

Medicamentos para la ansiedad: ¿Cuáles son y cómo funcionan?

>> 9 de abril de 2012



Los medicamentos son una opción rápida para eliminar un problema. Pero esto no quiere decir que sean la mejor alternativa y mucho menos la única. En el caso de los problemas psicológicos como la depresión, la [ansiedad](#) o las fobias; los medicamentos ayudan a disminuir la intensidad de los síntomas pero no erradican el problema. Por ende, una de las quejas más comunes de quienes consumen los medicamentos para la ansiedad es que, apenas dejan de tomarlos, los síntomas vuelven, a veces con más intensidad que antes.

Aún así, lo cierto es que el uso de los medicamentos para la ansiedad ha aumentado de forma exponencial en la última década, tanto en Europa como en los Estados Unidos. Por eso, nunca está de más echarle una mirada al funcionamiento de este tipo de fármacos.

Tipos de medicamentos para la ansiedad

No todos los medicamentos para la ansiedad son iguales ni se usan para tratar los mismos síntomas. De hecho, algunos tienen muchas contraindicaciones mientras que otros son más “suaves”. A continuación se retoman los fármacos más comunes:

- **Inhibidores Selectivos de la Recaptación de Serotonina (ISRS)**. Estos son los medicamentos para la ansiedad más utilizados puesto que normalmente son la primera elección del médico de cabecera o psiquiatra.

La razón es muy sencilla: los ISRS han demostrado ser muy eficaz para combatir la ansiedad, no crean adicción, no causan problemas de memoria, no interfieren con la psicoterapia puesto que no afectan el nivel de vigilia de la persona y tienen un mínimo

de efectos secundarios (cuando los ISRS causan efectos secundarios, por lo general desaparecen en la primera semana).

No obstante, una minoría de pacientes ha reportado una disminución de la libido y las sensaciones sexuales por lo que se utiliza en el tratamiento de la eyaculación precoz. Otra desventaja es que se deben tomar durante 4 ó 6 semanas antes de alcanzar su máxima eficacia y algunos ISRS pueden causar síntomas molestos de abstinencia si se suspenden abruptamente. En el caso de las personas con trastorno bipolar, los ISRS pueden desencadenar un episodio maníaco y por esta razón se recetan junto con algún estabilizador del humor. También existe evidencia de que los ISRS pueden aumentar el riesgo de suicidio entre los pacientes más jóvenes.

Muy a *grosso modo*, estos fármacos actúan aumentando la señalización entre las neuronas que utilizan una sustancia química llamada serotonina para comunicarse entre sí. Entre los ISRS más comunes se encuentran: el Prozac (fluoxetina), la Celexa (citalopram), el Lexapro (escitalopram), el Zoloft (sertralina), el Paxil (paroxetina) y el Luvox (fluvoxamina).

- **Inhibidores de la recaptación de serotonina y noradrenalina (IRSN).** Básicamente, estos medicamentos para la ansiedad cumplen la misma función que los ISRS pero también inciden sobre los niveles de noradrenalina. Cuando se utilizan para tratar la ansiedad, sus beneficios y efectos secundarios son esencialmente los mismos que los de los ISRS y, al igual que estos, se deben consumir durante 4 ó 6 semanas para alcanzar su máximo efecto. En la actualidad los IRSN disponibles son: el Effexor (venlafaxina), la Cymbalta (duloxetina) y el Pristiq (desvenlafaxina).

- **Benzodiazepinas.** En esta clase de medicamentos se incluyen algunos de los fármacos más conocidos, como el Valium (diazepam), el Xanax (alprazolam), el Klonopin (clonazepam) y el Ativan (lorazepam). A pesar de que las benzodiazepinas se prescriben con bastante frecuencia para tratar los [síntomas de la ansiedad](#), ya no se consideran un tratamiento de primera línea pues aunque reducen la ansiedad con rapidez, suelen causar problemas cuando se toman a largo plazo.

Las benzodiazepinas causan intolerancia, lo que significa que con el tiempo se necesitará aumentar las dosis para alcanzar el mismo efecto. También se le ha asociado un síndrome de abstinencia particularmente fuerte que puede causar incluso convulsiones, sin mencionar que estos medicamentos causan adicción.

Las benzodiazepinas también inhiben la formación de nuevos recuerdos, lo cual puede tener un impacto negativo en la psicoterapia. Además, estos medicamentos pueden ser letales cuando se combinan con alcohol u opiáceos.

No obstante, cuando se usa apropiadamente, las benzodiazepinas pueden desempeñar un papel importante en el tratamiento del trastorno de ansiedad. Por ejemplo, a veces se utiliza en combinación con un ISRS para acelerar la curación durante las primeras semanas de tratamiento antes de que los ISRS hayan alcanzado su máxima eficacia.

- **Buspirona.** Es un medicamento que se utiliza a veces para tratar la ansiedad. Al igual que los ISRS, la buspirona actúa a nivel neuronal sobre los niveles de serotonina pero a diferencia de estos que aumentan la cantidad de serotonina disponible para todos los

receptores de la serotonina, la buspirona sólo afecta a un subtipo específico de receptor de serotonina. Una ventaja de esta selectividad es que la buspirona no provoca los efectos secundarios sexuales que se han asociado a los ISRS. Al igual que los ISRS y los IRSN, la buspirona puede demorarse entre 4 ó 6 semanas para alcanzar su máxima eficacia.

- **Hidroxicina.** Al igual que las benzodiazepinas, los efectos de la hidroxizina se producen rápidamente pero a diferencia de estas, la hidroxicina no crea un hábito y no produce tolerancia, abstinencia o deterioro de la memoria. El efecto secundario más importante de la hidroxizina es la sedación, pero esto tiende a disminuir con el tiempo. Los efectos anti-ansiedad de la hidroxizina se deben a que bloquea el receptor de la histamina.

- **Gabapentina.** Es un medicamento que se utiliza principalmente para tratar las convulsiones y el dolor en los nervios pero también se usa con cierta frecuencia para combatir la ansiedad. Al igual que la hidroxizina, la gabapentina funciona de forma rápida y sin muchos de los problemas asociados con las benzodiazepinas. Sin embargo, puede evidenciarse un síndrome de abstinencia y algunas personas experimentan una somnolencia significativa. Al igual que los ISRS, la gabapentina también se ha asociado a un mayor riesgo de suicidio.

Debido a que la gabapentina tiene "gaba" en su nombre, a menudo se cree erróneamente que afectan directamente a las neuronas que utilizan una sustancia química llamada GABA para comunicarse entre sí. Sin embargo, el mecanismo exacto de acción de la gabapentina hasta el momento se desconoce aunque se presupone que incide en el movimiento del calcio a través de la membrana celular.

Obviamente, existen muchos otros medicamentos para la ansiedad ya que esta no es una lista completa y los psiquiatras son libres de utilizar el fármaco más adecuado según las características del paciente. No obstante, debemos recordar que la Terapia Cognitiva Comportamental ha mostrado su eficacia para combatir la ansiedad y está considerada como la primera opción entre todos los [tratamientos para la ansiedad](#). El principal beneficio de la psicoterapia es que sus beneficios resisten al paso del tiempo y que no provoca efectos adversos.

Fuente:

Schiffman, J. E. (2011, Noviembre) *Anti-Anxiety Medications Explained*. En: [Psychology Today](#).