

Los opioides recetados se pueden usar para ayudar a aliviar el dolor de moderado a intenso y seguido se recetan después de una cirugía o lesión, o para ciertos problemas de salud. Estos medicamentos pueden ser una parte importante del tratamiento, pero también tienen riesgos graves. Es importante trabajar con su médico o proveedor de atención médica para asegurarse que está recibiendo la atención más segura y efectiva.

¿Cuáles son los riesgos y los efectos secundarios del uso de los opioides?

Los opioides recetados tienen riesgos graves de adicción y sobredosis, especialmente con el uso prolongado. Una sobredosis de opioides, frecuentemente se indica por una respiración lenta, que puede causar la muerte súbita. El uso de los opioides recetados también puede tener una serie de efectos secundarios, incluso cuando se está tomando según las indicaciones:

- Tolerancia - significa que es posible que necesite o requiere que deba tomar más medicamento para recibir el mismo alivio para el dolor.
- Dependencia física - significa que tiene síntomas de reajuste cuando un medicamento se le retira (síntomas parecidos a los que experimenta una persona adicta cuando deja de tomar alcohol o usar drogas).
- Mayor sensibilidad al dolor
- Estreñimiento
- Náuseas, vómitos y boca seca
- Soñolencia (mucho sueño y mareos)
- Confusión
- Depresión
- Niveles bajos de testosterona que pueden resultar en reducir el deseo sexual, la energía y la fuerza
- Picazón y sudores

1 en cada 4 personas que toma los opioides recetados a largo plazo como parte del tratamiento médico primario lucha con la adicción.

Los riesgos son mayores con:

- Un historial del abuso de drogas, un trastorno por el uso de sustancias o de una sobredosis condiciones de salud mental (como la depresión o la ansiedad)

- Apnea del sueño
- Edad avanzada (65 años o más)
- Embarazo

Evite el alcohol mientras esté tomando opioides recetados. De igual manera debe evitar los siguientes medicamentos al menos que su médico o proveedor de atención médica lo indique específicamente. Los medicamentos que debe evitar incluyen:

- Benzodiacepinas (como Xanax o Valium)
- Relajantes musculares (como Soma o Flexeril)
- Hipnóticos (como Ambien o Lunesta)
- Otros opioides recetados

Conozca sus opciones

Hable con su médico o proveedor de atención médica sobre las diferentes formas de como poder controlar su dolor que no sea tomar los opioides recetados. Algunas de estas opciones **pueden funcionar mejor** y tienen menos riesgos y efectos secundarios. Las opciones pueden incluir:

- Analgésicos como el acetaminofén, el ibuprofeno y el naproxeno,
- Algunos medicamentos que también se usan para tratar la depresión o las convulsiones
- Terapia física y ejercicio
- Terapia de comportamiento cognoscitivo - un método psicológico con metas para orientar a los pacientes a modificar sus reacciones físicas, emocionales y de comportamiento debido al dolor y/o el estrés que pueda estar experimentando.

Si le recetan los opioides para el dolor:

- Nunca tome opioides en cantidades mayores o con más frecuencia de lo recetado.
- Haga una cita de seguimiento con su médico o proveedor de atención médica primaria dentro de _____ días.
 - Trabajen juntos para crear un plan sobre cómo manejar su dolor.
 - Hablen sobre diferentes formas para ayudar a controlar su dolor que no incluya los opioides recetados.
 - Hablen sobre todas y cada una de las preocupaciones y los efectos secundarios que puedan resultar.
- Ayude a prevenir el mal uso y el abuso.
 - Nunca venda ni comparta los opioides recetados.
 - Nunca use los opioides recetados de otra persona.
- Guarde los opioides recetados en un lugar seguro y fuera del alcance de los demás (esto puede incluir las visitas, invitados, niños, amigos y familiares).

- Deshágase de manera segura de todos los opioides recetados que no uso: encuentre su programa comunitario de devolución de medicamentos o el programa de devolución por correo de su farmacia, o tírelos al inodoro, siguiendo las instrucciones de la Agencia de Administración de Alimentos y Medicamentos (www.fda.gov/Drugs/ResourcesForYou).
- Visite en el internet a: www.cdc.gov/drugoverdose para aprender más sobre y conocer los riesgos del abuso y la sobredosis de los opioides.
- Si usted cree que puede estar luchando con la adicción, informe a su médico o su proveedor de atención médica y solicite ayuda o llame a la Línea de ayuda nacional de SAMHSA al [1-800-662-HELP](tel:1-800-662-HELP).

¡Este informado!

Asegúrese de saber el nombre de su medicamento, la dosis y en qué frecuencia debe tomarla, al igual de los posibles riesgos y efectos secundarios.

Obtenga más información en www.cdc.gov/drugoverdose/prescribing/guideline.html.