

**Reducir el uso de opioides de forma segura****Descripción general**

Cuando llegue el momento de dejar de tomar su medicamento opioide, usted debe hacerlo de manera segura. Si ha estado usando su medicamento solo por poco tiempo, es posible que su médico le diga que está bien suspenderlo repentinamente. Pero si lo ha usado durante más tiempo, es posible que su médico le diga que necesita dejarlo gradualmente para que su cuerpo se adapte. A esto lo llamamos "reducción gradual".

**Plan de reducción**

Si le han dicho que haga esto, pídale a su médico un plan de reducción. También se le conoce como un "plan de reducción gradual". Este le muestra cómo tomar cantidades cada vez más pequeñas durante las siguientes semanas o meses. La duración de su plan de reducción se establece según sus necesidades.

**Evite los síntomas de abstinencia**

Siga cuidadosamente su plan de reducción. Este le ayudará a evitar los síntomas de abstinencia. Entre esos síntomas se encuentran inquietud, ansiedad, náuseas, vómitos y diarrea. Puede tener confusión, una frecuencia cardíaca acelerada, cambios en la presión arterial u otros síntomas. Estos son desagradables. Pueden dificultarle el abandono de su medicamento. Así que definitivamente debe evitarlos.

**Apoyo**

Si le resulta difícil dejar de tomar el opioide, hable con su médico para obtener ayuda. Quizás le resulte beneficioso recibir asesoramiento o participar en un grupo de apoyo. Es posible que deba continuar con este apoyo, incluso después de haber dejado de tomar su medicamento. Su proveedor de salud creará un plan de cuidados que sea adecuado para usted.