



Shutterstock / Prostock-studio

## Drogas legales: una plaga silenciosa

Publicado: 25 mayo 2022 19:33 CEST

**Luis Alberto Henríquez Hernández**

Profesor de Toxicología. Departamento de Ciencias Clínicas, Universidad de Las Palmas de Gran Canaria

En una sociedad impregnada de insatisfacción y rutina, proliferan los desarreglos mentales y del comportamiento asociados a la ansiedad y a la depresión. Las drogas psicotrópicas legales, entre las que se encuentran las benzodiazepinas y algunos opiáceos, son recetadas cada vez más por médicos de familia y especialistas para combatir un problema que tiene un origen mucho más profundo.

### Cada vez más ansiosos y deprimidos

De acuerdo con el Ministerio de Sanidad español, en un informe publicado en diciembre de 2020 – con datos de 2017–, el trastorno de ansiedad afecta al 6,7 % de la población, mientras que la depresión y el trastorno del sueño están presentes en el 4,1 y el 5,4 %, respectivamente. Como cabía esperar, el estrés social y el recorte de libertades civiles derivados de la pandemia de SARS-CoV-2 han empeorado la situación.

Según un estudio publicado en *The Lancet*, la gravedad de los cuadros depresivos ha aumentado un 28 %, y se prevé un aumento del 25 % en los casos de trastorno de ansiedad.

En este contexto, el índice de suicidios está en máximos históricos, con 3 941 muertes durante 2020 (8,31 por cada 100 000 habitantes), según el Instituto Nacional de Estadística. Mientras que la depresión y la ansiedad afectan más a las mujeres, el número de suicidios es mayor en los hombres.

## **Exceso de medicación**

El Grupo de Trabajo de Salud Mental de la Sociedad Española de Médicos Generales y de Familia sostiene que la mitad de la población sufre síntomas de estrés, ansiedad, depresión y trastornos del sueño. Esto ha disparado el número de recetas de fármacos psicotrópicos de tipo ansiolítico e hipnótico. Entre ellos, destacan las benzodiazepinas, los antidepresivos y los opiáceos.

Un informe publicado por la Agencia Española de Medicamentos y Productos Sanitarios sostiene que el consumo de este tipo de sustancias asciende a 94,33 dosis diarias por cada 1 000 habitantes. Esto significa que casi el 10 % de los españoles toma ansiolíticos e hipnóticos a diario. Es un dato que sitúa al país en el tercer puesto del *ranking* europeo, por detrás de Portugal y Croacia.

La situación es similar respecto a los antidepresivos, con 80,4 dosis diarias por cada 1 000 habitantes, la tasa más elevada en la última década. Si tenemos en cuenta que la mayoría de los datos están actualizados hasta 2020, es de prever que estos números aumenten en los siguientes informes.

## **La paradoja de los suicidios**

A la vista de lo expuesto, surge una paradoja que pone en entredicho la eficacia y seguridad de estas sustancias. En unas circunstancias sociales que han provocado un significativo aumento de las patologías mentales, tratadas fundamentalmente con este tipo de fármacos, se registran los mayores índices de suicidio.

Y, aunque es difícil de cuantificar, también se está incrementando la dependencia de la población a estas drogas legales. Sin ellas, parece, es incapaz de “ser feliz”; o, al menos, de soportar la realidad diaria.

Los fármacos psicotrópicos se detectan frecuentemente en los análisis toxicológicos practicados en las autopsias. Así, un 32 % de suicidas dieron positivo en opiáceos o benzodiazepinas, según un reciente estudio publicado en Estados Unidos. Antes se había reportado que estas sustancias incrementan el riesgo de cometer suicidio.

Un trabajo publicado recientemente por la Universidad de Las Palmas de Gran Canaria muestra que el 41 % de 402 individuos sometidos a autopsias entre 2015 y 2017 presentaban restos de drogas legales. Las benzodiazepinas (24,1 %) fueron las más detectadas .

Además, un tercio de la población estudiada presentaba dos o más sustancias en el momento del fallecimiento. Esto indica que un segmento de la población combina diferentes tipos de psicotrópicos legales, con los riesgos evidentes derivados de dicha práctica.

Dado que estas sustancias son legales, nada impide que se realicen tareas diarias –como conducir– bajo los efectos de unas drogas que merman las capacidades del sistema nervioso, un riesgo enorme de consecuencias no estudiadas. El asunto se pone aún más serio cuando se establece una relación entre el uso de estos fármacos y los homicidios, otros actos delictivos y muertes violentas de diferente naturaleza.

En una sociedad cada vez más superficial, con un estilo de vida basado en la inmediatez del placer, parece lógico pensar que se busque una salida en los paraísos artificiales creados por estas sustancias, aunque las consecuencias no puedan ser vislumbradas siquiera.

### **Más atención y fármacos alternativos**

No es objeto de esta reflexión poner en tela de juicio la labor de los médicos de atención primaria y de los especialistas en psiquiatría. Al contrario, ellos son parte fundamental de la solución a un problema mucho más profundo de lo que parece. Y dicha solución pasa, irremediablemente, por mejorar la atención psicológica de la población, que tiene un limitado acceso a la atención pública y se ve abocada a una atención privada que no siempre puede permitirse.

En segundo lugar, parece evidente que se necesitan fármacos alternativos, más eficaces y menos adictivos. En este sentido, ha llegado el momento de comenzar a hablar seriamente de terapias –perseguidas desde hace décadas por las políticas indiscriminadas de control de drogas– que han mostrado resultados prometedores.

Así, sustancias como la psilocibina, la mescalina, la dietilamida del ácido lisérgico (LSD) o la 3,4-metilendioxi-N-metanfetamina (MDMA) han demostrado ser muy útiles en el tratamiento del *shock* postraumático, la adicción al alcohol, la terapia de pareja, la ansiedad o la depresión.

Otra sociedad es posible. Depende de nosotros. Pero de eso hablaremos en otra ocasión.