

# Los opioides y el dolor crónico

## ***Analgésicos narcóticos***

Los analgésicos narcóticos se llaman opioides, los cuales son los medicamentos más efectivos contra el dolor, pero también los que más se consumen en forma inapropiada. Hay una lista de fármacos usados comúnmente con nombres genéricos y de marca al final del folleto.

Todos los opioides tienen casi la misma capacidad para aliviar el dolor y los mismos problemas generales con los efectos colaterales, tolerancia y el potencial del consumo abusivo. Para utilizarlos efectivamente para aliviar el dolor, usted debe comprender algunas cosas sobre los analgésicos opioides.

## ***Los mitos sobre los medicamentos para el dolor***

### **Adicción**

El temor a la adicción es la razón principal por la cual la mayoría de las personas evitan utilizar los opioides para aliviar su dolor. La adicción es un uso compulsivo con cantidades crecientes de fármacos que continúa, a pesar de graves efectos adversos en la salud y el estilo de vida.

La adicción casi nunca se produce cuando los opioides son tomados del modo indicado para tratar el dolor crónico.

### **Tolerancia**

La tolerancia es la pérdida gradual tanto de los efectos benéficos como de los efectos colaterales de una medicina. La tolerancia se puede desarrollar con el consumo regular de un opioide.

**Los mitos sobre los medicamentos para el dolor (continuación)**

La tolerancia a los efectos colaterales, como la somnolencia producida con las dosis iniciales de opioides, es buena. A menudo, después de algunos días de uso, la somnolencia desaparecerá y le permitirá usar dosis aún más grandes de opioides para el dolor grave, sin sentirse muy somnoliento.

La tolerancia a los efectos benéficos, como la capacidad de aliviar el dolor, es un problema. Con el tiempo, el alivio del dolor producido por la cantidad de medicina que usted tomó al principio disminuirá progresivamente, pero nunca deberá desaparecer.

La tolerancia siempre se puede superar con más medicina. Si padece de dolor crónico, usted deberá encontrar un equilibrio entre el alivio del dolor, los costos y los efectos colaterales de mayores dosis.

La tolerancia nada tiene que ver con la adicción. Si su medicamento para el dolor deja de resultar, hable con su médico. Se podría deber a un cambio en su estado subyacente.

**Abstinencia**

La abstinencia es el desarrollo de ciertos síntomas predecibles cuando el uso del opioide se suspende muy rápidamente. Los síntomas de abstinencia incluyen las náuseas, sudores y ansiedad. La abstinencia nada tiene que ver con la adicción.

Usted puede evitar fácilmente la abstinencia reduciendo gradualmente la cantidad de opioides tomados hasta que puedan ser suspendidos sin causar síntomas.

**Cambios positivos**

Usted toma opioides para mejorar su dolor y su vida. Para la mayoría de las personas, esto significa reiniciar las actividades que fueron suspendidas por su enfermedad y su dolor.

**Cambios positivos (continuación)** Aproveche la oportunidad que el alivio del dolor le brinda para agregar algo positivo a su vida. Si toma opioides para eliminar su dolor sin mejorar su vida, las píldoras podrían convertirse en el centro de atención de ella y causarle más daño que beneficios.

Hable con su médico de cabecera sobre cuánto el opioide está ayudando a su carácter, funcionalidad y actitud. Si el opioide no lo está ayudando, hable con su doctor. Usted debe dejar de tomar un medicamento que solo está empeorando su vida.

**Tipos de opioides** Los opioides comunes pueden producir resultados a largo y a corto plazo. Véase la tabla al final del folleto para una lista de opioides de acción corta y de efecto prolongado.

#### **Opioides de acción corta**

La mayoría de los opioides en su forma usual son de acción corta; hacen efecto en media hora más o menos y alivian el dolor por unas cuatro horas.

Los opioides de acción corta, los cuales a menudo son combinados con un analgésico de venta libre como acetaminofeno (Tylenol), son buenos para ser utilizados antes de hacer algo que causa dolor usualmente.

El uso ocasional de los opioides de acción corta minimiza los efectos colaterales y es menos probable que cause tolerancia y síntomas de abstinencia.

#### **Opioides de efecto prolongado**

Los opioides de efecto prolongado se colocan en una tableta, cápsula o parche para la piel de liberación de tiempo especial. La medicina se libera gradualmente y da un nivel continuo de control del dolor por el tiempo efectivo específico del medicamento.

***Tipos de opioides (continuación)***

**Opioides de efecto prolongado (continuación)**

Las versiones orales, de efecto prolongado, se toman usualmente cada 8 a 24 horas, y el tipo del parche está diseñado para durar 3 días.

Las medicinas de efecto prolongado se usan cuando usted necesita controlar el dolor en todo momento, o al menor por un periodo más largo que las 4 horas del fármaco de acción corta.

Los opioides de efecto prolongado se pueden combinar con los medicamentos de acción corta para aumentar la eficacia del analgésico en momentos específicos del día, cuando un mejor control del dolor puede ayudarlo a funcionar mejor.

El uso continuo de opioides de efecto prolongado causará la tolerancia al medicamento.

***Efectos colaterales***

Los efectos colaterales de los opioides se deben prever y manejar activamente.

**Estreñimiento**

El efecto colateral más predecible del tratamiento con opioides es el estreñimiento. Si planea tomar opioides regularmente, comience un programa de evacuación intestinal cuando empiece a tomarlos y antes que usted se sienta estreñido.

Si empieza a estreñirse seriamente y siente dolor, usted podrá necesitar ayuda médica. Un programa de evacuación intestinal comienza usualmente bebiendo muchos líquidos y tomando un ablandador fecal o laxantes más fuertes.

**Efectos  
colaterales  
(continuación)**

Los otros efectos colaterales que podrá experimentar son los siguientes.

- Náuseas
- Función cerebral más lenta
- Fatiga
- Somnolencia

Estos efectos colaterales desaparecen usualmente en unos pocos días sin tratamiento. Sin embargo, usted deberá ser cuidadoso y pensar cómo evitar las caídas y los accidentes cuando la medicina lo está dejando “grogui”.

Si los efectos colaterales continúan, hable con su médico sobre otros opioides o pasos que puede seguir para minimizarlos.

**Visitas regulares  
al médico**

Usted tendrá que visitar a su médico regularmente mientras esté tomando los opioides para evaluar cuán efectivo el tratamiento es, comentar los efectos colaterales y ajustar sus medicinas.

No se olvide que lo que usted haga con su vida ahora que el dolor se ha mejorado determinará mayormente el éxito del manejo de su dolor.

**Tipos de opioides**

	Nombre genérico	Nombre de marca
<b>Acción corta</b>	morfina	MSIR, Roxanol
	oxicodona	OxyIR, Oxyfast, Endocodone
	oxicodona (con acetaminofeno)	Roxilox, Roxicet, Percocet, Tylox, Endocet
	hidrocodona (con acetaminofeno)	Vicodin, Lorcet, Lortab, Zydone, Hydrocet, Norco
	hidromorfona	Dilaudid, Hydrostat
<b>Efecto prolongado</b>	morfina	MSContin, Oramorph SR, Kadian, Avinza
	oxicodona	Oxycontin
	Fentanyl	Parche <i>Duragesic</i>

## **Glosario**

<b>Término</b>	<b>Definición</b>
<b>Acetaminofeno</b>	Un fármaco que reduce el dolor y la fiebre, pero no la inflamación.
<b>Analgesico</b>	Un medicamento que alivia el dolor.
<b>Analgesico narcótico</b>	Cualquiera de una cantidad de sustancias que tiene un efecto depresivo en el sistema nervioso.
<b>Opioide</b>	Un grupo de fármacos utilizados para tratar un dolor grave; pueden ser naturales, semisintéticos o sintéticos.