

# un simple paso

## PONGA FIN AL ABUSO DE OPIOIDES

**Puede ser usted quien ayude a mantener a salvo a su familia.**

Comienza con un paso. Un acto de valentía. Una conversación honesta.

Cuando se trata de prevenir el abuso de opioides, usted puede marcar la diferencia. Hable con sus seres queridos y comparta los hechos.



Casi la mitad de las personas que abusan de los analgésicos, incluidos los opioides de venta bajo receta, los obtienen de un amigo o familiar.<sup>1</sup>



Los jóvenes de Washington afirman que sus padres son una de las mayores influencias al momento de decidir si consumir o no drogas.<sup>2</sup>



Guardar de forma segura sus recetas de opioides en una bolsa con candado, caja fuerte o caja de seguridad en su casa puede proteger a sus seres queridos y prevenir el abuso de opioides.

## SU INFLUENCIA IMPORTA

Guarde sus medicamentos.

Hable con sus seres queridos sobre los riesgos del abuso de opioides.

Hable con su médico sobre otras formas de aliviar el dolor. Motive a sus seres queridos a hacer lo mismo.

Deseche de forma segura los medicamentos que no consume en una farmacia cercana. Encuentre una en [MedTakeBackWashington.org](https://www.MedTakeBackWashington.org).

## CONOZCA LOS HECHOS

### ¿Qué es un opioide?

Los opioides son una clase específica de fármacos comúnmente utilizados para disminuir el dolor.

Los opioides recetados por los médicos incluyen oxicodona, hidrocodona, codeína, morfina, fentanilo, entre otros. La heroína y el fentanilo de elaboración ilícita también son opioides.

Los opioides pueden afectar de forma negativa el centro de recompensa del cerebro. Con el tiempo, el consumidor de estas drogas puede necesitar cada vez más, lo que las hace altamente adictivas.<sup>4</sup>

## OTRAS OPCIONES ANALGÉSICAS



Si le recetan opioides, consulte con su médico sobre otras opciones.



Hable con un profesional de la salud conductual sobre las estrategias que pueden ayudarle a controlar el estrés.<sup>3</sup>



Pruebe la fisioterapia u otras terapias como la acupuntura o los masajes.<sup>3</sup>

PARA MÁS INFORMACIÓN, VISITE

**GetTheFactsRx.com**

Fuentes: <sup>1</sup>Substance Abuse and Mental Health Services Administration, <sup>2</sup>2021 Healthy Youth Survey, <sup>3</sup>Center for Disease Control and Prevention, <sup>4</sup>National Institute on Drug Abuse for Teens

Washington State  
Health Care Authority