panfleto de informações sobre ARBZ para pacientes, disponível online em: <https://falandofarmacologia.ufms.br/educacao-em-saude>



© Uso gratuito, creditando os autores. Não utilize com fins comerciais. Não modifique ou traduza sem permissão. Esta obra está licenciada com uma Licença Creative Commons Atribuição-NãoComercial-Compartilhual 4.0 Internacional. Entre em contato pelo e-mail deprescribing@bruyere.org ou visite deprescribing.org para mais informações.

Pottie K, Thompson W, Davies S, Grenier J, Sadowski C, Welch V, Holbrook A, Boyd C, Swenson JR, Ma A, Farrell B. Evidence-based clinical practice guideline for deprescribing benzodiazepine receptor agonists. *Can Fam Physician* 2018;64:339-51 (Eng), e209-24 (Fr)

Setembro de 2021: Infográfico modificado e traduzido por Lucas Gazarini e Márcia R. V. Baggio (Universidade Federal de Mato Grosso do Sul) em acordo com a Equipe de Pesquisa da Bruyère Deprescription Guidelines e políticas de tradução. Foram feitas modificações nos nomes de marca/genéricos dos medicamentos para adequar à disponibilidade brasileira de ARBZ. Materiais originais disponíveis em: <https://tinyurl.com/yag638uz> (Inglês).

Faça perguntas, mantenha-se informado e seja proativo.

INSTITUT DE RECHERCHE
Bruyère
RESEARCH INSTITUTE