



### Continúa la epidemia de opioides en EE. UU.

En octubre de 2017, el presidente de los Estados Unidos declaró que la epidemia de sobredosis de opioides era una emergencia de salud pública. Desde entonces, la epidemia de opioides en los Estados Unidos ha seguido cobrándose cientos de vidas semanalmente. Más de 115 personas mueren cada día a causa de una sobredosis de opioides y más de mil son tratadas en las salas de emergencia de los hospitales por la toma indebida de opioides recetados.

Es importante que todas las personas en los Estados Unidos sepan si algún medicamento que está tomando contiene opioides y que se informen sobre los peligros de tomar analgésicos a base de opioides. Muchas personas no saben que los medicamentos comúnmente recetados como Vicodin y Percocet son opioides. Los medicamentos opioides se ligan a los receptores de opioides en el cerebro y actúan diciéndole al cerebro que no hay dolor. No detienen el dolor ni tratan la causa subyacente del dolor, simplemente “engañan” al cerebro para que piense que el dolor ha desaparecido. Los medicamentos opioides pueden ser muy peligrosos debido a sus propiedades adictivas.

Las personas que están bajo mayor riesgo de volverse adictas y/o de tomar una sobredosis de analgésicos narcóticos son aquellas que están tomando estos medicamentos por primera vez y no entienden los riesgos, aquellas que están tomando múltiples formas de opioides y aquellas que mezclan los medicamentos con alcohol u otras drogas. Las personas que sufren de afecciones cardíacas, obesidad, apnea del sueño y afecciones respiratorias también están bajo mayor riesgo.

Los pacientes siempre deben hablar con su médico de todos los riesgos asociados con la

toma de opioides recetados, y si podría haber alternativas más seguras y efectivas. Si bien es cierto que los opioides son un tratamiento eficaz para el dolor, debido a los riesgos asociados con los medicamentos, siempre es una buena idea preguntarle al médico si se puede probar primero un medicamento no opioide o un tratamiento alternativo para el dolor.

### ¡Hable con su médico!

Para aquellos que deciden usar analgésicos narcóticos, es importante hablar con el médico que los prescribe sobre la opción de tomar la dosis más baja posible durante el menor tiempo posible. Es sumamente importante limitar el tiempo que deben tomarse los medicamentos opioides.

Si una persona toma medicamentos a base de opioides durante mucho tiempo, su cuerpo puede comenzar a sentir menos el efecto narcótico, y puede sentir la necesidad de tomar una mayor cantidad del medicamento para obtener resultados. Pero uno nunca debe tomar una mayor cantidad de un analgésico narcótico sin hablar primero con el médico que le recetó el medicamento. Tomar más opioides puede aumentar la posibilidad de efectos secundarios graves, sobredosis y adicción. Los opioides son medicamentos altamente adictivos, por lo que es importante consultar estrechamente con el médico que los prescribe.

El médico también debe estar al tanto de todos y cada uno de los demás medicamentos y drogas que se toman, y de la cantidad de alcohol que se consume. Los pacientes responsables deben preguntar a su médico si pueden manejar u operar maquinaria y cuándo, y hablar con el médico de la naturaleza de su trabajo y de cómo pueden estar afectados. Es importante que los empleados consideren cómo sus medicamentos recetados podrían afectar a su capacidad de realizar su trabajo de manera segura.

### **La epidemia afecta a las empresas**

Muchas compañías han sufrido repercusiones negativas en sus negocios por el consumo de opioides por parte de sus empleados, y es responsabilidad y deber de los empleados notificar a sus empleadores si están tomando algún medicamento con efectos secundarios perjudiciales para que la compañía pueda tomar las medidas necesarias para proteger a la persona, a sus compañeros de trabajo y a los clientes.

Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC, por sus siglas en inglés) de Atlanta calculan que la carga económica total del uso indebido de opioides recetados es de casi 80.000 millones de dólares anuales. Las empresas estadounidenses soportan una gran parte de esa carga por el aumento de los costos del seguro médico, más accidentes en el lugar de trabajo, pérdida de productividad y otras repercusiones negativas para la empresa.

La epidemia de opioides también ha dificultado que las compañías—especialmente las pequeñas—encuentren, contraten, y retengan a trabajadores cualificados. Muchos jóvenes de los Estados Unidos no están trabajando o buscando trabajo activamente como resultado de la adicción a los opioides.

Desde compañías que no pueden cubrir puestos hasta muertes por sobredosis en el lugar de trabajo, pasando por jóvenes que no logran alcanzar su pleno potencial, la epidemia de opioides es realmente una plaga en los Estados Unidos.

Muchos estudios recientes han relacionado el aumento de lesiones y muertes en los lugares de trabajo estadounidenses con la epidemia de opioides. Por ejemplo, un estudio reciente titulado "Las muertes por sobredosis de opioides en Massachusetts

por industria y ocupación, 2011-2015," reveló que los trabajadores de las industrias con altas tasas de lesiones laborales tenían tasas más altas de sobredosis fatales de opioides.

### **Prevención de las muertes por sobredosis de opioides**

¿Qué pueden hacer los empleados para contribuir a prevenir las muertes por sobredosis en el lugar de trabajo? El primer paso es ser consciente de los signos de una sobredosis. Los efectos de la sobredosis de drogas abarcan una respiración lenta y fuerte (o detenida); somnolencia que pasa a ser estupor o coma; músculos débiles y flácidos; piel fría y húmeda; pupilas puntiformes; frecuencia cardiaca lenta; presión arterial peligrosamente baja y, en última instancia, la muerte.

Si sospecha que un compañero de trabajo puede haber sufrido una sobredosis, llame al 911 inmediatamente. Aunque parezca que están durmiendo, en realidad pueden estar inconscientes. Después de llamar al 911, coloque a la persona en posición de recuperación y prepárese para la reanimación cardiopulmonar. Si usted o alguien a su alrededor tiene naloxona, adminístrese-la inmediatamente.

La naloxona es un fármaco muy eficaz para revertir las sobredosis de opioides. Los agentes de policía, los proveedores de servicios médicos de emergencia y los profesionales de respuesta ajena a emergencias transportan este medicamento para ese propósito. El cirujano general de los Estados Unidos también está instando a otras personas que pueden encontrarse con personas bajo riesgo de sobredosis de opioides a que tengan naloxona disponible y a que aprendan a utilizarla para salvar vidas. Tratar a alguien con naloxona no le hará daño y puede significar la diferencia entre la vida y la muerte.