Intermountain® Healthcare

Analgésicos opioides para dolor de corto plazo

¿Qué son los analgésicos opioides?

Los analgésicos son medicamentos que ayudan a controlar el dolor para que usted pueda dormir, moverse y sanar. Un tipo de analgésico son **los medicamentos opioides.** (A veces también se les llama medicamentos "narcóticos", pero cuando los receta un médico se llaman "opioides"). Los opioides son medicamentos fuertes que afectan la forma como el cerebro maneja las señales de dolor. Si usted padece dolor de corto plazo (con duración de unos pocos días o semanas) debido a alguna enfermedad o lesión, el médico podría recetarle analgésicos opioides para ayudarle a controlarlo.

Los analgésicos opioides son seguros y eficaces cuando se usan según las indicaciones. Sin embargo, pueden ser peligrosos si no se utilizan según las instrucciones o si se combinan con determinadas sustancias. Además, los medicamentos opioides pueden ser muy peligrosos, incluso mortales, si otra persona los toma.

Esta hoja informativa le explica cómo utilizar los medicamentos opioides con prudencia y seguridad.

Antes de que comience a tomar analgésicos opioides

Antes de empezar a tomar medicamentos opioides, consulte a su médico y a su farmacéutico. Siga estos consejos:

- **Diga a su médico qué otros medicamentos toma.** Lleve consigo una lista de los medicamentos recetados, las vitaminas y píldoras a base de hierbas que usted toma. Esto ayuda al médico a asegurar que el analgésico no se combine con alguna otra cosa y cause un mal resultado.
- **Consulte a su médico acerca de la prescripción.** Haga preguntas. Asegúrese de entender qué está tomando, por qué lo está tomando y cómo debe tomarlo.
- **En la farmacia, asegúrese de entender las instrucciones.** Lea las instrucciones en el envase y vea si tienen sentido para usted. Si no, pida al farmacéutico que las explique.

Mientras usted esté tomando el medicamento

- **NO TOME más analgésico de lo indicado.** Incluso en aquellos días que se sienta peor, no tome una dosis más alta de la indicada ni la tome con mayor frecuencia.
- **NO TOME pastillas para dormir, medicamentos contra la ansiedad ni otros calmantes del dolor** (ni siquiera Tylenol) sin autorización de su médico.
- **NO BEBA alcohol ni consuma drogas recreativas** mientras esté tomando analgésicos opioides.
- **NO CONDUZCA ni opere maquinaria peligrosa** hasta que sepa cómo le afecta este medicamento.
- **NO COMPARTA con nadie su analgésico.** No dé ninguna píldora a un amigo ni familiar, incluso si dicha persona tiene dolor. Compartir analgésicos es ilegal y peligroso.
- **Guarde bajo llave sus analgésicos.** Utilice un gabinete, caja de seguridad o cajón con candado. También, lleve la cuenta de la cantidad de pastillas que tiene.
- **Mantenga el medicamento en su envase original.** La etiqueta tiene información necesaria para usted.
- **Esté atento a efectos secundarios.** Consulte la página siguiente.
- **Tome el medicamento sólo mientras lo necesite.** Cuando se resuelva el dolor, deje de tomar el medicamento. Para evitar efectos secundarios que podrían suceder si deja de tomarlos repentinamente, tal vez quiera ir disminuyendo la dosis gradualmente a través de varios días.

Dos efectos secundarios de los que debe estar atento

Los analgésicos opioides pueden causar diversos efectos secundarios. Su proveedor de cuidados de la salud le puede dar mayor información. En particular, esté pendiente de los siguientes efectos secundarios:

- **El efecto secundario más común es el estreñimiento**. La mayoría de los pacientes necesitan beber más agua y tomar fibra, laxantes o ablandadores de las heces.
- **El efecto secundario más grave es la disminución de la respiración** (también llamada depresión respiratoria), que puede ser mortal. El alcohol y algunos otros medicamentos se pueden combinar con los opioides, empeorando este problema. Pida a los que viven con usted que estén pendientes de una respiración disminuida o de incapacidad para despertar. Si esto sucede, deben llamar al 911.

Cuando haya terminado de tomar los opioides

Cuando haya terminado de tomar analgésicos opioides, deshágase de ellos. Para ello, utilice alguno de estos métodos:

- **Entregue los analgésicos en un centro de acopio para drogas.** Ésta es la mejor opción. Consulte con su departamento de policía para ver si tienen un programa de recolección de drogas. Una lista de tales sitios aparece en: **useonlyasdirected.org/safe-disposal-drop-off-locator**

¿Por qué debo guardar bajo llave los analgésicos y desechar las pastillas sobrantes?

Podría parecer inconveniente guardar los medicamentos bajo llave. También podría ser tentador guardar las pastillas analgésicas sobrantes para usarlas en el futuro. Sin embargo, hay razones importantes para proteger sus medicamentos y deshacerse de ellos cuando haya terminado:

- **Los analgésicos opioides pueden ser muy peligrosos si se toman sin haber sido recetados.** No se deben utilizar para dormir, controlar la tos ni ninguna otra cosa para la que no hayan sido recetados. (NUNCA comparta los analgésicos con nadie, ni siquiera algún familiar.)
- **Si guarda pastillas sobrantes, podrían ser una tentación para otros.** De hecho, uno de cada cinco adolescentes reporta haber hecho mal uso de los medicamentos recetados a otra persona. Muchas personas obtienen las píldoras esculcando el botiquín de amigos o familiares. El uso de analgésicos por parte de los adolescentes puede conducir al abuso de otras drogas, incluyendo la adicción a la heroína.
- **Los medicamentos sobrantes podrían hacerlo a usted víctima de un robo.** Si los ladrones se enteran de que tiene analgésicos opioides, podrían meterse en su casa a buscarlos.

Otras formas de controlar el dolor

Una parte importante del control del dolor es tomar sus medicamentos según las indicaciones. Los analgésicos reducen el dolor; no lo eliminan por completo. Lo bueno es que hay otras cosas que puede hacer también. Éstas no sustituyen a los medicamentos, pero pueden ayudarle a controlar el dolor.

- **Ayúdese a relajarse.** Trate de concentrarse en una respiración lenta y rítmica.
- **Distráigase.** Escuche música, vea televisión o visite a un amigo.
- **Pregunte a su proveedor de cuidados de la salud sobre la aplicación de frío o calor** como forma de aliviar el dolor y **sobre fisioterapia** o ejercicios que podrían ser útiles en su situación.
- **Busque apoyo espiritual o psicológico.** Hable con un consejero o amigo, o apóyese en sus fundamentos espirituales.

© 2011-2012 Intermountain Healthcare. Todos los derechos reservados. El contenido del presente folleto tiene solamente fines informativos. No sustituye los consejos profesionales de un médico; tampoco debe utilizarse para diagnosticar o tratar un problema de salud o enfermedad. Si tiene cualquier duda o inquietud, no dude en consultar a su proveedor de cuidados de la salud. Hay más información disponible en **intermountainhealthcare.org.** **Patient and Provider Publications 801.442.2963 FS200S - 02/11** (Spanish translation 01/11 by Lingotek, Inc.)