

¿CÓMO PUEDO SABER SI MI HIJO USA OPIOIDES?

¿CÓMO AFECTAN LA CAPACIDAD PARA CONDUCIR?

¿CUÁNTOS ADOLESCENTES CONSUMEN OPIOIDES?

¿PUEDEN CAUSAR UNA MALA REACCIÓN?

¿QUÉ EFECTOS TIENEN

¿QUÉ EFECTOS TIENEN A CORTO PLAZO?

# OPIOIDES: LO QUE DEBEN SABER LOS PADRES

*Revisado*

¿HAY RELACIÓN ENTRE EL CONSUMO DE OPIOIDES Y LA PÉRDIDA DE MOTIVACIÓN?

¿CÓMO SE USAN?

¿QUÉ EFECTOS TIENEN A LARGO PLAZO?

¿CÓMO AFECTAN EL CEREBRO?

¿LOS OPIOIDES LLEVAN A CONSUMIR OTRAS DROGAS?

¿LOS OPIOIDES SON ADICTIVOS?

¿CUÁNTO TIEMPO PERMANECEN EN EL CUERPO?

¿PUEDEN AFECTAR LAS CALIFICACIONES DE MI HIJO?

LOS OPIOIDES?

¿QUÉ EFECTOS TIENEN EN EL EMBARAZO?

¿CÓMO PUEDO EVITAR QUE MI HIJO USE OPIOIDES?

¿LOS OPIOIDES SON MEDICAMENTOS?

¿HAY TRATAMIENTOS PARA LA ADICCIÓN A LOS OPIOIDES?

# Carta a los padres

Probablemente hayan oído hablar de la crisis de opioides en las noticias últimamente. Pero, ¿qué son los opioides y qué tienen que ver con ustedes, los padres de hijos adolescentes?

Si alguna vez su hijo se lesionó haciendo deportes, tuvo algún tratamiento dental doloroso o lo operaron, es posible que le hayan recetado un analgésico que contenía un opioide. Los opioides pueden ser muy eficaces para calmar dolores fuertes durante un corto plazo, como después de una operación, pero también pueden ser muy adictivos, especialmente si se usan en forma indebida.

El riesgo de adicción de quienes consumen drogas es mayor en niños y adolescentes que en las personas adultas. En especial cuando se usan en el tratamiento de niños o adolescentes, los opioides solo se deben tomar para calmar el dolor intenso cuando ningún otro medicamento analgésico da resultado, y solo durante el menor tiempo posible. Y lo más importante: siempre bajo el control estricto de un profesional de la salud capacitado.

Además de los opioides que se recetan para tratar el dolor, hay opioides potentes que se venden en la calle y se usan con el único fin de drogarse, entre ellos la heroína y el fentanilo ilegal. Estas drogas también son muy adictivas. Todos los opioides—especialmente cuando se usan en forma indebida para drogarse y lograr una euforia o “high”, se combinan con otras drogas como alcohol o tranquilizantes o se usan para calmar el dolor sin la supervisión médica adecuada—pueden causar sobredosis fatales.

Aquí, en el Instituto Nacional sobre el Abuso de Drogas (NIDA, National Institute on Drug Abuse), hemos creado esta guía para ayudar a los padres a conversar con sus hijos. También tenemos un libro que la acompaña, **Opioid Facts for Teens**, que pueden compartir con ellos. A veces, iniciar la conversación es la parte más difícil. Espero que estos folletos les sean de ayuda.

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'N. Volkow', with a long horizontal line extending to the left.

Nora D. Volkow, M.D.

*Directora*

Instituto Nacional sobre el Abuso de Drogas (NIDA)



# Índice

<b>Carta a los padres.....</b>	<b>1</b>
<b>I. La conversación con los hijos: explicar los riesgos .....</b>	<b>5</b>
¿Sabía que? .....	6
El uso indebido de opioides puede tener efectos duraderos .....	6
Los opioides pueden ser adictivos.....	6
El consumo de opioides puede afectar todos los aspectos de la vida de un adolescente.....	6
<b>II. ¿Desea saber más? Algunas preguntas frecuentes sobre los opioides.....</b>	<b>7</b>
¿Qué son los opioides? .....	7
¿Qué es la heroína?.....	7
¿Qué relación hay entre los opioides recetados y la heroína?.....	8
¿Qué efectos tiene la heroína en el cerebro, el cuerpo y el comportamiento? .....	8
¿Cuáles son los opioides recetados más comunes? .....	9
¿Qué efectos tienen los opioides en el cerebro y cómo producen la euforia o "high"?.....	9
¿Qué efectos tienen los opioides sobre la salud?.....	9
¿Cómo se consumen los opioides?.....	10
¿Cuántos adolescentes usan opioides en forma indebida?.....	12
¿Por qué los jóvenes consumen opioides?.....	13
¿Cómo puedo evitar que mi hijo consuma opioides?.....	14
Si mi hijo se lesiona, ¿puede tomar los opioides recetados para otra persona? .....	14
He oído hablar de algo llamado "fentanilo"; ¿qué es?.....	14
¿Cómo puedo saber si mi hijo ha usado opioides en forma indebida? .....	15
¿Puede consumir opioides mi hija si está embarazada?.....	15
¿Qué es la dependencia y en qué se diferencia de la adicción?.....	15
¿Hay tratamientos para la adicción a los opioides? .....	16
¿Es posible sufrir una sobredosis de opioides?.....	16
Síntomas de la abstinencia.....	17
¿Es posible detener una sobredosis de opioides en el momento en que ocurre? .....	18
¿Qué se está haciendo para resolver la crisis de las sobredosis de opioides? .....	19
<b>III. Cómo iniciar la conversación.....</b>	<b>21</b>
<b>IV. Otros recursos útiles .....</b>	<b>23</b>



## **I. La conversación con los hijos: explicar los riesgos**

## ¿Sabía que...?

### **El uso indebido de opioides puede tener consecuencias duraderas.**

Cuando los opioides se usan en forma indebida, pueden tener efectos perjudiciales en el cerebro, por ejemplo, hacer que la respiración se vuelva lenta. La respiración lenta puede causar problemas de salud a corto y a largo plazo, entre ellos un estado de coma, daño cerebral y muerte. Algunos estudios han demostrado que el consumo indebido y repetido de opioides también puede afectar el comportamiento de una persona, su capacidad de tomar decisiones y su respuesta en situaciones de estrés, de modo que es importante estar al tanto de cualquier cambio en el comportamiento de los hijos adolescentes.

**Los opioides pueden ser adictivos.** Son unas de las drogas más adictivas que se conocen. Con el tiempo, pueden modificar el cerebro y crear adicción. Quienes son adictos a los opioides pueden sentir una necesidad intensa de consumir la droga una y otra vez. También pueden presentar síntomas de abstinencia graves cuando no consumen la droga. Estos síntomas negativos de abstinencia, junto con el deseo intenso de consumir opioides, son el motivo por el cual algunas personas continúan consumiendo opioides a pesar de las consecuencias negativas que el consumo tiene para su salud y bienestar.


**El consumo de opioides puede afectar todos los aspectos de la vida de un adolescente.** Consumir drogas cuando se es muy joven puede derivar en calificaciones pobres en la escuela y malas relaciones con amigos y familiares. El consumo de opioides también puede alterar la capacidad de juicio y aumentar la probabilidad de que el adolescente tome decisiones riesgosas, como tener sexo sin protección o conducir bajo el efecto de las drogas.<sup>1-3</sup>

---

<sup>1</sup> Dahl RE. Adolescent brain development: a period of vulnerabilities and opportunities. Keynote address. *Ann N Y Acad Sci.* 2004;1021:1-22. doi:10.1196/annals.1308.001

<sup>2</sup> Kessler RC, Berglund P, Demler O, Jin R, Merikangas KR, Walters EE. Lifetime prevalence and age-of-onset distributions of DSM-IV disorders in the National Comorbidity Survey Replication. *Arch Gen Psychiatry.* 2005;62(6):593-602. doi:10.1001/archpsyc.62.6.593

<sup>3</sup> Thornberry TP, Krohn MD, eds. *Taking Stock of Delinquency - An Overview of Findings.* New York, NY: Springer Science & Business Media; 2006. //www.springer.com/us/book/9780306473647. Accessed November 7, 2017.



## II. ¿Desea saber más? Algunas preguntas frecuentes sobre los opioides

### ¿Qué son los opioides?

Hay opioides legales—como los analgésicos recetados—y opioides ilegales—como la heroína y el fentanilo ilegal—. Los opioides recetados son medicamentos muy potentes para calmar el dolor. Algunos opioides recetados se fabrican directamente de la planta de amapola, y a otros los crean los científicos en laboratorios; ambas clases tienen estructuras químicas similares.

## La heroína es un opioide

### ¿Qué es la heroína?

La heroína es una droga ilegal adictiva que se elabora a partir de la morfina, una sustancia natural que se extrae de la vaina de semillas de varias plantas de amapola (adormidera) en las zonas del sudeste y sudoeste de Asia, en México y en Colombia. La heroína es un tipo de opioide. Puede presentarse en forma de polvo o como una sustancia negra y pegajosa. Se puede inyectar, aspirar, inhalar o fumar.

Los nombres callejeros de la heroína incluyen *caballo*, *el diablo*, *azúcar negro* y *jaco*, entre otros (*big H*, *black tar*, *chiva*, *hell dust*, *horse*, *negra*, *smack* y *thunder*, en inglés).



## ¿Qué relación hay entre los opioides recetados y la heroína?

Los analgésicos recetados y la heroína son químicamente similares y tienen efectos similares. Es posible volverse adicto a los dos y sufrir sobredosis de los dos. Algunas personas se vuelven adictas a los opioides recetados y después pasan a consumir heroína. Otras comienzan directamente con la heroína.

En algunas comunidades, la heroína cuesta menos y es potencialmente más fácil de conseguir que los opioides recetados, por lo que algunas personas que son adictas a los opioides recetados a veces pasan a la heroína. Datos del año 2011 mostraron que aproximadamente entre el 4% y el 6% de las personas que consumieron opioides recetados en forma indebida pasaron a la heroína<sup>4-6</sup>, y alrededor del 80% de quienes consumieron heroína habían usado antes opioides recetados en forma indebida.<sup>4-6</sup>

Datos más recientes sugieren que la heroína es con frecuencia el primer opioide que consumen las personas. En un estudio de personas que comenzaban un tratamiento para el trastorno por consumo de opioides, alrededor de un tercio reportó que la heroína fue el primer opioide que usaron regularmente para drogarse.<sup>7</sup>

## ¿Qué efectos tiene la heroína en el cerebro, el cuerpo y el comportamiento?

Al igual que otros opioides, la heroína se adhiere a los receptores opioides en el cerebro y el cuerpo, y al hacerlo causa euforia y alivia el dolor. Esto significa que los efectos a corto y largo plazo son similares a los que generan los opioides recetados. Sin embargo, las venas de quienes se inyectan heroína pueden colapsar.

---

<sup>4</sup> Muhuri PK, Gfroerer JC, Davies MC. Associations of Nonmedical Pain Reliever Use and Initiation of Heroin Use in the United States. CBHSQ Data Rev. August 2013.

<sup>5</sup> Cicero TJ, Ellis MS, Surratt HL, Kurtz SP. The Changing Face of Heroin Use in the United States: A Retrospective Analysis of the Past 50 Years. *JAMA Psychiatry*. 2014;71(7):821-826. doi:10.1001/jamapsychiatry.2014.366.

<sup>6</sup> Carlson RG, Nahhas RW, Martins SS, Daniulaityte R. Predictors of transition to heroin use among initially non-opioid dependent illicit pharmaceutical opioid users: A natural history study. *Drug Alcohol Depend*. 2016;160:127-134. doi:10.1016/j.drugalcdep.2015.12.026.

<sup>7</sup> Cicero TJ, Ellis MS, Kasper ZA. Increased use of heroin as an initiating opioid of abuse. *Addict Behav*. 2017 Nov;74:63-66. doi: 10.1016/j.addbeh.2017.05.030. Epub 2017 May 23. PubMed PMID: 28582659. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/28582659>

Además, las personas que se inyectan drogas aumentan su riesgo de contraer VIH o hepatitis C. Estas enfermedades se contagian de persona a persona por medio de la sangre y otros líquidos corporales. Cuando se comparten agujas u otros elementos que se usan en el consumo de drogas, es posible entrar en contacto con estos líquidos. El VIH, y con menos frecuencia la hepatitis C, también se puede contagiar al tener sexo sin protección.

## ¿Cuáles son los opioides recetados más comunes?

Los opioides recetados comunes incluyen:

- hidrocodona (Vicodin<sup>®</sup>)
- morfina (Kadian<sup>®</sup>, Avinza<sup>®</sup>)
- oxicodona (OxyContin<sup>®</sup>, Percocet<sup>®</sup>)
- codeína
- oximorfona
- fentanilo

## ¿Qué efectos tienen los opioides en el cerebro y cómo producen la euforia o "high"?

Los opioides se adhieren a receptores opioides que se encuentran en varias áreas del cerebro, la médula espinal y otros órganos, y los activan. Esto sucede en especial en las áreas que participan en las sensaciones de dolor y placer.

Cuando los opioides se adhieren a estos receptores, bloquean las señales de dolor que el cerebro envía al cuerpo y liberan grandes cantidades de dopamina en las áreas de recompensa del cerebro. La dopamina es una sustancia química que está a cargo de motivar nuestras acciones y repetir las experiencias placenteras. Esta liberación de dopamina puede reforzar tremendamente el acto de consumir la droga y hacer que la persona quiera consumirla una y otra vez a pesar de las consecuencias negativas.

## ¿Qué efectos tienen los opioides sobre la salud?

A corto plazo, los opioides pueden aliviar el dolor y hacer que la persona se sienta relajada. Sin embargo, también pueden tener efectos perjudiciales, como por ejemplo:

- somnolencia profunda
- estreñimiento
- confusión
- respiración lenta
- náuseas

Con el tiempo, el consumo y el uso indebido de opioides pueden causar insomnio, dolores musculares, problemas cardíacos, neumonía y adicción.

## ¿Cómo se consumen los opioides?

Los médicos recetan opioides para tratar el dolor y otros problemas de salud, como la tos o la diarrea. Cuando se usan siguiendo las indicaciones del médico y por un período corto, los opioides son relativamente seguros. Pero cuando se usan en forma indebida, pueden ser peligrosos.

### **Los opioides se utilizan en forma indebida cuando:**

- un opioide recetado se toma de una manera distinta a la indicada, como por ejemplo en dosis más grandes o con mayor frecuencia
- se toman las pastillas recetadas para otra persona (un familiar o un amigo), incluso si es por un problema médico real
- un medicamento recetado se toma para lograr un estado de euforia o "high"
- un opioide recetado se mezcla con alcohol u otras drogas
- las pastillas o las cápsulas se trituran o se abren para aspirar el polvo o disolverlo en agua e inyectar el líquido en una vena.

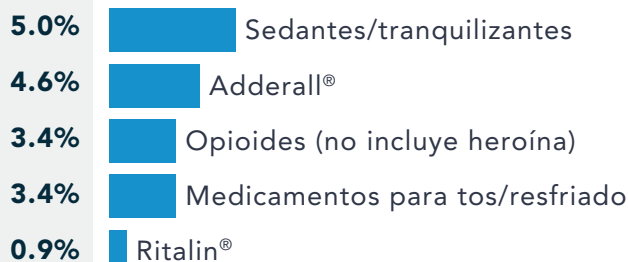
Algunos opioides, como la heroína, no están disponibles con receta médica. Las personas los usan solo para drogarse.



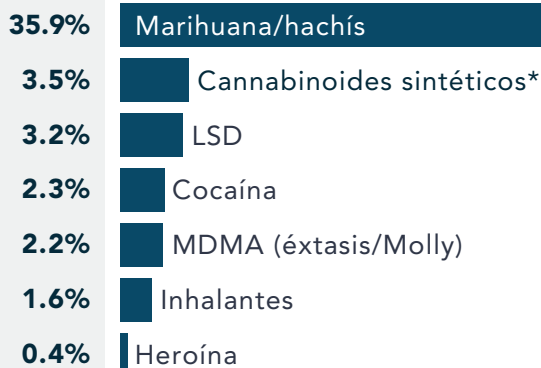
# Uso indebido de fármacos recetados/de venta libre vs. drogas ilegales el año anterior

Entre estudiantes de 12.º grado en 2018

## FÁRMACOS RECETADOS/DE VENTA LIBRE



## DROGAS ILEGALES



\*La encuesta llama "marihuana sintética" a los cannabinoides sintéticos.

## VICODIN® AND OXYCONTIN®



El consumo indebido de Vicodin® y OxyContin® entre estudiantes de 12.º grado el año anterior disminuyó marcadamente en los últimos 15 años.

### CLAVE

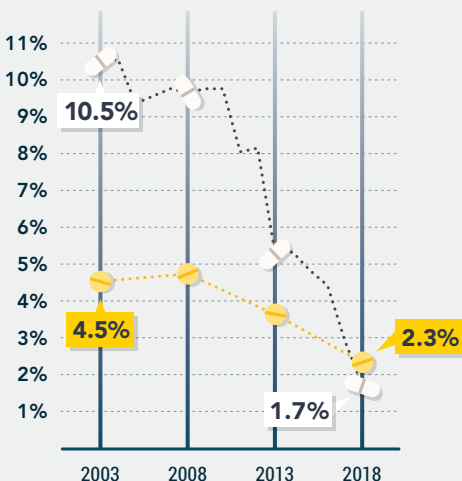


Vicodin®



OxyContin®

Fuente: resultados de la encuesta nacional *Monitoring the Future* sobre el consumo de drogas: 1975–2018: Overview, Key Findings on Adolescent Drug Use.



## ¿Cuántos adolescentes usan opioides en forma indebida?

Según la encuesta anual del NIDA Observando el futuro (*Monitoring the Future*) de estudiantes de 8.º, 10.º y 12.º grados, el consumo de un opioide recetado popular, Vicodin®, ha ido disminuyendo desde el 2009.<sup>8</sup> En el 2018, el 1.7% de los estudiantes de 12.º grado usaron Vicodin en forma indebida. Estas cifras decrecientes probablemente reflejan el esfuerzo de los padres y los expertos en salud pública de las comunidades locales. Sin embargo, los índices de consumo indebido de opioides aumentan después de los 18 años, de modo que es fundamental hablar con los adolescentes temprano y con frecuencia para reforzar estos mensajes de salud a medida que se preparan para dejar el hogar familiar y comenzar la vida adulta. Para ver más información, consulte la infografía *Drug and Alcohol Use in College-Age Adults in 2017* del NIDA.

<sup>8</sup> Johnston, L. D., Miech, R. A., O'Malley, P. M., Bachman, J. G., Schulenberg, J. E., & Patrick, M. E. (2019). *Monitoring the Future national survey results on drug use, 1975-2018: Overview, key findings on adolescent drug use*. Ann Arbor: Institute for Social Research, The University of Michigan



## ¿Por qué los jóvenes consumen opioides?

La curiosidad, la presión de sus compañeros y el deseo de encajar en su grupo de amigos son algunos de los motivos comunes por los que adolescentes y preadolescentes comienzan a consumir opioides. Para algunos, el consumo de opioides empieza como una manera de hacer frente a la ansiedad, el enojo, la depresión o el aburrimiento. Particularmente los adolescentes— aunque también los preadolescentes— pueden estar librando una lucha contra la depresión y la ansiedad sin darse cuenta de lo que está sucediendo, o no quieren hablar sobre ello. A menudo, los padres suponen que todo está bien si sus hijos no hablan sobre lo que sienten. Drogarse puede ser simplemente una manera de eludir los problemas y los desafíos del crecimiento. Los padres, abuelos y hermanos mayores son modelos que los niños siguen, y las investigaciones sugieren que el consumo de alcohol o drogas por parte de los familiares tiene gran influencia en que una persona joven comience a consumir drogas, como los opioides.

Ser drogadicto significa que la persona continúa buscando y tomando la droga a pesar de las consecuencias negativas. Todos los aspectos del entorno de un adolescente— el hogar, la escuela y la comunidad— pueden influir sobre si probarán las drogas, o incluso sobre si se volverán adictos.

## ¿Cómo puedo evitar que mi hijo consuma opioides?

No hay una solución simple ni rápida para evitar que los adolescentes consuman opioides en forma indebida. Sin embargo, se puede lograr. Las investigaciones demuestran que los padres tienen una gran influencia sobre sus hijos adolescentes. Por eso, hable con franqueza con sus hijos sobre los efectos de los opioides y otras drogas y participe activamente en su vida.

Para facilitar el comienzo de la conversación, la sección siguiente brinda algunos puntos clave sobre los opioides que puede compartir con sus hijos para ayudarlos a tomar las mejores decisiones y evitar el uso indebido de opioides. Estos puntos clave cubren los tipos de preguntas y comentarios que los adolescentes hacen diariamente en nuestro **blog sobre drogas** y la salud en el sitio web del NIDA para adolescentes, **NIDA for Teens**. Los datos, preguntas y recursos que se presentan después de esa sección le darán más información para conversar con sus hijos adolescentes.

## Si mi hijo se lesiona, ¿puede tomar los opioides recetados para otra persona?

No. Es peligroso darle a su hijo el medicamento de otra persona, incluso si tiene un dolor intenso. Nunca debe darles a sus hijos opioides que no han sido recetados para ellos. Los médicos recetan opioides en forma específica según el historial médico y físico del paciente, como el peso, otras enfermedades o cómo los opioides interactúan con otros medicamentos que pudiera estar tomando su hijo. Sin consultar con un médico, no sabrá de qué manera los opioides pueden afectar a su hijo o qué dosis sería una dosis que no presentaría riesgos. Si a su hijo le recetan opioides, asegúrese de vigilar muy de cerca que los use como lo indicó el médico.

## He oído hablar de algo llamado fentanilo; ¿qué es?

El fentanilo es otro tipo de opioide similar a la morfina. Es cincuenta veces más potente que la heroína. Se lo receta para el tratamiento de dolores intensos y también se usa en operaciones quirúrgicas. Pero además, el fentanilo se fabrica y usa ilegalmente. A veces se agrega a la heroína o a otras drogas, como cocaína y metanfetamina, lo que crea combinaciones potentes e impredecibles que pueden causar una sobredosis fatal.

## ¿Cómo puedo saber si mi hijo ha estado usando opioides en forma indebida?

Los cambios en el comportamiento de su hijo—como no peinarse, no cepillarse los dientes, no bañarse, cambiar con frecuencia su estado de ánimo o tener relaciones difíciles con amigos y familiares—pueden ser señales de que su hijo está usando opioides u otras drogas en forma indebida. También es importante observar si hay cambios en las calificaciones escolares, ausencias a clases o a la escuela, pérdida del interés en las actividades con amigos de las que antes disfrutaba, cambios en los hábitos de alimentación o de sueño, o problemas en la escuela o con las autoridades. Todos estos cambios podrían estar relacionados con el consumo de drogas o indicar otros problemas.

## ¿Puede consumir opioides mi hija si está embarazada?

Incluso cuando se toman siguiendo las indicaciones del médico, el consumo de opioides durante el embarazo puede aumentar el riesgo de aborto espontáneo o de que el bebé tenga poco peso al nacer. También puede generar el síndrome de abstinencia neonatal, que es un trastorno médico que ocurre cuando el bebé nace con dependencia de los opioides y tiene síntomas de abstinencia.

Si una mujer embarazada trata de dejar de consumir opioides sin ayuda médica, puede poner en riesgo al bebé. Es importante que las mujeres embarazadas hablen con el médico sobre todos los medicamentos y cualquier otra droga que están tomando o planeando tomar, para que el bebé tenga más posibilidades de nacer sano. Si una mujer embarazada consume opioides en forma indebida, hay tratamientos que pueden ayudarla.

## ¿Qué es la dependencia y en qué se diferencia de la adicción?

Muchas personas que toman opioides recetados para el dolor se vuelven dependientes, pero eso no es lo mismo que volverse adicto. La dependencia ocurre cuando el organismo se acostumbra a la droga para calmar el dolor y la persona se siente muy mal cuando deja de tomarla. Si a su hijo le recetan opioides, debe hablar con el médico sobre cómo dejar de tomarlos sin riesgos.

Ser drogadicto significa que la persona continúa buscando y tomando la droga a pesar de las consecuencias negativas. Es posible volverse dependiente de los opioides sin ser adicto, pero en algunos casos la dependencia puede llevar a la adicción.



## ¿Hay tratamientos para la adicción a los opioides?

Dejar de consumir opioides puede ser difícil, pero es posible. Usted puede trabajar con el médico de su hijo para crear planes personalizados de tratamiento que pueden incluir medicamentos y terapia. Hay tres medicamentos aprobados por la FDA para tratar la adicción a los opioides y reducir el deseo intenso de consumir la droga, y las opciones se pueden adaptar a las necesidades individuales. La buprenorfina y la metadona son medicamentos llamados *agonistas opioides* o *agonistas opioides parciales* que se adhieren a los mismos receptores que los opioides en el cerebro. La naltrexona es otro medicamento que trata la adicción a los opioides, pero es un *antagonista*, es decir que evita que los opioides causen efecto en el cerebro. Además, la Administración de Alimentos y Medicamentos de Estados Unidos (FDA) recientemente aprobó un medicamento llamado lofexidina para ayudar a aliviar los síntomas de abstinencia en las personas que están tratando de dejar de consumir opioides.

Si bien son pocos los centros de tratamiento que ofrecen medicamentos, la Academia Nacional de Ciencias de Estados Unidos (NAS) publicó hace poco un informe científico en el que afirma que los agonistas opioides o agonistas parciales son especialmente eficaces, salvan vidas y tienen mejor resultado a largo plazo que otros medicamentos o que no tomar ningún medicamento.<sup>9</sup> Una combinación de medicamentos con terapia conductual puede reforzar los objetivos del tratamiento, reconstruir las relaciones con familiares y amigos y adquirir hábitos saludables para llevar una vida sana.

## ¿Es posible sufrir una sobredosis de opioides?

Sí. La sobredosis de opioides puede hacer que la respiración se vuelva lenta, lo cual puede causar hipoxia, que es cuando llega muy poco oxígeno al cerebro. La hipoxia puede tener efectos psicológicos y neurológicos, entre ellos, el estado de coma, daño cerebral permanente o la muerte.

<sup>9</sup> National Academies of Sciences, Engineering, and Medicine. 2019. Medications for Opioid Use Disorder Save Lives. Washington, DC: The National Academies Press. <https://doi.org/10.17226/25310>.



## Síntomas de la abstinencia

Los síntomas de abstinencia de los opioides pueden comenzar apenas unas pocas horas después de consumir la droga e incluyen:

- dolores en músculos y huesos
- problemas para dormir
- diarrea y vómitos
- escalofríos con “piel de gallina”
- movimientos incontrolables de las piernas
- fuertes deseos de consumir la droga

Algunas personas confunden el dolor causado por la abstinencia con el dolor inicial por el que empezaron a tomar la droga. Solamente el médico puede ayudar a evaluar la mejor estrategia para aliviar el dolor o el malestar durante la abstinencia.

## ¿Se puede detener una sobredosis de opioides en el momento en que ocurre?

Sí, siempre que se actúe con rapidez. Si piensa que su hijo ha sufrido una sobredosis de opioides, lo más importante es llamar al 911. Al llegar, el personal médico probablemente le administre naloxona, un medicamento aprobado por la FDA que puede bloquear los efectos de los opioides y revertir la sobredosis rápidamente. La naloxona está disponible en forma de solución inyectable, como un dispositivo autoinyector y como un vaporizador nasal aprobado por la FDA.

Algunos estados requieren receta médica para la naloxona, mientras que otros han aprobado leyes que permiten que las farmacias vendan naloxona sin una receta personal. Esto permite que amigos, familiares y miembros de la comunidad tengan naloxona a mano para salvar la vida de alguien que ha sufrido una sobredosis.

Sin embargo, es importante recordar que la naloxona no reemplaza la atención médica. Solamente actúa para revertir una sobredosis de opioides en el organismo durante 30 a 90 minutos, por lo que la persona puede todavía sentir los efectos de la sobredosis una vez que la naloxona deja de hacer efecto. Además, algunos opioides son más potentes y podrían requerir varias dosis. Por lo tanto, es primordial llamar al 911 para que el paciente reciba atención inmediata.

Las personas a quienes se les administra naloxona deben estar bajo constante observación hasta que llegue el personal de emergencia, y la vigilancia debe extenderse otras dos horas después de la última dosis de naloxona para asegurar que su respiración no se vuelva lenta o se detenga. La reversión de una sobredosis es un momento clave para conectar a los pacientes adictos a los opioides con el tratamiento de su adicción.

# ¿Qué se está haciendo para resolver la crisis de sobredosis de opioides?

Tanto el gobierno federal como los gobiernos estatales y locales—al igual que organizaciones de defensa de derechos, investigadores y profesionales de la salud—están trabajando juntos para abordar esta crisis de salud pública desde todos los ángulos.

## Entre las estrategias se cuentan:

- mejorar el acceso a los servicios de tratamiento y recuperación
- promover el uso de naloxona por parte del personal de auxilio inicial y testigos ocasionales
- reforzar nuestra comprensión de la crisis por medio de una mejor vigilancia de la salud pública
- crear estrategias y medicamentos seguros y eficaces para controlar el dolor
- mejorar los medicamentos para tratar a las personas adictas a los opioides
- mejorar las estrategias de prevención

Investigadores financiados por los Institutos Nacionales de la Salud (NIH, National Institutes of Health) están explorando mejores formas de prevenir y tratar el uso indebido de opioides. Están estudiando las formas en que los opioides actúan en las vías cerebrales para poder crear medicamentos opioides más seguros que no presenten riesgo de adicción. Lea más sobre el programa de NIH para eliminar la adicción a largo plazo llamado HEAL<sup>SM</sup> (Helping to End Addiction Long-Term) en <https://www.drugabuse.gov/drugs-abuse/opioids/nidas-role-in-nih-heal-initiative>.

Los científicos también están ideando nuevas maneras de introducir los medicamentos en el organismo. Entre ellas se cuentan formulaciones implantables y de larga duración que pueden liberar el medicamento para el tratamiento de la adicción a los opioides durante semanas o meses, en vez de tener que tomar una pastilla todos los días o día por medio.





### III. Cómo iniciar la conversación

Como se ha explicado en esta guía, el uso indebido de opioides puede afectar la salud y el bienestar de niños y adolescentes en un punto crucial de su vida: cuando están creciendo, aprendiendo, madurando y estableciendo las bases para sus años adultos.

Los hijos recurren a los padres—es decir, a usted—en busca de ayuda y guía para solucionar problemas y tomar decisiones, incluida la decisión de no consumir drogas. Incluso si usted ha consumido drogas alguna vez, puede tener una conversación franca sobre los peligros del consumo. Decirle o no a su hijo que usted ha consumido drogas es una decisión personal. Pero la experiencia propia nos puede preparar mejor para enseñar a otros y aprovechar el valor de los errores del pasado. Usted puede explicar que hay una crisis de opioides en el país y que el uso indebido de opioides puede tener efectos perjudiciales en el cerebro en desarrollo.

Como los opioides se pueden comprar con receta, muchos niños y adolescentes no comprenden el peligro que representan, y son más pocos

## Consejos para los padres

- Sepa escuchar.
- Defina claramente las expectativas sobre el consumo de drogas y alcohol, incluidas las consecuencias reales de no cumplir con las reglas familiares.
- Ayude a sus hijos a manejar la presión de sus compañeros para consumir drogas.
- Conozca a los amigos de sus hijos y a sus padres.
- Si está preocupado, haga evaluar a su hijo por problemas de salud mental como depresión o ansiedad.
- Sepa dónde están sus hijos.
- Controle cuidadosamente los medicamentos que toman sus hijos.
- No deje opioides que no consumió en lugares accesibles en su hogar.
- Supervise las actividades de los adolescentes.
- Hable con sus hijos con frecuencia.
- No ignore las señales de cambios negativos en sus hijos.

aún quienes entienden que la heroína es un opioide. Muchos tampoco se dan cuenta de que a muchas drogas de la calle se les agrega la peligrosa sustancia fentanilo. El uso indebido de opioides puede ser perjudicial y alterar el curso de la vida de jóvenes e impedir que logren su potencial pleno. Eso solo es motivo suficiente para tener esta conversación difícil con sus hijos. Asegúrese de centrar la conversación en cuánto le preocupa a usted la salud de su hijo.

Esperamos que esta guía aliente y ayude a los padres a iniciar el diálogo y—aún más importante— a mantener abiertas las vías de comunicación.

¿Desea participar en forma activa? Considere coordinar un evento durante la Semana Nacional de información sobre drogas y alcohol (National Drug and Alcohol Facts Week) con materiales gratuitos del NIDA, o comuníquese con nosotros en [drugfacts@nida.nih.gov](mailto:drugfacts@nida.nih.gov). Visite <https://teens.drugabuse.gov/national-drug-facts-week>.

# IV. Otros recursos útiles

Hay numerosos recursos disponibles, muchos de ellos en su propia comunidad, donde puede obtener información que lo ayudará a hablar con sus hijos sobre las drogas.

Algunas fuentes de información son la biblioteca, la escuela o alguna organización local de servicios comunitarios. También puede comunicarse con las organizaciones gubernamentales que se listan a continuación.

## **Instituto Nacional sobre el Abuso de Drogas (National Institute on Drug Abuse, NIDA)**

El NIDA forma parte de los Institutos Nacionales de la Salud (NIH, National Institutes of Health) y ofrece una gran variedad de publicaciones, materiales educativos y videos gratuitos para ayudar a los padres a hablar con sus hijos sobre el consumo de drogas.

### **Algunos de los recursos gratuitos incluyen:**

- **Chequeo familiar**, (versión en línea o impresa), brinda a los padres conocimientos basados en la investigación, como videos con consejos de conversación sobre cómo ayudar a sus hijos a tomar buenas decisiones personales.
- **Drugs: Shatter the Myths (Drogas: destruir los mitos)**, un folleto que los padres pueden entregar a sus hijos adolescentes para ayudar a responder preguntas frecuentes sobre las drogas y su uso indebido.
- **Step-by-Step Guide**, una guía en línea que indica paso por paso lo que pueden hacer los padres si parece que sus hijos están consumiendo drogas en forma indebida.
- **Principios de prevención del abuso de sustancias en la adolescencia temprana**, un informe en línea sobre la intervención temprana y sus efectos positivos en el desarrollo.

Encontrará una lista de materiales adicionales en nuestra página **Padres y educadores (Parents & Educators)**.

Tenemos más información sobre los opioides y otras drogas en el sitio principal del NIDA, (<https://www.drugabuse.gov/es/en-espanol>) y en nuestro sitio para adolescentes, **NIDA for Teens** (<https://teens.drugabuse.gov/>). Puede solicitar esta y otras publicaciones impresas del NIDA en [drugpubs.drugabuse.gov](http://drugpubs.drugabuse.gov).





### **Instituto Nacional de Abuso de Alcohol y Alcoholismo**

(National Institute on Alcohol Abuse and Alcoholism, NIAAA)

En el sitio web del NIAAA, [niaaa.nih.gov](http://niaaa.nih.gov), encontrará información sobre una variedad de temas relacionados con el alcohol, que con frecuencia se entrecruza con problemas de consumo de otras drogas.

### **Instituto Nacional de Salud Mental**

(National Institute of Mental Health, NIMH)

El sitio web del NIMH, [nimh.nih.gov](http://nimh.nih.gov), contiene los resultados de las últimas investigaciones y muchos otros recursos informativos sobre los trastornos de salud mental y el uso indebido de drogas. Con frecuencia el uso indebido de drogas comienza cuando los niños y adolescentes están luchando contra la depresión o la ansiedad.

### **Administración de Servicios para el Abuso de Sustancias y la Salud Mental**

(Substance Abuse and Mental Health Services Administration, SAMHSA)

El buscador de centros de tratamiento de SAMHSA puede ser útil para encontrar un programa local de tratamiento del alcoholismo o el abuso de drogas. Visite [samhsa.gov](http://samhsa.gov) para consultar más información sobre la prevención del trastorno por consumo de drogas y normas, programas y servicios de tratamiento.

### **Administración para el Control de Drogas**

(Drug Enforcement Administration, DEA)

Visite [dea.gov](http://dea.gov) para obtener información sobre varias drogas y las leyes sobre el consumo de drogas. La DEA también tiene un sitio web con recursos para padres, educadores y cuidadores: [getsmartaboutdrugs.gov](http://getsmartaboutdrugs.gov).



**DEPARTAMENTO DE SALUD Y SERVICIOS HUMANOS DE ESTADOS UNIDOS**

Publicación de los Institutos Nacionales de la Salud  
NIH Publication No. 19-DA-8076

Impreso en junio del 2019

*Esta publicación está disponible para su uso y puede ser reproducida **en su totalidad** sin pedir autorización al NIDA. Se agradece la citación de la fuente de la siguiente manera:*

*Fuente: Instituto Nacional sobre el Abuso de Drogas;  
Institutos Nacionales de la Salud; Departamento de Salud  
y Servicios Humanos de Estados Unidos.*



National Institute  
on Drug Abuse