

# Cómo Elegir Sabiamente®

*Una iniciativa de la Fundación ABIM*

CR ConsumerReports™



American  
Urological  
Association



## El uso seguro de los opioides después de una cirugía

### Toma la dosis más baja y por el menos tiempo posible

**L**os opioides son medicamentos potentes que reducen el dolor, pero también también llevan a la adicción y a una sobredosis mortal si no se toman con cautela. Si necesitas opioides después de una operación, es importante hablar con tu médico sobre cómo usarlos de manera segura.

#### **Habla con tu médico antes de la operación.**

Si vas a tener cirugía urológica, como para el cáncer de próstata o para extraer un cálculo renal, vas a tener una consulta con tu médico antes de la operación. A veces le pueden llamar una consulta “preoperatoria”. Es cuando debes hablar con tu médico de cómo te vas a sentir después de la operación y si vas a necesitar un medicamento opiáceo para el dolor.

#### **Si tu médico te dice que los opioides no son necesarios.**

Si tu médico piensa que no tendrás mucho dolor después de la operación, tal vez necesites otro tipo de medicamentos para el dolor. Podría recomendarte analgésicos de venta libre como el acetaminofeno (Tylenol y genérico), ibuprofeno (Advil, Motrin IB y genérico) y naproxeno (Aleve y genérico).



#### **Si tu médico te dice que los opioides son necesarios.**

Si tu médico piensa que tendrás mucho dolor después de la cirugía, los opiáceos podrían ser la opción correcta. Los opiáceos incluyen la hidrocodona (Vicodin y genérica) y la oxycodona (OxyContin, Percocet y genérica). Estos medicamentos deben usarse únicamente para tratar el dolor extremo a corto plazo, como el tipo de dolor que podrías sentir después de una operación.

Durante tu consulta preoperatoria, también debes hablar con tu médico sobre todas las medicinas y suplementos que tomas y cuánto alcohol bebes. Esto permitirá asegurar que cualquier medicina para el dolor que tomes lo hagas de forma segura.

## Cómo tomar, guardar y desechar los opioides de manera segura.

Si tu médico te receta un medicamento opiáceo para el dolor, usa y maneja el medicamento de manera segura.

### No tomes más opioides de los que necesitas.

Comienza con la dosis más baja y prueba usarlos durante 3 días o menos. Deja de tomarlos en cuanto te sientas mejor, y no guardes los que te sobren. Los

opiáceos pueden pasar a ser menos eficaces con el tiempo, así que podrías necesitar dosis cada vez más altas para aliviar el dolor.



### Mantén los opioides fuera del alcance de todos.

Debido al riesgo de adicción y sobredosis, no es suficiente usar frascos a prueba de niños y ponerlos donde los niños no puedan alcanzarlos. En vez de eso, guarda los medicamentos recetados para el dolor en un armario o contenedor bajo llave. No pongas las píldoras sueltas en bolsas o envases en tu bolso, equipaje o cajones.

**Desecha adecuadamente los opioides que te sobren.** No tires los opiáceos en la basura ni los eches por el inodoro. Muchas farmacias, hospitales, clínicas y centros de atención a largo plazo te reciben los medicamentos sobrantes gratis sin una cita. Las tiendas Walgreens en la mayoría de los estados ofrecen cajas gratis, seguras y anónimas en donde puedes dejar medicinas en píldora o líquido para su desecho seguro. También puedes comprar un sobre especial en tiendas como Costco, CVS y Rite-Aid, que puedes usar para enviar por correo postal la medicina que te sobre a un lugar de desechos.

Para otras opciones de desecho, llama al **800-882-9539** o visita <https://takebackday.dea.gov>.

### Adhiérete a la dosis más baja.

Si necesitas opioides, tu médico debe recetarte la dosis más baja posible. A menudo, 3 días o menos serán suficientes, y más de 7 días se necesitan solo rara vez para procedimientos urológicos. Según los Centros para el Control y la Prevención de las Enfermedades, tomar opiáceos durante más de 3 días aumentará tu riesgo de adicción. Si todavía sientes dolor después de 3 días, usa medicamentos de venta libre según lo recomiende tu médico. Tu médico o farmacéutico puede ayudarte a que tomes esos medicamentos de manera segura. Además, te podrían sugerir cómo aliviar el dolor sin medicinas, como la terapia a base de calor o frío.

### Conoce los riesgos y los efectos secundarios.

- El riesgo de tener una sobredosis de opiáceos es alto porque la cantidad que puede causar una sobredosis no es mucho más alta que la cantidad usada para tratar el dolor.
- El riesgo de adicción es bajo, pero puede pasarle a cualquiera. Pregúntale a tu médico sobre este riesgo.
- Los posibles efectos secundarios de los opiáceos incluyen cólicos abdominales, estreñimiento, dolores de cabeza, náuseas, somnolencia, vómitos y una sensación de confusión.

### No tomes opioides para el dolor a largo plazo.

Los urólogos también tratan a las personas que tienen afecciones dolorosas que no requieren cirugía, como cálculos renales recurrentes. No deben usarse los opiáceos para tratar afecciones que ocasionan dolor a largo plazo. Si consultas a un urólogo para estas afecciones, pregunta sobre otras formas de controlar tu dolor.

Además, puedes pedirle que te recomiende a un especialista en el control del dolor.

Este informe es para que lo uses cuando hables con tu proveedor de atención médica. No debe usarse en vez de consejos o tratamientos médicos. Usa este informe a tu propio riesgo.

© 2017 Consumer Reports. Elaborado en cooperación con la Asociación Urológica Estadounidense. Esta colaboración no constituye un respaldo de la organización por Consumer Reports. Para obtener más información acerca de los términos y condiciones de uso, visita:

[ConsumerHealthChoices.org/about-us/](https://ConsumerHealthChoices.org/about-us/)