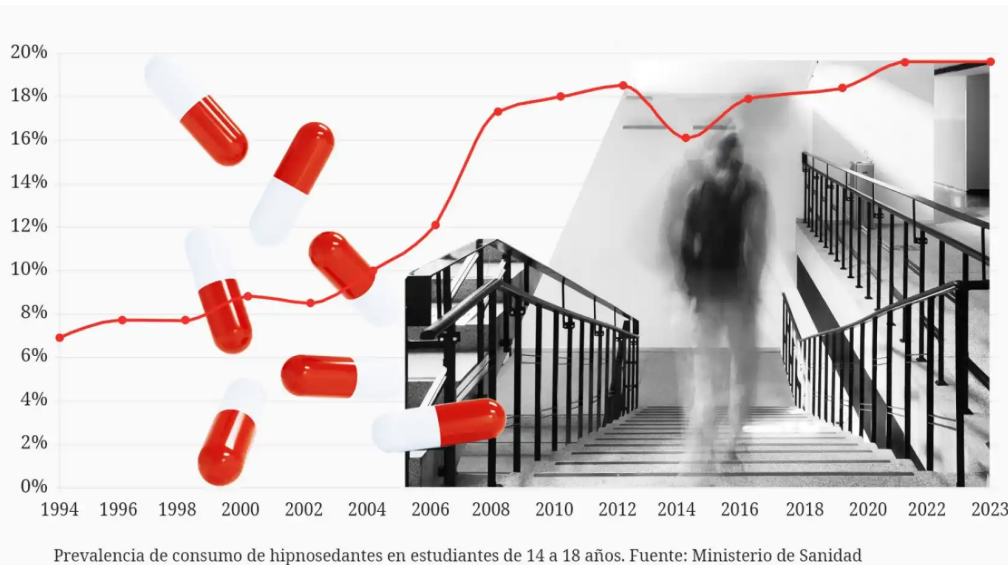


La España del lorazepam: el consumo entre los menores de 18 se triplica en las últimas tres décadas

- Según los últimos datos presentados por Sanidad, un 19,6% de adolescentes entre 14 y 18 años reconoce haber tomado hipnosedantes.



Prevalencia de consumo de hipnosedantes en estudiantes de 14 a 18 años. Fuente: Ministerio de Sanidad

Ilustración: Pablo García Santos

Psicología Adolescencia Adolescentes Drogas España

<https://www.elespanol.com/ciencia/salud/20240110/espana-lorazepam-consumo-menores-triplica-ultimas-deca...>

María P. Bonmatí

Miércoles, 10 enero 2024

Journalist

Los jóvenes españoles tienen un problema con el **alcohol**. Más del 75% ha consumido esta sustancia alguna vez en la vida. Sin embargo, las políticas sanitarias han surtido efecto y su ingesta se ha ido reduciendo paulatinamente. Diez puntos en 30 años. Ni más ni menos. El caso es que mientras unas **drogas** bajan, otras suben y los hipnosedantes comienzan a ser un gran problema. Según desvela un informe de Sanidad, es **la única droga que ha ido in crescendo** en todo este tiempo, hasta el punto que ya ha sido consumida por casi el 20% de los menores de 18 años.

Los hipnosedantes son un grupo de psicofármacos depresores del sistema nervioso central. Unos tienen **efectos ansiolíticos**, como el lorazepam (Orfidal) o el bromazepam (Lexatin); otros **hipnóticos**, como el lormetazepam, y otros **sedante, relajante muscular o anticonvulsivante**, como el diazepam (Valium). Todos los aquí nombrados son benzodiacepinas, el tipo más consumido en nuestro país y un nuevo problema para los jóvenes españoles.

Así lo desvela la nueva edición del ESTUDES, la encuesta que elabora el Ministerio de Sanidad bienalmente para conocer la situación y las tendencias del consumo de **drogas** y otras **adicciones entre los 14 y 18 años**. Así, mientras que 2023 marca un punto positivo para sustancias como el **alcohol**, el **tabaco**, el **cannabis**, la **cocaína**, el éxtasis o los alucinógenos, con una inclinación a la baja; el último año también es en el que se ha registrado **el dato más alto para el uso de hipnosedantes**.

Concretamente, un 19,6% de los adolescentes confesaron haberlos usado alguna vez en la vida. Traducido a números absolutos son **más de medio millón de jóvenes**.

Cualquiera puede pensar que su crecimiento es otro síntoma de los estragos que ha dejado la pandemia. Según un informe de Unicef, la Covid ha sido la principal responsable del deterioro de la salud mental de los niños y jóvenes. Cifra en uno de cada siete los afectados por algún problema de salud mental. En España, incluso, el dato es más alto: **uno de cada cinco**. Sin embargo, como puntualiza a EL ESPAÑOL Antonio Cano-Vindel, catedrático de Psicología de la Universidad Complutense de Madrid, esa es una conclusión reduccionista. El problema es más amplio y viene de lejos.

La propia trayectoria del ESTUDES confirma que la escalada de los hipnosedantes no es (sólo) cosa de la Covid. En 1994, un 6,9% de los jóvenes los había usado una vez en su vida; **en 2008 ya eran el 17,3%**.

[La epidemia oculta de los psicólogos con depresión: "Lloré tanto que perdí las pestañas de los ojos"]

El consumo enmarcado únicamente en el 2023 también es alto (14,8%), así como los que declararon haberlos utilizado en el último mes (8,2%).

Peor manejo del estrés

"Los jóvenes manejan peor las emociones que los adultos y, según se constata, en las distintas encuestas a lo largo del tiempo, **el estrés está aumentando en esta población** por distintos factores, como la fatiga de la interacción y el estrés económico, lo que puede llevar a problemas como no poder dormir y ansiedad", aclara el psicólogo.

Cano-Vindel insiste en que la solución a estos problemas es la **terapia cognitivo-conductual** —entre tres y cuatro veces más eficaz que estas pastillas— pero es conocedor de la falta de psicólogos en la sanidad pública y la saturación de los médicos de familia. "Ellos no tienen todo el día y tienen que hacer algo. Pueden dar una pastilla para calmar a esa persona y en unas semanas le mejorará el estado de ánimo, pero eso no le va a enseñar a mejorar. Tendrá problemas a lo largo de su vida y **se topará una y otra vez con la misma piedrecita** con la que tropezó en su adolescencia y no sabrá cómo manejarlo", lamenta el psicólogo.

Efectivamente, el ESTUDES aclara que la mayoría de menores que han consumido hipnosedantes **lo han hecho con receta**. Ojo, un 9,7% admite que lo ha conseguido por otros medios, un problema del que ya se hizo eco EL ESPAÑOL. Por ejemplo, es habitual que obtengan estas pastillas *robándolas* del botiquín de sus padres.

[La imparable escalada de los antidepresivos en España: su consumo crece un 249% en 20 años]

En cualquier caso, a finales de 2023, la Sociedad Española de Medicina de Familia y Comunitaria (Semfyc) pedía a sus profesionales que no prescribieran benzodiacepinas en población adolescente de 10 y 21 años para tratar problemas de ansiedad o insomnio y sólo se reservaran para problemas neurológicos y psiquiátricos graves.

Enseñar y educar

"Muchos psicofármacos tienen efectos secundarios y posiblemente sean **peor llevados por los adolescentes** que por una persona adulta", explicaba en el comunicado emitido por la entidad la médica de familia y coordinadora del Grupo de trabajo de Salud Mental de la Semfyc, Luz de Myotanh Vázquez. Entre los más nombrados, está el poder adictivo que tienen estas pastillas. Para que el lector se haga una idea, en España existen ya áreas de desintoxicación dedicadas exclusivamente a benzodiacepinas y opioides.

"El aumento de la prescripción va coligado al incremento de la patología mental, pero también a la **medicalización de problemas mundanos** que antes se resolvían en la comunidad y en el ámbito familiar", apostillaba a la par Vázquez. Cano-Vindel también nombra la conocida ya como "medicalización de la vida". Por eso habla de "enseñar y educar" a todos estos adolescentes para que "el manejo del estrés y las emociones no les sea complicado". "Esa es la solución", termina.