



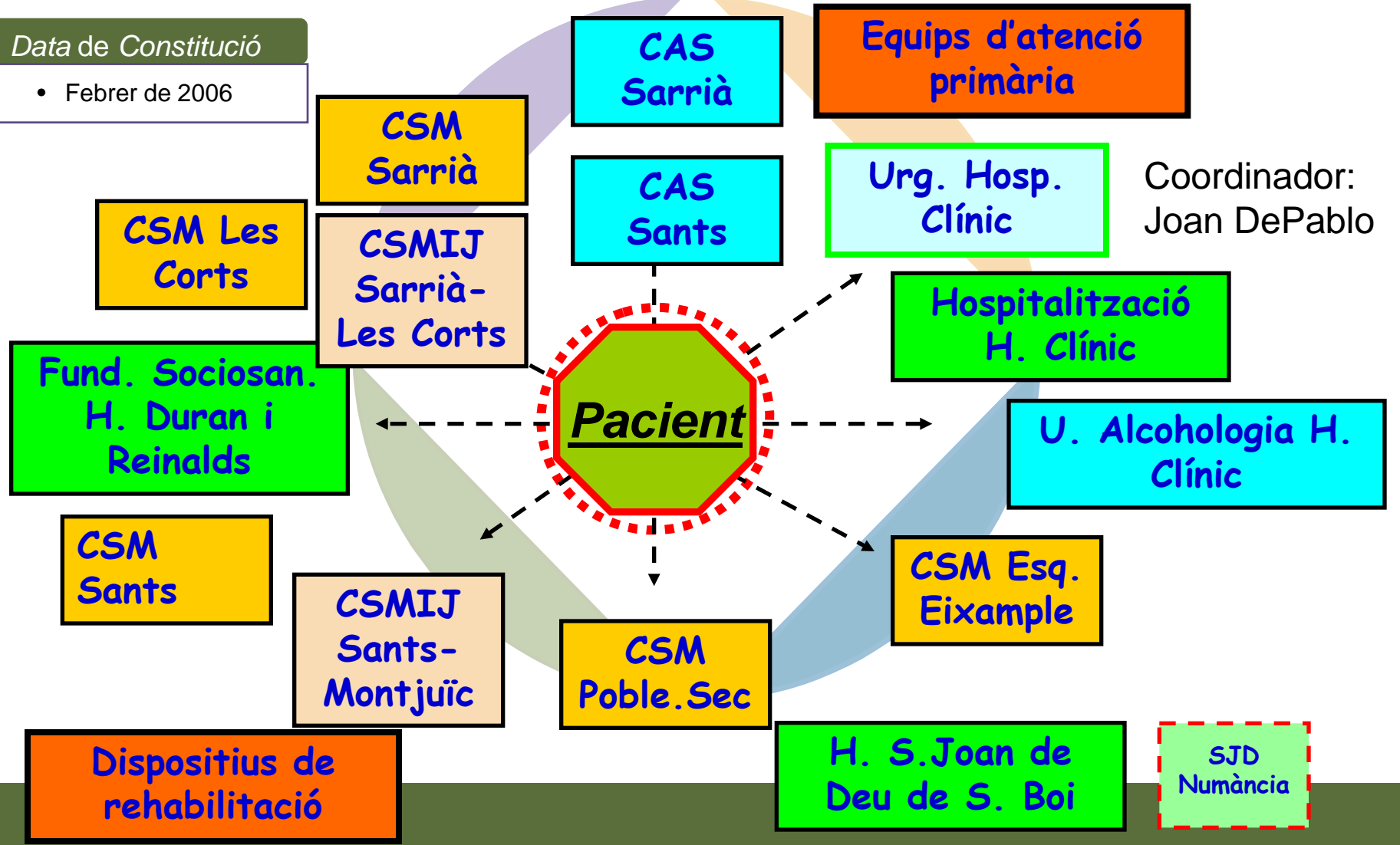
UN EXEMPLE DE TRANSVERSALITAT: SALUT MENTAL I FARMÀCIA

Corinne Zara
David Clusa



COMPOSICIÓ DEL COMITÈ OPERATIU DE SM I ADDICCIONS

Data de Constitució
• Febrer de 2006



Coordinador:
Joan DePablo

ORGANITZACIÓ DEL COSMIA: Grups de treball

- Atenció primària i salut mental
- Atenció a les drogodependències i salut mental
- Salut mental infanto-juvenil
- Programa d'Atenció Específica als Trastorns Psicòtics Incipients
- *Salut Mental i Farmàcia*

COMPOSICIÓ DEL COMITÈ OPERATIU FARMÀCIA (COF)

Data de Constitució

- 31/01/2008

COMITÈ OPERATIU DE FARMÀCIA

Coordinadors: Corinne Zara i Anna Coma (Fcia RSB)

- Gladys Bendahan (Fc. ICS)
- Manel Borrell (MF. Sarrià-Vallplasa)
- Albert Broto (MF. EAP Poble Sec)
- Begonya Eguileor (Fc. H Sagrat Cor)
- Sandra Fontanals (Fc. CAPSE)
- Magda Montserrat (Fc. H Plató)
- Josep Ribas (Fc. H Clínic)
- Josep Miquel Sotoca (Fc. Gesclínic)
- Monica Gomez (AIS-BE)
- Nacho Menacho (AIS-BE)
- Xavier Altimiras (Director sector)

Garantint la visió del territori al reportar amb la Comissió Permanent

COMISSIÓ PERMANENT

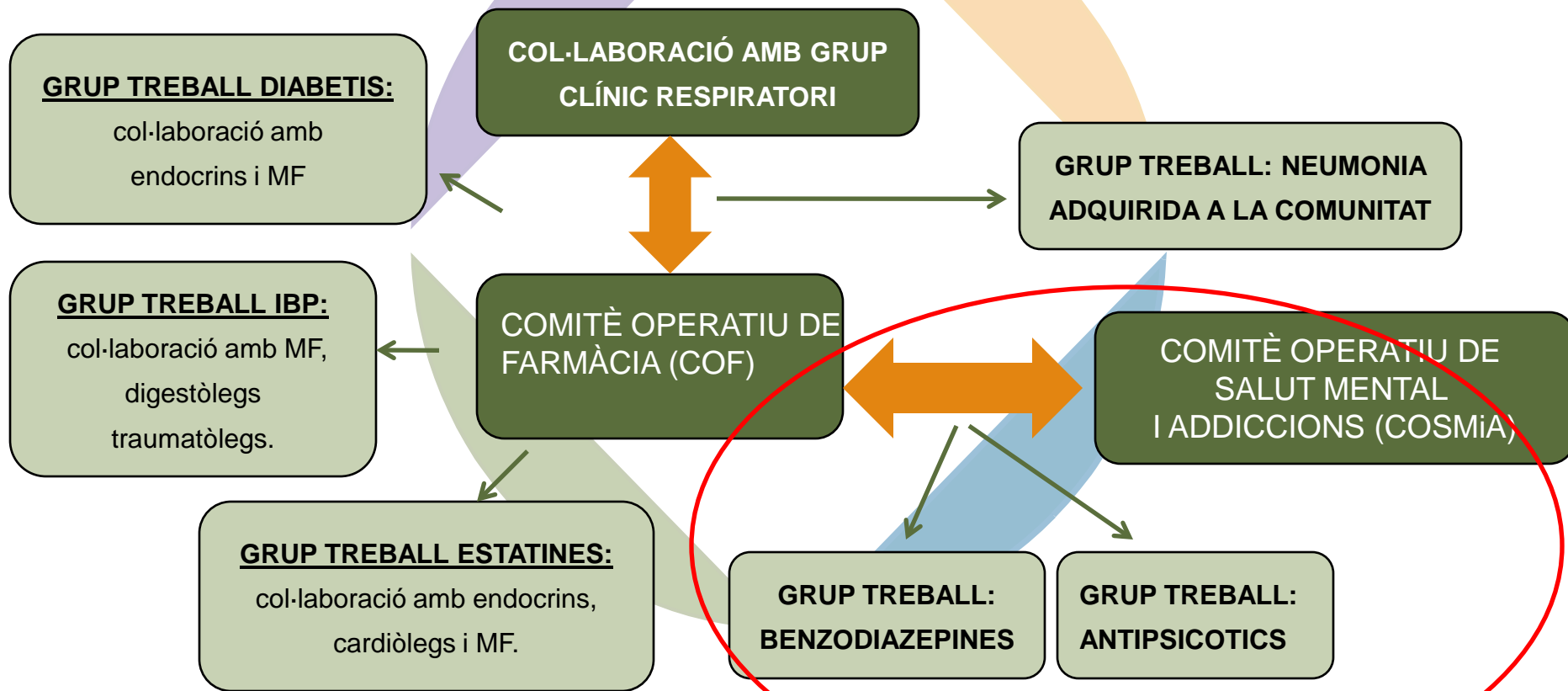
ORGANITZACIÓ DINÀMICA DEL COF

Nº Reunions 2009

- 4 COF - 12 dels grups de treball

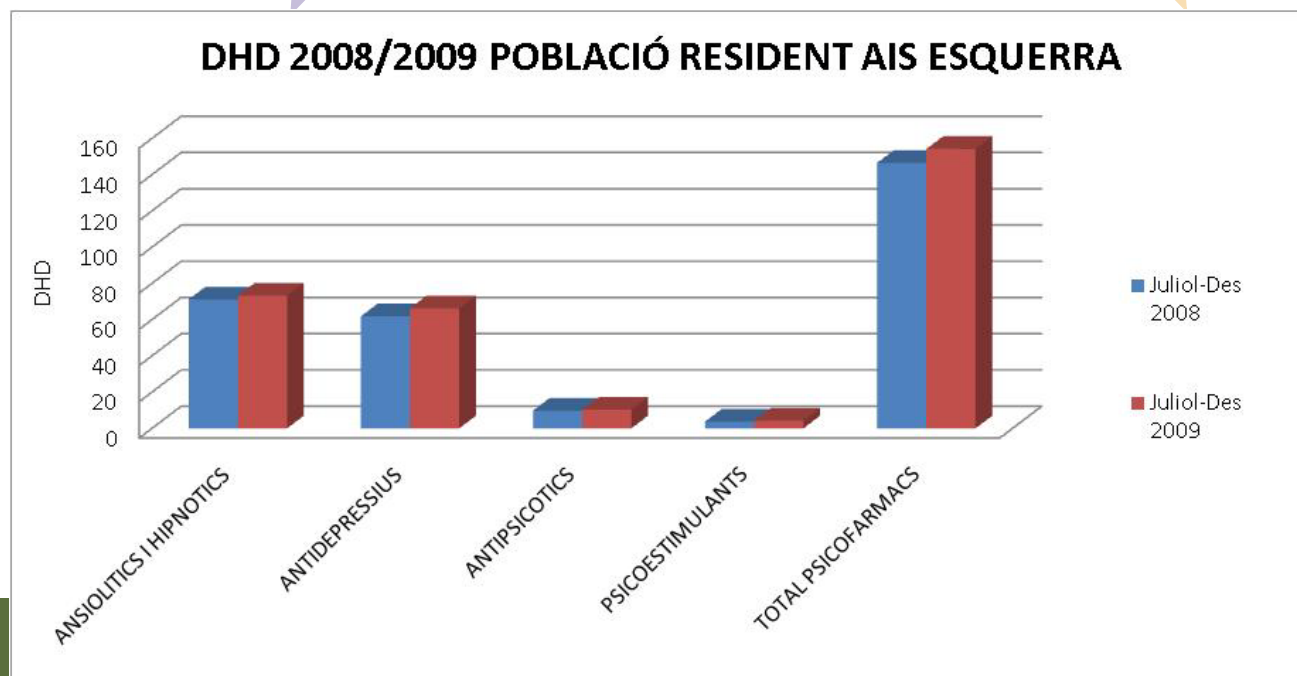
Nº Reunions a abril 2010

- 1 COF - 3 dels grups de treball



SITUACIO DE PARTIDA: DADES PRESCRIPCIÓ

- Existeix variabilitat en la selecció dels psicofàrmacs tant entre CSMA com amb l'atenció primària.
- Valorar la utilització de psicofàrmacs en el territori i proposar intervencions.



PROPOSTES DE TREBALL: GRUP SALUT MENTAL I FARMÀCIA

- Jornada sobre prescripció d'antipsicòtics a l'Àrea Integral de Salut Barcelona Esquerra
- Grup de treball interdisciplinari sobre prescripció i utilització benzodiazepines (CSMA: Atenció Primària)
- Grup de treball interdisciplinari sobre prescripció i utilització antidepressius (CSMA: Atenció Primària)

Jornada sobre prescripció d'antipsicòtics

PROGRAMA DE LA JORNADA

- Recomanacions sobre la utilització d'antipsicòtics segons guies de pràctica clínica
- Resultats de l'estudi d'utilització de clozapina i d'associacions d'antipsicòtics en l'entorn de Barcelona Esquerra
- Reflexió a l'entorn de casos clínics presentats per professionals dels CSMA

ESTUDI de la PRESCRIPCIÓ D'ANTIPSIÒTICS a la BARCELONA ESQUERRA

- ✓ Estudi epidemiològic retrospectiu de la prescripció ambulatoria d'antipsicòtics en l'àmbit del CAIS de la Barcelona Esquerra.
- ✓ Període d'estudi: any 2007
- ✓ Població major de 18 anys del territori: 460.569 habitants.
- ✓ Font de dades: sistema d'informació DATAMART de facturació de receptes mèdiques del Servei Català de la Salut.
- ✓ Antipsicòtics (AP) inclosos: grup ATC N05A exclòs el Liti. Es diferencien les formes oral de les formes depot.

ESTUDI de la PRESCRIPCIÓ D'ANTIPSIQUICÒTICS a la BARCELONA ESQUERRA

13.605 pacients amb prescripció d'ATPs el 2007



Criteri nº 1: • • envasos



5.664 (41,6%) pacients



7.941 (58,4%) pacients



Criteri nº2: Monoteràpia

2.366 (29,8%) pacients amb • • • • • • • • • •

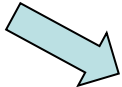


5.575 (70,2%) pacients amb **monoteràpia.**

Criteri nº3: Combinació

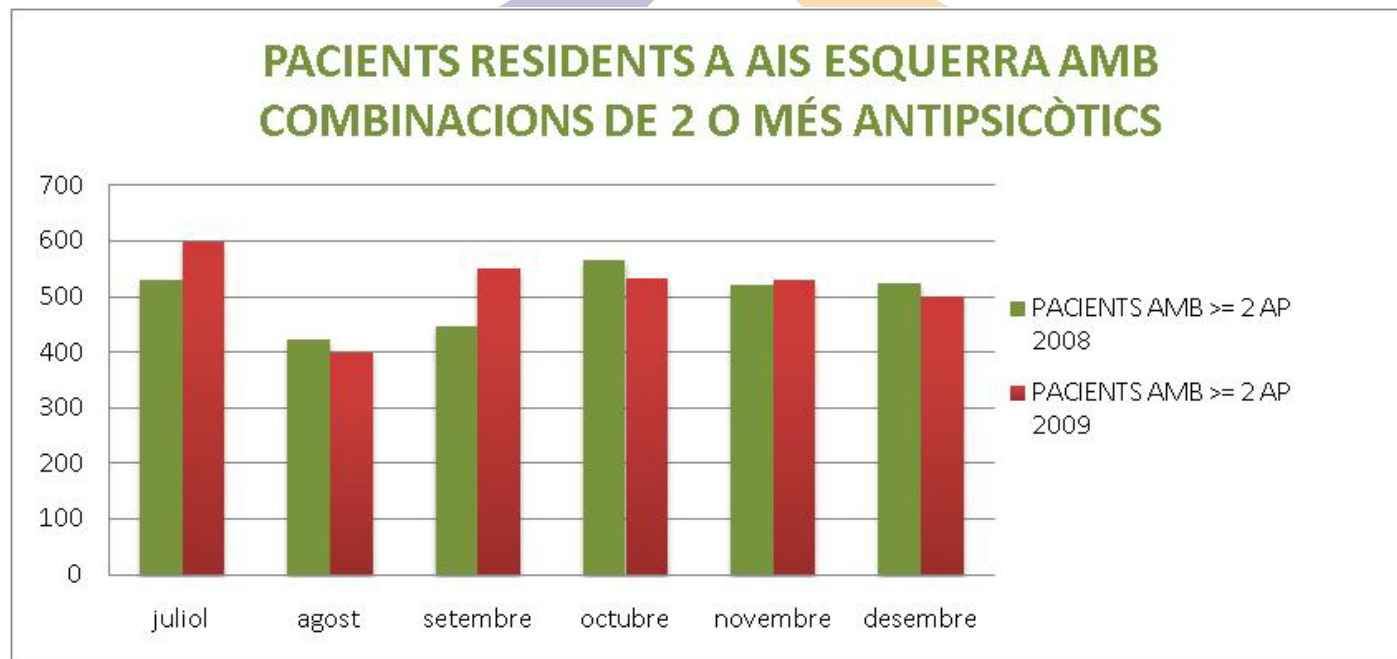


923 (11,6%) pacients amb **combinació**



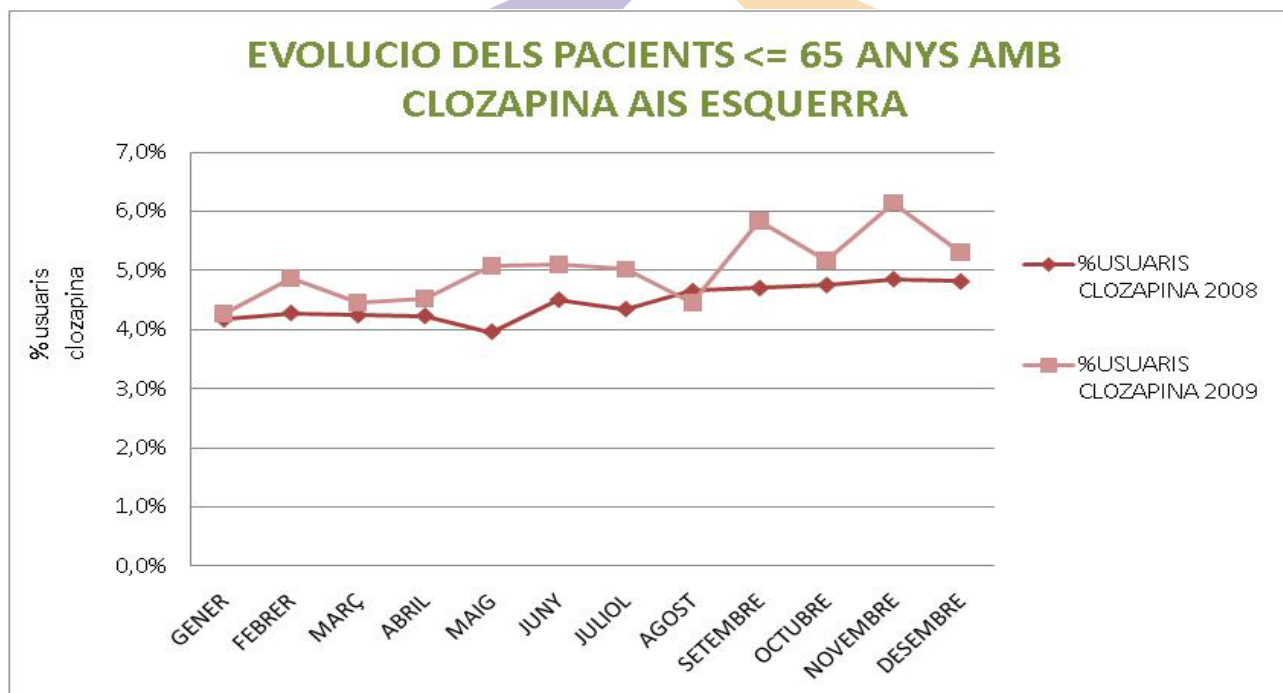
1.443 (18,2%) casos politeràpia no definida

INDICADORS SEGUIMENT



- No s'observa un decreixement en el nombre de pacients amb combinació d'antipsicòtics

INDICADORS SEGUIMENT



- S'observa un lleuger creixement en el nombre de pacients amb prescripció de clozapina



GRUP TREBALL BENZODIAZEPINES (I)

- Full informatiu sobre l'insomni pel pacient
- Guia tractament de l'insomni per professionals d'atenció primària

Àrea Integral de Salut Barcelona Esquerra
C S B Consorci Sanitari de Barcelona
Ens públic de la Generalitat de Catalunya i l'Ajuntament de Barcelona
adscrit al Servei Català de la Salut
Corporació Sanitària de Barcelona

QUÈ FER QUAN PATIM INSOMNI?

Una persona té insomni quan no pot dormir les hores suficients per sentir-se bé al dia següent. La quantitat d'hores de son necessàries són diferents d'una persona a una altra i disminueixen amb l'edat.

Si vostè pateix insomni el primer que s'ha d'intentar són les mesures d'higiene del son.

MESURES D'HIGIENE DEL SON

Recomanacions que permeten dormir millor:

- Establir un **horari regular** per anar a dormir i llevar-se. En els dies festius és millor seguir un horari semblant al dels dies laborals.
- Un **exercici físic regular** ajuda a dormir millor, però no s'ha de fer durant les 3 hores abans d'anar a dormir.
- Eviteu consumir **estimulants** (café, te, xocolata i tabac) i alcohol, especialment durant la tarda/nit.
- No fer **migdiades** (es pot acceptar fins a 30 min. Després de dinar).
- Cuidi la seva **dieta** i realitzi l'última menjada lleugera unes 2 hores abans d'anar a dormir.
- **"Desconnectar" de les tensions del dia** abans del sopar i almenys dues hores abans d'anar a dormir. Pot ser útil efectuar abans de sopar una breu sessió de repàs de les activitats efectuades, establir les pendents per al dia següent i "tancar els temes" fins l'endemà.
- Després de sopar establir una sèrie d'**activitats relaxants abans d'anar a dormir** (relaxació, bany, música suau, lectura no excitant, sempre amb llum molt suau, ...) a repetir cada dia de forma rutinària.
- El **dormitori** ha d'estar a una temperatura adequada, una mica més fresca que al llit. La llum ha de ser molt suau. Evitar tota mena de sorolls.
- Ficar-se al **llit només per dormir**: si en 15-20 minuts no s'adorm, aixecar-se i repetir alguna activitat relaxant amb poca llum i després tornar a intentar dormir. **No obsessionar-se** amb la idea de dormir. El son ha de venir sol.

Per obtenir un bon resultat, cada persona ha d'adaptar aquest conjunt de pautes al seu cas i repetir-les sistemàticament dia rere dia.

QUAN ACUDIR AL METGE ?

Si seguint les pautes d'higiene del son no aconsegueix dormir bé, consulti el seu metge. L'insomni pot aparèixer degut a moltes causes i el seu metge pot ajudar-lo a trobar i a solucionar el problema.

En algunes ocasions pot estar indicada la prescripció de medicaments. En aquest cas tingui en compte que aquests medicaments alleugen l'insomni, però no sempre són la millor solució i tenen diversos inconvenients. Si s'usen diàriament durant molt de temps el seu efecte tendeix a disminuir i en algunes ocasions poden causar dependència.

Aquests medicaments només s'han d'utilitzar quan el seu metge li recomani i durant el menor temps possible. Quan es vulgui deixar la medicació, haurà de fer de manera gradual, disminuint la dosi durant diverses setmanes fins a deixar-les de prendre.

CatSalut
Servei Català de la Salut
Generalitat de Catalunya
Departament de Salut

Àrea Integral de Salut Barcelona Esquerra
C S B Consorci Sanitari de Barcelona
Ens públic de la Generalitat de Catalunya i l'Ajuntament de Barcelona
adscrit al Servei Català de la Salut
Corporació Sanitària de Barcelona

GUIA DEL TRACTAMENT DE L'INSOMNI

Tractament de l'insomni agut (duració > 1 mes)

Avaluar procés desencadenant

```

    graph TD
      A[Ansietat per Estrès agut] --> B[INDICAR PAUTES EDUCATIVES]
      C[Horaris /torns /Jet-lag] --> B
      D[Trastorn psiquiàtric: ansietat / depressió] --> E[Avaluació i tractament específic]
      F[Fàrmacs/ alcohol /tòxics] --> E
      G[Malaltia mèdica] --> E
      B --> H[TRACTAMENT FARMACOLÒGIC]
      E --> H
  
```

INDICAR PAUTES EDUCATIVES

- Avaluar i corregir la causa
- Pautes higiene del son
- Tècniques de maneig de l'estrès
- Tècniques de relaxació
- Hàbits per evitar cronificació

TRACTAMENT FARMACOLÒGIC

Tant com sigui possible pautes educatives i evitar fàrmacs.

- Si ansietat important prescriure pauta decreixent de **diazepam 5 mg durant 2-4 setmanes**.
- Si tractament previ amb benzodiazepines, indicar dosis més alta per la nit i no associar-ne una altra.
- En població geriàtrica, polimedicada, gestant o amb hepatopatia utilitzar **lorazepam**


CatSalut
Servei Català de la Salut
Generalitat de Catalunya
Departament de Salut



GRUP TREBALL BENZODIAZEPINES (II)

- Full informatiu sobre l'ús de benzodiazepines pel pacient

- Guia d'ús de benzodiazepines per trastorn d'ansietat professionals AP



**Àrea Integral
de Salut**
Barcelona Esquerra

C S B Consorci Sanitari de Barcelona
Ens públic de la Generalitat de Catalunya i l'Ajuntament de Barcelona
adscriu al Servei Català de la Salut
Corporació Sanitària de Barcelona

**FULL INFORMATIU SOBRE L'ÚS DELS TRANQUIL·LITZANTS
(benzodiazepines)**

Què són? Per a què serveixen?

Les benzodiazepines (BZD) són uns medicaments que serveixen per:

- Calmar l'ansietat
- Millorar l'insomni
- Relaxar la musculatura (en cas de contractures)

Són medicaments molt útils i actuen ràpidament, però no és recomanable prendre'ls durant un temps indefinit perquè poden aparèixer les següents alteracions:

- Tolerància, és a dir, necessitat d'augmentar la dosi per aconseguir el mateix efecte.
- Dependència, és a dir, necessitat de prendre sempre el medicament per evitar símptomes d'abstinència com irritabilitat, insomni o contractures. La dependència és més probable:
 - Si s'utilitzen dosis altes
 - Si el tractament és llarg

Es símptomes d'abstinència són més probables si es deixa de prendre el medicament de cop.

- Aquests medicaments poden produir dificultat de concentració, d'agilitat mental, d'aprenentatge i pèrdua de memòria (especialment en la gent gran).



Com s'han d'utilitzar?


És important seguir la pauta prescrita pel metge, tant per començar el tractament com per anar-lo reduint. És important que aquesta reducció sigui sempre progressiva. Si no milloren els símptomes s'ha de consultar al metge abans de prendre més comprimits per pròpia iniciativa.

Precaucions

- És recomanable no conduir ni treballar amb màquines perilloses mentre duri el tractament degut a la somnolència i disminució dels reflexes que produeixen.
- És recomanable no prendre alcohol ni altres drogues.
- En cas d'embaràs i/o lactància durant el tractament, cal consultar amb el metge

En cas de qualsevol dubte durant el tractament cal consultar al metge



**Àrea Integral
de Salut**
Barcelona Esquerra

C S B Consorci Sanitari de Barcelona
Ens públic de la Generalitat de Catalunya i l'Ajuntament de Barcelona
adscriu al Servei Català de la Salut
Corporació Sanitària de Barcelona

**GUIA D'ÚS DE BENZODIAZEPINES EN EL TRACTAMENT DE
L'ANSIETAT**

Pautas bàsiques de prescripció de benzodiazepines (BZD)

- Proporcionar informació educativa sobre el trastorn i, si és possible, no administrar fàrmacs (considerar intervencions psicològiques / psicoeducatives)**
- Tractament farmacològic:**
 - Si l'ansietat és lleu / moderada i persistent: considerar ISRS (sense BZD)
 - Si l'ansietat és important, valorar l'ús concomitant de BZD durant màxim 12 setmanes, incloent període de retirada:
 - 1ª elecció: DIAZEPAM
 - 2ª elecció: CLONAZEPAM
- Retirada del tractament BZD:** pauta decreixent. S'aconseja una disminució setmanal entre 10-25% de la dosi inicial

Consideracions especials



- Gent gran/nens:** s'aconseja LORAZEPAM utilitzar dosis apropiades a l'edat i paràmetres de salut física.
- Hepatoptosis:** s'aconseja LORAZEPAM.
- Poli medicació:** s'aconseja LORAZEPAM.
- Gestació:** LORAZEPAM, atenció a la abstinència al nòvol.
- Addiccions:** s'aconseja evitar les BZD en els pacients amb antecedents de qualsevol addicció. En cas de consideració no imprescindible, s'aconseja utilitzar CLONAZEPAM.
- Associaçions de BZD:** S'aconseja evitar-les. Per a l'insomni associat a ansietat ja tractada amb BZD, s'aconseja prescriure una dosi més alta de la mateixa BZD per la nit.

Utilització de benzodiazepines a Urgències

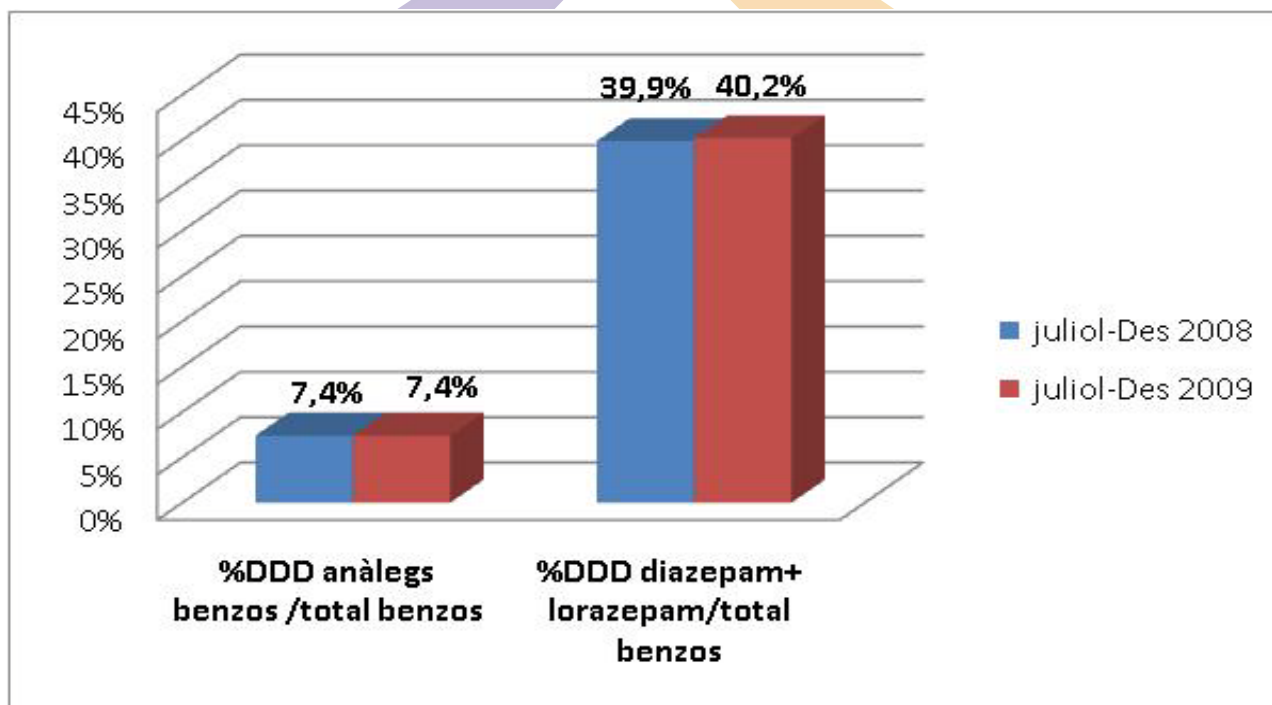
- Proporcionar informació educativa sobre el trastorn i, si és possible, no administrar fàrmacs.**
- Tractament farmacològic:** Si és necessari, administrar DIAZEPAM 5mg sublingual i repetir als 30 minuts si els símptomes d'ansietat no han cedit.
- En cas d'atenció a urgències hospitalàries, es proporcionarà al pacient el nombre de comprimits de DIAZEPAM necessaris fins veïa a ABS (24-48h). No es lliurarà recepta.**

Bibliografia

- Guia de pràctica clínica para el manejo de pacientes con trastornos de ansiedad en atención primaria, en el marco del Plan de calidad para el SNS del MSC. 2008. Guía de práctica clínica N° 2006/10.
- Clinical Guideline 22 (amended). Anxiety: management of anxiety (panic disorder, with or without agoraphobia, and generalised anxiety disorder) in adults in primary, secondary and community care. London: National Institute for health and Clinical Excellence (NICE) 2007.

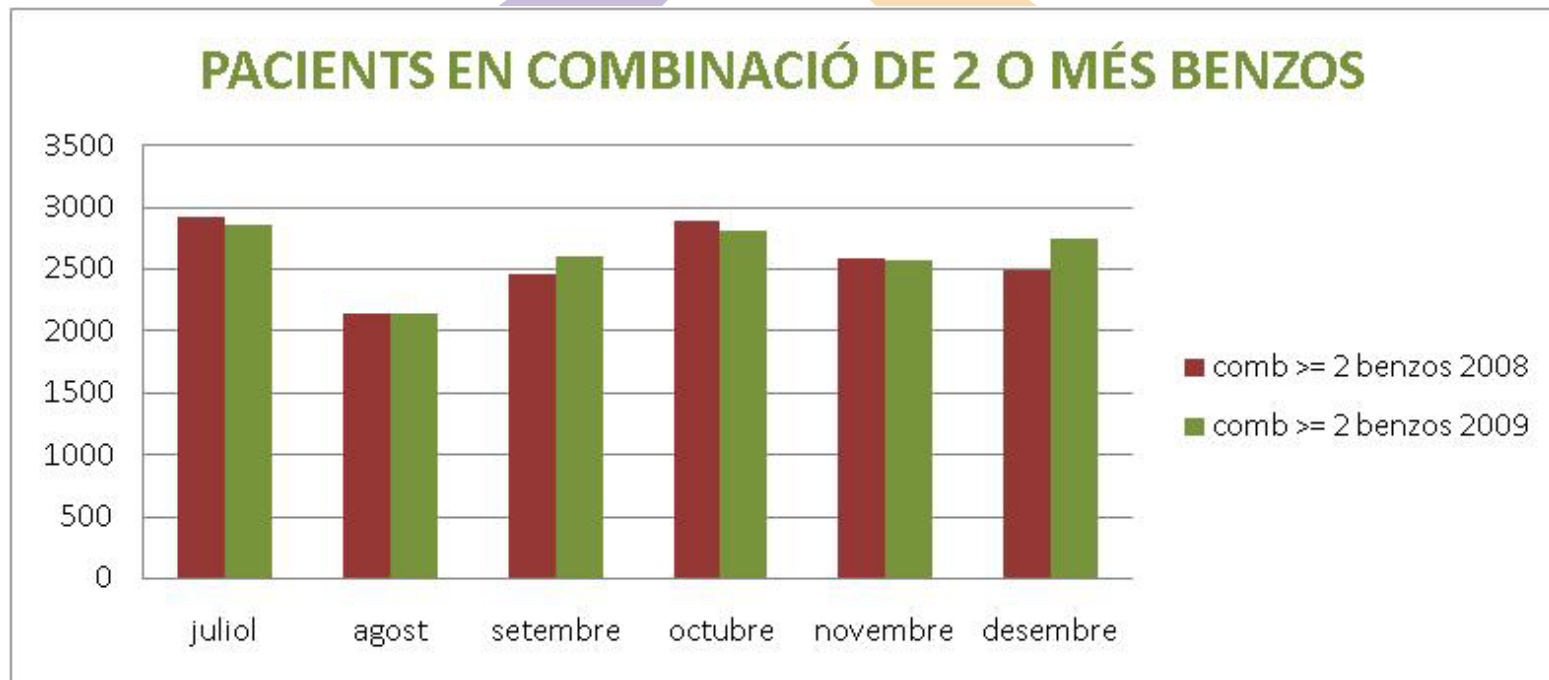



INDICADORS SEGUIMENT




- No s'observa variacions en la selecció de les benzodiazepines.

INDICADORS SEGUIMENT



- No s'observa variacions en el nombre de pacients amb combinació de benzodiazepines.

GUIA DE LA DEPRESSIÓ

- Iniciativa de SPC conjunta amb Atenció Primària de l'ICS, Les Hortes- Poble Sec.
- 
- Elaborar document sobre ús dels antidepressius per tot el territori segons format estàndard de l' AIS Esquerra



LÍNIES DE FUTUR: ACTIVITATS PREVISTES 2010

- **IMPORTANT:** Treballar la difusió dels documents i establir mesures per ajudar a la implementació de les seves recomanacions.
- Establir quadre d'indicadors de seguiment.
- Consolidar la formació del grup de treball de Salut Mental i Farmàcia dins del Comitès Operatius corresponents.
- Treballar en l'elaboració del document sobre l'ús dels antidepressius