



Heroína, Fentanilo y Otros Opioides

Un recurso para las familias con un adolescente o un joven adulto que enfrenta el uso de opioides

**Partnership
to End Addiction**



Cover: Georgijevic via Getty Images
alodomurillo via Getty Image

Introducción

Provocada por drogas como la heroína, el fentanilo y el uso indebido de analgésicos de venta con receta, la epidemia de opiáceos en nuestro país ha afectado a innumerables familias.

Creamos esta guía porque queremos que familias como la suya sepan lo que son los opiáceos y entiendan los riesgos asociados a su uso. Queremos que estén preparados con el conocimiento y las habilidades para detectar tempranamente el uso y actuar.

Sabemos que si su hijo o hija está usando opioides activamente, puede estar experimentando

muchas emociones y preocupaciones negativas. Queremos que sepa que no está solo en esta lucha.

Esperamos que la información y los recursos de esta guía los lleve a usted y a su hijo hacia un mayor bienestar y una mejor salud.

“

Los trastornos por consumo de sustancias no discriminan. Afectan a los ricos y a los pobres, a todos los grupos socioeconómicos y étnicos. Afectan a la población de las zonas urbanas y rurales. Muchas más personas de las que nos damos cuenta resultan afectadas.

Es importante para nosotros sacar a estas personas de las sombras, y conseguirles la ayuda que necesitan.

Dr. Vivek Murthy
Cirujano General de los Estados Unidos

¿Qué contiene esta guía?

Introducción.....	3
¿Qué son los opioides?.....	4
¿Cómo afectan los opioides al cuerpo?	5
¿Por qué los opioides son tan peligrosos?.....	6
¿Cómo empiezan los jóvenes con los opioides?.....	7
¿Cuáles son los signos del uso de opioides?.....	8
¿Qué puedo hacer si mi hijo consume activamente opioides?.....	9
Tener Mantenga Naloxona a mano.....	9
Hacerle una evaluación a su hijo para determinar qué tipo de cuidado se necesita.....	10
Aprender sobre la desintoxicación en un ambiente médico.....	11
Encontrar un programa de tratamiento de calidad	12
Investigar los medicamentos que ayuden al tratamiento	13
Utilizar alternativas sin opioides para el tratamiento del dolor.....	13
Monitorear, asegurar y eliminar de forma segura los medicamentos.....	14
Practicar el autocuidado — No es sólo para si mismo.....	15

La financiación de esta iniciativa fue posible (en parte) gracias a la subvención n° 1H79TI083343 de SAMHSA. Las opiniones expresadas en el material escrito de la conferencia o en las publicaciones y por los ponentes y moderadores no reflejan necesariamente las políticas oficiales del Departamento de Salud y Servicios Humanos; la mención de nombres comerciales, prácticas u organizaciones no implica el respaldo del Gobierno de los Estados Unidos.





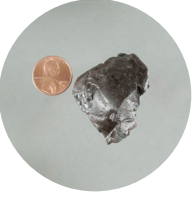
*La traducción de esta guía ha sido posible gracias al apoyo de
La Red de Respuesta a Opioides*

*The translation of this guide was brought to you by support from
Opioid Response Network*



¿Qué son los opioides?

Los opioides son una clase de drogas que incluyen la heroína, los opioides sintéticos como el fentanilo y los analgésicos de venta con receta como la hidrocodona (por ejemplo, Vicodin®), la oxicodona (por ejemplo, OxyContin®, Percocet®), la oximorfona (por ejemplo, Opana®), la morfina (por ejemplo, Kadian®, Avinza®), el Tylenol® con codeína y otros. Los opioides se han utilizado durante cientos de años para tratar el dolor y, desde el decenio de 1990, para tratar el dolor crónico.

OPIOIDE COMÚN	MARCAS O TÉRMINOS DE LA JERGA	COMPONENTES	APARIENCIA
Prescripción alivio del dolor (Opioides) 	OxyContin®, Percocet® y Vicodin® O.C., Oxycet, Oxycotton, Oxy, Percs	Medicamentos analgésicos derivados naturalmente de las flores de amapola o sustitutos semisintéticos hechos en el laboratorio.	Principalmente tabletas y cápsulas.
Heroína 	Big H, Black Tar, Brown Sugar, Dope, Horse, Junk, Skag, Smack, China White, H, White Horse Con medicamentos de venta libre para el resfriado y antihistamínicos: Cheese	La heroína es una droga altamente adictiva derivada de la morfina, que se obtiene de las plantas de amapola de opio, también conocida como "Opioide".	Polvo blanco o marrón oscuro o una sustancia parecida al alquitrán.
Fentanilo y otros opioides sintéticos 	Fentanilo (Actiq®, Duragesic®, Sublimaze®) Apache, China Girl, China White, Dance Fever, Friend, Goodfella, Jackpot, Murder 8, Tango and Cash, TNT	El fentanilo y compuestos similares como el carfentanilo son potentes opioides sintéticos 60 a 100 veces más potentes que la morfina. Aparece en formas ilícitas que se combinan frecuentemente con la heroína, la cocaína y otras drogas callejeras, y conlleva un alto riesgo de sobredosis y de muerte.	Las formas ilícitas no farmacéuticas de opioides sintéticos se venden en forma de polvo, espolvoreadas en papel secante, mezcladas con heroína o sustituidas por ésta, o en forma de tabletas que imitan a otros opioides menos potentes.
Morfina 	Morfina (Duramorph®, MS Contin®) M, Miss Emma, Monkey, White Stuff	La morfina es un opioide, derivado de la planta de la amapola. Está clasificado como un narcótico y se prescribe comúnmente para controlar el dolor.	La morfina está disponible comúnmente en forma de tableta, jarabe, inyección o como supositorio. Dependiendo de su forma, la morfina puede ser inyectada, ingerida o incluso fumada.
Opio 	Aunti Emma, Black Pill, Chandoo, Dover's Powder, Dream Stick, Easing Powder, Gee, Gondola, Goric, Guma, Midnight Oil, Mira, Pen Yan, Pin Gon, Pox, Skee, Toxy	Un opioide o narcótico, hecho del líquido blanco de la planta de amapola.	Típicamente, el opio se encuentra en un bloque negro o marrón de alquitrán como polvo. También está disponible en líquido y sólido.

¿Cómo afectan los opioides al cuerpo?

Los opiáceos actúan sobre los receptores de opiáceos situados en la médula espinal, el cerebro y otras partes del cuerpo para reducir la percepción de dolor del cuerpo. Además de aliviar el dolor, los opiáceos también pueden estimular las regiones de recompensa del cerebro, creando una sensación de euforia y bienestar, que puede ser un factor que contribuya al mal uso y la adicción. Además de aliviar el dolor físico y emocional, el uso de opioides puede conducir a:

- estreñimiento
- náuseas, vómitos y resequedad en boca
- somnolencia y mareos
- confusión
- depresión
- bajos niveles de testosterona que resultan en menor impulso sexual, energía y fuerza
- aumento de la sensibilidad al dolor
- picazón y sudor
- tolerancia - necesidad de tomar más de la medicación para el mismo alivio del dolor
- dependencia física: tener síntomas de abstinencia cuando se deja de tomar el medicamento

Trastorno por consumo de opioides (OUD, siglas en inglés): un diagnóstico médico relacionado con la dependencia leve, moderada o grave de los opioides.



FG Trade via Getty Images

¿Por qué los opioides son tan peligrosos?



Cuando se toman según lo prescrito por un médico y durante un breve período de tiempo, los analgésicos opioides suelen ser seguros para la mayoría de las personas (pero no para todas). Dado que los analgésicos producen una sensación de euforia y bienestar, además del alivio del dolor, algunas personas los toman durante períodos de tiempo más largos y aumentan la dosis a fin de no sólo reducir el dolor, sino también de lograr el efecto eufórico que experimentaron cuando comenzaron a tomarlos inicialmente.

Estos medicamentos pueden ser mal utilizados de varias maneras:

- ▶ Tomados en cantidades mayores o administrados de manera diferente a la prescrita (es decir, inhalados o inyectados)
- ▶ Tomados sin receta médica
- ▶ **Usados con otros medicamentos, drogas o alcohol que pueden disminuir la respiración.**

Cuando se hace un mal uso de estos medicamentos, el riesgo de sobredosis aumenta porque deprimen el sistema respiratorio del cuerpo a niveles peligrosos. Tomar opioides con depresores del sistema nervioso central como el alcohol, pastillas para dormir o benzodiazepinas

(por ejemplo, Xanax®, Klonopin®), puede aumentar aún más el riesgo de sobredosis y muerte.

Con el tiempo, una persona con un consumo problemático de opioides que haya desarrollado una alta tolerancia a los opioides los necesitará sólo para sentirse normal. Sienten que tienen que consumir opioides, aunque ya no les guste hacerlo y, lo que es peor, experimentan un síndrome de abstinencia cuando no los consumen.

La abstinencia significa sentirse enfermo por la falta de opioides si el cuerpo depende de ellos. Los síntomas pueden incluir diarrea, vómitos, fatiga, calambres, ansiedad y sudoración severa. Algunas personas lo describen como algo similar a tener un caso grave de gripe.

En los casos en que una persona haya dejado de consumir opioides durante un período de tiempo debido a la desintoxicación, el tratamiento, el encarcelamiento u otras razones que den lugar a la abstinencia, la tolerancia será mucho menor. Si la persona empieza a consumir opioides al nivel al que estaba acostumbrada, correrá un alto riesgo de sufrir una sobredosis.

¿Cómo empiezan los jóvenes con los opioides?

Los adolescentes y adultos jóvenes se inician en los opioides en una de estas tres maneras:

- una prescripción legítima de un médico
- automedicación para escapar de emociones o problemas dolorosos
- de forma recreativa

Los opioides pueden ser recetados a los adolescentes para tratar ciertas enfermedades y dolores severos - como el dolor de una cirugía dental o lesiones deportivas graves. En un [Estudio del 2017](#) se comprobó que la mayoría de los adolescentes que hacen un mal uso de los opioides recetados reciben primero el medicamento de un médico. Los investigadores encontraron un fuerte vínculo entre los adolescentes que tomaban opioides por razones médicas y los que los tomaban más tarde por razones no médicas.

Algunos adolescentes y adultos jóvenes creen que, porque un opioide es recetado por un médico, debe significar que es seguro. Pero hay muchas consecuencias a corto y largo plazo por tomar los opioides de una manera que no es prescrita por el médico, en particular convertirse adicto a las sustancias y arriesgarse a una sobredosis.

Dos tercios de los adolescentes que informan sobre uso indebido de medicamentos recetados los reciben de amigos, familiares y conocidos, a menudo tomándolos directamente de los botiquines de medicinas de la casa. Algunos jóvenes se reparten entre ellos medicamentos de prescripción, repartiendo o vendiendo sus propias pastillas o las que han adquirido o robado. Un pequeño número de adolescentes dice que obtienen sus medicamentos recetados ilícitamente de médicos, farmacéuticos o a través de Internet.



**dos de cada tres
adolescentes**



que informan sobre uso indebido de medicamentos recetados los reciben de amigos, familiares y conocidos

¿Cuáles son los signos del uso de opioides?

Averiguar si su hijo está consumiendo opioides u otras drogas puede ser un desafío, ya que algunos de los signos y síntomas pueden parecer el típico comportamiento de un adolescente o un joven adulto, o pueden parecer un problema de salud mental. Dicho esto, hay señales físicas y de comportamiento que hay que buscar además de reconocer el consumo real de drogas.



kall9 via Getty Images

Los signos físicos comunes que hay que buscar son la somnolencia, la pérdida de peso y las pupilas dilatadas. También puede enterarse de quejas de salud como náuseas y estreñimiento.

Entre los signos de comportamiento comunes que hay que buscar se incluyen:

- ▶ el aislamiento de la familia y los amigos o un cambio en los amigos
- ▶ faltar a la escuela o al trabajo o un rendimiento inferior
- ▶ una pérdida de interés en los pasatiempos y las actividades recreativas
- ▶ signos de cambios de humor como la depresión o la ansiedad
- ▶ pedir más dinero o perder dinero u objetos de valor es motivo de preocupación
- ▶ el uso de camisas de manga larga en clima cálido puede indicar que la persona está tratando de ocultar el uso de drogas intravenosas

Los signos obvios que hay que buscar son la falta de medicamentos opioides, pequeñas bolsas o fundas, jeringas, cucharas, bolas de algodón, cuerdas o cordones de zapatos, papel de aluminio, encendedores o velas y otros artículos utilizados para inyectar opioides.

¿Qué puedo hacer si mi hijo consume activamente opioides?

Descubrir o saber que su hijo está consumiendo opioides de forma activa a menudo produce muchas emociones negativas. Algunos padres están enfadados y decepcionados con su hijo, otros temen la posibilidad de lo que pueda suceder y otros se sienten culpables o avergonzados ya que todavía existe un gran estigma cuando se trata de consumo de sustancias, especialmente con los opioides. Los medios de comunicación desempeñan un papel en la sensacionalización de los resultados adversos del consumo de opioides.

Pero hay esperanza, y el tratamiento funciona.

Tener Mantenga Naloxona a mano

Hay varios pasos de seguir para ayudar a su hijo. El primero es conseguir Naloxona (conocida por la marca Narcan®) como medida de seguridad. La naloxona es un medicamento que puede revertir una sobredosis si se usa a tiempo.



GUIA GRATIS

Descargué su guía gratis Cómo responder con

Puede aprender más sobre cómo reconocer y los signos de una sobredosis. Y cómo administrar la naloxona en caso de emergencia. En el caso de los opioides, que incluyen heroína y Vicodin y OxyContin, la naloxona puede revertir una sobredosis.

[▶ Descargué ahora](#)



NewGig86 via Getty Images

Hacerle una evaluación a su hijo para determinar qué tipo de cuidado se necesita.

Para determinar el mejor curso de acción para usted y su hijo, una evaluación con un profesional certificado en adicciones es el primer paso. Esta persona le preguntará acerca de los antecedentes médicos, psicológicos y familiares de su hijo; las sustancias utilizadas; los patrones de uso; el impacto en el funcionamiento en la escuela, el trabajo y/o en otras relaciones importantes; el historial de tratamiento, si lo hay; etc. Se pueden utilizar varias evaluaciones, incluyendo un análisis de orina.

Es importante tener en cuenta que no todo el mundo necesita un tratamiento formal, ya que a algunas personas les va bastante bien haciendo cambios en su estilo de vida.

Para los que sí necesitan más ayuda, el tratamiento se lleva a cabo en una variedad de entornos, de

diferentes formas y durante diferentes períodos de tiempo. El profesional en adicciones recomendará el mejor nivel de atención para satisfacer las necesidades de su hijo. El profesional le guiará a través de las opciones de tratamiento disponibles, teniendo en cuenta otros factores importantes como la ubicación y el costo.

El médico de atención primaria o el pediatra de su hijo puede sugerirle personas para que realicen evaluaciones. Su compañía de seguros también puede darle nombres o puede hacer una búsqueda en [Psicología Hoy](#). Otros recursos útiles son los consejeros del Programa de Asistencia al Empleado (EAP por sus siglas en inglés), los consejeros escolares para el uso de sustancias, los grupos de apoyo familiar como Familias Anónimas o Nar-Anon y los programas comunitarios de salud mental.

Maskot via Getty Images



Aprender sobre la desintoxicación en un ambiente médico

La desintoxicación es una forma de cuidado para ayudar a manejar el doloroso proceso de abstinencia de los opioides. Puede ser necesario dependiendo de la cantidad de opioides que su hijo haya estado consumiendo. Se ofrece de forma hospitalaria y, más recientemente, de forma ambulatoria. Típicamente, la desintoxicación se lleva a cabo durante cinco días en los que se administran varios medicamentos para reducir los síntomas de la abstinencia, como problemas de sueño, ansiedad o nerviosismo, dolores y molestias musculares y náuseas, vómitos o diarrea.

Es importante saber que la desintoxicación, si bien es útil para tratar las molestias físicas, es sólo un componente de un programa de tratamiento integral.



SDI Productions via Getty Images

Las personas que sólo se desintoxican, sin ningún tratamiento adicional, corren un riesgo muy alto de recaída y sobredosis.

Encontrar un programa de tratamiento de calidad

El gobierno mantiene y gestiona [la base de datos más completa de búsqueda de profesionales para el tratamiento](#) en todo el país. Tendrá que llamar a los programas que aparecen en los resultados de la búsqueda para ver si satisfacen todas sus necesidades (edad de su hijo/hija/ser querido, sexo, programa, pago, transporte, etc.).

No hay un sistema de clasificación estándar para los programas de tratamiento de adicciones, así que en última instancia depende de las familias tratar de averiguar si un centro de tratamiento ofrece una atención de calidad. Es importante:

- prepararse con los hechos
- aprender los pasos que puede tomar para [navegar por este proceso](#) y
- asegurarse de que su hijo está recibiendo la mejor ayuda disponible para satisfacer sus necesidades



SDF Productions via Getty Images

No todos los programas de tratamiento tienen garantizado un lugar disponible cuando su hijo lo necesita. Si el programa que usted elige no está disponible, tendrá que decidir si poner a su hijo en la lista de espera o buscar otro programa. Si usted tiene Medicaid o Medicare, encontrarse con listas de espera puede ser más común. La persistencia, incluso haciendo llamadas telefónicas diarias, puede ayudar a reducir el tiempo de espera.

También puede ser útil considerar **formas de mantener a su hijo a salvo** hasta que el tratamiento esté disponible o se tenga acceso a este.



VIDEO

Cómo ayudar a un ser querido que está lidiando con uso de heroína o opioide inyectada

Como padre o cuidador de alguien que enfrenta problemas con el uso de opioides, es importante entender cómo y por qué el consumo de drogas inyectables puede convertirse en un factor. Obtenga más información sobre cómo reducir los riesgos del uso de opioides.

➤ [Ver vídeo ahora](#)



Investigar los medicamentos que ayuden al tratamiento

La medicación para ayudar al tratamiento es el uso de medicamentos junto con una terapia integral y apoyo para ayudar a abordar las cuestiones relacionadas con el trastorno por consumo de opioides, incluyendo el síndrome de abstinencia, los antojos y la prevención de recaídas.

Los medicamentos son la naltrexona (Vivitrol), la buprenorfina (Suboxone, Zubsolve, Sublocade) y la metadona.

A menudo se necesitan enfoques de tratamiento basados en la evidencia como éste para superar

con éxito la adicción y mantener la recuperación a largo plazo.

Es posible que se encuentre con algunas personas en programas de tratamiento de adicciones que no están de acuerdo con el tratamiento asistido por medicamentos porque algunos de estos medicamentos contienen opioides. Es importante notar que la cantidad de opioides es muy pequeña, es prescrita y controlada por un médico y funciona para ayudar a estabilizar a las personas y reducir las consecuencias asociadas con la adicción activa.



Tratamiento con medicamentos



Utilizar alternativas sin opioides para el tratamiento del dolor

Una persona que ha enfrentado su uso de los opioides y/o está en tratamiento con ayuda de medicamentos necesita tener un plan de control del dolor para las lesiones, accidentes u otros problemas que incluya alternativas no relacionadas con los opioides. El Motrin extrafuerte y los bloqueos nerviosos son ejemplos. Pregunte al médico de su hijo cuáles son las alternativas para aliviar el dolor que no implican el uso de opioides.



ARTICULO

Quando le prescriben analgésicos opioides a su hijo: Lo que debería saber

La prescripción en exceso de analgésicos con receta ha sido una de las principales causas de la epidemia de opioides. Conozca lo que debe preguntar cuando le receten opioides a su hijo.

[▶ Ver Artículo](#)

Monitorear, asegurar y eliminar de forma segura los medicamentos

A veces no se puede evitar, y se le prescribe un opioide a alguien en su casa. **¿Cómo se asegura de que no se abuse de él?**

Paso 1



Paso 2



Paso 3

Monitorear



Controle los medicamentos que tiene en su casa al llevar un registro del número de pastillas y resurtidos.

Asegurar



Si es posible, guarde todos los medicamentos, tanto los recetados como los de venta libre, en un lugar seguro, como por ejemplo un armario cerrado con llave al que su hijo o sus amigos no puedan acceder.

Deshágase de cualquier medicamento que ya no se necesite, ya sea a través de un día de recolección de medicamentos en la comunidad o en una farmacia local.

Eliminar de forma segura



Si no dispone de ninguna de estas opciones, puede deshacerse de los medicamentos no utilizados en su casa mezclándolos con una sustancia indeseable, como café molido usado o la arena para gatos usada, y desecharlos. A menos que las instrucciones del envase digan lo contrario, no tire el medicamento por el desagüe o el inodoro.

Para ayudar a evitar resurtidos no autorizados, asegúrese de eliminar cualquier información personal e identificable de los frascos o paquetes de pastillas antes de tirarlos.



GUÍA GRATIS

Descargue su guía gratis **Guía de Eliminación de Medicamentos**

Cuando le prescriben medicamentos analgésicos a alguien en su casa, aprenda lo que puede hacer si sobran medicamentos y como deshacerse de ellos de forma segura.

[> Descargué ahora](#)

Practicar el autocuidado — No es sólo para si mismo

Como padre o cuidador, no es inusual que la lucha de su hijo con los opioides se apodere de su vida. Puede que esté experimentando muchas **emociones negativas** como miedo, ira, resentimiento, vergüenza y culpa. Puede que se sienta aislado, incapaz de hablar con alguien que entienda lo que está pasando en su familia, o que se quede en casa esperando a que "algo peor pueda pasar". Algunos padres informan de que no pueden dormir o concentrarse en el trabajo ya que sus pensamientos se ven consumidos por la situación de su hijo. Es posible que no esté con la misma actitud que los demás miembros

de la familia en cuanto a lo que debe hacer. Es comprensible que se produzcan sentimientos de impotencia y desesperanza.

Entonces, ¿qué se puede hacer?

Recuerde que debe cuidarse.

La idea del autocuidado puede hacer que mueva la cabeza negativamente y cuestione, "¿Quiere que haga algo agradable para mí cuando mi mundo se está derrumbando a mi alrededor?" *Sí.*

Counter-clockwise: aldormurillo via Getty Images; NickyLloyd via Getty Images; adamkaz via Getty Images



Cuando usted se siente mejor y más optimista, puede manejar mejor las cosas.

Podrá pensar, planear y actuar más eficazmente. Puede usar su mejor criterio y resolver mejor los problemas. Esto es muy importante, porque cuando se siente agotado por la lucha de su hijo, es fácil reaccionar y tomar decisiones rápidas en lugar de tomarse el tiempo para pensar las cosas.

El autocuidado le permite modelar un comportamiento saludable y habilidades para enfrentar la situación de su ser querido. Por ejemplo, si llega a casa del trabajo, le dice a su hijo que fue un día muy estresante y luego sale a caminar o se da una ducha caliente para relajarse, está modelando una forma saludable de enfrentar los desafíos de la vida.

Esto puede parecer difícil, pero inténtelo. Recuerde que su preocupación no es un indicador del amor que siente por su hijo, así que intente tomarse un descanso de la preocupación, aunque sea corto o largo. Permanecer en el momento presente puede ser útil, en lugar de obsesionarse con el "qué pasaría si...".



aldomurillo via Getty Images

Una palabra de esperanza

“

Cualquiera puede ser afectado por esta horrible enfermedad. No hay nada de que avergonzarse o por lo que debemos estar apenados. Sí, experimentará emociones como nunca lo ha hecho antes. Y es más que probable que se suba a la montaña rusa más grande de su vida.

Pero lo superará. Aprenderá de la experiencia y de las experiencias de los demás. Pero puede superarlo. Un día a la vez.

Dean, un artículo de un padre en Stories of Hope