

# EPIDEMIA de opiáceos de Indiana:

## lo que necesita saber



### ■ ¿Qué es un opiáceo?

Los opiáceos son narcóticos que comúnmente se conocen como “analgésicos”. Quizá los conozca por marcas como Vicodin o Percocet. También se incluyen medicamentos como la codeína, la morfina y el fentanilo, entre otros.

### ■ ¿Por qué se usan?

Se usan para aliviar muchos tipos de dolor. Si se los usa correctamente, pueden calmar el dolor después de una cirugía o el dolor relacionado con enfermedades graves, como el cáncer en estadio avanzado.

### ■ ¿Qué otras maneras de tratar el dolor existen?

Según investigaciones, actividades como el yoga, las técnicas de relajación o meditación, la acupuntura y los masajes han sido efectivas en el tratamiento de condiciones de dolor, como la fibromialgia, el dolor de espalda o cuello, la artritis reumatoidea y el dolor de cabeza.

### ■ Si me recetan un opiáceo, ¿por cuánto tiempo debo tomarlo?

Desde el 1.º de julio de 2017, la ley de Indiana exige que haya un límite de SIETE días en las recetas de opiáceos si el paciente recibe el medicamento por primera vez. De acuerdo con investigaciones, después de una cirugía, los pacientes generalmente no necesitan un medicamento opiáceo por más de siete días. Si aún no se puede controlar el dolor, los adultos pueden recibir un surtido de siete días adicionales del medicamento. Pueden hacerse excepciones en el caso de condiciones crónicas o terminales. Siempre debe tomar estos analgésicos durante el menor tiempo posible y únicamente cuando no funcionen otros métodos de manejo del dolor.

### ■ ¿Cuáles son algunos efectos secundarios del consumo de opiáceos?

El consumo de opiáceos a corto o a largo plazo puede causar sueño, confusión, constipación y malestar estomacal. Esto ocurre más cuanto más tiempo consuma los opiáceos o cuanto mayor sea la dosis. El consumo a largo plazo puede provocar dependencia.

### ■ ¿Qué medicamentos no debo tomar si me recetan opiáceos?

La combinación de opiáceos con otros medicamentos como las benzodiazepinas, también llamadas “benzos”, y medicamentos como Ativan puede tener resultados peligrosos. Nunca deben combinarse estos medicamentos.

### ■ ¿Cómo puedo prevenir la adicción a los opiáceos?

Antes de usar un opiáceo para manejar el dolor, asegúrese de que usted y su médico hayan probado primero todos los demás métodos de manejo del dolor. Está predispuesto a usar métodos alternativos para tratar el dolor. Si necesita opiáceos, lo mejor es limitar el consumo a no más de siete días. Usar estos medicamentos por más de 30 días puede provocar adicción y dependencia. Debe seguir la regla “bajo y lento”, es decir, comenzar con la dosis más baja y usarlo con la menor frecuencia posible. Tomar estas medidas le ayudará a prevenir la adicción a los medicamentos opiáceos.

Si enfrenta dificultades y necesita apoyo, envíe un mensaje de texto a **MHS al 741741.**

Es gratis, anónimo y está disponible las 24 horas del día, los 7 días de la semana. Usted no está solo.



¿LO SABÍA?

**4 DE CADA 5**

consumidores de heroína dijeron que empezaron por usar indebidamente los medicamentos recetados.

La **SOBREDOSIS DE DROGA** es la causa principal de muertes accidentales en los Estados Unidos, y la adicción a los opiáceos impulsa esta epidemia.