



**El suicidio es complicado
y trágico, pero a menudo
se puede prevenir.**

www.LiveDrugFree.org

DFW en Español

Abuso de alcohol y adicción a los opiáceos

Más de 50 estadounidenses mueren cada día por sobredosis de analgésicos opiáceos. Una de cada cinco de estas muertes por sobredosis está asociada al consumo de alcohol.

El alcohol y los analgésicos pueden ser extremadamente mortales cuando se mezclan, y este tipo de muerte por sobredosis ha ido en aumento debido a un incremento de las adicciones a las drogas opiáceas en los Estados Unidos en las últimas décadas.

El abuso de alcohol por sí solo ocasiona numerosos problemas a los alcohólicos, pero también puede aumentar los efectos negativos de drogas como los analgésicos narcóticos y otros medicamentos recetados en formas impredecibles y peligrosas. Los efectos secundarios de estas interacciones con otros medicamentos pueden ser graves y poner en peligro la vida.

Además de los problemas de salud relacionados con el alcohol, el consumo de alcohol puede provocar accidentes que producen dolor, lo que lleva al usuario a buscar y posiblemente abusar de analgésicos opiáceos como la hidrocodona, la oxicodona y la morfina. Estos potentes analgésicos pueden ayudar a algunas personas que sufren de dolor crónico, pero cuando se abusa de ellos o se toman en combinación con otras drogas o alcohol, pueden poner en peligro la salud del paciente.

El consumo de alcohol también puede hacer que ciertas condiciones como las complicaciones posquirúrgicas se agraven considerablemente, lo cual conduce a un abuso de analgésicos para aguantar el malestar. Si un paciente recibe una receta para analgésicos opiáceos, es importante que no consuma alcohol mientras esté tomando el medicamento.

La mezcla de alcohol y analgésicos a base de opiáceos puede producir efectos secundarios peligrosos como:

- Paro respiratorio
- Pérdida del conocimiento
- Mareos y pérdida de coordinación

- Inestabilidad cardiovascular
- Picos o caídas graves de la presión arterial
- Ritmo y frecuencia cardíaca irregulares
- Deshidratación
- Náuseas y vómitos intensos
- Coma

Junto con estas complicaciones graves y potencialmente mortales, el consumo problemático de alcohol puede hacer que una persona no siga los tratamientos para las enfermedades físicas, aumentando así el riesgo de sufrir aún más dolor. Si a esto se añaden las propiedades analgésicas del alcohol, que pueden dar lugar a que los consumidores desarrollen una mayor tolerancia a los efectos de los medicamentos recetados, se hace cada vez más evidente que el abuso del alcohol puede conducir a la drogadicción. Estas son algunas de las muchas razones por las que los médicos siempre preguntan a los pacientes acerca de su consumo de alcohol antes de emitir una receta.

La combinación más peligrosa

El efecto secundario más peligroso para la vida al mezclar alcohol y analgésicos narcóticos es la depresión de la respiración. Tanto el alcohol como los opiáceos disminuyen la frecuencia respiratoria. Sin suficiente oxígeno, el cerebro cierra los órganos internos, causando que la persona sufra daños cerebrales y la muerte debido a la falta de oxígeno.

El alcohol también aumenta el efecto sedante de los narcóticos, lo que conduce a un aumento de la somnolencia y a una subsiguiente pérdida del conocimiento. Una persona bajo la influencia del alcohol y los opioides sería extremadamente peligrosa al volante de cualquier vehículo. Por supuesto, las personas no deben manejar bajo la influencia de ninguna sustancia, pero intentar hacerlo cuando toman alcohol y analgésicos es prácticamente una catástrofe garantizada.

Prevención de muertes por sobredosis

Si una persona toma una sobredosis de una droga opiácea, es probable que el personal médico y los servicios de emergencia usen un medicamento llamado naloxona para intentar salvarle la

vida. La naloxona se liga a los receptores del cerebro y puede detener temporalmente una sobredosis. No obstante, la naloxona solo puede detener los efectos de la sobredosis durante el tiempo suficiente para llevar a la persona a un hospital. Nunca dé por sentado que la naloxona es suficiente para detener los efectos de una sobredosis permanentemente. Tenga también en cuenta que la naloxona no puede revertir los efectos de la intoxicación por alcohol.

Si una persona ha estado abusando del alcohol y tomando opioides en sobredosis, es aún más importante llevarla a un hospital inmediatamente. Incluso si la naloxona detiene los efectos de la sobredosis, la persona podría estar sufriendo de intoxicación por alcohol y necesitará un tratamiento especial, como carbón activado, un lavado de estómago y cuidados de apoyo de emergencia.

Las personas que combinan drogas opioides y alcohol se exponen a un riesgo muy alto de sufrir un tipo de sobredosis extremadamente difícil de tratar que a menudo resulta en la muerte. En el ámbito de la salud mental hay quienes creen que muchas de estas muertes por sobredosis son en realidad suicidios.

La siguiente información procede del Departamento de Salud Conductual y Discapacidades del Desarrollo de Georgia.

Apoyo después de una pérdida por suicidio

El suicidio alcanza sus niveles máximos a finales del invierno y principios de la primavera. Las familias, amigos, clientes y compañeros de trabajo que han perdido a un ser querido por suicidio a menudo tienen dificultades para sobrellevar el dolor en el lugar de trabajo. Los seres queridos de una persona que se suicida pueden beneficiarse del apoyo de amigos, familiares y compañeros de trabajo. La National Action Alliance (Alianza de Acción Nacional) ha desarrollado pautas y recursos para seres queridos de personas que se suicidan y las personas que les prestan apoyo a la hora de responder al dolor, al trauma y a la angustia después de un suicidio: Pautas nacionales de EE.UU.: <https://theactionalliance.org/sites/default/files/inline-files/NationalGuidelines.pdf>. Las pautas sugieren las siguientes formas de apoyo.

Estar presente para la persona afligida por el suicidio. Hablar de vivencias comunes relacionadas con el dolor de perder a un ser querido. Escuchar con compasión los recuerdos y las historias. Recordar la vida de la persona así como se recuerda la muerte.

Fomentar el autocuidado, como caminar diariamente, relacionarse con otras personas, comer saludablemente y mantener patrones de sueño adecuados. Compartir rutinas de autocuidado, como caminar juntos.

Comunicar información útil. Algunos ejemplos de información útil para los seres queridos de personas que se suicidan son el tipo de respuestas al dolor y al trauma que podrían surgir, habilidades para sobrellevar la situación, dónde encontrar recursos y cómo ayudar a los niños.

Fomentar el apoyo de los compañeros y la autoayuda mutua. Los seres queridos de personas que se suicidan organizan grupos para superarlo (llamados Survivors of Suicide) y acontecimientos tanto por Internet como en persona.

Dónde encontrar grupos de apoyo para seres queridos de personas que se suicidan

Red de Acción para la Prevención del Suicidio de Georgia (SPAN-GA): www.span-ga.org

El Link Counseling Center y el National Resource Center for Suicide (Centro Nacional de Recursos para el Suicidio), Prevención y cuidados posteriores: www.thelink.org

Fundación Americana para la Prevención del Suicidio (AFSP) www.afsp.org

Para obtener más información sobre la prevención del suicidio, visite el sitio web de DBHDD: <https://dbhdd.georgia.gov/suicide-prevention>.

O póngase en contacto con el director de prevención de suicidios, Walker Tisdale: walker.tisdale@dbhdd.ga.gov.

National Suicide Prevention Lifeline (línea de atención nacional sobre prevención de suicidios): 1-800-273-talk (8255).