CÓMO EMPEZAR LA CONVERSACIÓN

Si le recetan opioides

Los opioides recetados (como la hidrocodona, la oxicodona y la morfina) son una de varias opciones para reducir el dolor intenso. Si bien estos medicamentos pueden reducir el dolor a corto plazo durante su uso, también conllevan graves riesgos, como la adicción y la muerte por una sobredosis.

Hágale estas preguntas a su proveedor de atención médica para saber completamente los beneficios y riesgos de los opioides recetados y asegurarse de recibir un cuidado que sea seguro, eficaz y adecuado para usted.

1 ¿Cuáles son los efectos secundarios comunes de los opioides?

Cuando los opioides se toman exactamente como se indica, se pueden presentar efectos secundarios comunes. Hable con su proveedor de atención médica sobre estos y otros efectos secundarios para saber qué esperar:

- Aumento de sensibilidad al dolor
- Estreñimiento
- Náuseas y vómitos
- Boca seca
- Somnolencia
- Confusión
- Depresión
- Picazón
- Mareos

2 ¿Qué puedo hacer para reducir los riesgos o la intensidad de los efectos secundarios?

- Nunca tome opioides en mayores cantidades o con más frecuencia de lo recetado.
- Cuando comienza a tomar opioides, estos podrían afectar su capacidad para operar un vehículo de forma segura. Debe tomar precauciones hasta que sepa cómo le afectan.
- Para prevenir el estreñimiento con el uso de opioides, beba más líquidos y consuma más fibra de lo normal y mantenga o aumente la actividad física. Es posible que necesite ablandadores fecales o laxantes.

Centers for Disease Control and Prevention
National Center for Injury Prevention and Control

Aprenda más: www.cdc.gov/drugoverdose/spanish

Si le recetan opioides

3 ¿Qué aumenta el riesgo de sobredosis o muerte por este medicamento?

Es muy peligroso combinar opioides con otros medicamentos, especialmente aquellos que causan somnolencia. Los riesgos aumentan cuando el medicamento se combina con:

- Alcohol y/u otros sedantes
- Benzodiacepinas (también conocidos como "benzos" e incluyen diacepam y alprazolam)
- Otros opioides (recetados o ilícitos, incluyendo la heroína)

Hable con su proveedor de atención médica acerca de cualquier otro medicamento que esté tomando. Pregúntele por los efectos secundarios graves (como somnolencia excesiva, respiración superficial o deseo de consumir más medicamento). Llame a un proveedor de atención médica o vaya al hospital si presenta estos síntomas.

4 ¿Por cuánto tiempo tendré que tomar opioides recetados?

Los opioides solo deben tomarse cuando sea necesario y solo durante el tiempo que sea necesario. Por lo general, para el dolor agudo significa entre 3 y 7 días o menos. Haga un seguimiento con su proveedor de atención médica para revaluar su dolor y obtener orientación sobre cómo hacer frente a los posibles síntomas de abstinencia cuando deje de tomar el medicamento.

Haga un seguimiento con su proveedor de atención médica a los pocos días de comenzar a tomar su medicamento para asegurarse de que los opioides le están ayudando y para hablar sobre lo que puede esperar en general para el alivio del dolor y su mejora.

5 ¿Cómo debo almacenar mi medicamento? ¿Qué pasa con los medicamentos no utilizados?

El almacenamiento seguro y el desecho de medicamentos no utilizados pueden ayudar a prevenir el uso indebido de opioides y la sobredosis.

- Almacene los opioides recetados en un lugar seguro, fuera del alcance de niños, familiares, amigos y visitantes.
- Nunca venda ni comparta opioides recetados.
- Deseche de forma segura los opioides recetados no utilizados: Busque el programa de recuperación de medicamentos de su comunidad o el programa de devolución por correo de su farmacia, o arrójelos por el inodoro, siguiendo las instrucciones de la Administración de Alimentos y Medicamentos (www.fda.gov/drugs/safe-disposal-medicines/eliminacion-de-medicamentos-no-utilizados-todo-lo-que-debe-saber)

6 ¿Cuáles son los signos de una sobredosis de opioides?

- Pupilas contraídas y pequeñas (pupilas puntiformes)
- Quedarse dormido o perder el conocimiento
- Respiración lenta y superficial
- Sonidos de asfixia o gorgoteo
- Cuerpo sin vida
- Piel pálida, azulada o fría

La naloxona es un medicamento que salva vidas y que puede revertir los efectos de una sobredosis de opioides, si se administra a tiempo: www.cdc.gov/drugoverdose/prevention/reverse-od.html (en inglés).