
Opiáceos: Cuándo los necesita...y cuándo no.



Si acaba de someterse a una cirugía o padece un problema de salud, el dolor es un componente natural y esperado del proceso. Los analgésicos pueden ayudarle a funcionar mejor y soportar el nivel de dolor que padece, pero no lo aliviarán por completo.

Los opiáceos son analgésicos comunes. Estos pueden ayudarle si padece un dolor intenso de corto plazo, como el dolor posterior a la cirugía de un hueso fracturado. También pueden ayudarle a soportar el dolor si padece una enfermedad como el cáncer.

No obstante, los opiáceos son medicamentos fuertes y, por lo general, no son el mejor recurso para tratar el dolor de largo plazo, como en el caso de artritis, dolor lumbar o cefaleas frecuentes. Este tipo de dolor se denomina dolor “crónico”. Antes de tomar opiáceos para estos problemas, debe conversar sobre otras opciones con su proveedor de atención médica. Estos son los motivos:

Los profesionales de la salud recetan opiáceos con demasiada frecuencia.

El dolor crónico es uno de los motivos más comunes por los que las personas consultan a su proveedor de atención médica. Sin embargo, para la mayoría de los tipos de dolor crónico, los opiáceos se deben usar solo como un último recurso.

Los opiáceos comunes incluyen:

- Hidromorfona (Dilaudid®)
- Morfina (Kadian®, M-Eslon®, MS-Contin®, Statex®)
- Codeína (Tylenol No. 3®)
- Oxycodona (OxyNeo®, Percocet®)
- Tramadol (Ralivia®, Tridural®, Zytram®)

El consumo de corto plazo de estos medicamentos puede ayudar a aliviar el dolor. Sin embargo, no existe evidencia de que funcionen con eficacia con el transcurso del tiempo.



Los opiáceos plantean graves efectos secundarios y riesgos.

Con el transcurso del tiempo, el cuerpo se acostumbra a los opiáceos y estos pierden su eficacia. Para obtener el mismo nivel de alivio, usted necesita consumirlos en cada vez mayor cantidad. Esto se denomina “tolerancia”. Las dosis más altas pueden causar graves efectos secundarios:

- Náusea
- Vómitos
- Comezón
- Estreñimiento
- Incapacidad de orinar (vaciar la vejiga)
- Respiración más lenta, lo que puede resultar mortal
- Confusión y perturbación mental

Los opiáceos pueden ser adictivos. El consumo de largo plazo de opiáceos puede llevar a la “dependencia física”, es decir, si deja de tomarlos en forma abrupta, experimentará síntomas de abstinencia, como compulsiones intensas, sudoración, dolores musculares e insomnio. Las personas que consumen opiáceos en el largo plazo pueden volverse adictas, lo que a veces tiene consecuencias peligrosas. En 2017, 4000 canadienses fallecieron por sobredosis de opiáceos.

Existen otros tratamientos analgésicos que pueden funcionar mejor y plantear menos riesgos.

Los especialistas en analgésicos recomiendan probar primero otros tratamientos

- Medicamentos sin receta:
 - Acetaminofeno (Tylenol® y genérico)
 - Ibuprofeno (Advil®, Motrin IB® y genérico)
 - Naproxeno (Aleve® y genérico)
- Medicamentos de aplicación tópica no esteroides (NSAID):
 - Cremas térmicas
- Tratamientos no farmacológicos:
 - Ejercicio
 - Fisioterapia
 - Manipulación espinal
 - Masoterapia
 - Acupuntura
 - Terapia de comportamiento cognitivo
- Inyecciones (como esteroides)
- Otros medicamentos con receta (consulte sobre los riesgos y los efectos secundarios):
 - Medicamentos antiinflamatorios no esteroides (NSAID)
 - Medicamentos anticonvulsivos
 - Gabapentinoides
 - Antidepresivos
 - Cannabinoides

Acerca de Choosing Wisely Canada

Choosing Wisely Canada es el vocero nacional que promueve la reducción de exámenes y tratamientos innecesarios en el sector de cuidado de la salud. Una de sus funciones importantes es ayudar al personal clínico y a los pacientes a entablar conversaciones que les permitan tomar decisiones de cuidado sensatas y eficaces.

¿Cómo se elaboró este folleto?

Este folleto fue adaptado con permiso de un folleto similar utilizado en la campaña Choosing Wisely (Cómo tomar decisiones sensatas) de Estados Unidos, organizada por la ABIM Foundation y se realizaron modificaciones para que fuera relevante para un público canadiense. El revisor canadiense de este folleto fue la Dra. Tania Di Renna, Women's College Hospital, Toronto, ON, Canadá.

Este folleto fue elaborado para que usted lo use cuando converse con su proveedor de atención médica. No pretende sustituir el consejo ni el tratamiento médicos. Usted usa este folleto a su propio riesgo.

Ocasiones en que los opiáceos podrían ser lo indicado:

Usted padece cáncer con dolores intensos:

Los opiáceos pueden ser la opción correcta si el dolor preocupa más que la posibilidad de adicción y la necesidad de seguir aumentando la dosis.

Acaba de tener una cirugía:

De ser necesario, es posible que le receten opiáceos, pero no debe usarlos pasado el periodo inmediato después de la cirugía. Este periodo es usualmente de tres días o menos; rara vez es mayor de siete días.

Tiene dolor crónico:

Pregunte a su proveedor de atención de la salud acerca de las diferentes opciones para manejar el dolor, incluidas las alternativas no opiáceas o no medicamentosas antes de considerar una prescripción de opiáceos. Pregunte acerca de los riesgos y beneficios que tienen las opciones.

¿Qué debe hacer si su proveedor de atención médica le receta opiáceos?

Converse con él sobre los efectos secundarios y riesgos potenciales. Preste atención a la incidencia de efectos secundarios y las señales de adicción. Estas incluyen emotividad inusual o rabieta, compulsiones y toma de riesgos.