

**USTED** es el miembro más importante de su equipo de atención médica. Pregunte y obtenga **INFORMACIÓN** antes de tomar opioides para manejar su dolor.

## ¿QUÉ ES UN OPIOIDE?

Un opioide es un fuerte medicamento con receta para el dolor. Los posibles efectos secundarios incluyen náuseas, vómitos, somnolencia, mareo o estreñimiento.

### Los opioides de uso frecuente incluyen:

Nombre genérico	Nombre de marca
Codeína	Tylenol® #3* o #4*
Fentanilo	Duragesic®
Hidrocodona	Vicodin®, Norco®*
Hidromorфона	Dilaudid®
Metadona	Methadose®
Morfina	MS Contin®, Kadian
Oxicodona	Percocet®, OxyContin®
Oximorфона	Opana®
Tramadol	Ultram®, Ultracet®*

\* Contiene acetaminofén (Tylenol). Tenga cuidado si también está tomando acetaminofén aparte.

## ALMACENAMIENTO SEGURO Y DESECHO

**Guarde los opioides fuera de la vista y el alcance de los niños, adolescentes y mascotas**

- Guarde los opioides en áreas privadas y guarde sus píldoras bajo llave, si es posible.
- No guarde sus opioides en habitaciones comunes en la casa (como en el baño o la cocina) ni en la cartera.
- Lleve la cuenta de cuántas píldoras le quedan.

### Deseche todos los opioides no usados

- Use un buzón de medicamentos permanente. Para encontrar uno cerca de usted, visite: **Michigan-OPEN.org/takebackmap.**
- Entréguelos en una campaña comunitaria de recolección de medicamentos.
- Colóquelos en la basura de su casa como último recurso.
  - Mezcle los opioides (no los triture) con granos de café usados o con la arena para gatos en una bolsa plástica y tírela.
  - Tache la información personal de la etiqueta de la receta y deseche el envase original.

**NO deseche los opioides por el inodoro.**

## CONOZCA LOS HECHOS opioides y manejo del dolor



**Michigan-OPEN.org**

**OPEN**  
Evidence. Resources. Engagement.

*Michigan OPEN recibe financiamiento parcial del Departamento de Salud y Servicios Humanos de Michigan.*

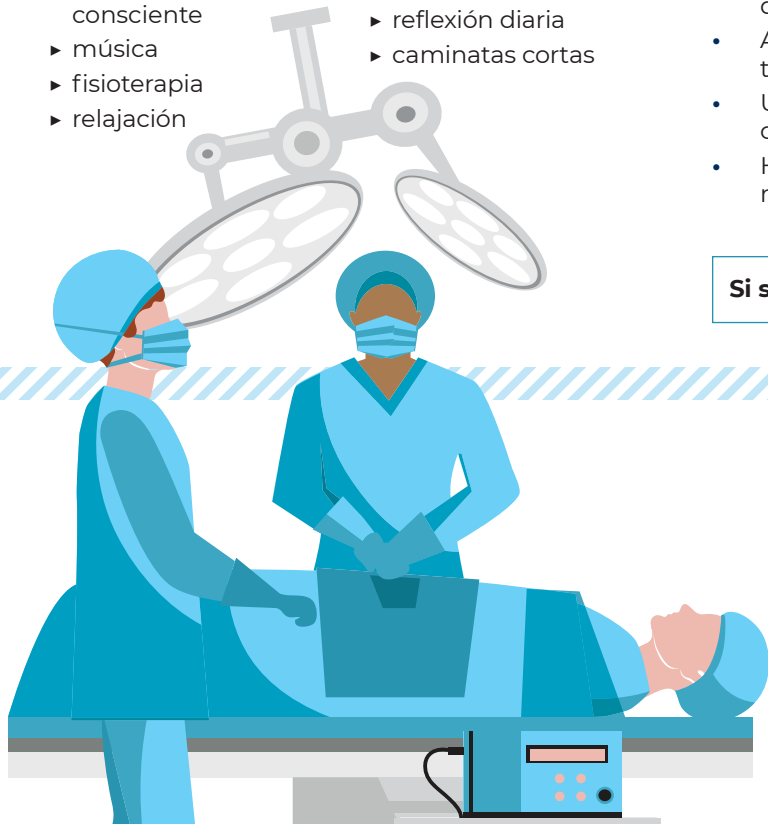
# CONOCIMIENTO DEL DOLOR DESPUÉS DE UNA OPERACIÓN

**EL OBJETIVO DEL MANEJO DEL DOLOR** es controlar el dolor lo suficiente para poder hacer lo necesario para curarse: caminar, comer, respirar profundamente y dormir.

## Expectativas del dolor

- Es normal sentir dolor después de una operación.
- El dolor por lo general es peor durante los primeros 2 a 3 días después de la operación.
- Podría controlar bien su dolor con un programa de medicamentos de venta libre.
- El medicamento para el dolor es solo una parte de su plan de manejo del dolor..
- Otras cosas que puede hacer para ayudar a manejar el dolor:

- ▶ respiración consciente
- ▶ música
- ▶ fisioterapia
- ▶ relajación
- ▶ meditación
- ▶ reflexión diaria
- ▶ caminatas cortas



# USO SEGURO DE OPIOIDES

## ANTES DE LA OPERACIÓN:

- Pregunte al cirujano si puede usar medicamentos de venta libre como acetaminofén (Tylenol®) o ibuprofeno (Motrin®, Advil®) antes de usar un opioide.
- Informe al cirujano si actualmente está tomando sedantes o benzodiazepinas (como Valium o Xanax).

## DESPUÉS DE LA OPERACIÓN:

- Si aún tiene mucho dolor después de tomar un medicamento de venta libre para el dolor, use el medicamento opioide que su médico le dio.
- NO combine los opioides con alcohol, benzodiazepinas (como Valium o Xanax), relajantes musculares u otros medicamentos que causan somnolencia.
- A medida que su dolor mejora, espere más tiempo entre una y otra dosis de opioides.
- Use los opioides solo para el dolor de la operación. No use los opioides por otro motivo.
- Hable con el cirujano si tiene problemas para manejar el dolor.

**Si su dolor es manejable, no use opioides.**

*Informe a su médico si está embarazada o planea quedar embarazada. Usar medicamentos opioides puede ocasionar daños al feto, incluyendo síndrome de abstinencia neonatal.*

# CONOZCA LOS RIESGOS

Tiene mayor riesgo de desarrollar una **DEPENDENCIA O ADICCIÓN** a los opioides si usted:

## TIENE ANTECEDENTES DE:

- Abuso de alcohol, medicamentos con receta o drogas recreacionales
- Uso de tabaco
- Depresión, ansiedad u otros trastornos del estado de ánimo
- Dolor durante períodos prolongados (crónico)

**TOMA OPIOIDES POR MÁS DE UNOS POCOS DÍAS**

**TOMA OPIOIDES CON MÁS FRECUENCIA DE LA QUE LE INDICÓ SU CIRUJANO**

Está en riesgo de sufrir una **SOBREDOSIS** si usted:

## TIENE ANTECEDENTES DE:

- Apnea del sueño
- Otros problemas de respiración

## COMBINA LOS OPIOIDES CON:

- Alcohol
- Benzodiazepinas (como Valium® o Xanax®)
- Relajantes musculares
- Cualquier medicamento que pueda ocasionar somnolencia
- Drogas recreacionales

**TOMA OPIOIDES CON MÁS FRECUENCIA DE LA QUE LE INDICÓ SU CIRUJANO**

**NO COMPARTA LOS OPIOIDES con otras personas. El cambio de uso previsto (compartir o vender) de opioides es un delito.**