

# Alameda Alliance for Health

## Guía de seguridad de opioides para pacientes y cuidadores



### Opioides que requieren receta médica: analgésicos

En Alameda Alliance for Health (Alliance), estamos aquí para ayudarle a hacerse cargo de su salud. Puede usar esta guía de seguridad para aprender más sobre cómo funcionan los opioides y cómo utilizarlos con precaución.

Por lo general, los opioides se utilizan para aliviar el dolor después de una cirugía o lesión, o para problemas graves de salud como el cáncer. Pueden ser una parte importante de su tratamiento. Sin embargo, también conllevan graves riesgos. Puede trabajar con su médico para asegurarse de obtener la atención más segura y efectiva.

#### Utilice los opioides con precaución



##### Tome el medicamento de manera segura.

No tome sus medicamentos con mayor frecuencia de la que le indica su médico.



##### Mantenga seguros a los demás.

Nunca comparta sus medicamentos. Guárdelos en un lugar seguro y fuera del alcance de los demás. Deshágase de manera segura de cualquier medicamento que no utilice en un sitio de entrega cercano a usted. Para encontrar un sitio de entrega, visite [acgov.org/medscoalition](https://www.acgov.org/medscoalition).



##### Conozca su medicamento.

Asegúrese de conocer el nombre de su medicamento y la frecuencia con la que debe tomarlo. Conozca los efectos secundarios y en qué casos debe llamar a su médico.



##### Precaución: Evite el alcohol, las drogas ilícitas y algunos otros medicamentos.

Hable con su médico o farmacéutico antes de tomar medicamentos como:

- benzodiazepinas (como Xanax, Ativan o Valium)
- relajantes musculares (como Soma o Flexeril)
- somníferos (como Ambien o Lunesta)
- otros opioides que requieren receta médica

#### Los efectos secundarios de los opioides pueden incluir:

- estreñimiento
- sensación de somnolencia, mareo o confusión
- náuseas, vómito y resequedad bucal
- tolerancia, que significa que no consigue el mismo alivio del dolor que alguna vez consiguió
- síntomas del síndrome de abstinencia, como ansiedad, molestia y dolores, y problemas estomacales

Continúa en la parte posterior →

## Los opioides causan adicción

### La sobredosis de opioides puede disminuir la respiración y provocar la muerte.

Si tiene sospechas de sobredosis, **llame al 911**. Si tiene naloxona, tómela, ya que puede tratar la sobredosis de opioides.

Los signos de sobredosis de opioides incluyen:

- sonidos de asfixia o gorgoteos
- quedarse dormido o perder la conciencia
- languidez corporal
- piel pálida, azulada o fría
- respiración poco profunda y lenta
- pupilas contraídas

Hable con su médico si tiene problemas para controlar su consumo. Si tiene alguna inquietud sobre algún problema de consumo de medicamentos, también puede llamar a estos números:

**Línea de ayuda de Atención en Casos de Crisis Aguda y Evaluación para Recibir Servicios dentro del Sistema (Acute Crisis Care and Evaluation for System-wide Services, ACCESS) de servicios de cuidado de la salud conductual del condado de Alameda**

(cuenta con servicio de interpretación)

Línea gratuita: **1.800.491.9099**

**Línea de ayuda nacional de la Administración de Servicios de Salud Mental y Abuso de Sustancias (Substance Abuse and Mental Health Services Administration, SAMHSA)** (inglés y español)

Línea gratuita: **1.800.662.4357**

## Hable con su médico



- Pida a su médico una receta médica de naloxona en caso de sobredosis. También puede comprarla en una farmacia sin receta médica.
- Creen un plan para manejar su dolor.
- Hablen sobre las formas de manejar su dolor sin opioides.
- Hablen de todas las inquietudes y efectos secundarios.

Contenido adaptado de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (Centers for Disease Control and Prevention, CDC) y la Agencia de Servicios de Cuidado de la Salud del Condado de Alameda [www.cdc.gov/drugoverdose](http://www.cdc.gov/drugoverdose)  
[www.acgov.org/health/documents/OpioidFactSheetfortheCommunity.pdf](http://www.acgov.org/health/documents/OpioidFactSheetfortheCommunity.pdf)

**¿Necesita más ayuda?** Llame a los Programas de Salud de Alliance

De lunes a viernes, de 8 a. m. a 5 p. m.

Número de teléfono: **1.510.747.4577**

Personas con problemas auditivos y del habla (CRS/TTY):

**711/1.800.735.2929**

[www.alamedaalliance.org](http://www.alamedaalliance.org)

ALAMEDA  
**Alliance**  
FOR HEALTH