

Uso seguro de los analgésicos de venta bajo receta

Expertos ofrecen consejos sobre cómo evitar las sobredosis accidentales y la adicción

Mary Elizabeth Dallas, HealthDay News , 6 de junio de 2014.

(traducido por Hispanicare)

Los potentes analgésicos de prescripción, conocidos como opiáceos con frecuencia están involucrados en sobredosis accidentales.

Por eso, unos expertos ofrecen consejos sobre cómo tomar estos medicamentos tan adictivos de forma segura.

"El mal uso de los analgésicos recetados es una epidemia creciente. Pero la mayoría de personas que abusan de estos fármacos se enfrentan a una adicción que nunca buscaron", señaló John Ulczycki, vicepresidente de iniciativas estratégicas del Consejo Nacional de Seguridad. "Este mes nacional de la seguridad, esperamos educar a los estadounidenses sobre un uso adecuado, de forma que puedan aliviar el dolor sin las consecuencias trágicas de la dependencia de las drogas o la muerte".

El Dr. Don Teater, asesor médico del Consejo Nacional de Seguridad, proporcionó los siguientes cinco consejos para ayudar a garantizar el uso seguro de los analgésicos recetados:

- **Tome en cuenta otras opciones.** Hable con el médico sobre otros medicamentos que podrían ser más efectivos para controlar el dolor. En la mayoría de casos, anotó Teater, los antiinflamatorios no esteroides (AINE) sin receta, como el ibuprofeno o el naproxeno, son unas opciones mejores para la gestión del dolor. También tienen menos efectos secundarios. Los AINE también se pueden combinar con acetaminofén para que sean más efectivos.
- **Limite el uso.** Los analgésicos recetados se deben tomar durante el menor tiempo posible. Si su médico recomienda tomar uno de estos fármacos para la gestión del dolor, solicite una receta de dos a tres días en lugar de un suministro para siete a diez días.

- **Considere los efectos secundarios.** Mientras esté tomando analgésicos recetados, quizá no pueda conducir ni operar maquinarias con seguridad. Su juicio también podría verse afectado. Tenga en cuenta cómo estos fármacos afectan su pensamiento y su coordinación.
- **No los comparta.** El 75 por ciento de los que abusan de los analgésicos recetados obtuvieron los fármacos de amigos o familiares. Compartir un medicamento recetado es ilegal. También es peligroso. Asegúrese de guardar sus pastillas en una caja con llave para evitar que las usen de forma inadecuada o las roben.
- **No mezcle.** Los analgésicos recetados no se deben combinar con el alcohol. Ciertos medicamentos también pueden interferir con estos fármacos. Informe a su médico sobre todos los medicamentos que esté tomando, incluso remedios y complementos de venta libre.

National Safety Council, news release, June 3, 2014, <http://www.nsc.org/>