

Datos sobre Analgésicos Opioides

- Los opioides con receta conllevan serios riesgos con el uso a largo plazo
- La sobredosis de opioides puede resultar en respiración disminuida y muerte súbita
- Los medicamentos opioides con receta, incluso cuando tomados como indicado, pueden causar efectos secundarios como náusea, vómito, estreñimiento, confusión, somnolencia, depresión y mareo
- Puedes desarrollar tolerancia cuanto tomas píldoras opioides, lo que significa que puedes necesitar más píldoras para el mismo alivio del dolor
- Puedes tornarte físicamente dependiente de píldoras opioides, lo que significa que tendrás síntomas de síndrome de abstinencia si dejas de tomarlas

Corres más riesgo de sufrir efectos secundarios de píldoras opioides si tienes más de 65 años y tienes:

- Historial de mal uso de medicamentos, trastorno de uso de sustancias o sobredosis
- Condiciones relacionadas a la salud mental como depresión o ansiedad
- Pérdida de memoria o demencia
- Dificultad para caminar o has experimentado caídas o mareos
- Apnea del sueño

Evita tomar alcohol si estas tomando opioides. Salvo indicación de tu médico, deberías evitar los siguientes medicamentos mientras tomes píldoras opioides:

- Benzodiazepinas (como Xanax, Lorazepam, o Valium)
- Relajantes musculares (como Soma o Flexeril)
- Hipnóticos (como Ambien o Lunesta)
- Otros opioides con receta

Existen Otros medicamentos y terapias que pueden ayudarte a manejar tu dolor agudo o crónico como:

- Tylenol, Ibuprofen, y Aleve
- Algunos medicamentos utilizados para depresión o crisis epilépticas (como Gabapentin o Lyrica)
- Terapia física, Yoga, Tai Chi, ejercicio o meditación de atención plena.
- Terapia cognitiva-conductual - donde aprendes a cambiar los desencadenantes físicos, conductuales y emocionales del dolor y el estrés

Mientras estés tomando píldoras opioides para el dolor agudo o crónico, pon atención a lo siguiente:

- Nunca tomes opioides en mayor cantidad o con más frecuencia de lo indicado
- Asegúrate de saber el nombre tu medicamento y cada cuanto lo tomas
- Haz seguimiento con tu médico sobre el manejo de tu dolor
- Nunca vendas o compartas tus píldoras opioides
- Nunca uses las píldoras opioides de otra persona
- Almacena tus píldoras opioides en un lugar seguro, bajo llave y fuera del alcance de otros
- Desecha las píldoras sin usar en los buzones de recolección de medicamentos o llévalas a tu farmacia local
- Si tomas píldoras opioides, hazlo únicamente como indicado y pregunta a tu doctor o farmacéutico local sobre Naloxona para uso en caso de sobredosis.

