



## Onde buscar ajuda?

- na UBS: com o médico clínico geral
- no CAPS: quando seu médico indicar ou se você já for paciente do CAPS
- no pronto-atendimento: em situações de crise ou em casos de intoxicação aguda

## Benzodiazepínicos e Drogas Z



Seu boletim informativo

## ATENÇÃO

### indicações de uso

Os benzodiazepínicos (diazepam, clonazepam, bromazepam, etc) são medicações indicadas para tratar insônia, ansiedade, epilepsia e proporcionar relaxamento muscular.

As drogas Z (zolpidem, Zopiclone) são medicamentos indutores do sono.

### riscos do uso

- desenvolvimento da dependência
- quedas e fraturas
- hipotensão
- tonturas
- alterações na memória e na concentração
- acidentes de trânsito
- alterações de humor
- ansiedade



## QUANDO SUSPEITAR DE DEPENDÊNCIA

- necessidade de usar a medicação por mais do que 12 semanas
- parece que a medicação não faz mais efeito e tem que aumentar a dose
- precisa da medicação para fazer as atividades do dia a dia
- toma a medicação para evitar a sensação de desconforto

### o que fazer se suspeitar de dependência?

Procure e converse com seu médico. Ele vai orientar sobre a melhor forma de descontinuar a medicação, sem sofrimento e com formas alternativas para resolver seu problema. Outras medicações podem ajudar sem causar dependência.