

# Medicamentos opioides para el dolor crónico

## ¿Qué son los opioides?

Los opioides son medicamentos potentes que un médico puede recetar para ayudar a controlar el dolor intenso. Algunas veces se los llama **narcóticos** u **opiáceos**.

Unos ejemplos incluyen la hidrocodona (Vicodin, Norco), oxicodona (Percocet, Oxycontin), tramadol (Ultram), morfina (MS Contin), codeína (Tylenol #3), oximorfona, fentanilo (Duragesic), buprenorfina (Subutex), metadona. Pueden ser recetados en forma de píldoras, parches, películas bucales, líquidos, o inyectables.

Estos medicamentos solo se recetan para el dolor crónico (a largo plazo) **después** de haber probado otros medicamentos sin éxito.

## ¿Los medicamentos opioides me ayudarán a controlar mi dolor?

Hay evidencia limitada sobre si los opioides efectivamente controlan el dolor crónico. Por lo general, los opioides no quitan todo el dolor. Pueden ayudar a aliviar el dolor, pero con el tiempo también pueden empeorar el dolor. Los opioides pueden mejorar la función y la calidad de vida, pero también pueden llevar a empeorar estos aspectos debido a los efectos secundarios continuos. La forma en que los medicamentos le afecten dependerán de su situación única.

## ¿Los opioides me ponen en peligro?

Sí. Los opioides recetados pueden ser peligrosos y una amenaza para la vida cuando:

- Se combinan con otros medicamentos o cuando se toman solos.
- Se toman en forma diferente a como fueron recetados o exactamente como fueron recetados.
- La dosis es alta o la dosis es pequeña.

Consulte la tabla a la derecha para identificar los factores de riesgo que pueden aplicarse a su caso específico.

### ¿Los opioides son adecuados para mí?

Mi diagnóstico de dolor crónico: \_\_\_\_\_

#### Opciones de tratamiento

Trabaje con su proveedor para desarrollar un plan de tratamiento que incluya una o más de las siguientes opciones:

He probado	Quiero saber	
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Clase de autocontrol del dolor crónico
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Terapia cognitivo conductual proporcionada por un especialista en salud mental
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Analgésicos sin receta médica
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Medicamentos para tratar otras condiciones como la depresión, la ansiedad o las convulsiones
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Fisioterapia y programas de ejercicio
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Control de otras afecciones de salud, como la diabetes o la artritis.
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Trabajar con un especialista en dolor
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Otros tratamientos como yoga, atención consciente y meditación

#### Factores que podrían aumentar su riesgo

Hable con su proveedor que le receta si usted:

- Tiene apnea del sueño o ronca
- Está embarazada
- Toma otros medicamentos (hable sobre *todo* lo que está tomando con el proveedor)
- Tiene problemas con la depresión, la ansiedad u otra afección de salud mental.
- Ha intentado suicidarse
- Tiene otras condiciones de salud, como enfermedad pulmonar, del corazón u obesidad.
- Ha usado indebidamente, usado en exceso, abusado o ha sido adicto a cualquier sustancia, como el alcohol o los opioides
- Usa (o ha usado) tabaco o drogas ilegales (callejeras)
- Alguna vez ha tenido sobredosis de cualquier medicamento, incluyendo los opioides
- Ha utilizado naloxona para revertir una sobredosis
- Tiene un familiar que usa indebidamente los medicamentos recetados, las drogas callejeras o el alcohol
- Bebe alcohol mientras toma opioides

## ¿Cuáles son los riesgos de los opioides?

Los riesgos relacionados con el consumo de opioides incluyen:

- **Disminución de la respiración** (depresión respiratoria) puede causar muerte súbita. Este es el riesgo más grave. Esto es verdad para todas las personas, pero es aún más común en las personas obesas o que tienen apnea del sueño o enfermedad pulmonar.
- **Sobredosis**, que puede amenazar la vida.
- **Hiperalgnesia**, que quiere decir volverse más sensible al dolor con el tiempo.
- **Tolerancia**, que significa que necesita más y más del medicamento para obtener el mismo nivel de control del dolor.
- **Dependencia física**, que significa tener síntomas de abstinencia cuando deja de tomar opioides.
- **Uso indebido**, que significa tomar opioides por motivos diferentes del dolor o tomar más de lo recetado.
- **Adicción**, que es una enfermedad que lo lleva a tener ansias de consumir opioides (usarlos en forma compulsiva) aunque le puedan estar haciendo daño.

### Los riesgos relacionados con otras condiciones de salud conllevan un mayor riesgo de:

- Contraer infecciones.
- Contraer neumonía.
- Desarrollar apnea del sueño o que esta condición empeore.
- Tener complicaciones durante el embarazo que le podrían hacer daño a usted y a su bebé. Asegúrese de hablar con su obstetra o ginecólogo, su médico de cabecera o su médico especialista en control del dolor si queda embarazada o simplemente está pensando en quedar embarazada mientras toma opioides.

Los riesgos y efectos secundarios de los medicamentos opioides pueden ser mayores cuando:

- Se está ajustando la dosis del medicamento opioide
- Se está cambiando de un opioide a otro

## ¿Cuáles son los efectos secundarios de los opioides?

Si en cualquier momento siente que los efectos secundarios superan los beneficios, o que los opioides no están controlando su dolor lo suficientemente bien, hable con su proveedor.

Los efectos secundarios físicos incluyen:

- Estreñimiento (pregúntele a su médico o farmacéutico cómo tratar esto)
- Somnolencia, cansancio o mareo
- Dificultad para dormir (insomnio)
- Náuseas, vómitos o boca seca
- Comezón o transpiración
- Dificultad para orinar (hacer pipí)
- Reacciones más lentas (físicas y mentales) que pueden reducir el nivel de alerta o del juicio y causar accidentes como estrellarse o sufrir caídas o lesiones en el trabajo
- Empeoramiento del dolor con el tiempo
- Niveles bajos de testosterona (una hormona), que puede causar:
  - Adelgazamiento de los huesos (osteoporosis) y un mayor riesgo de fracturas, aumento de peso, pérdida de la fuerza muscular y pérdida del cabello
  - Menor impulso sexual, energía o fuerza. En los hombres, esto puede causar dificultad para tener y mantener una erección. En las mujeres, puede causar sequedad vaginal.
- Disminución del cortisol (una hormona), que puede tener un impacto sobre la capacidad de su cuerpo para responder al estrés y recuperarse de una infección
- Debilidad
- Dolores de cabeza
- Convulsiones
- Cólicos abdominales
- Falta de ciclos menstruales
- Sofoco
- Alteración del gusto, la visión, la frecuencia cardíaca o la presión arterial
- Temblores, contracciones o movimientos espasmódicos súbitos

Los efectos secundarios mentales y emocionales incluyen:

- Cambio en el estado mental (confusión, desorientación)
- Depresión y ansiedad
- Subidas o bajadas emocionales

## ¿Y qué ocurre con la abstinencia?

Si deja de tomar medicamentos opioides súbitamente, puede tener síntomas de abstinencia. Para la mayoría de las personas, esto puede ser muy desagradable pero no es peligroso. Sin embargo, la abstinencia puede poner en peligro la vida de las personas que tienen mala salud o de los bebés recién nacidos de una madre que toma opioides.

La duración de la abstinencia varía de una persona a otra. Los síntomas pueden incluir náuseas, vómitos, deshidratación, calambres, diarrea, dolor corporal, fiebre, estornudos, aumento del dolor, inquietud, irritabilidad, bostezos, goteo nasal, escalofríos, latidos cardíacos rápidos, aumento de la presión arterial, debilidad y transpiración.

Si está pasando por una abstinencia, asegúrese de llamar a su médico y tomar mucha agua.

### Para prevenir la abstinencia, asegúrese de:

- No dejar de tomar los medicamentos opioides súbitamente a menos que haya hablado de esto anteriormente con el proveedor que se los recetó.
- Evitar que se le acaben los medicamentos antes de tiempo. No tomar más de lo que se le recetó. No suministrar sus medicamentos a otras personas.
- Reabastecer su medicamento recetado a tiempo.  
**Nota:** debe pedir su reabastecimiento dentro del horario de atención normal. Por lo general, se requieren de 2 a 3 días hábiles para cumplir una solicitud de reabastecimiento. Los médicos de turno, por lo general, no entregan reabastecimientos.

## ¿Cómo disminuyo mi riesgo?

Por lo general, el uso de opioides recetados se inicia en forma de prueba. Esto les permite a usted y al proveedor evaluar el alivio del dolor, los efectos secundarios, la calidad de vida y la función antes de decidir si debe continuar o no con los opioides.

### Antes de empezar a tomar opioides:

- **Hable con su proveedor acerca de sus metas personales** para reducir su dolor y mejorar su funcionamiento. Juntos, decidirán si el medicamento está ayudando o si en su caso sería mejor recurrir a otros tratamientos.
- **Dé a su proveedor una lista de todo lo que utiliza** incluyendo medicamentos recetados, inhaladores, medicamentos sin receta médica, vitaminas, parches, remedios de hierbas, así como marihuana y otras drogas.

- **Cuéntele a su proveedor si tiene señales de apnea del sueño.** Estas incluyen roncar más alto de lo que habla, cansancio durante el día o quedarse dormido mientras conduce. Pídale a su familia o amigos que le cuenten si usted deja de respirar por más de unos segundos cuando está durmiendo. La apnea del sueño aumenta su riesgo de sobredosis o de muerte.
- **Hable con su proveedor y su farmacéutico acerca de su receta de opioides.** Haga preguntas. Asegúrese de entender lo que está tomando, por qué lo está tomando y cómo lo debe tomar.
- **Pregúntele a su proveedor acerca de la naloxona.** Este medicamento, de acción rápida le puede salvar la vida si toma demasiada cantidad de opioide. **Nota:** no todas las sobredosis ocurren por uso excesivo o uso indebido. Una sobredosis puede ocurrir por una interacción con otro medicamento o por cambios en su cuerpo.

### Cuando esté tomando un medicamento opioide:

- **Haga un seguimiento de cuándo tomó la última dosis.** Es fácil olvidar cuándo tomó su última dosis, ya que los medicamentos opioides pueden aumentar la confusión. Mantenga un registro escrito donde usted lo pueda ver. Si tiene dificultad para pensar o tiene demencia, pida que alguien le ayude a controlar su medicamento opioide.
- **Cuénteles a las personas con las que vive que está tomando un medicamento que le puede afectar la respiración.** Cuénteles a alguna persona en quien confía cómo reconocer una sobredosis y cómo utilizar la naloxona para salvar su vida, de ser necesario. Pídale a su proveedor el folleto **Naloxona para la sobredosis de opioides**, que explica qué debe hacer.
- **Nunca tome más medicamentos opioides de lo recetado.** Aun si se siente peor, **nunca** tome una dosis más alta. **Nunca** tome el medicamento con mayor frecuencia. Podría morir.
- **No aplaste, no mastique ni altere el medicamento de cualquier forma,** a menos que su proveedor le diga que lo haga. Alterar el medicamento puede aumentar su riesgo de muerte.



- **Cuéntele a su proveedor si está tomando medicamentos para dormir** (como Ambien) o medicamentos para la ansiedad, como diazepam (Valium) o alprazolam (Xanax). Estos pueden aumentar su riesgo de disminución de la respiración y de muerte súbita cuando se toman junto con los opioides. **Esto es cierto aún si su proveedor de atención médica le ha dado permiso de tomarlos.**
- **NUNCA tome alcohol o drogas ilegales** mientras esté tomando opioides. Estos aumentan su riesgo de disminución de la respiración y de muerte súbita.
- **No conduzca un automóvil ni opere maquinaria peligrosa** hasta que sepa cómo le afectan los medicamentos. Los opioides pueden disminuir su reflejos y afectar su juicio, y usted puede no darse cuenta. Podría hacerse daño usted mismo o hacer daño a otros, y le podrían formular cargos por manejar bajo la influencia de estas sustancias.
- **Mantenga los medicamentos en un frasco que tenga la etiqueta apropiada.** La etiqueta le da la información que necesita, y el frasco protege las píldoras de la luz. En algunos casos, puede no ser buena idea llevar con usted todas sus píldoras al mismo tiempo. Puede pedirle al farmacéutico que las ponga en frascos más pequeños, con la etiqueta apropiada.
- **Obtenga sus recetas de opioides de un solo proveedor de atención médica y de una farmacia.** En una situación inusual en la que tenga que ir a un médico diferente, informe de inmediato al proveedor original que los recetó. Nunca obtenga medicamentos opioides de personas diferentes de un proveedor de atención médica.
- **Control del estreñimiento causado por los opioides.** Manténgase físicamente activo y tome bastante agua. Si tiene estreñimiento, infórmele a su proveedor de atención médica.
- **Si le tienen que hacer cirugía, infórmele a su proveedor que le receta los opioides.** Puede que le digan que suspenda o disminuya los opioides que está tomando en las semanas previas a la cirugía. Esto puede ayudar a controlar su dolor después de la cirugía. Pregunte antes y después de la cirugía acerca del plan para el control del dolor y asegúrese de tener buenas instrucciones.

## Cómo puedo prevenir una sobredosis en otros:

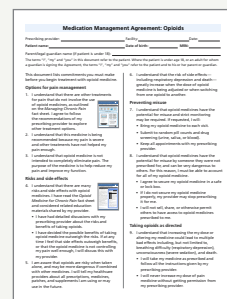
Proteja a los que le rodean de la siguiente manera:

- **Guarde sus medicamentos opioides bajo llave en un lugar seguro.** No los mantenga en sitios abiertos donde otros los puedan encontrar. Los niños y las mascotas pueden morir fácilmente si toman su medicamento opioide.
- **No venda ni comparta su analgésico** con ninguna persona, aun si esta tiene dolor. Vender o compartir el medicamento opioide es peligroso e ilegal.
- **Deseche los medicamentos sobrantes en un centro de acopio para drogas,** como en una farmacia comunitaria de Intermountain Healthcare. También puede encontrar sitios para dejar sus medicamentos en [useonlyasdirected.org](http://useonlyasdirected.org). Las píldoras no utilizadas pueden tentar a otros, lo que puede llevar al uso indebido.

### Trabajar juntos para disminuir su riesgo

Si decide probar el uso de medicamentos opioides para su dolor, usted y sus proveedores de atención médica deben trabajar juntos para disminuir su riesgo.

- **Sus proveedores de atención médica pueden pedirle que los consulte más a menudo para ver cómo le está afectando el medicamento.** Ellos pueden hacer evaluaciones de salud adicionales así como pruebas de detección.
- **Usted deberá firmar un documento que detalla sus responsabilidades y compromisos mientras toma opioides.** Este se llama Acuerdo para el control de medicamentos (MMA, por sus siglas en inglés).



Intermountain Healthcare cumple con las leyes federales de derechos civiles aplicables y no discrimina por motivos de raza, color, nacionalidad, edad, discapacidad o sexo. Se proveen servicios de interpretación gratis. Hable con un empleado para solicitarlo.

© 2014–2018 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 atención médica. Hay más información disponible en [intermountainhealthcare.org](http://intermountainhealthcare.org). Patient and Provider Publications FS0525-05/18 (Last reviewed - 03/18) (Spanish translation 05/18 by inWhatLanguage)