Durante la reducción

¿Retirada *o recaída?*

Una retirada confundida con una recaída puede llevar a pensar que «aún no se puede dejar». Estas pistas ayudan, aunque ninguna es definitiva por sí sola.

Suele ser retirada si...

- aparece pronto, a los pocos días de bajar la dosis;
- hay síntomas físicos nuevos: mareo, náuseas, sensaciones eléctricas, síntomas como de gripe, insomnio;
- las emociones son distintas de las que tenías antes del tratamiento;
- empeora cuanto más rápida es la bajada;
- mejora pronto al volver a la dosis anterior.

Suele ser recaída si...

- aparece más tarde, tras semanas o meses;
- se parece mucho a lo que te pasaba antes de empezar el tratamiento;
- no depende de lo rápido que hayas bajado;
- al retomar el tratamiento, la mejoría tarda semanas.

Un estudio suizo de 2026 que siguió a personas mientras reducían su antidepresivo encontró que la ansiedad y el bajo ánimo subían tras cada bajada, se calmaban con la dosis estable y lo hacían a la vez que los síntomas físicos. Sus autores concluyen que, en la mayoría de los casos, era retirada. Es un estudio pequeño.

En debate

Qué hacer si aparecen síntomas

1. No sigas bajando. Apunta qué notas, desde cuándo y si coincide con el último paso.
2. Coméntalo con quien te receta. Lo habitual es mantener la dosis hasta que los síntomas se calmen.
3. Si son intensos, el médico puede valorar volver a la última dosis que se toleraba bien y seguir después más despacio.
4. Antes de hablar de recaída o de añadir otro fármaco, pedid valorar primero si es retirada.

> **Mi experiencia**
>
> «Varios síntomas de retirada se tomaron por recaídas. Por eso existe esta web.» — Patricia

Fuentes: Horowitz MA, Taylor D. *Lancet Psychiatry* 2019;6(6):538-546 · Horowitz MA, Taylor DM. *The Maudsley Deprescribing Guidelines*, Wiley-Blackwell, 2024 · Taylor DM, Barnes TRE, Young AH. *The Maudsley Prescribing Guidelines in Psychiatry*, 14.ª ed., 2021 · NICE, guía NG222 (2022) · Royal College of Psychiatrists, *Stopping antidepressants* (2020) · Estudio suizo de 2026, resumido en tuescalera.org/novedades

Revisado el 27 de octubre de 2026. Este material es informativo: no sustituye a la consulta ni es una pauta individual. Cualquier cambio de dosis se decide con quien te receta.