



Según la más reciente evaluación nacional de la amenaza de las drogas de la Administración de Control de Drogas (DEA), el 53,1% de las personas que consumen indebidamente analgésicos de prescripción médica obtienen sus medicamentos de un amigo o pariente de forma gratuita, a cambio de un pago, o por robo. Por eso es tan importante no compartir nunca medicamentos con otras personas, y almacenar y eliminar de forma segura todos los medicamentos recetados.

Almacenamiento y eliminación segura de medicamentos recetados

Si alguno de sus medicamentos de venta con receta ha caducado, debe desecharlo de la forma correcta. Los medicamentos caducados pueden dejar de ser seguros o eficaces. Asegúrese de que su medicamento recetado permanezca en el envase original con la tapa de seguridad bien cerrada y manténgalo en un lugar seguro, fuera del alcance de niños y animales domésticos.

Guarde cualquier narcótico de prescripción como la morfina, los opiáceos o la codeína en una caja fuerte de medicinas o un armario o cajón bajo llave. Estos analgésicos son los medicamentos por prescripción de los que se abusa con mayor frecuencia, y son responsables de más del 75 por ciento de las muertes por sobredosis.

El consumo indebido de estos medicamentos basados en opioides puede ocasionar mareos, sedación, debilidad, sudoración y más. Una dosis alta de un medicamento opiáceo puede deprimir la respiración y conducir al coma o a la muerte. El dejar de consumir opiáceos de forma repentina puede provocar síntomas de abstinencia como inquietud, vómitos, diarrea, dolor y escalofríos. El almacenamiento seguro de estos medicamentos controlados es especialmente importante, ya que pueden ser extremadamente peligrosos si se toman cuando no se han recetado o de una manera diferente a la prescrita.

Debe deshacerse lo antes posible de todos los medicamentos de venta con receta que no haya utilizado o que hayan caducado. La eliminación oportuna de los medicamentos de venta con receta puede reducir el riesgo de que otras personas tomen el medicamento accidentalmente o lo utilicen indebidamente de manera intencional.

La manera de deshacerse de sus medicamentos recetados que es más adecuada y ecológica es mediante un programa de recuperación de medicamentos. La DEA ofrece periódicamente sitios de desecho de medicamentos en ciudades y pueblos de todo el país. La DEA también facilita lugares permanentes de desecho de medicamentos en muchas farmacias y hospitales.

En Georgia, puede acceder a una lista de sitios de desecho de medicamentos aquí: <https://stoprxabuseinga.org/prescription-drug-disposal/>.

Si no hay lugares de desecho en su zona, existen maneras de deshacerse de sus medicamentos en casa de forma segura.

Asegúrese de leer la etiqueta del envase de su medicamento antes de desecharlo. Las sustancias controladas y otros medicamentos pueden ser perjudiciales si son ingeridos por otras personas, por lo que la etiqueta puede contener instrucciones especiales de desecho que se deben seguir. Si no hay instrucciones especiales, puede arrojar sus medicamentos en la basura de su casa, siguiendo estos cuatro pasos:

1. Mezcle la medicina con tierra, arena para gatos o posos de café viejos.
2. Ponga la mezcla en un recipiente, como una bolsa de plástico sellada.
3. Deseche el recipiente en la basura de su casa.
4. Tache todos los datos personales de la etiqueta de prescripción del frasco de medicamentos vacío para que sean ilegibles. Luego deseche o recicle el frasco vacío de la medicación.

Sobredosis de medicamentos con receta

Es frecuente el uso de opioides de venta con receta para tratar el dolor crónico y agudo; cuando se utilizan de manera adecuada pueden ser un componente importante del tratamiento, pero conviene recordar que su consumo entraña graves riesgos.

Cuando se toman opioides, el riesgo de sobredosis y muerte aumenta en los siguientes casos: en dosis más altas, durante periodos más largos, con mayor frecuencia de lo prescrito, cuando se combinan con benzodiazepinas (también conocidas como "benzos," como diazepam y alprazolam), otros sedantes o alcohol, y cuando se combinan con otros opioides, entre ellos los ilegales como la heroína.

Más del 60% de las muertes por sobredosis de drogas se deben al consumo indebido de medicamentos de venta con receta; los opiáceos son responsables de la mayoría de las muertes, seguidos de las benzodiazepinas. Los hombres tienen dos veces más probabilidades de morir de una sobredosis que las mujeres, y las personas de 45 a 49 años presentan las tasas de mortalidad más altas por sobredosis de drogas. El fentanilo se vende como píldoras de prescripción médica falsificadas y está ocasionando más muertes que cualquier otra droga ilegal. Las sobredosis de opiáceos ocasionaron casi 50.000 víctimas mortales en 2019. Es esencial considerar cuidadosamente todos los riesgos del consumo de los opioides recetados junto con sus beneficios.

Adicción a los medicamentos con receta

Toda persona que tome opiáceos recetados puede caer en una adicción.

El trastorno por consumo de opiáceos (TCO), a menudo denominado "adicción a los opiáceos," se produce cuando las tentativas de reducir o controlar el consumo de opiáceos no tienen éxito, o cuando el consumo da lugar a problemas sociales y a la incapacidad de cumplir las obligaciones en el trabajo, la escuela o el hogar.

Para evitar la adicción a los medicamentos de venta con receta, los Centros para el Control de Enfermedades (CDC) recomiendan hablar con el médico sobre las formas de controlar el dolor que no impliquen el consumo de opiáceos de venta con receta. Algunas de estas opciones pueden funcionar mejor y tener menos riesgos y efectos secundarios. Dependiendo del tipo de dolor que experimente, las opciones pueden abarcar:

- Paracetamol (Tylenol®) o ibuprofeno (Advil®)
- Terapia cognitivo-conductual: un enfoque psicológico, dirigido a objetivos, en el que los pacientes aprenden a modificar los desencadenantes físicos, conductuales y emocionales del dolor y el estrés.
- Terapia de ejercicio, como la fisioterapia
- Medicamentos para la depresión o para las convulsiones
- Terapias de intervención (inyecciones)
- Ejercicio y pérdida de peso
- Otras terapias, como la acupuntura y el masaje

Si los medicamentos basados en opioides son la única opción disponible para el tratamiento del dolor, hable con su médico sobre su historial médico y de salud mental, sobre cualquier medicamento que esté tomando, e indíquele si usted o alguien de su familia tiene un historial de consumo indebido de sustancias o adicción. Nunca tome opioides en cantidades mayores o con mayor frecuencia que la prescrita. También pregunte sobre los efectos secundarios graves (como la somnolencia excesiva o el deseo de tomar más medicamentos) para que usted y su familia sepan cuándo deben llamar al médico o ir al hospital.

Siempre informe a su médico de cualquier preocupación que tenga sobre la toma de medicamentos con receta. Dígale a su médico si sigue sufriendo dolor mientras toma opiáceos y estudien otras formas de reducir su dolor.