PlantaDoce.

Entorno

El insomnio, nuevo ‘sueño’ del ‘farma’ o por qué hay seis millones de españoles adictos a los somníferos

Siete millones de españoles padecen insomnio crónico y seis millones toman cada noche fármacos para conciliar el sueño, lo que convierte a España en el país con mayor porcentaje de consumidores de benzodiacepinas por persona, por encima de Estados Unidos.

Albert Martínez
31 ene 2023 - 04:58



El *farma*, despierto ante la epidemia del insomnio y con España como nueva mina de oro. La falta de sueño afecta cada noche a siete millones de españoles y está catalogado como epidemia global por parte de la Organización Mundial de la Salud (OMS). La afección, que no para de aumentar en todo el mundo, generará **un mercado de 6.600 millones de euros en 2030 en la industria farmacológica**, según un estudio de *Market Research of Future*.

En España, **siete millones de personas sufren insomnio crónico y seis millones toman cada noche pastillas para dormir**

https://www.plantadoce.com/entorno/el-insomnio-nuevo-sueno-del-farma-o-por-que-hay-seis-millones-de-espanoles-adictos-a-los-somniferos

El presente contenido es propiedad exclusiva de PLANTADOCE EDICIONES, SLU, sociedad editora de PlantaDoce (www.plantadoce.com), que se acoge, para todos sus contenidos, y siempre que no exista indicación expresa de lo contrario, a la licencia Creative Commons Reconocimiento. La información copiada o distribuida deberá indicar, mediante cita explícita y enlace a la URL original, que procede de este sitio.

. Además, el 48% de la población adulta asegura tener problemas para conciliar el sueño y es el país con mayor porcentaje de consumidores de benzodiacepinas del mundo, un medicamento que disminuye la excitación neuronal y tiene un efecto ansiolítico, hipnótico y relajante muscular, según la Junta Internacional de Fiscalización de Estupefacientes (Jife).

El consumo de ansiolíticos en los españoles ha aumentado exponencialmente desde el inicio de la pandemia y **una de cada cuatro familias reconoce que alguno de sus miembros ha consumido por primera vez algún ansiolítico en 2022**, según el XII Barómetro de las Familias en España de The Family Watch.

El alto porcentaje de españoles que toman benzodiazepinas cada noche (en concreto, un 11%), en busca de efectos sedantes o ansiolíticos también se justifica por la elevada edad media del país y las bajas tasas de ejercicio físico. Las marcas comerciales de somníferos más demandados contra el insomnio en España son Orfidal (Pfizer), Noctamid (Teofarma), Trankimazin (Pfizer) y Lexatin (Laboratorios Rubió).

España cuenta con siete millones de insomnes crónicos y seis millones de adictos a las pastillas para dormir

Desde comienzos del siglo XX, la humanidad ha perdido una media de dos horas de sueño al día como consecuencia de la expansión de la luz eléctrica, luego de la televisión y, finalmente, de la aparición del mundo digital, que ha hecho saltar por los aires la media de horas de sueño.

“La globalización, la interconectividad y la romantización del trabajo **han puesto de moda una contracultura del sueño, que asegura que tiempo dormido es tiempo perdido**”, asegura Carlos Egea, presidente de la Federación Española de Sociedades de Medicina del Sueño (Fesmes), a PlantaDoce.

“Las necesidades de la globalización implican tareas nocturnas, trabajos por turnos y estar siempre conectado, lo que aumenta los quebraderos de cabeza y el sueño disminuye”, detalla Egea. “El sueño es lo primero que cae de la estructura fisiológica humana, uno de nuestros sustentos más frágiles”, añade.

Para remediar la falta de sueño, la mayoría de las personas recurren a **pastillas para dormir, tranquilizantes o relajantes musculares** y es ahí donde la industria farmacéutica está tratando de capitalizar este mercado, donde los últimos en entrar

El presente contenido es propiedad exclusiva de PLANTADOCE EDICIONES, SLU, sociedad editora de PlantaDoce (www.plantadoce.com), que se acoge, para todos sus contenidos, y siempre que no exista indicación expresa de lo contrario, a la licencia Creative Commons Reconocimiento. La información copiada o distribuida deberá indicar, mediante cita explícita y enlace a la URL original, que procede de este sitio.

han sido Merck y Eisai.

El 11% de los españoles toman benzodiacepinas, el país con mayor porcentaje de consumidores del fármaco

Otro de los grandes remedios para paliar la falta de sueño ha sido la melatonina, que permite adelantar la fase de inicio del sueño, especialmente en edades tempranas. La prescripción de esta hormona, considerada por los expertos como más "inocua", se ha triplicado en Reino Unido y duplicado en Estados Unidos, mientras que en España se ha incrementado cerca de un 10% desde el inicio de la pandemia.

El insomnio también tiene días favoritos de la semana para hacer mella. En concreto, **los días festivos el 30% de los españoles asegura tener algún tipo de inconveniente para tener un sueño** de calidad, mientras que en **los días laborables el porcentaje asciende al 60%.** "La jornada laboral es larga y no quieres que el día acabe para tener más tiempo de ocio... pero el día siempre termina, a no ser que vivas en Marte, donde el ciclo solar es de 48 horas", asevera Egea.

Sin embargo, la búsqueda de soluciones al insomnio sin caer en efectos secundarios está a la orden del día por parte del *farma* mundial. Uno de los grandes *hits* del sector fue la autorización de comercialización a Daridorexant, cuyo nombre comercial es Quviviq, que parece mantener intacta la capacidad funcional de las personas al día siguiente y no genera dependencia o tolerancia, ya que, en lugar de inhibir la actividad cerebral, bloquea la activación de los receptores de orexina.

La humanidad ha perdido una media de dos horas de sueño en el último siglo

Pero el abuso de fármacos contra el sueño puede acabar convirtiéndose en una emergencia sanitaria, especialmente en España. "La tolerancia a determinadas pastillas está induciendo a la población a abusar de la medicina contra el sueño y puede conducir a un problema semejante a la crisis de opiáceos que está arrollando a Estados Unidos, donde pasaron de abusar del paracetamol a la adicción a los anestésicos", detalla Egea.

El presente contenido es propiedad exclusiva de PLANTADOCE EDICIONES, SLU, sociedad editora de PlantaDoce (www.plantadoce.com), que se acoge, para todos sus contenidos, y siempre que no exista indicación expresa de lo contrario, a la licencia Creative Commons Reconocimiento. La información copiada o distribuida deberá indicar, mediante cita explícita y enlace a la URL original, que procede de este sitio.

El problema del insomnio también está directamente relacionado con otras enfermedades, como el alzhéimer, la hipertensión, los problemas cardiovasculares o los accidentes de tráfico, de los cuales un 30% está provocado por el sueño.

Tras el Covid-19, el insomnio ha ido en aumento en todo el mundo. El descenso del ejercicio, la alteración de las rutinas y el incremento del estrés o el miedo han puesto en auge un nuevo problema que se ha acuñado como *Coronasomnia*. El concepto se define como el fenómeno que afecta a personas de todo el mundo cuando experimentan insomnio relacionado con el estrés postpandémico.

https://www.plantadoce.com/entorno/el-insomnio-nuevo-sueno-del-farma-o-por-que-hay-seis-millones-de-espanoles-adictos-a-los-somniferos

El presente contenido es propiedad exclusiva de PLANTADOCE EDICIONES, SLU, sociedad editora de PlantaDoce (www.plantadoce.com), que se acoge, para todos sus contenidos, y siempre que no exista indicación expresa de lo contrario, a la licencia Creative Commons Reconocimiento. La información copiada o distribuida deberá indicar, mediante cita explícita y enlace a la URL original, que procede de este sitio.