

# Medicamentos opioides para aliviar el dolor

Los opioides son medicamentos que pueden ayudar a reducir el dolor. Son más fuertes que la mayoría de los calmantes del dolor (analgésicos) de venta sin receta y los debe recetar un proveedor de atención médica. Se pueden usar para tratar el dolor tanto agudo como crónico que varíe de moderado a intenso. Los opioides pueden ser seguros y eficaces cuando se los usa correctamente. Pero tienen riesgos y efectos secundarios que son graves. Por esta razón, se deben usar solo si otros medicamentos o tratamientos no alcanzaron para aliviar o controlar el dolor.

## ¿Qué es el dolor?

El dolor es la manera que tiene su cuerpo de avisarle que algo anda mal. Hace que usted retire la mano de una llama o evite caminar apoyándose en una pierna lesionada. El dolor comienza en células receptoras que están debajo de la piel y en los órganos por todo el cuerpo. Cuando usted está enfermo o lesionado, estas células receptoras envían señales por las vías nerviosas hasta la médula espinal, que luego envía las señales al cerebro. El cerebro interpreta las señales como dolor. En respuesta, el cerebro responde enviando señales para proteger el cuerpo. El cerebro también libera sus propios calmantes naturales llamados endorfinas para ayudar a reducir el dolor. Una vez que se sana el origen del dolor, este suele desaparecer.

## Tipos de dolor

El dolor puede ser de dos tipos: agudo o crónico. Ambos tipos pueden tratarse.

- El dolor agudo suele durar menos de 3 meses. Desaparece cuando se trata la causa. Las causas comunes del dolor agudo incluyen una lesión o una enfermedad. La cirugía puede ocasionar un dolor a corto plazo durante el período de recuperación. Y las mujeres sienten dolor agudo durante el parto y en el período posterior. En algunos casos, un dolor agudo puede convertirse en dolor crónico a lo largo del tiempo.
- El dolor crónico suele durar más de 3 meses. Esto incluye dolor intermitente o continuo. El dolor crónico puede deberse a un problema de salud continuo, como la artritis. O puede permanecer después de que una lesión se haya sanado, como cuando hay un hueso roto. Los problemas del sistema de control del dolor del cuerpo también pueden provocar dolor crónico. A veces, el dolor crónico puede presentarse sin una causa evidente.

## El ciclo del dolor

El dolor puede afectar todos los aspectos de su vida. Por ejemplo, el sueño, el estado de ánimo, las actividades y el nivel de energía son todos aspectos que resultan afectados por el dolor. Sentirse cansado, deprimido o inactivo empeoran el dolor y hacen que le resulte más difícil sobrellevarlo. Eso produce un ciclo del dolor.

## Cómo funcionan los opioides

Los opioides funcionan uniéndose a receptores especiales que están en el cerebro, la médula espinal y otros órganos. Cuando los opioides se unen a estos receptores, pueden

bloquear o inhibir su forma de sentir el dolor. Los opioides también pueden hacerlo sentir bien o relajado. Actúan sobre zonas del cerebro que producen sensaciones de placer.

## Tipos de opioides

Hay dos tipos: de acción/liberación inmediata y de acción/liberación prolongada. Los opioides de acción corta hacen efecto con más rapidez que los de acción larga. Pero brindan alivio del dolor solo por períodos breves. Los opioides de acción larga hacen efecto con menos rapidez que los de acción corta. Pero alivian el dolor por períodos más largos. Muchos opioides se venden en fórmulas tanto de acción corta como larga. Por ejemplo:

- Codeína con paracetamol
- Fentanilo
- Hidrocodona (con o sin paracetamol)
- Hidromorfona
- Meperidina
- Metadona
- Morfina
- Oxicodona (con o sin paracetamol)
- Tramadol

Si le recetan opioides, es probable que empiece con un tipo de acción corta en la dosis más baja. Luego la dosis se puede ajustar según sea necesario de acuerdo con su respuesta al medicamento y con el seguimiento a cargo de su proveedor de atención médica. Si corresponde en su caso, es posible que empiece a usar un tipo de opioide de acción prolongada. En algunos casos, es posible que le receten ambos tipos de opioides para ayudarlo a manejar distintos tipos de dolor. Los cambios dependerán también de cómo maneja el dolor y los efectos secundarios del medicamento.

## Efectos secundarios de los opioides

Estos son algunos efectos secundarios de los medicamentos opioides:

- Estreñimiento
- Sensación de somnolencia (adormecimiento)
- Náuseas

Algunos efectos secundarios de los medicamentos opioides pueden ser potencialmente mortales. Entre los síntomas de una sobredosis de opioides se incluyen los siguientes:

- Frecuencia cardíaca lenta
- Respiración superficial o lenta
- Pérdida del conocimiento

Cuando se usan opioides, existe la posibilidad de abusar del medicamento, tener dependencia física y adicción. Úselos según le indique el proveedor de atención médica.

No use los opioides con benzodiacepinas, como alprazolam o el lorazepam. Combinar estos medicamentos puede implicar riesgos graves. Por ejemplo, somnolencia extrema, respiración lenta y la muerte. Informe a su proveedor de atención médica si toma benzodiacepinas.

## Nota

Se ha demostrado en estudios realizados que los opioides brindan ayuda a corto plazo para el dolor de moderado a intenso. Sin embargo, no se conocen con certeza los beneficios del uso de opioides a largo plazo para tratar el dolor. Solo debe continuar tomando opioides si continúan aliviando el dolor y mejorando su estado sin aumentar los riesgos para su salud.

## Cómo se administran los opioides

La mayoría de los opioides se toman por boca. Por lo general, vienen en forma de pastillas. Pero algunos vienen en forma líquida o incluso como comprimidos endulzados. Ciertos opioides también se pueden inyectar debajo de la piel, dentro de un músculo o de una vena. También se pueden absorber a través de la piel por medio de un parche.

## Conozca sus opciones

Tenga en cuenta que los opioides no son la única opción para tratar el dolor. Es posible que las opciones sin opioides también funcionen bien. Pueden tener menos riesgos y menos efectos secundarios. Consulte con el proveedor de atención médica cuál es el plan de tratamiento más adecuado para usted. Las opciones sin opioides pueden incluir lo siguiente:

- Otros calmantes, como paracetamol, o antinflamatorios no esteroides (AINE), como el ibuprofeno o el naproxeno
- Otras clases de medicamentos, como los anticonvulsivos, antidepresivos o relajantes musculares (miorrelajantes)
- Ejercicio y fisioterapia
- Terapia cognitiva conductual (puede ayudarlo a aprender maneras distintas de responder al dolor y sobrelevarlo)
- Terapias en las que participa la mente y el cuerpo, como respiración profunda, distracción, visualización, meditación o biorretroalimentación
- Terapias complementarias como masajes, acupuntura y acupresión, o cuidados quiroprácticos
- Diversos procedimientos, como estimulación nerviosa eléctrica transcutánea (ENET), implantación de una bomba intratecal y ablación nerviosa