

Opioides



¿Qué son los opioides y cómo afectan al cuerpo?

Los opioides son un tipo de fármaco utilizado para controlar/reducir el dolor causado por una cirugía, lesión o enfermedad. Quienes toman opioides pueden sentirse relajados y felices pero también pueden experimentar somnolencia, confusión, náuseas, estreñimiento y respiración lenta. Los tipos de opioides recetados más comunes son oxicodona (OxyContin), hidrocodona (Vicodin), morfina y metadona. Todos los opioides tienen el riesgo de causar adicción. El fentanilo es un opioide sintético que calma el dolor y que tiene los mismos riesgos y efectos secundarios de otros opioides.

El uso indebido de medicamentos ocurre cuando el medicamento recetado se usa de una forma distinta para el cual fue creado.

El abuso de medicamentos ocurre cuando la medicina de venta libre se usa de forma distinta a la indicada o para obtener las experiencias o los sentimientos que se producen al usarlos.

El consumo excesivo de opioides puede traer riesgos graves para la salud

Se ha demostrado que los opioides afectan al cuerpo de diferentes formas:

SISTEMA NERVIOSO

Sensaciones de dolor

SISTEMA RESPIRATORIO

Respiración lenta y cuando se consume en exceso puede causar la muerte por paro respiratorio

SISTEMA CIRCULATORIO

Función cardíaca disminuida

SISTEMA DIGESTIVO

Estreñimiento grave y obstrucción intestinal

SISTEMA ESQUELÉTICO

Adelgazamiento del hueso

Algunas razones por las que los opioides se usan indebidamente



Mayor riesgo de lesiones en el trabajo

El trabajo agrícola es uno de los más peligrosos. Los trabajadores corren el riesgo de sufrir lesiones que pueden o no provocar la muerte, incluyendo las lesiones ergonómicas por movimientos repetitivos.



Evitar cuidados de salud / Automedicarse

Si alguien sufre una **lesión o tiene dolor, pero no busca servicios médicos**, es más probable que se automedique y que abuse de los opioides para reducir o controlar el dolor.



Prescripción excesiva de opioides

Es posible que se receten opioides **por un período más largo al necesario para que la persona se recupere**, aun existiendo otra forma de tratamiento. Esto puede llevar al uso indebido del medicamento o al consumo compartido del mismo con otra persona.

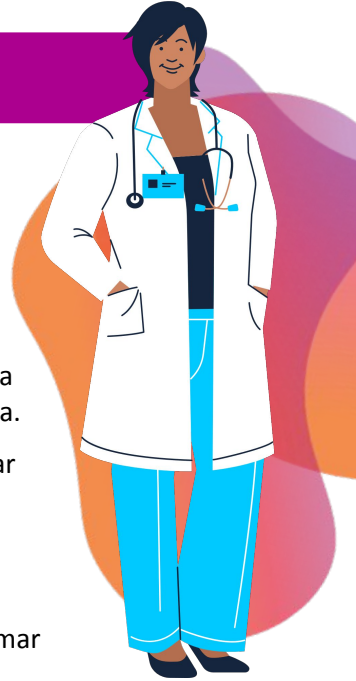


Alternativas a los opioides para controlar el dolor

Existen tratamientos sin opioides que pueden ayudar a las personas con su dolor crónico a largo plazo. Algunos analgésicos comunes que se pueden comprar sin receta pueden aliviar muchos tipos de dolor. Los proveedores de salud también pueden recetar otros tipos de medicamentos diferentes a los opioides para el tratamiento del dolor crónico. Además, hay distintos tipos de terapias y ejercicios que pueden ayudar. El proveedor de salud puede apoyar a los pacientes para que elijan el mejor tratamiento.

Preparándose para la cita con el doctor

- Trabaje con su proveedor de salud para establecer un plan realista para manejar el dolor y para establecer objetivos claros para realizar sus actividades diarias.
- Dígame a su proveedor de salud si ha tomado opioides en el pasado. Esto ayudará al proveedor de salud a determinar la dosis adecuada y reducir los síntomas de abstinencia.
- Pregunte si hay alternativas: acetaminofén (Tylenol) e ibuprofeno (Advil o Motril) para tratar el dolor leve o moderado sin necesidad de empezar a tomar opioides, o un parche de lidocaína para el dolor en un lugar específico del cuerpo y que puede aplicarse directamente en la zona afectada.
- Pregúntele al proveedor de salud por cuánto tiempo debe tomar opioides y cuándo puede probar otras alternativas.
- Busque y dése cuenta en qué casos los opioides no son útiles. Por ejemplo, los opioides no funcionan en las enfermedades crónicas como la fibromialgia o las migrañas recurrentes.
- Regrese con el proveedor de salud en 1 a 4 semanas para evaluar cómo se siente si empezó a tomar un medicamento que tiene opioides o si cambió la dosis.



Para más información

- Línea de ayuda nacional de SAMHSA: 1-800-662-HELP
- Localizador de servicios para el tratamiento de salud mental de SAMHSA: <https://findtreatment.samhsa.gov/>
- Recursos de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades:
 - Información para pacientes: <https://www.cdc.gov/opioids/patients/es/index.html>
 - Conozca sus opciones: <https://www.cdc.gov/opioids/patients/es/options.html>
 - Lo que usted debe saber sobre el tratamiento y la recuperación: https://www.cdc.gov/rxawareness/pdf/factsheets/Treatment-and-Recovery-Fact-Sheet_Spanish_Release_508.pdf
 - Actúe para prevenir la adicción: https://www.cdc.gov/rxawareness/pdf/factsheets/Prevent-Addiction-Fact-Sheet_Spanish-Release_508.pdf



www.migrantclinician.org



www.mhpsalud.org



www.farmworkerjustice.org