

# EPIDEMIA

## de opiáceos en Indiana

### Lo que necesita saber.



#### ■ ¿Qué es un opiáceo?

Los opiáceos son narcóticos comúnmente conocidos como “calmantes”. Es posible que los conozca por nombres tales como Vicodin o Percocet. También se incluyen medicamentos tales como la codeína, morfina, fentanilo y otros.

#### ■ ¿Por qué se usan?

Se usan para aliviar muchos tipos de dolores. Cuando se usan adecuadamente pueden ayudar a aliviar el dolor después de una operación y el dolor relacionado con enfermedades graves como el cáncer en etapa avanzada.

#### ■ ¿Cuáles son otras maneras de tratar el dolor?

Las investigaciones han demostrado que actividades como el yoga, las técnicas de meditación/relajación, acupuntura y masajes han sido efectivas para el tratamiento del dolor en padecimientos tales como la fibromialgia, el dolor de espalda/cuello, la artritis reumatoidea y los dolores de cabeza.

#### ■ Si me han recetado un opiáceo, ¿por cuánto tiempo lo debo tomar?

Desde julio de 2017, la ley de Indiana exige un límite de SIETE días de recetas de opiáceos si el paciente está recibiendo el medicamento por primera vez. Las investigaciones han mostrado que después de una operación, los pacientes a menudo no necesitan un medicamento opiáceo durante más de siete días. Si su dolor es aún inmanejable, los adultos pueden obtener una receta de siete días adicionales del medicamento. Para los padecimientos crónicos o del final de la vida, se pueden hacer excepciones. Siempre debe tomar estos calmantes durante el período más corto posible y solo cuando otros métodos para manejar el dolor no hayan brindado resultados.

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

El uso de opiáceos a corto o largo plazo pueden ocasionar somnolencia, confusión, estreñimiento y malestar estomacal. Esto ocurre con mayor frecuencia mientras más tiempo esté tomando los opiáceos o la dosis más alta. El uso a largo plazo puede ocasionar dependencia.

#### ■ ¿Qué medicamento debo evitar si me han recetado opiáceos?

Combinar opiáceos con otros medicamentos como benzodiazepams, también conocidos como “Benzos”, y medicamentos como Ativan pueden ocasionar resultados peligrosos. Estos medicamentos nunca se deben combinar.

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

Antes de usar un opiáceo para manejar el dolor, cerciórese de que usted y su médico hayan probado primero otros métodos de manejo del dolor. Considere utilizar métodos alternativos para tratar su dolor. Si necesita opiáceos, es mejor limitar su uso de opiáceos a no más de siete días. Utilizar estos medicamentos durante más de 30 días puede conducir a la adicción y dependencia. Debe usar la regla de poco y lento, lo cual significa comenzar con la dosis más baja y utilizarlo tan infrecuentemente como sea posible. Tomar estos pasos evitará la adicción a medicamentos opiáceos.



Si tiene dificultades y necesita apoyo, puede pasar 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.

¿SABÍA  
USTED?

4 de 5

usuarios de HEROÍNA comentaron que se iniciaron en el consumo por utilizar inadecuadamente sus medicamentos recetados.

LA DOSIS EXCESIVA DE MEDICAMENTOS es la causa principal de muerte accidental en EE. UU., y la adicción a los opiáceos impulsa esta epidemia.