Memorial Sloan Kettering Cancer Center

EDUCACIÓN PARA PACIENTES Y CUIDADORES

Uso seguro de opioides: Lo que necesita saber

En esta información se explica qué son los opioides y cómo tomarlos de forma segura.

¿Qué son los opioides?

Los opioides son analgésicos fuertes recetados para ayudar con el dolor moderado a intenso. También se llaman narcóticos Mientras que los opioides presentan algunos riesgos, pueden ayudarle a controlar el dolor. Es importante seguir las instrucciones de su proveedor de cuidados de la salud y los consejos que aparecen en este recurso cuando tome opioides.

Le pueden recetar opioides cuando otros medicamentos no le ayudan con su dolor o afectan su tratamiento contra el cáncer. Los opioides pueden ayudarle a controlar su dolor para que pueda realizar las actividades cotidianas y mejorar su calidad de vida.

Algunos opioides que se recetan habitualmente son los siguientes:

• Hydrocodone (Vicodin®) • Oxycodone (Percocet, Oxycontin®) • Tapentadol (Nucynta®) • Hydromorphone (Dilaudid®) • Morphine (Duramorph) • Parche de Fentanyl (Duragesic)	• Buprenorphine (Butrans®, Belbuca®) • Codeine (Codeine Sulfate) • Tramadol (Ultram®) • Methadone (Dolophine®) • Meperidine (Demerol®)

¿Qué es la epidemia de opioides?

La epidemia de opioides se refiere al aumento de la adicción a los opioides (el deseo intenso de usar una sustancia) y a las muertes relacionadas con el consumo de opioides. Esto se debe al abuso de opioides. El abuso de opioides sucede cuando:

- Toma sus opioides de manera diferente a lo que su proveedor de cuidados de la salud le indicó.
- Toma los opioides de otra persona.
- Toma opioides cuando no es necesario.

Puede controlar su dolor de manera segura con los opioides siguiendo las instrucciones de su proveedor de cuidados de la salud.

¿Cómo puedo tomar opioides de manera segura?

Puede tomar opioides de manera segura siguiendo estos consejos.

- **Tómelos según se los recetaron.** Siga las instrucciones de su proveedor de cuidados de la salud cuando tome opioides. No tome más opioides que los que le haya indicado el proveedor de cuidados de la salud.
- **Haga una lista de todos sus medicamentos.** Esa lista debería incluir todos los opioides, otros medicamentos y suplementos alimenticios (como hierbas, vitaminas o remedios caseros) que esté tomando. Anote los nombres, las dosis y la frecuencia con que los toma. Lleve esta lista a todas sus citas para que su equipo de atención pueda administrar de manera segura sus medicamentos.
- **No maneje mientras toma opioides.** Los opioides pueden hacer que esté menos alerta y le pueden causar somnolencia, lo cual puede provocar un accidente.
- **Evite consumir alcohol y usar drogas recreativas mientras toma opioides.** Consumir alcohol y usar drogas recreativas mientras toma opioides puede ocasionar efectos secundarios graves, como dificultad para respirar.
- **Guarde los opioides de forma segura.** Mantenga sus opioides en un lugar seguro, como un armario cerrado

con llave. Asegúrese de mantenerlos fuera del alcance de otros, incluso visitantes, niños, amigos, familia y mascotas.

- **Si no los necesita, no los guarde.** Deshágase de los opioides vencidos o sin uso cuando no los necesite más. Esto puede ayudarle a asegurarse de no tomar más de lo que necesita y reduce las posibilidades de que otra persona los tome. Para obtener más información, lea la sección llamada "¿Cómo puedo desechar los opioides en desuso?".
- **Solo tome los opioides que le hayan recetado.** No comparta sus opioides con otra persona ni tome los opioides de otra persona.
- **Hable con su proveedor de cuidados de la salud sobre cambiar su dosis.** Dejar de tomar opioides de repente puede causar efectos secundarios debido a la abstinencia del medicamento. Esto no quiere decir que usted sea adicto. Es una reacción normal cuando deja de tomar un medicamento demasiado rápido. Si quiere aumentar, reducir o dejar de tomar opioides, pregúntele a su proveedor de cuidados de la salud cómo hacerlo de forma segura.

Información sobre naloxone (Narcan®)

Si le recetan opioides, también le pueden recetar naloxone

(Narcan). Este medicamento de emergencia puede revertir o bloquear una sobredosis de opioides si toma más de los que le recetamos. Para obtener más información, lea *Información sobre naloxone (Narcan®)* (www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/about-naloxone-narcan). Si le dan naloxone, su proveedor de cuidados de la salud le mostrará cómo utilizarlo.

Siempre llame al 911 después de usar naloxone. Sus efectos solo duran de 30 a 90 minutos y es posible que necesite más atención médica.

Si no está seguro de si debe usar naloxone, llame al 911 y siga las instrucciones del operador.

Si tiene problemas para respirar o pierde el conocimiento, alguien debe llamar al 911 de inmediato.

¿Cuáles son los efectos secundarios más comunes de los opioides?

Mientras toma opioides, puede tener efectos secundarios. Los siguientes son efectos secundarios habituales, pero puede haber otros. Hable con su proveedor de cuidados de la salud si tiene alguna inquietud sobre los efectos secundarios. Los opioides pueden causar:

- Estreñimiento (defecar con menos frecuencia de lo

normal). Para obtener más información sobre cómo hacer frente al estreñimiento, lea *Cómo controlar el estreñimiento* (www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/constipation).

- Náuseas (sensación de que uno va a vomitar) o vómitos. Esto normalmente mejora en pocos días. Lea *Cómo controlar las náuseas y el vómito* (www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/nausea-and-vomiting).
- Somnolencia que interfiere con su vida cotidiana. Si esto no mejora en 3 a 5 días, llame a su proveedor de cuidados de la salud.

¿Por qué los efectos secundarios pueden ser más fuertes en adultos mayores?

- Los adultos mayores por lo general tienen más de 1 problema de salud para el que toman medicamentos. Esto aumenta las posibilidades de tener efectos secundarios de los distintos medicamentos.
- Si toma opioides, puede sentir somnolencia y tener un mayor riesgo de caerse. Caerse puede ser peligroso para los adultos mayores. Los adultos mayores deben tener cuidado mientras toman opioides. Es posible que deban usar algo para ayudarles a mantener el equilibrio, como un bastón. Para obtener más información, lea *Qué*

puede hacer para evitar caerse (www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/what-you-can-do-avoid-falling).

- La pérdida de memoria puede presentarse en adultos mayores. Para las personas con pérdida de memoria, tomar opioides puede llevar a lo siguiente:
  - Mayor confusión.
  - Somnolencia.
  - Alucinaciones (imagen, sonido, sabor o tacto que una persona cree que es real, pero no lo es).

Si experimenta alguno de estos efectos secundarios, hable con su proveedor de cuidados de la salud.

¿Cómo sabré si me estoy volviendo adicto a los opioides?

La adicción es la sensación de tener un deseo incontrolable de tomar opioides, incluso sin tener dolor.

Hable con su proveedor de cuidados de la salud si cree que puede tener riesgo de ser adicto. Algunos factores de riesgo habituales para la adicción incluyen lo siguiente:

- Tener antecedentes personales o familiares de abuso de sustancias.
- Tener 45 años o menos.

- Depresión (tener sentimientos intensos de tristeza).
- Ansiedad (tener sentimientos intensos de preocupación o miedo).

Si bien es poco común ver casos de adicción en personas con dolor relacionado con el tratamiento para el cáncer, esto es posible.

¿Dónde puedo obtener ayuda?

Si está preocupado sobre volverse adicto o tiene preguntas sobre el consumo de opioides, hable con su equipo de atención. Esto incluye a sus médicos, enfermeros, proveedores de práctica avanzada (APP) y trabajadores sociales. Ellos le pueden ayudar a obtener la atención que necesita.

En MSK, hablamos con todas las personas sobre el riesgo del abuso de opioides. Las personas que necesitan tratamiento para el abuso de opioides pueden obtener el apoyo que necesitan en MSK o en otros centros de tratamiento. Para obtener más información, visite los siguientes sitios web.

Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC)
www.cdc.gov/opioids
Visite el sitio web de los CDC para obtener más

información sobre los opioides.

Substance Abuse and Mental Health Services Administration (SAMHSA)
800-662-HELP (800-662-4357)
www.samhsa.gov/find-help/national-helpline
La línea de ayuda nacional de SAMHSA es un servicio telefónico gratuito y confidencial de referencia e información. Está dirigido a personas que enfrentan trastornos mentales o trastornos por el uso de sustancias y sus familias. La línea de ayuda funciona las 24 horas del día, los 7 días de la semana y está disponible en inglés y español. Llámelos o visite su sitio web para obtener más información.

¿Cómo puedo desechar los opioides en desuso?

Es importante deshacerse de los opioides vencidos o sin uso cuando no los necesite más. Esto le ayuda a asegurarse de no tomar más opioides de lo que necesita y reduce las posibilidades de que otra persona los tome.

Para desechar sus opioides de manera segura, estas son algunas opciones:

- Pregunte sobre eventos de devolución de fármacos recetados en los siguientes sitios:

    - Su farmacia local.
    - El coordinador de reciclado local que es responsable de los programas de reciclaje.
    - La oficina de gobierno de su ciudad o localidad.
    - El sitio web "Take Back Day" (Día de la devolución) de la Administración para el Control de Drogas (DEA) de los Estados Unidos (www.dea.gov/takebackday).
- Encuentre un lugar de eliminación pública de sustancias controladas en el sitio web de la División de Control de Desviaciones (Diversion Control Division) de la DEA (bit.ly/2TGiC86) o llame al 800-882-9539.
- Algunos opioides también pueden desecharse en el inodoro. Para saber si debe deshacerse de un medicamento por el inodoro, consulte la lista de la Administración de Medicamentos y Alimentos (FDA) de los Estados Unidos (bit.ly/2VigSCB).
- Lleve sus opioides no utilizados o vencidos al lugar de entrega de MSK, ubicado en:

    425 East 67th Street (entre las avenidas York y First)
    Haupt Pavilion, Room A105
    New York, NY 10065

Para obtener más información, lea *Cómo deshacerse de las medicinas no utilizadas* (www.mskcc.org/es/cancer-

care/patient-education/get-rid-of-unused-medicine).

¿De qué otras formas puedo hacerle frente al dolor por cáncer?

Hable con su equipo de atención sobre otras formas de hacer frente al dolor por cáncer que no incluyan opioides. Algunas de estas opciones pueden funcionar mejor para usted y tener menos riesgos y efectos secundarios. Otras opciones pueden ser:

- Tomar otros tipos de analgésicos. Por ejemplo, medicamentos sin receta, como acetaminophen (Tylenol®), ibuprofen (Advil®), o naproxen (Aleve®) u otros medicamentos con receta sin opioides. Recuerde decirle a su equipo de atención médica qué medicamentos está tomando, aun si son de venta libre.
- Someterse a un procedimiento de bloqueo nervioso. Esto evita que los nervios envíen mensajes de dolor al cerebro.
- Programar una cita con nuestro Servicio de Bienestar y Medicina Integral (Integrative Medicine and Wellness Service). Las terapias de medicina integral combinan tratamientos naturales, como acupuntura, masajes y yoga con un plan integral de manejo del dolor por cáncer. Para obtener más información, lea *Terapias de medicina integral y tratamiento contra el cáncer*

(www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/integrative-therapies-cancer-treatment) o llame al 646-449-1010.

- Fisioterapia y ejercicios. Pregunte a su proveedor de cuidados de la salud si la fisioterapia y los ejercicios pueden ayudarle a controlar su dolor por cáncer.

Si tiene preguntas o inquietudes, contáctese con su proveedor de cuidados de la salud. Un integrante de su equipo de atención le responderá de lunes a viernes de 9 a. m. a 5 p. m. Fuera de ese horario, puede dejar un mensaje o hablar con otro proveedor de MSK. Siempre hay un médico o un enfermero de guardia. Si no está seguro de cómo comunicarse con su proveedor de cuidados de la salud, llame al 212-639-2000.

Para obtener más recursos, visite www.mskcc.org/pe y busque en nuestra biblioteca virtual.

Todos los derechos son propiedad y se reservan a favor de Memorial Sloan Kettering Cancer Center