UNIVERSIDAD DE COSTA RICA

Nuevo estudio del ICD-UCR revela que las mujeres consumen la mayor cantidad de psicotrópicos

Uno de los principales motivos del consumo de las costarricenses se vincula a la salud mental

14 MAR 2023 Salud

Del total de **957 598 gramos de psicotrópicos ingeridos** del 2018 al 2021 en Costa Rica —fármacos que actúan sobre el sistema nervioso central para modificar el comportamiento y el estado de conciencia—, **el 59,9 % del consumo corresponde a mujeres.**

Así lo revela un reciente estudio publicado por el Instituto Costarricense sobre Drogas (ICD), en colaboración con la **Facultad de Farmacia de la Universidad de Costa Rica** (UCR).

Con base en el estudio, las mujeres no solo encabezan el mayor consumo de este tipo de medicamentos, sino que también acaparan **la mayor parte de las recetas (prescripciones)** enviadas por médicos con una cifra cercana al 62,5 %.

Para el equipo investigador, dicho comportamiento es similar al de las mujeres de los países desarrollados, en el cual se ha observado que la población femenina posee un mayor consumo de psicotrópicos que los hombres.

¿Uno de los motivos principales? **Tratar desórdenes relacionados con la salud mental** que, en muchas ocasiones, se generan por situaciones de género a raíz de un "sistema de relaciones que sitúa en forma diferente y casi siempre desfavorable a las mujeres con respecto a los varones", se cita explícitamente en el informe.

"Nosotros como país no tenemos un estudio contundente, pero sí se sabe que existe **una realidad de discriminación que sufrimos las mujeres.** Las posiciones jerárquicas siguen siendo ocupadas por los hombres y nosotras seguimos haciendo el trabajo intelectual más el trabajo de la casa, en un contexto a nivel centroamericano en el que el machismo sigue estando muy arraigado. Entonces, en medio de todo eso, se genera la posibilidad de consumir algo para sentirse un poquito menos cansada o un poco menos estresada", manifestó la Dra. Mónika Hidalgo Rivera, investigadora del estudio y docente de la Facultad de Farmacia de la UCR.

Desde la perspectiva de la Dra. Hidalgo, ese elemento social incide, en parte, **en que las mujeres demanden más fármacos que los hombres** en el área de salud mental; una posición que no está alejada de lo que muestran varios estudios internacionales.

En el 2021, una investigación publicada en la revista The Lancet 2021, dirigido por la Universidad de Queensland de Australia en el contexto de la pandemia del COVID-19, evidenció que las personas más afectadas por **los trastornos depresivos y de ansiedad a nivel mundial fueron las mujeres** y los grupos juveniles.

Ese artículo en The Lancet explica que parte de los motivos se debe a que **las mujeres están en mayores desventajas** con "salarios más bajos, menos ahorros y un empleo menos seguro que sus contrapartes masculinas. Además, tienen más probabilidades de ser víctimas de violencia doméstica, cuya prevalencia aumentó durante los períodos de encierro y las órdenes de permanencia en el hogar".

A nivel nacional, algo similar encontró recientemente el Instituto de Investigaciones Psicológicas (IIP) de la UCR, en un trabajo divulgado este 2023 sobre la salud mental en Costa Rica.

En su artículo publicado el 1 de marzo en el suplemento C+T (que se encuentra en el Semanario Universidad), las y los investigadores del IIP-UCR dieron a conocer que, al igual que a inicios de la pandemia, **las mujeres presentaron mayores niveles de estrés que los hombres.**

Asimismo, mencionaron que en ocasiones ese estrés se manifiesta a nivel físico con dolores. Sin embargo, muchas mujeres no relacionan ese dolor con un elemento psicológico o emocional, por lo que se inclinan al consumo de fármacos cuando, lo que realmente necesitan, **es un abordaje integral de salud mental.**

"Las personas tienen estas reacciones y no las identifican como problemas de estrés, buscan otro tipo de explicaciones, más físicas que psicológicas. Por lo tanto, tienden a acudir a medicamentos como **ibuprofeno, relajantes musculares, analgésicos y desinflamatorios**, muchos de venta libre", señaló Ana María Jurado Solórzano, psicóloga y una de las investigadoras del estudio sobre salud mental publicado en el C+T.

El mayor porcentaje de suicidios ocurren en los varones, señala el Ministerio de Salud. Lamentablemente, esa es la estadística final.

"Muchas veces los hombres no dicen lo que están sintiendo y no acuden a los centros de atención en salud. Por lo tanto, que en estas estadísticas destaquen las mujeres como la población de mayor consumo de psicotrópicos, también se debe a que la mayoría de la población masculina se reserva sus situaciones emocionales que terminan en la autoeliminación".

Dra. Hidalgo.

Los más consumidos

Con base en el estudio del ICD-UCR, los cinco psicotrópicos más consumidos del 2018 al 2021, tanto para hombres como para las mujeres, fueron **el fenobarbital, la fentermina, el clonazepam, el diazepam y el lorazepam.**

En la lista luego sigue el **midazolam, la anfepramona, la zopiclona, el clobazam**, el clobenzorex, el alprazolam, el bromazepam, y el zolpidem, principalmente.

Aunque el fenobarbital fue el que registró el mayor consumo, la Dra. Hidalgo aclara que **este no se vincula necesariamente a la salud mental.** Uno de los usos de este medicamento es como preanestésico a fin de incentivar la sedación profunda, y fue muy usado durante los picos más altos de la pandemia del COVID-19 para los pacientes en cuidados intensivos.

Dicho caso no es el mismo para los medicamentos terminados en "pam", que son de la familia de las **benzodiacepinas** (como clonazepam, diazepam, lorazepam, etc). Estas sustancias, aprobadas para un uso terapéutico, se orientan principalmente a tratar **la ansiedad, los trastornos del sueño y las convulsiones.**

A veces, "hasta se usan como relajantes musculares, cuando hay otras opciones que no tienen que ser psicotrópicos", señaló la Dra. Hidalgo. En este aspecto, el Dr. Andrés Rodríguez Pérez, también investigador del estudio y jefe de la Unidad de Información y Estadística del ICD, coincide.

Él indica que los usos erróneos de estas sustancias **"pasan desde malos hábitos de prescripción que pueden tener algunos médicos**, hasta el consumo sin indicación médica o en dosis distintas a las prescritas por parte de las personas a quienes se les indicó el medicamento u otras personas".

Otro hallazgo de relevancia fue el importante consumo de **la fentermina, la anfepramona y el clobenzorex.** Todos ellos son anorexígenos que usualmente se utilizan para disminuir el hambre y que se les prescribe a personas con sobrepeso u obesidad, cuando los cambios en la alimentación y en el estilo de vida fueron insuficientes por situaciones de ansiedad o estrés.

"Nosotros no pudimos profundizar en el estudio, pero es frecuente que estos estimulantes del sistema nervioso central, como la anfepramona, generen efectos secundarios. Uno es el insomnio. Entonces, la situación que pasa es que lo prescriben, pero luego lo combinan

con una benzodiacepina para que la persona pueda dormir. Esto es terrible porque genera **una serie de efectos secundarios en cadena que podrían evitarse** si se aborda a las personas desde la parte prevención", argumentó la Dra. Hidalgo.

El clonazepam es uno de los principales fármacos que consumen las personas adultas mayores para el insomnio. En ocasiones, las personas generan tolerancia y ya no les ayuda con el insomnio. Además, presentan efectos secundarios como problemas de memoria y disminuye su estado de alerta. Foto con fines ilustrativos.

Foto: Karla Richmond.

Total porcentual de gramos de psicotrópicos de uso médico consumidos en Costa Rica y distribución de las prescripciones despachadas según tipo de sustancia

A Flourish chart

Los fármacos no son la única opción

Para la Dra. Hidalgo, no solo de fármacos puede vivir el ser humano y el Dr. Rodríguez asiente. El experto del ICD explicó que existen casos en los cuales se toman estos medicamentos como primera línea de acción, cuando puede existir una línea de tratamiento no necesariamente farmacológica, sino de **estilos y hábitos de vida que se deberían implementar primero.**

"O, en su defecto, de manera paralela al uso de estos medicamentos, ya que los mismos no surten efectos inmediatos, sobre todo, en el caso de manejo de ansiedad u obesidad", amplió el Dr. Rodríguez.

Desde la perspectiva de la Dra. Hidalgo, lo anterior refleja la necesidad de realizar a nivel clínico interrogatorios más profundos antes de suministrar este tipo de medicamentos. Lo que pasa, según la experta, es que muchas veces en las consultas se omite ese paso y se prescriben tratamientos sin ahondar las condiciones del paciente para valorar abordajes no farmacológicos, **como las terapias cognitivo conductual.**

“Todas estas herramientas de relajación, respiración profunda, etc, puede hacer que la persona no requiera un medicamento y evitar los efectos de los anorexígenos a nivel cardiovascular, que generan **un riesgo aumentado de sufrir un infarto al miocardio o un infarto cerebrovascular.** Esto se podría evitar con un abordaje integral en salud”, puntualizó la farmacéutica.

Además, **se podría prevenir la dependencia de consumo hacia este tipo de sustancias.** En varios casos, cuando un paciente deja de tomarlos sufre depresión, lo que propicia que la misma persona busque otra receta para dejar de sentirse así.

“Algo que recomendamos mucho para evitar la dependencia es vigilar la duración de los tratamientos. Uno de los antecedentes dice que el primer contacto de las personas que consumen psicotrópicos fue a través de la prescripción médica y, luego, empezaron a automedicarse. Esa automedicación no solamente tiene que ver con **administrarse una sustancia sin que sea prescrita, sino también que la usen en otras dosis o con un uso desviado.** Se debe tener claro que casi todos los psicotrópicos generan dependencia y, justo por eso, hoy el país tiene una regulación de receta digital para dar trazabilidad y que no haya duplicidad, pero sí hay que vigilar esa duración de los tratamientos”, opinó la Dra. Hidalgo.

> Los usos erróneos de este tipo de sustancias son varios. “Desde el punto de vista del desvío a canales ilícitos, tenemos que algunos de estos medicamentos se han utilizado para facilitar la comisión de algunos delitos, entre ellos el robo, ya que son sustancias que favorecen la somnolencia. Desde el punto de vista de malos hábitos de prescripción, se incluye todo lo que tiene que ver con períodos de uso de estas sustancias más allá de lo que se recomienda, con lo que los pacientes se exponen a una mayor posibilidad de desarrollar alguna dependencia”.
>
> Dr. Andrés Rodríguez Pérez.

El paso que sigue

Este estudio es el primero en su tipo a nivel nacional y parte de los trabajos de análisis del ICD. En este caso, para conocer cuál es el perfil del consumo de psicotrópicos en el país, de tal modo que las autoridades del Ministerio de Salud y la CCSS **puedan identificar las sustancias y zonas de mayor demanda**.

Esto asegura, según el Dr. Rodríguez, una adecuada disponibilidad de los mismos, procura las medidas de **control necesarias para evitar el desvío de las mismas a canales no lícitos** y fomenta hábitos de prescripción a fin de que estos medicamentos contesten a las mejores prácticas médicas basadas en la evidencia.

“El estudio presentado este año no es más que uno de los esfuerzos que se realizan en la institución, y parte de los aportes que la institución da a la realidad nacional, sobre todo, en virtud que la Ley N°10113 incluye al ICD en la Dirección Nacional de Estupefacientes, por lo que vislumbramos seguir publicando datos relativos a esta temática en particular al

menos cada dos años. Para lo que resta del año 2023, se tienen planeados otros estudios dentro del que se incluyen el involucramiento de **mujeres trabajadoras sexuales en consumo de sustancias psicoactivas** y/o actividades delictivas", compartió el Dr. Rodríguez.

Asimismo, desde la UCR este estudio abre las puertas a más investigaciones. Por ejemplo, se planea agregar la categoría diagnóstica de acuerdo al CIE 11. Esto, con el objetivo de cumplir con **la estandarización mundial de la información de diagnóstico en el ámbito de la salud.**

También, se estima ir más allá del dato general obtenido en este estudio y diferenciar cuáles psicotrópicos se utilizan en el ámbito intrahospitalario a nivel público y privado, así como **revisar el impacto de lo que se le envía al paciente para su propia administración.**

Lo anterior, porque este estudio inicial analiza gramos de consumo, acorde a los parámetros de la Junta Internacional de Fiscalización de Estupefacientes, por lo que queda pendiente **conocer el detalle del margen terapéutico, su efecto específico en la persona y si el consumo individual** se acompaña de la ingesta de otros fármacos.

"Por ahora, nos encantaría que se tomen en cuenta estos primeros resultados como guía para la generación de política pública. Nosotros como país tenemos un plan de salud mental y se han hecho esfuerzos extraordinarios. Se han generando equipos de salud integral, salud mental y ahora le agregaron una de drogodependencias, **porque tenemos mucha prevalencia de enfermedad mental en el país.** Entonces, esto puede servir de insumo para generar prevención y no irnos solo a las drogas, sino hacia un abordaje integral desde las diferentes disciplinas: ciencias sociales, ciencias exactas, entre otras, para ver al ser humano como un todo", inspiró la Dra. Hidalgo.

La especialista en Farmacia reflexionó que la clave para disminuir el consumo incrementado de estos medicamentos asociados a la salud mental está, en gran parte, **en la prevención y en la educación a fin de desarrollar disciplina y resiliencia ante las situaciones difíciles de la vida.** En el campo de la psicología, las y los expertos concuerdan.

En el artículo sobre salud mental publicado en el C+T, las y los profesionales del IIP-UCR "demandaron una respuesta contundente por parte del Estado para la atención de la salud mental de la población costarricense y **que no se privilegie el tratamiento basado en medicamentos**".

Jenniffer Jiménez Córdoba
Periodista, Oficina de Divulgación e Información
Área de cobertura: ciencias de la salud
jenniffer.jimenezcordoba@ucr.ac.cr

Etiquetas: icd, psicotropicos, consumo, benzodiacepinas.