



Hoja informativa sobre analgésicos opioides

¿Por qué recibí este folleto?

Usted recibe esta información porque le recetaron un opioide, que es un medicamento fuerte que se usa para ayudar a aliviar el dolor intenso. No obstante, el uso de opioides conlleva riesgos que debe conocer.

Asegúrese de consultar con su proveedor de atención médica sobre los riesgos del uso de opioides junto con el consumo de alcohol y de cualquier otro medicamento que pueda estar usando, como medicamentos de venta libre, vitaminas o suplementos a base de hierbas.

¿Cuáles son los riesgos del uso de opioides?

Los opioides pueden causar falta de energía, incapacidad para concentrarse, debilidad, náuseas, vómitos y dificultad para respirar.

Use este medicamento exactamente según las indicaciones. Comuníquese con su proveedor de atención médica si se siente muy somnoliento, mareado, si se desmaya mientras toma el opioide o si el dolor no mejora después de comenzar el tratamiento.

Las personas que usan estos analgésicos pueden desarrollar dependencia física de opioides, lo que significa que pueden sentirse mal y tener síntomas de abstinencia si suspenden el medicamento rápidamente. Los síntomas de abstinencia son fiebre, escalofríos, tos, dolores corporales, malestar estomacal, diarrea y dolor de cabeza. El tiempo que lleva volverse físicamente dependiente varía de persona a persona, pero puede ocurrir en tan solo unos días. Para prevenir la abstinencia, el proveedor de atención médica lo orientará sobre cómo ir reduciendo la dosis del medicamento con el tiempo, cuando ya no lo necesite.

La sobredosis puede ocurrir en las siguientes circunstancias:

- Consume una dosis de opioides mayor que la recetada.
- Simultáneamente usa medicamentos que causan somnolencia, como las benzodiacepinas (por ejemplo, Valium®, Xanax®, Ativan® y Klonopin®).
- También consume alcohol.

Aun cuando se usan los opioides según la receta, pueden ocurrir sobredosis si se consumen estos medicamentos o bebidas alcohólicas al mismo tiempo o incluso el mismo día que los opioides.

Si siente que tiene dificultades para controlar el consumo de opioides o que aumentan su malestar en vez de producirle bienestar, comuníquese con su proveedor de atención médica.

¿Qué es la naloxona (Narcan®)? ¿Cómo se usa?

Si consume una dosis de opioide superior a la que su cuerpo puede tolerar, puede tener respiración lenta y, en algunos casos, una sobredosis o la muerte. La naloxona puede corregir la respiración lenta y la somnolencia causadas por los opioides y permitirle recuperar la respiración en cuestión de minutos. Se puede administrar como aerosol nasal (se rocía en la nariz) o como inyección intramuscular. Para las personas que consumen medicamentos opioides, se recomienda tener naloxona en su hogar. **En muchas tiendas y farmacias, la naloxona es de venta libre.**

Después de recibir naloxona, es posible que pase algún tiempo hasta que la persona se sienta despierta y consciente nuevamente. Lo más seguro es llamar al 911 y solicitar atención de emergencia, incluso si la persona responde a la naloxona, para asegurarse de que no haya otro problema de salud. Es mejor permanecer con la persona hasta que llegue la ayuda. **Elabore un plan para mantenerse a salvo en caso de sobredosis.**

¿Cómo puedo usar, almacenar y desechar de forma segura los medicamentos opioides?

CÓMO USARLOS: úselos únicamente según las indicaciones de su proveedor de atención médica. No comparta su medicamento con nadie, incluso si los síntomas son los mismos. Compartir su receta de opioides con otra persona es ilegal y podría causarle daños graves.

CÓMO ALMACENARLOS: guarde los opioides de forma segura, por ejemplo, en un botiquín cerrado con llave o en una caja de seguridad a la que otras personas, especialmente los niños, no puedan acceder.

CÓMO DESECHARLOS: tener medicamentos opioides sin usar en casa aumenta la probabilidad de que los niños se intoxiquen accidentalmente o sufran una sobredosis.



Los medicamentos recetados no utilizados deben desecharse en un buzón para medicamentos recetados; que son puntos de recolección en distintas comunidades y se pueden encontrar en el siguiente enlace: [Encuentre un buzón para medicamentos recetados cercano.](#)



Puede encontrar información sobre cómo desechar medicamentos de forma segura en el siguiente enlace: [Obtenga más información sobre cómo desechar medicamentos de forma segura.](#)

¿Qué tratamiento alternativo para el dolor con medicamentos no opioides existe?

Existen medicamentos para tratar el dolor que no incluyen opioides y no provocan adicción ni sobredosis. Estos medicamentos incluyen aspirina, acetaminofeno/paracetamol (Tylenol®) y medicamentos antiinflamatorios no esteroideos (AINE), como ibuprofeno y naproxeno. Algunos medicamentos recetados que tratan otros problemas, como las convulsiones o la depresión, también sirven para tratar el dolor. Se recomienda hablar sobre estas opciones con su proveedor de atención médica.

¿Cómo puedo controlar el dolor sin medicamentos?

Dolor agudo (dolor de corta duración que no se extiende por más de 3 meses)	Dolor crónico (dolor a largo plazo que se extiende por más de 3 meses)
• Aplicar hielo. • Aplicar calor. • Mantener la lesión en alto. • Hacer reposo. • Inmovilizar la zona lesionada (a veces, con un aparato ortopédico o yeso). • Hacer ejercicio.	• Recibir fisioterapia. • Recibir acupuntura. • Recibir masajes. • Hacer ejercicio (por ejemplo, ejercicios aeróbicos, acuáticos o de resistencia). • Realizar prácticas para la mente y el cuerpo (por ejemplo, yoga, taichi y chikún). • Participar en terapias psicológicas (por ejemplo, terapia cognitivo-conductual). • Realizar prácticas de atención plena para reducir el estrés. • Bajar de peso. • Recibir procedimientos intervencionistas (por ejemplo, inyecciones de esteroides, bloqueos nerviosos).

Ventajas y desventajas de las opciones de tratamiento alternativas	Ventajas	Desventajas
Medicamentos no opioides	El riesgo de adicción es menor; funcionan para muchos tipos de dolor.	Algunos pueden tener efectos secundarios (los AINE pueden causar dolor y sangrado de estómago, daño renal o presión arterial alta).
Ejercicios físicos y curativos (terapias de rehabilitación)	Abordan el dolor en la zona de la que proviene, favorecen la capacidad para moverse.	Es necesario que un proveedor lo derive a un fisioterapeuta o quiropráctico. Debe tener tiempo para programar muchas citas.
Tratamientos de salud mental	Ayudan a controlar la manera en que el cuerpo siente el dolor y la salud mental.	Es necesario que un proveedor lo derive a un profesional que se dedique a la salud mental, por ejemplo, un psicólogo. Es posible que no traten el dolor de inmediato.
Tratamientos médicos	Pueden detener el dolor durante mucho tiempo.	Es necesario que un proveedor lo derive a un especialista en dolor. Algunos pueden incluir una cirugía menor (bloqueo nervioso) o inyecciones (inyección de esteroides).
Acupuntura	Puede lograr una mejoría en las personas con una variedad de enfermedades y afecciones.	Es posible que necesite que un proveedor lo derive o que el seguro privado no brinde cobertura.
Yoga	Puede lograr una mejoría en las personas con una variedad de enfermedades y afecciones.	Debe tener tiempo y dinero para practicarlo periódicamente. Puede haber áreas en las que no esté disponible.

¿Cómo puedo surtir mi receta de opioides en menor cantidad?

Los pacientes tienen el derecho legal de solicitar que la farmacia reabastezca solo parcialmente su receta de opioides. Esto significa que pueden optar por recibir una cantidad menor que la recetada.

Uso indebido de medicamentos recetados por parte de los jóvenes

Los jóvenes de 12 años o más que consumen opioides que no les fueron recetados frecuentemente los obtienen de un amigo, un familiar o de Internet. Sirva de ejemplo con acciones seguras sabiendo lo que consume, tomándolo solo en la dosis que se lo recetaron y desechando cualquier cantidad sobrante de medicamento cuando haya finalizado el tratamiento. Hable con sus hijos sobre lo peligrosos que pueden ser los medicamentos recetados y déjeles claro que no deben usar medicamentos de otras personas.

Línea de ayuda para el consumo de sustancias de Massachusetts

La línea de ayuda es un servicio estatal que le brinda asistencia para que encuentre apoyo en relación con el consumo de sustancias, lo que incluye reducción de daños, tratamiento, recuperación e incluso servicios para la adicción al juego. Los servicios de la línea de ayuda son gratuitos y confidenciales y se brindan las 24 horas del día, los 7 días de la semana.



Línea de ayuda para el consumo de sustancias de Massachusetts

Línea gratuita: 800-327-5050

Mensaje de texto: enviar "HOPE" al 800237

[HelpLineMA.org](https://www.HelpLineMA.org)



Puede revertir una sobredosis

Para obtener más información sobre cómo revertir una sobredosis, consulte el [sitio web de You Can](https://www.YouCan.org). En este sitio web, se brinda información útil sobre cómo reconocer los síntomas de una sobredosis, cómo usar naloxona para revertir una sobredosis y qué puede hacer para ayudar a alguien que sufre una sobredosis si no dispone de naloxona.



SafeSpot

En el [sitio web de SafeSpot](https://www.SafeSpot.org), se brinda información sobre la línea directa a la que puede llamar si necesita apoyo en persona para ayudar a alguien que sufre una sobredosis.

Recursos de apoyo y tratamiento para la adicción

Para jóvenes y adultos jóvenes (hasta los 25 años):

Coordinación de admisión y atención de Youth Central:

Línea gratuita: 866-705-2807 o 617-661-3991

TTY: 617-661-9051

[HealthRecovery.org](https://www.HealthRecovery.org)

Otras formas de recibir tratamiento son las siguientes:

- Hable con su proveedor de atención médica.
- Comuníquese con su compañía de seguro médico.
- Compruebe si su empleador ofrece un Programa de Asistencia al Empleado (Employee Assistance Program, EAP), que puede brindar apoyo confidencial a los empleados para ayudarlos a lidiar con problemas personales y laborales, por ejemplo, tratamiento de adicción a sustancias.