

Manejo del dolor crónico: medicamentos

Los medicamentos pueden ayudarle a vivir mejor con un dolor crónico. Puede tomar medicamentos de venta libre o recetados. Elaborar el mejor plan de tratamiento puede llevar tiempo e implicar diferentes métodos e ir descartando los que no dan resultado. Colabore con su proveedor de atención médica para encontrar los medicamentos adecuados para usted. También aprenda a usarlos de manera segura a fin de que sea eficaces.



Mencione a su proveedor de atención médica todos los medicamentos que usa, sin olvidarse de las hierbas medicinales y las vitaminas.

Una parte de su plan de tratamiento

Dependiendo de su situación y tipo de dolor, tal vez tenga que tomar medicamentos:

- En los momentos en que su dolor sea más intenso que lo habitual.
- Para aliviar el dolor a lo largo del día.
- Antes de las actividades que tienden a desencadenarle el dolor. Por ejemplo, al ir de compras o hacer fisioterapia.
- Para disminuir su sensibilidad al dolor y ayudarlo a dormir

Los medicamentos para el dolor crónico se dividen en cuatro grupos principales. Se describen a continuación.

No opiáceos

Estos incluyen el paracetamol, que es de uso común. También incluyen los medicamentos antiinflamatorios no esteroideos (AINE), como la aspirina, el ibuprofeno, el naproxeno sódico y el ketoprofeno. Todos estos medicamentos ayudan a controlar el dolor, pero los AINE también ayudan a aliviar la hinchazón (inflamación). La mayoría de estos medicamentos son de venta libre. Sin embargo, algunos AINE solo están disponibles con receta médica.

El paracetamol puede causar daño al hígado si se toma más que la dosis recomendada. Los AINE pueden causar problemas de estómago, como úlceras y sangrado. Utilizarlos por períodos prolongados puede causar problemas cardíacos y derrame cerebral en un número muy pequeño de personas. Ninguno de estos medicamentos es adictivo.

Opiáceos

Estos incluyen fármacos como la morfina, la oxycodona, la codeína, el fentanilo y la metadona. Los opiáceos pueden utilizarse para tratar dolores más severos. Solo se venden con receta médica. Estos medicamentos pueden ser eficaces para controlar el dolor crónico, pero pueden ser adictivos. También tienen efectos secundarios desagradables y que podrían ser peligrosos.

Adyuvantes

Este grupo incluye medicamentos que se hicieron originalmente para tratar otras afecciones, pero también se descubrió que alivian el dolor. Los antidepresivos y los anticonvulsivos son medicamentos adyuvantes.

Antidepresivos

Ayudan a tratar el dolor trabajando sobre las mismas sustancias químicas del cerebro que juegan un papel en la depresión. También ayudan a dormir mejor. Los antidepresivos tricíclicos son un grupo de antidepresivos usados para tratar el dolor crónico causado por lesiones en los nervios (dolor neuropático). Entre los ejemplos se encuentran la amitriptilina, la nortriptilina y la desipramina. También se usan los inhibidores de la recaptación de la norepinefrina (IRSN), como la duloxetina y el milnaciprán.

Algunos tipos de antidepresivos se utilizan en dosis bajas para los problemas del sueño. También es posible que se los receten si tiene mucha sensibilidad al dolor o algunos tipos de neuralgia.

Los anticonvulsivos se utilizan para prevenir convulsiones. Estos medicamentos pueden ayudar con ciertas afecciones que causan dolor, en especial el dolor de los nervios (neuropatía). Entre los ejemplos se encuentran la gabapentina y la pregabalina.

Otros medicamentos para el dolor

- **Medicamentos para aplicar sobre la piel (tópicos).** Entre estos medicamentos se encuentran la lidocaína o la capsaicina. Se aplican en la piel para tratar el dolor en un lugar puntual.
- **Relajantes musculares.** Estos pueden utilizarse para detener los espasmos musculares dolorosos. Los medicamentos como la ciclobenzaprina pueden tener un efecto sedante.

Cómo tomar medicamentos de manera segura

- Tome su medicamento puntualmente y en la dosis indicada.
- Avise a su médico si su medicamento no le alivia el dolor o no surte efecto por un tiempo suficiente, o si usted experimenta efectos secundarios.
- No tome los medicamentos de otras personas. Podrían ser peligrosos para usted.
- Evite consumir alcohol, tabaco y drogas ilícitas. Estos pueden interactuar con sus medicamentos y hacerle daño.