

Información general sobre los opioides

¿Qué son los opioides?

Los opioides son fármacos que bloquean las señales de dolor al cerebro y tienen efectos secundarios muy graves. Los opioides comúnmente recetados incluyen hidrocodona, oxicodona, codeína, morfina y fentanilo. La heroína también es un opioide.

Los opioides no están hechos para uso prolongado. Mientras más los use, más tolerancia desarrollará su organismo. Tendrá el mismo nivel de dolor, pero necesitará más opioides, lo que aumentará la posibilidad de sobredosis o adicción. El uso prolongado de opioides puede ser apropiado para algunos pacientes que reciben tratamiento activo contra el cáncer, cuidados paliativos y atención tanatológica.

¿Cuáles son los peligros de los opioides?

- Los medicamentos opioides son adictivos.
- La sobredosis de opioides puede ocurrir por accidente.
- Los opioides pueden causar efectos secundarios importantes, como estreñimiento, náuseas, vómitos, boca seca, somnolencia, mareos, confusión y aumento de la sensibilidad al dolor.
- La sobredosis de opioides puede provocar la muerte.

¿Cuáles son las alternativas para el manejo del dolor?

- Fisioterapia y ejercicios
- Terapia conductual que incluye técnicas de relajación
- Analgésicos no opioides como acetaminofén (Tylenol), ibuprofeno (Advil) o naproxeno (Aleve)
- Ciertos antidepresivos y medicamentos anticonvulsivos

¿Cómo tomo los opioides?

- Empiece con poco y vaya despacio: su recetador debe administrarle la dosis más baja por el menor tiempo posible.
- Nunca tome opioides en cantidades mayores o con más frecuencia de lo recetado. De lo contrario, aumentará la probabilidad de adicción o sobredosis.
- No comparta sus medicamentos recetados con nadie. Es ilegal e inseguro.
- Evite tomar opioides con alcohol. Mezclar las dos cosas puede aumentar su riesgo de sobredosis.
- Evite mezclar opioides con los siguientes medicamentos cuando sea posible (a menos que su médico le indique lo contrario):
 - o Sedantes o tranquilizantes que incluyen benzodiazepinas (e.g., Xanax y Valium)
 - o Relajantes musculares (e.g., Soma o Flexeril)
 - o Pastillas para dormir o hipnóticos (e.g., Ambien o Lunesta)
 - o Otros analgésicos opioides recetados
- Puede haber circunstancias en las que la prescripción de opioides con estos medicamentos sea necesaria y aceptable. Su recetador puede usar análisis de drogas en orina y verificar su historial de recetas para ayudarlo a tomar decisiones de prescripción que garanticen su seguridad.

- Dele seguimiento regularmente con su profesional de la salud para monitorear cómo está funcionando el medicamento, los efectos secundarios o las señales de trastorno por consumo de opioides (como adicción).
- Si está tomando opioides durante un período de tiempo prolongado, debe reducirlo, con la orientación de su profesional de la salud, a medida que el dolor disminuya hasta que deje los opioides por completo. Si está tomando dosis altas u opioides a largo plazo, considere tener naloxona a la mano.

¿Qué pueden hacer los proveedores?

Se sabe que el uso de opioides a largo plazo conlleva riesgos graves y sus beneficios son inciertos. Los opioides no se deben usar como tratamiento primario para el dolor. El dolor crónico se debe tratar con terapias no opioides. Esto no incluye tratamiento para el cáncer, los cuidados paliativos y la atención tanatológica. Se debe identificar y abordar las condiciones de salud mental coexistentes.

Preferentemente, use las opciones de medicamentos primarios y utilice tratamientos específicos de la enfermedad cuando estén disponibles. En la mayor medida posible, use terapias no opioides que incluyan:

- Servicios de rehabilitación y fisioterapia
- Terapia cognitivo-conductual y técnicas de relajación.
- Ejercicio y entrenamiento de fortalecimiento muscular
- Medicamentos no opioides: acetaminofén, fármacos antiinflamatorios no esteroideos (AINE), inhibidores de la recaptación de serotonina y norepinefrina (IRSN), antidepresivos tricíclicos (ATC)

Si se encuentra en una crisis urgente, llame al 911 o vaya a la sala de urgencias.

Si está buscando ayuda, visite “RESOURCES – WHERE TO FIND HELP” (*recursos – donde conseguir ayuda*) en el sitio web del Departamento Metropolitano de Salud Pública ([enlace a continuación](#)).

[Nashville > Health Department > Drug Overdose Information](#)