



## Conoce tus opciones

Habla con tu médico sobre formas de controlar tu dolor que no involucren opioides recetados. Algunas de estas opciones pueden funcionar mejor y tener menos riesgos y efectos secundarios. Dependiendo del tipo de dolor que estés experimentando, las opciones pueden incluir:

- Mantenerte activo y limitar el reposo en cama.
- Acetaminofeno (Tylenol®) o ibuprofeno (Advil®).
- Terapia cognitivo-conductual: un enfoque psicológico orientado a objetivos en el que los pacientes aprenden a modificar los desencadenantes físicos, conductuales y emocionales del dolor y el estrés.
- Terapia de ejercicio, incluida la fisioterapia.
- Medicamentos para la depresión o las convulsiones.
- Terapias intervencionistas (inyecciones).
- Ejercicio y pérdida de peso.
- Otras terapias como la acupuntura y el masaje.



**Contáctanos:**  
787-765-2929  
Ext. 3125, 3777, 3778, 4434  
**Email:** [opioides@salud.pr.gov](mailto:opioides@salud.pr.gov)

**Referencia:**  
Centers for Disease Control and Prevention.  
(July 26, 2019). Information for Patients. <https://www.cdc.gov/drugoverdose/patients/index.html>

*Este folleto no pretende diagnosticar condición alguna de salud.  
El mismo es para uso informativo.*

DEPARTAMENTO DE  
**SALUD**



## PROGRAMA DE OPIOIDES

## Opioides recetados ¿Qué debes conocer?

**Secretaría Auxiliar de  
Planificación y Desarrollo**

DEPARTAMENTO DE  
**SALUD**





## Opioides recetados: ¿Qué debes conocer?

### Dolor crónico y Opioides

Vivir con dolor crónico puede ser devastador; y el manejo efectivo del dolor es importante para recuperar tu vida. Es esencial que tú y tu médico discutan las opciones de tratamiento, considerando cuidadosamente todos los riesgos y beneficios.

Algunos medicamentos, como los opioides recetados, pueden ayudar a aliviar el dolor a corto plazo; no obstante, conllevan riesgos graves y posibles complicaciones y deben recetarse y usarse con cuidado.

### Dolor crónico y Opioides

Los opioides recetados son medicamentos narcóticos muy poderosos para el dolor que los médicos recetan cuando sus pacientes sienten un dolor intenso a causa de una lesión deportiva, accidente, recuperación de una cirugía oral o mientras están en el hospital.

### Riesgos y Efectos Secundarios del uso de Opioides

Los opioides recetados conllevan serios riesgos de adicción, especialmente con el uso prolongado.

El uso de opioides recetados también puede tener una serie de efectos secundarios, incluso cuando se toman según las indicaciones.

Entre los efectos se encuentran:

- Náuseas, vómitos y boca seca
- Somnolencia y mareos
- Confusión
- Depresión
- Niveles bajos de testosterona que pueden reducir el deseo sexual, la energía y la fuerza
- Picazón y sudoración
- Tolerancia: lo que significa que es posible que necesite tomar más medicamento para el mismo alivio del dolor.
- Mayor sensibilidad al dolor y/o estreñimiento
- Dependencia física: lo que significa que tiene síntomas de abstinencia cuando se suspende un medicamento.

*Una sobredosis de opioides, a menudo marcada por una respiración lenta, puede causar la muerte súbita.*

### Tratamientos no opioides para dolor crónico

Los pacientes con dolor deben recibir un tratamiento que brinde el mayor beneficio. Los opioides no son la terapia de primera línea para el dolor crónico fuera del tratamiento activo contra el cáncer, los cuidados paliativos y la atención al final de la vida. La evidencia sugiere que los tratamientos no opioides, incluyendo los medicamentos no opioides y las terapias no farmacológicas, pueden proporcionar alivio a las personas que sufren dolor crónico y son más seguros.