



Facultad de Medicina y Ciencias de la Salud Carrera de Medicina

Año 2022 Trabajo Final de Carrera (Tesis)

Uso de Benzodiazepinas en estudiantes de la Universidad Abierta
Interamericana sede Buenos Aires Argentina, 2022.

Use of Benzodiazepines in students of the Interamerican Open University,
Buenos Aires, Argentina, 2022.

Autor: Cordeiro Goncalves Larissa Nathalia

Resumen

Introducción: Las benzodiazepinas se utilizan como hipnóticos, sedantes, ansiolíticos, anticonvulsivos y relajantes musculares, estando entre los medicamentos más recetados y utilizados en el mundo. El aumento progresivo del número de usuarios es un punto importante a tratar, ya que su uso continuo se ha asociado con síndromes de abstinencia, dependencia, tolerancia y reacciones adversas, convirtiéndose en motivo de preocupación, especialmente en el contexto universitario. **Material y métodos:** Estudio de tipo descriptivo, transversal y retrospectivo con diseño de campo para el cual se aplicó como técnica de recolección de dato un cuestionario con preguntas abiertas y cerradas (dicotómicas y de opción múltiple) diseñado para determinar el uso de benzodiazepinas en estudiantes de medicina de la UAI. La población de estudio estuvo constituida por 132 estudiantes que respondieron el cuestionario de forma online a través de google form. **Resultados:** Las benzodiazepinas fueron utilizadas por el 48% de los estudiantes, siendo el clonazepam el fármaco mayormente utilizado (61%). Entre los factores de uso, se encuentran la ansiedad (53%) y el insomnio (30%). De los estudiantes que usaron benzodiazepinas, el 75% lo hizo durante un período superior a 6 meses, lo que puede inducir dependencia y síndrome de abstinencia, contradiciendo las recomendaciones del prospecto y la literatura. **Conclusión:** Los datos revelan un uso significativo de estos fármacos por parte de los estudiantes considerándose que los médicos juegan un papel fundamental en el uso racional, por lo que se sugiere coordinar acciones pedagógicas que informen de manera más detallada los riesgos, beneficios y complicaciones asociadas al uso excesivo de estos medicamentos.

Palabras Clave: Benzodiazepinas; Abuso de drogas; factores de riesgos, uso en estudiantes, uso sin prescripción.

Abstract

Background: Benzodiazepines are used as hypnotics, sedatives, anxiolytics, anticonvulsants and muscle relaxants, being among the most prescribed and used drugs in the world. The progressive increase in the number of users is an important point to deal with, since its continuous use has been associated with withdrawal syndromes, dependence, tolerance and adverse reactions, becoming a cause for concern, especially in the university context. **Material and methods:** Descriptive, cross-sectional and retrospective study with field design for which a questionnaire with open and closed questions (dichotomous and multiple choice) designed to determine the use of benzodiazepines in students was applied as a data collection technique. of Medicine at IAU. The study population consisted of 132 students who answered the questionnaire online through google form. **Results:** Benzodiazepines were used by 48% of the students, with clonazepam being the most used drug (61%). Among the factors of use,

are anxiety (53%) and insomnia (30%). Of the students who used benzodiazepines, 75% did so for a period of more than 6 months, which can induce dependence and withdrawal syndrome, contradicting the recommendations of the package insert and the literature. **Conclusion:** The data reveal a significant use of these drugs by students, considering that doctors play a fundamental role in rational use, so it is suggested to coordinate pedagogical actions that report in more detail the risks, benefits and associated complications. to excessive use of these drugs.

Keywords: Benzodiazepines; Drug Abuse; Risk Factors; Student Use; Nonmedical Use.

INTRODUCCIÓN

Las benzodiazepinas (BZD) son un grupo farmacológico bien conocido que se ha utilizado a nivel mundial y nacional desde su aparición en la década de 1960 como sucesor de los barbitúricos. Es un grupo de fármacos con efectos farmacológicos ansiolíticos, hipnóticos, anticonvulsivantes, relajantes musculares e inductores de amnesia anterógrada (1). Actúan aumentando la acción del GABA (ácido gamma-aminobutírico), un neurotransmisor que ejerce principalmente efectos calmantes, somnolientos y/o sedantes en el cerebro (2), por lo que se considera un inhibidor sistémico del sistema nervioso central (SNC) (3).

A pesar de sus efectos adictivos y efectos adversos a largo plazo, las BZD siguen siendo el fármaco de elección para el tratamiento de la ansiedad y el insomnio a corto plazo (4). El abuso de estas sustancias puede conducir a un alto grado de tolerancia, con un uso prolongado que conduce a la dependencia física y/o psicológica y la posibilidad de síntomas de abstinencia como insomnio, problemas estomacales, temblores, agitación, miedo, calambres musculares, etc (5). El riesgo de dependencia está asociado al consumo a largo plazo (normalmente superior a 3 meses), dosis elevadas o uso de BDZ de vida media corta pero con gran capacidad ansiolítica. El hecho de que la tolerancia o los síntomas de abstinencia se produzcan cuando se suspende el consumo ha provocado un aumento de su uso. Además, aquellas BDZ que produjeron efectos más deseables tenían un mayor riesgo de uso repetido (4). Durante la última década, se ha incluido en el grupo de medicamentos considerados para uso rutinario no médico debido a su creciente popularidad, aumento de prescripciones y amplio papel. Este consumo nace fuera de las consultas y suelen tener fines que pueden coincidir o no con su indicación real (3).

A nivel mundial, el uso de BZD ha ido en aumento, siendo Europa uno de sus mayores consumidores. Pérez et al. (2016), en su artículo mencionan que existe evidencia de que alrededor del 10% de la población en los países desarrollados es consumidora de sustancias psicotrópicas (4). En España se ha demostrado que el consumo de ansiolíticos e hipnóticos, incluidas las BZD, ha aumentado un 57,5% desde principios de la década de 2000 (6). El uso irracional de estas drogas lleva a un aumento de su uso, lo que puede impactar negativamente a los individuos que las usan, causar efectos adversos y convertirse en un problema de salud pública (7).

Las complejidades que implica el uso de este tipo de drogas están relacionadas con los graves problemas que provocan, y no hay un beneficio general frente a las dificultades que pueden surgir en situaciones de consumo dependiente. La dependencia de las benzodiazepinas puede comprometer la salud del paciente, incluida la social y la calidad de vida (8). Esta clase también tiene un gran potencial para síndromes de abstinencia y efectos adversos como sedación, depresión respiratoria, cambios psicomotores y deterioro cognitivo (9), (10). Se recomienda un tratamiento de no más de seis meses (8).

Los trastornos mentales son relevantes para la salud pública porque se encuentran entre las condiciones más morbosas en la atención primaria. La investigación de salud mental está analizando la población de estudiantes universitarios y señala que los estudiantes universitarios tienen niveles más altos de depresión y ansiedad en comparación con otras poblaciones. Esto trae como consecuencia que los estudiantes estén expuestos a altos estímulos como la evaluación, el trabajo, el estrés social, la familia, los amigos, la carga económica, la familia, el estrés, todos los cuales contribuyen al deterioro de su salud mental (11).

El uso de benzodiazepinas por parte de los estudiantes es una realidad que puede estar influenciada por una serie de factores, entre ellos el entorno sociocultural, la falta de programas de información sobre automedicación y el fácil acceso a las recetas (principalmente entre estudiantes sanos). Además de esto, el conocimiento adquirido en las materias del curso no es suficiente para cambiar las percepciones de los riesgos asociados con el uso irracional de estos medicamentos (12). Por tanto este se plantea como razón de estudio analizar el uso de benzodiazepinas en los estudiantes de la Universidad Abierta Interamericana como medida para reducir la ansiedad que genera la carga de estudios y la necesidad de obtener buenas calificaciones.

MATERIALES Y MÉTODOS

El estudio de tipo descriptivo, transversal y retrospectivo que permitió describir, analizar e identificar el uso de benzodiazepinas en los estudiantes de medicina de la universidad abierta interamericana sede Buenos Aires durante el periodo de mayo – junio de 2022, con el propósito de determinar las características de este problema. Del mismo modo el estudio se encuentra dentro

del diseño de campo ya que se la recolección de información fue través de un cuestionario con el objeto de obtener información valida y confiable tomada desde la realidad en el medio donde se encuentra el objeto de investigación, es decir, la UAI, ciudad de Buenos Aires, Argentina.

La población objeto de estudio estuvo conformada por 132 estudiantes de medicina de la UAI, de ambos sexos, mayores de edad que accedieron de participar de forma libre y voluntaria del estudio. El muestreo fue no probabilístico, accidental y por conveniencia, la muestra quedo conformada por la totalidad de los estudiantes que respondieron la encuesta online a través de google form.

Los datos obtenidos se volcaron en una base de datos de Microsoft Excel. Posteriormente se tabularon para su análisis en tablas y gráficos, se utilizaron medidas de resumen de tendencia central (media aritmética, mediana, moda) y de dispersión (desvío estándar), técnicas estadísticas descriptivas (distribuciones de frecuencias, porcentajes) e inferenciales (prueba chi cuadrado), para un nivel de significación $p < 0,05$.

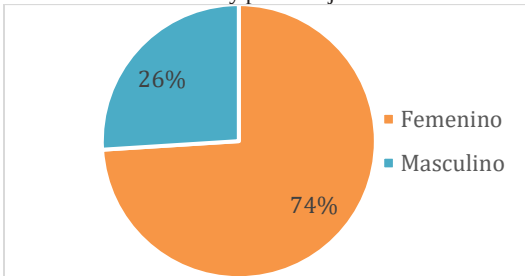
RESULTADOS

Se contó con la participación de 132 estudiantes de la carrera de medicina de la Universidad Abierta Interamericana. Obteniéndose los siguientes resultados para el estudio:

Tabla 1. Frecuencias y porcentajes de la variable Sexo.

Sexo	Frecuencia	Porcentaje %
Femenino	98	74
Masculino	34	26
Total	132	100%

Gráfico 1. Frecuencias y porcentajes de la variable Sexo.

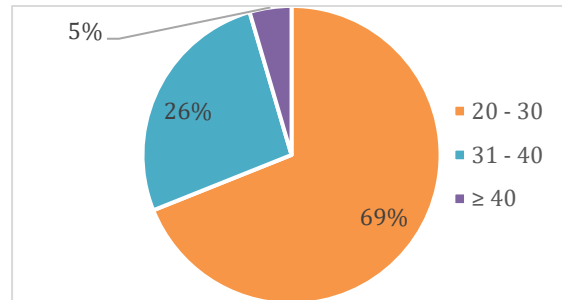


Se tuvo una prevalencia del sexo femenino con respecto a la participación del sexo masculino.

Tabla 2. Frecuencia y porcentajes de la variable Edad.

Grupo Etario (años)	Frecuencia	Porcentaje %
20 - 30	91	69%
31 - 40	35	26%
≥ 40	6	5%
Total	132	100%

Gráfico 2. Frecuencia y porcentajes de la variable Edad.

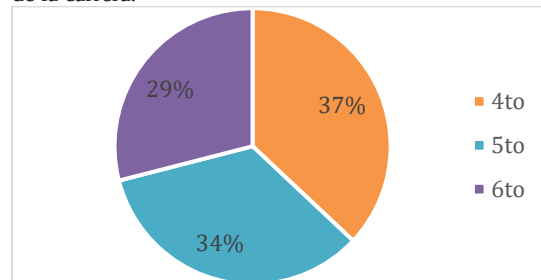


La mayoría de estudiantes encuestados pertenecía al grupo etario de 20 a 30 años. El promedio fue de $28,43 \pm 5,94$ años. La edad mínima fue de 20 años y la máxima 49 años.

Tabla 3. Frecuencias y porcentajes de la variable Año de la carrera.

Año de la Carrera	Frecuencia	Porcentaje %
4to año	49	37
5to año	45	34
6to año	38	29
Total	132	100%

Gráfico 3. Frecuencias y porcentajes de la variable Año de la carrera.

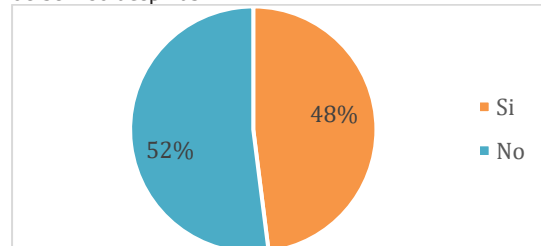


En relación al año de carrera, se contó con la participación equitativa de estudiantes de 4to, 5to y 6to año de medicina de la UAI.

Tabla 4. Frecuencias y porcentajes de la variable uso de benzodiacepinas

Ha usado Benzodiacepinas	Frecuencia	Porcentaje %
Si	64	48
No	68	52
Total	132	100%

Gráfico 4. Frecuencias y porcentajes de la variable uso de benzodiacepinas

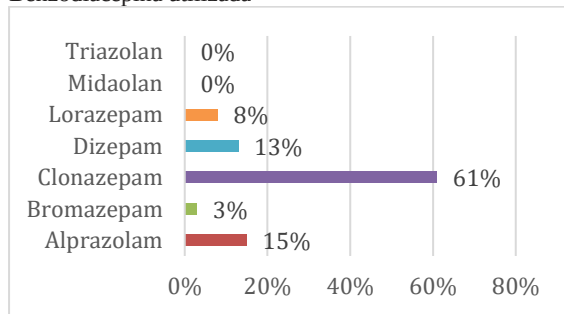


En su mayoría los estudiantes de medicina no han usado benzodiacepinas. Sin embargo un porcentaje importante de los encuestados ha manifestado haber usado benzodiacepinas durante la carrera universitaria.

Tabla 5. Frecuencias y porcentajes de la variable Benzodiacepina utilizada

Benzodiacepina utilizada	Frecuencia	Porcentaje %
Alprazolam	10	15
Bromazepam	2	3
Clonazepam	39	61
Dizepam	8	13
Lorazepam	5	8
Midaolan	0	0
Triazolam	0	0
Total	64	100%

Grafico 5. Frecuencias y porcentajes de la variable Benzodiacepina utilizada

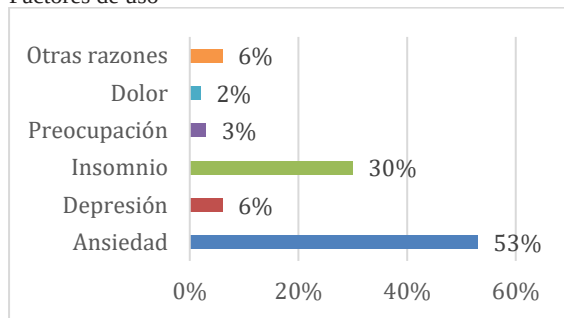


La benzodiacepina más consumida por los estudiantes de medicina de la UAI fue el clonazepam, seguido de alprazolam, dizepam, lorazepam y bromazepam, mientras que triazolam y midaolan nunca han sido utilizadas por los estudiantes.

Tabla 6. Frecuencias y porcentajes de la variable Factores de uso

Factores de uso	Frecuencia	Porcentaje %
Ansiedad	34	53
Depresión	4	6
Insomnio	19	30
Preocupación	2	3
Dolor	1	2
Otras razones	4	6
Total	64	100%

Grafico 6. Frecuencias y porcentajes de la variable Factores de uso

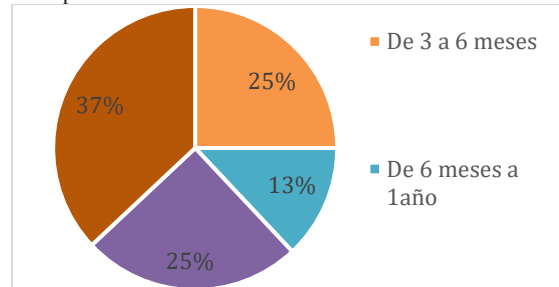


Entre los factores que ocasionaron el uso de benzodiacepinas en los estudiantes de medicina se encuentra en primer lugar la ansiedad, seguido del insomnio y la depresión.

Tabla 7. Frecuencias y porcentajes de la variable Tiempo de uso

Tiempo de uso	Frecuencia	Porcentaje %
De 3 a 6 meses	16	25
De 6 meses a 1 año	8	13
Más de 1 año	16	25
Hasta la remisión o curación de los síntomas	24	37
Total	64	100%

Grafico 7. Frecuencias y porcentajes de la variable Tiempo de uso

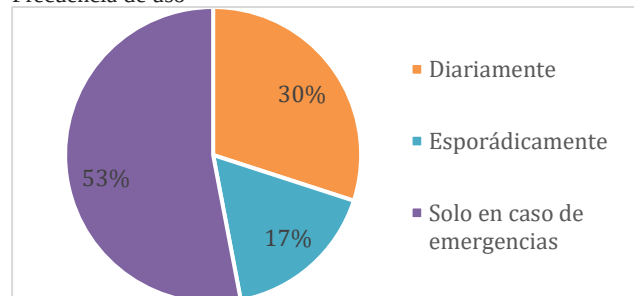


El 37% de los estudiantes refirió haber usado benzodiacepinas solo hasta la remisión o curación de los síntomas.

Tabla 8. Frecuencias y porcentajes de la variable Frecuencia de uso

Frecuencia de uso	Frecuencia	Porcentaje %
Diariamente	19	30
Esporádicamente	11	17
Solo en caso de emergencias	34	53
Total	64	100%

Grafico 8. Frecuencias y porcentajes de la variable Frecuencia de uso



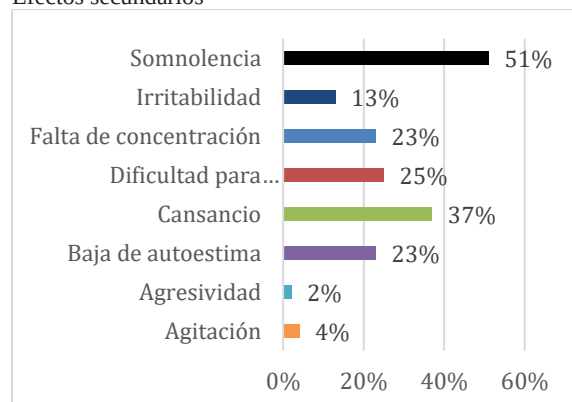
La mayor parte de los estudiantes hacia uso de las benzodiacepinas solo en caso de emergencias.

Tabla 9. Frecuencias y porcentajes de la variable Efectos secundarios

Efectos secundarios	Frecuencia	Porcentaje %
Agitación	3	4
Agresividad	1	2
Baja de autoestima	15	23
Cansancio	24	37
Dificultad para memorizar	16	25

Falta de concentración	15	23
Irritabilidad	9	13
Somnolencia	33	51
Total	116	178%

Grafico 9. Frecuencias y porcentajes de la variable Efectos secundarios

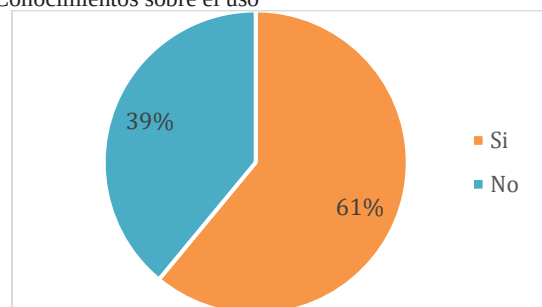


Entre los efectos secundarios reportados por los estudiantes de medicina de la UAI durante el uso de benzodiacepinas se encontraron la somnolencia, cansancio, déficit de memoria, concentración, autoestima baja, entre otros.

Tabla 10. Frecuencias y porcentajes de la variable Conocimientos sobre el uso

Conocimientos sobre el uso	Frecuencia	Porcentaje %
Si	39	61
No	25	39
Total	64	100%

Grafico 10. Frecuencias y porcentajes de la variable Conocimientos sobre el uso

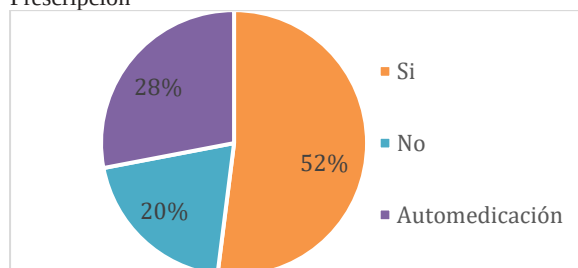


La mayoría de los estudiantes cree que los conocimientos adquiridos durante la carrera de medicina le han generado seguridad para el uso de estos medicamentos.

Tabla 11. Frecuencias y porcentajes de la variable Prescripción

Prescripción	Frecuencia	Porcentaje %
Si	33	52
No	13	20
Automedicación	18	28
Total	64	100%

Grafico 11. Frecuencias y porcentajes de la variable Prescripción

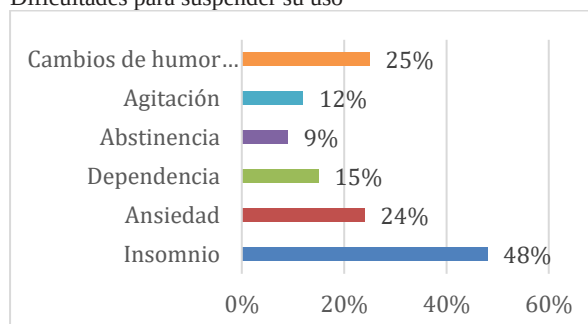


En su mayoría los estudiantes de medicina usaron benzodiacepinas por prescripción médica, sin embargo un gran porcentaje de estos se ha automedicado.

Tabla 12. Frecuencias y porcentajes de la variable Dificultades para suspender su uso

Dificultades para suspender su uso	Frecuencia	Porcentaje %
Insomnio	31	48
Ansiedad	15	24
Dependencia	10	15
Abstinencia	6	9
Agitación	8	12
Cambios de humor irritabilidad	15	25
Total	85	133%

Grafico 12. Frecuencias y porcentajes de la variable Dificultades para suspender su uso



Entre las dificultades para dejar el consumo de benzodiacepinas reportadas por los estudiantes de medicina de la UAI, se encontraron el insomnio, los cambios de humor, la ansiedad, dependencia, agitaciones entre otras.

DISCUSIÓN

De los 132 estudiantes encuestados 49 (37%) corresponden a estudiantes del cuarto año de medicina, 45 (34%) al quinto y 38 (29%) al sexto año. En la muestra recogida, hubo una prevalencia del sexo femenino con 98 estudiantes (74%), por sobre el masculino con predominio de edad de 21 a 25 años 17 (57%). en su mayoría los estudiantes tienen entre 20 y 30 años (69%), con una edad promedio de 28.43 ± 5.94 años. De estos estudiantes, 64 (48%) ya han usado benzodiacepinas durante la carrera

universitaria. El predominio de las mujeres y las edades mencionadas anteriormente son similares a los resultados de los estudios realizados por Ribeiro, con estudiantes de enfermería y farmacia de un colegio privado en el suroeste de Bahía, que demostraron un predominio de mujeres (66,7% y 51,1%) entre las edades de 18 a 28 años y 18 a más de 30 años, respectivamente, consumiendo benzodiacepinas (12).

Entre las benzodiacepinas más utilizadas por los estudiantes de medicina de la UAI se tuvo que el clonazepam es el medicamento más utilizado con un 61% (39 estudiantes), seguido de alprazolam (15%), diazepam (13%), lorazepam (8%) y bromazepam (3%). Los menos utilizados fueron Midaolan y Triazolam. Asimismo, la ansiedad es la razón principal para el uso de estos medicamentos siendo reportada por 34 (53%) estudiantes de los 64 encuestados que refirieron usar benzodiacepinas; seguido de insomnio 19 estudiantes (30%), depresión 4 estudiantes (6%), otras razones 4 (6%), preocupación 2 estudiantes (3%) y dolor 1 estudiante (2%).

La alta frecuencia de uso de clonazepam por parte de los estudiantes (61%), en comparación con otros fármacos benzodiazepínicos, también se observó en los estudios de Ribeiro, en el cual hubo un predominio del uso de clonazepam entre los estudiantes de enfermería (53,3%) y farmacia (50%), siendo la ansiedad una de las principales razones de uso (26,7% y 20%). Según Botti, también hubo un alto uso de este medicamento por parte de los estudiantes de enfermería de la PUC Minas, Campus Betim, 42,8% entre las mujeres y 50% entre los hombres (13).

Los estudiantes de medicina por lo general presentan mayores niveles de estrés y ansiedad debido a que se encuentran constantemente involucrados en la atención de pacientes (12). Aunado a esto, el entorno universitario por sí mismo representa un ambiente antigénico causando que se desarrollen sentimientos de inseguridad, miedo a cometer errores durante el manejo de los pacientes y la carga que representa el desarrollo de las prácticas médicas (14), (15). Por otra parte, influenciados por la necesidad de adaptarse al entorno hospitalario al que se enfrentan diariamente, recurren al uso de psicofármacos, como son las benzodiacepinas con el propósito de minimizar las adversidades psíquicas que van presentándose a lo largo de la carrera universitaria (16), (17).

En relación a la duración del consumo de benzodiacepinas por parte de los estudiantes de la UAI, se tuvo que 24 (37%) estudiantes refirieron haber usado benzodiacepinas hasta la remisión de los síntomas, lo que se encuentra en contradicción con la literatura consultada en la cual se recomienda que el uso de estos fármacos no exceda un periodo de seis meses (16). De acuerdo a los resultados obtenidos en este estudio se obtuvo que 48 (75%) de los estudiantes hicieron uso de estos medicamentos por un tiempo mayor al recomendado. de estos 8 estudiantes lo usaron durante seis meses a un año, 16 estudiantes durante más de un año y 24 estudiantes por tiempo indefinido hasta la remisión o curación de los síntomas. Resultados que muestran relación con Nordon, en cuyo estudio predominó el tiempo de uso durante un período superior al recomendado, de 12 a 35 meses (15,2%) y más de 36 meses (69,6%) (9). Estos resultados

resultan un motivo de preocupación puesto que el uso prologado de estos fármacos puede dar lugar a la aparición de efectos secundarios como dependencia, abstinencia y tolerancia a los mismos (17).

Por otra parte, en lo que respecta a la frecuencia del uso de estos medicamentos 34 (53%) de los estudiantes refirieron usarlos solo en caso de emergencias, seguido por 19 (30%) estudiantes que lo usaban diariamente y 11 (17%) que hacían uso esporádico de estos fármacos. entre los efectos secundarios reportados se encontraron la agitación, agresividad, baja de autoestima, cansancio, dificultad para memorizar, falta de concentración, irritabilidad y somnolencia. Observándose que la somnolencia es el efecto secundario de mayor incidencia entre los estudiantes lo que coincide con el estudio de Ribeiro en el cual la somnolencia excesiva fue el efecto secundario predominante entre los estudiantes de enfermería (73,3%) y farmacia (77,8%) que usaron benzodiacepinas (12). de igual manera, según la literatura, los principales efectos secundarios de las benzodiacepinas son los mareos y tinnitus, somnolencia excesiva, fallas de memoria, dependencia y empeoramiento de la coordinación motora (18), (19).

Asimismo, los estudiantes en su mayoría refirieron que los conocimientos adquiridos durante la carrera de medicina le han generado seguridad para el uso de estos medicamentos. El incremento de esta seguridad a lo largo de la carrera de medicina está relacionado con el estudio de contenidos inherentes a la farmacocinética y la farmacodinámica y además la adquisición de conocimientos más profundos sobre los beneficios, riesgos, interacciones e indicaciones de estos medicamentos como estudiantes de la carrera de medicina (20).

En cuanto a la prescripción médica, el 52% de los estudiantes refirió haber iniciado el uso de estos medicamentos por indicación médica. De acuerdo con un estudio realizado en 2015 el 90% de los médicos de diferentes especialidades reportaron haber recetado psicofármacos al menos una vez en el último mes. de la revisión bibliográfica realizada se tiene que la prescripción de benzodiacepinas se ha convertido en un hábito común en la rutina de prescripciones médicas, situándola dentro de las sustancias con mayor frecuencia en las indicaciones médicas utilizadas regularmente por más del 10% de la población en numerosos países (21), (22). Su uso generalizado entre médicos y pacientes se asocia con varias razones, como la vida media larga, la diversidad de vías de administración, el alto índice terapéutico, la posibilidad de metabolitos activos. Además de las características farmacológicas mencionadas, la popularidad entre los pacientes y el precio de esta clase también han demostrado ser factores condicionantes para la prescripción (21).

Finalmente, en relación a la suspensión del uso de benzodiacepinas los estudiantes reportaron haber presentado dificultad para interrumpir el uso de estos fármacos entre lo que se encontraron insomnio, ansiedad, dependencia, abstinencia, agitación y cambios de humor irritabilidad. Es importante tener en cuenta que debido a la frecuente aparición de síntomas graves de abstinencia y efectos de rebote, especialmente trastornos relacionados con el sueño, la abstinencia debe realizarse de manera lenta

y gradual. Además de esto, pueden ocurrir otros problemas durante la abstinencia, como ansiedad, irritabilidad, letargo, sedación e incapacidad para realizar ciertas actividades diarias (17), (23). Los médicos, como promotores activos de la salud, juegan un papel importante en la orientación del uso de estos medicamentos. A través de las recomendaciones de tratamiento, se facilita su uso racional, se asegura una mayor seguridad y eficacia del tratamiento, se reducen las posibles interacciones medicamentosas y se minimizan los efectos adversos que son habituales durante el uso a largo plazo de estos fármacos y que pueden convertirse en graves problemas sanitarios.

CONCLUSIÓN

Los resultados obtenidos tras la ejecución de este estudio, permitieron demostrar el uso de benzodiacepinas por parte de los estudiantes de medicina de la Universidad Abierta Interamericana, siendo las mujeres quienes recurren a esta práctica con mayor frecuencia debido a la gran carga emocional que supone el trato frecuente con pacientes y situaciones estresantes que ocasionan el padecimiento de ansiedad, depresión, insomnio. Lo cual conlleva al uso de benzodiacepinas como el clonazepam, alprazolam y diazepam, siendo estos los reportados con mayor frecuencia dentro de la población estudiada. De igual manera se constató el uso prolongado de estos fármacos asociado a la seguridad que les infieren los conocimientos adquiridos durante el curso de la carrera de medicina. Por lo que se considera importante implementar acciones pedagógicas dentro de la UAI que fomenten el uso racional de las benzodiacepinas reafirmando los riesgos, beneficios y contraindicaciones que pueden estar asociados al uso excesivos de estos medicamentos.

CONFLICTOS DE INTERÉS

Los autores declaran no tener conflictos de intereses.

BIBLIOGRAFÍA

- Charney D, Mihic S. Hipnóticos Y Sedantes. En: Goodman Gilman HR, Goodman A. Las bases farmacológicas de la terapéutica. 11a. Bogotá: McGraw-Hill Interamericana; 2007.
- ¿Qué son las benzodiacepinas y para qué se utilizan? [Internet]. CuidatePlus. 2016 [citado el 2 de mayo de 2022]. Disponible en: <https://cuidateplus.marca.com/medicamentos/2016/08/18/que-son-benzodiacepinas-utilizan-113899.html>
- Díaz M. Hipnóticos-Sedantes. Una aproximación desde la gestión de placeres y riesgos. En: en Martínez Oró DP, PallarésGómez J:De riesgos y placeres Manual para entender las drogas Lleida: Editorial Milenio. 2014. p. 379-88.
- Pérez MJ, Veas P. Uso prolongado de benzodiacepinas y estrategias para su deshabitación. Cuad Med Soc. 2014;54(1):8-18.
- López Vantour A, Arzuaga A, Romero B, Fontela O. Uso y abuso de las benzodiacepinas. MEDISAN. 2010;14:555-66.
- García del Pozo J, Abajo Iglesias FJ de, Carvajal García-Pando A, Montero Corominas D, Madurga Sanz M, García del Pozo V. Utilización de ansiolíticos e hipnóticos en España (1995-2002). Rev Esp Salud Publica [Internet]. 2004 [citado el 2 de mayo de 2022];78(3):379-87. Disponible en: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1135-57272004000300007
- Speranza N, Domínguez V, Pagano E, Artagaveytia P, Olmos I, Toledo M, et al. Consumo de benzodiazepinas en la población uruguaya: un posible problema de salud pública. Rev Méd Urug. 2015 jun; 31(2): 112-9.
- Junior, Z. A. M.; Caponi, S. N. C. Condicionantes relacionados ao uso crônico de clonazepam no Brasil: uma história de vida. Cad. de Pesq. Interdisc. em Ci-s. Hum-s. 2014; 15(106):117-139.
- Zorzanelli, R. T. et al. Consumo do benzodiazepínico clonazepam (Rivotril®) no estado do Rio de Janeiro, Brasil, 2009-2013: estudo ecológico. Ciênc. Saúde Colet. 2019; 24(8): 3129-40.
- Complexo Hospitalar Universitário Professor Edgard Santos (COMHUPEs). Benzodiazepínicos: Características, Indicações, Vantagens e Desvantagens. Diretrizes Clínicas de abril de 2013 [acesso em 2022 mayo 02]. Disponible em: http://www2.ebserh.gov.br/documents/1975526/2520527/Diretriz_27_Benzodiazepinicos_caracteristicas_indicacoes_vantagens_e_desvantagens.pdf/8d736590-40fe-4d67-9b7e32f8fd3aae69
- Arrieta K, Díaz S, González F. Síntomas de depresión y ansiedad en jóvenes universitarios: prevalencia y factores relacionados. Rev Clin Med Fam. 2014 Feb; 7(1): 14-22.
- Ribeiro, B. S.; Rodrigues, R. L. A.; Duarte, S. F. P. Prevalência e Fatores Associados com o Consumo de Benzodiazepínicos por Acadêmicos de Enfermagem e Farmácia de uma Faculdade Particular do Sudoeste da Bahia. Rev Mul e de Psico. 2017, 38(11): 166- 176.
- Botti NCL, Lima AFD de, Simões WMB. Uso de substâncias psicoativas entre acadêmicos de enfermagem da Universidade Católica de Minas Gerais. SMAD Rev Eletrônica Saúde Ment Álcool Drog (Ed em Port) [Internet]. 2010 [citado el 25 de julio de 2022];6(1):1-16. Disponible en: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1806-69762010000100013
- Merrell KW. Helping students overcome depression and anxiety, second edition: A practical guide. 2a ed. Nueva York, NY, Estados Unidos de América: Guilford Publications; 2008.
- Marchi KC, Bárbaro AM, Miaso AI, Tirapelli CR. Ansiedade e consumo de ansiolíticos entre estudantes de enfermagem de uma universidade pública. Rev Eletrônica Enferm [Internet]. 2013;15(3). Disponible en: <http://dx.doi.org/10.5216/ree.v15i3.18924>
- Melincavage SM. Student nurses' experiences of anxiety in the clinical setting. Nurse Educ Today [Internet]. 2011;31(8):785-9. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1016/j.nedt.2011.05.007>
- Picolotto E, Libardoni LFC, Migott AMB, Geib LTC. Prevalence and factors associated with psychoactive substances consumption for academics of nursing of the University of Passo Fundo. Cien Saude Colet [Internet]. 2010;15(3):645-54. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1590/s1413-81232010000300006>
- Mangini ZA Jr, Caponi SNC. Condicionantes relacionados ao uso crônico de clonazepam no Brasil: uma história de vida. Cad Pesqui Interdiscip em Ciênc Humanas [Internet]. 2014;15(106):117. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.5007/1984-8951.2014v15n106p117>
- Nordon DG, Akamine K, Novo NF, Hübner C von K. Características do uso de benzodiazepínicos por mulheres que buscavam tratamento na atenção primária. Rev Psiquiatr Rio Gd Sul [Internet]. 2009;31(3):152-8. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1590/s0101-81082009000300004>
- Santos, C. A. G. Descontinuação do uso indiscriminado de benzodiazepínicos entre os usuários da UBS Rasa em Ponte Nova [monografia]. Ponte Nova: Faculdade de Medicina, Núcleo de Educação em Saúde Coletiva – UFMG; 2014.
- Silva ML da, Rego FS, Roque NF, Valenti VE. Use of psychoactive substances in students at a public university. ABCS Health Sci [Internet]. 2014;39(3). Disponible en: <http://dx.doi.org/10.7322/abcshs.v39i3.650>
- Barreto, K. M. S. Automedicação em estudantes de graduação em farmácia: uma revisão narrativa. [monografia]. Sergipe: Universidade Federal do Sergipe; 2019.
- Mendes, C. M. M. Estudo farmacoeconômico de uso e prescrição de benzodiazepínicos em Teresina. [tese]. Fortaleza: Universidade Federal do Ceará; 2015.