

# 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](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](https://www.cdc.gov/rxawareness/pdf/factsheets/Prevent-Addiction-Fact-Sheet_Spanish-Release_508.pdf)



[www.migrantclinician.org](http://www.migrantclinician.org)



[www.mhpsalud.org](http://www.mhpsalud.org)



[www.farmworkerjustice.org](http://www.farmworkerjustice.org)



<https://outreach-partners.org/>