

Reducción gradual del analgésico opioide

¿Qué es la reducción gradual?

Reducir gradualmente significa bajar lentamente la dosis de un medicamento. Si está tomando un medicamento opioide para controlar un dolor grave, a largo plazo (crónico), usted puede planificar la reducción gradual junto con su proveedor que le receta. Algunos ejemplos comunes de opioides incluyen Norco, Percocet, morfina, Fentanyl y metadona.

Reducir puede significar:

- Tomar menos medicamento opioide o
- Ir reduciendo el medicamento lentamente hasta que lo deja de tomar.

En cualquier caso, la reducción puede disminuir sus riesgos y efectos secundarios, mejorar su dolor y mejorar su vida.

¿Para qué reducir el medicamento opioide?

Los opioides pueden no ser tan útiles para el dolor crónico e incluso lo pueden empeorar. Funcionan mejor a corto plazo.

Los opioides conllevan riesgos y efectos secundarios graves. Estos pueden incluir:

- Disminución de la respiración, la cual puede causar una muerte súbita. En 2016, más de 46 personas murieron en los EE. UU. cada día por sobredosis que involucraban recetas con opioides.
- Tolerancia, que significa que necesita más y más medicamento para obtener el mismo nivel de control del dolor.
- Dependencia física, que significa tener síntomas de abstinencia cuando deja de tomar opioides.
- Adicción.
- Volverse más sensible al dolor a través del tiempo.
- Durante el embarazo, hacerle daño a su bebé aún no nacido.
- Accidentes, tales como caídas y choques de vehículos.



¿Qué debo hacer?

- 1 Hable con su proveedor acerca de cómo le puede ayudar a reducir la dosis de opioides.
- 2 Planifique con su proveedor cómo reducirá el medicamento y controlará su dolor de otras maneras.
- 3 Vaya a todas las citas con su proveedor que receta. Llame si necesita ayuda.

- Mayor riesgo de estreñimiento, depresión o aumento progresivo de la inestabilidad.
- Mayor riesgo de contraer una infección y más dificultad para superarla.
- Afecta su nivel de hormonas, lo que provoca diversos problemas incluso efectos sexuales secundarios.

Reducir su dosis puede disminuir sus riesgos y efectos secundarios. La única manera de no tener riesgos es dejar de tomar opioides. Aunque no la suspenda, disminuir la dosis disminuye su riesgo. Se ha demostrado que la reducción gradual disminuye los riesgos de:

- Muerte, sobredosis, adicción y suicidio.
- Depresión y ansiedad.
- Accidentes tales como choques de vehículos.
- Romperse un hueso (fractura).

Al reducir su dosis de opioides, también puede mejorar su vida cotidiana. Las personas que reducen su dosis de opioides dicen tener:

- Más energía para hacer ejercicio, para el trabajo y otras actividades.
- Pensamiento más claro.
- Mejores relaciones con familiares y amigos.
- Menos estreñimiento.

Encierre en un círculo los elementos en esta página que describen **sus** razones para querer reducir su dosis de opioides.

¿Cómo funciona la reducción gradual?

Usted y su proveedor que receta trabajarán juntos para hacer un plan de reducción. Su **proveedor que receta** es el proveedor de atención médica que maneja su receta de opioides. (Es importante que este proveedor de atención médica, y todos los proveedores de atención médica, sepan acerca de **todos** los medicamentos que está tomando, aun aquellos recetados por otros).

Su plan de reducción incluirá un plan para:

- **Disminuir su dosis a través del tiempo.** Esto se basará en sus necesidades específicas. Probablemente, ocurrirá de manera lenta.
- **Control de los síntomas de abstinencia si los presenta.** En la mayoría de las personas, la reducción se hace lo suficientemente lenta para que no se presenten síntomas de abstinencia. Si los presentan, estos son leves.

En pocos casos, se necesita hacer la reducción más rápido y puede causar síntomas de abstinencia. Estos pueden incluir calambres, náuseas, vómitos, diarrea, dolor corporal, aumento del dolor, dificultad para dormir y otros síntomas. Si esto le ocurre, su proveedor puede formularle medicamentos no opioides que le ayuden.

- **Control del dolor de otras maneras.** Hay muchas maneras de manejar el dolor además de los medicamentos opioides. Los expertos en dolor dicen que estos son algunos de los que mejor funcionan:
 - Otros medicamentos además de los opioides.
 - Fisioterapia y ejercicio.
 - Meditación, atención consciente, biorretroalimentación y otros enfoques psicológicos.
 - Hacer actividades que sean significativas para usted puede ser útil. Estas actividades incluyen el trabajo, actividades familiares y mantenerse al día con sus relaciones.
 - Grupos de apoyo para personas con condiciones crónicas.

Manténgase en contacto con su proveedor que receta

Al empezar el proceso de reducción, hable con su proveedor que receta acerca de sus temores y preocupaciones. Ellos pueden ser de gran apoyo durante este proceso y le pueden ayudar a encontrar el mejor tratamiento no opioide para usted.

Debe ir a todas sus citas con el proveedor que le receta mientras está haciendo la reducción gradual. Llame al proveedor que receta si está teniendo cualquier problema nuevo. Le puede ayudar a que el proceso sea más fácil y más cómodo. Si lo necesita, también lo pueden remitir al especialista en dolor.

Pídale a su proveedor de atención médica el folleto de Intermountain **Control del dolor crónico: opciones de tratamiento**. En este se revisan muchas formas de controlar el dolor sin opioides.



Tapering Opioid Pain Medicine

Intermountain Healthcare cumple con las leyes federales de derechos civiles aplicables y no discrimina por motivos de raza, color, nacionalidad, edad, discapacidad o sexo. Se proveen servicios de interpretación gratis. Hable con un empleado para solicitarlo.

©2015 - 2018 Intermountain Healthcare. Todos los derechos reservados. El contenido del presente folleto tiene solamente fines informativos. No sustituye los consejos profesionales de un médico; tampoco debe utilizarse para diagnosticar o tratar un problema de salud o enfermedad. Si tiene cualquier duda o inquietud, no dude en consultar a su proveedor de atención médica. Hay más información disponible en intermountainhealthcare.org. Patient and Provider Publications FS4545-07/18 (Last reviewed - 05/18) (Spanish translation 07/18 by inWhatLanguage)