

UN MANUAL PARA
PROTEGER A FAMILIAS DEL

PELIGRO

DE LAS MEDICINAS
RECETADAS PARA EL
DOLOR



¿Qué es un opioide?

Un opioide recetado (medicina recetada para el dolor) es una **Receta Médica** que cuando es utilizada correctamente se convierte en un tratamiento seguro para dolor moderado y severo, y que genera sensaciones de estar adormecido.

ALGUNAS DEFINICIONES IMPORTANTES:

RECETA MÉDICA: es un documento **LEGAL** escrito por un profesional médico que permite a las farmacias entregar medicina específica a los pacientes.

MEDICINA RECETADA: Medicación que **SÓLO** se puede obtener del farmacéuta.

MEDICINA SIN RECETA: Medicina que **PUEDA** comprarse y utilizarse sin una receta médica.

SOBREDOSIS DE OPIOIDES: Sucede cuando se consume más de la dosis recetada de un opioide.

*¿Sabía que...?
... La heroína,
una sustancia ilegal, es
también un opioide.*

**En la página 8
encontrará una lista
de los opioides más
comunes**

**LOS OPIOIDES
VIENEN EN
DIFERENTES
PRESENTACIONES**

Píldoras/Cápsulas



Parches



Spray nasal



Líquido



Inyecciones



Pastillas, paletas





Los peligros de los opioides

En el Condado de
1 de cada 5

5 muertes accidentales de sobredosis fueron causadas por opioides.

El **25%** de estudiantes de preparatoria reportan tener acceso a drogas en la escuela.

En Nuevo México, más gente muere accidentalmente por sobredosis de opioides medicados que por **otra droga.**

*¿Sabía que...?
los opioides líquidos son generalmente mal utilizados y añadidos a bebidas azucaradas?*

En 2017, aproximadamente el mismo número de gente murió por **sobredosis de opioides** que por **accidentes de tránsito** en Nuevo México.

El **18%** de estudiantes de preparatoria reporta consumir medicinas recetadas para el dolor para drogarse.

Encuentre recursos para hablar con sus hijos, familia y amigos acerca de los opioides en la página 8.



Prevención de Sobredosis Accidental

Naloxona es una medicación segura y efectiva que salva vidas.



¿Cómo funciona la Naloxona?
La Naloxona bloquea los efectos de los opioides y reanima la respiración.

¿Sabía que...?

No todas las sobredosis son fatales.
Continúe leyendo para saber qué hacer y qué no hacer para prevenir el mal uso y abuso de opioides.

¿Cómo causa la muerte una sobredosis de opioides?

Quando hay demasiados opioides en el cuerpo esto puede causar que la respiración se vuelva lenta, poco profunda o que se detenga.

¿Cuáles son los signos de una sobredosis?

- Pupilas pequeñas
- Perdida de conciencia
- Respiración lenta y poco profunda

¿Qué puede hacer si alguien está sufriendo de una sobredosis?

- Llame inmediatamente al 911
- Administre Naloxona
- Iniciar primeros auxilios (RCP)

El Cirujano General de los Estados Unidos ha hecho un llamado para ampliar el acceso a la Naloxona.

En la página 8 se informa dónde conseguir Naloxona GRATUITAMENTE



Compartir **NO** es cuidar

¿Alguien que usted conoce ha compartido una receta?

Hoy en día, en el Condado de Doña Ana, aproximadamente el

30%

de los consumidores de opioides recetados para el dolor dicen haberlos obtenido de alguien que no es un doctor

Aunque la mayoría de los padres están de acuerdo con que no se deben compartir medicinas, **hay**

1 in 5

padres en el Condado de Doña Ana que admiten haber dado medicinas recetadas a sus hijos, sin que tengan una receta médica

Qué hacer

- ✓ **Guardar** un registro de sus medicinas
- ✓ Tomar las medicinas tal como las recomienda el doctor
- ✓ Seguir los reglamentos de la escuela acerca de las medicinas que deben ser administradas en la escuela

Qué no hacer

- ✓ **Compartir** medicinas con alguien
- ✓ Tomar medicinas sin seguir las indicaciones de la receta médica
- ✓ Nunca enviar medicinas a la escuela con su hijo sin observar los **reglamentos de la escuela sobre medicinas**



Almacenamiento Seguro

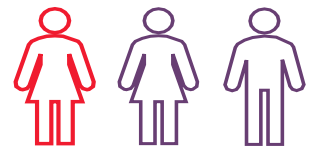
¿Usted notaría si le faltaran algunas de sus medicinas?

¿Sabía que...?

Casi el **60%** de padres en el Condado de Doña Ana no tiene sus opioides recetados bajo llave

...La mayoría de las recetas de opioides son recetadas a personas mayores

Así mismo, **1 de cada 3** familias de Doña Ana tiene a sus abuelos viviendo con sus nietos



Qué hacer

- ✓ Comprar una **caja fuerte** o un **depósito seguro** para medicinas
- ✓ Dejar las medicinas en **casa bajo llave cuando viaje**
- ✓ Guardar los opioides recetados bajo llave, **con candado o combinación**

Qué no hacer

- ✓ Pensar que **esconder** los opioides recetados es suficiente para mantener a su familia segura
- ✓ Usar candados que puedan **romperse** o **abrirse** con facilidad
- ✓ **Escribir** las combinaciones donde puedan ser encontradas por otros



Eliminación segura

¿Cómo desechar las medicinas de manera segura?

Qué hacer

- ✓ Llevar las medicinas de receta al día de Eliminación Segura de medicinas de la DEA (**Take Back Day**), que se lleva a cabo en abril y octubre de cada año.
- ✓ Utilizar un **kit de desactivación de drogas**
- ✓ Llevar sus medicinas a donde haya una **caja de eliminación permanente de drogas** (www.findtreatment.gov)

Qué no hacer

- ✓ **Dejarlas** en la basura
- ✓ **Mandarlas** por el inodoro
- ✓ **Hacer** el medicamento pedazos

¿Sabía que...?

...si no se eliminan correctamente, los opioides pueden tener efectos negativos en el medio ambiente como, por ejemplo, el agua y el suelo?

En la página 8 encontrará más información sobre estos servicios

Preguntas que su doctor **QUIERE** que haga

¿Cómo me hará sentir este medicamento?

¿Debo comenzar con una pequeña dosis?

¿Cuáles son los efectos secundarios?

¿Debería tomar esta medicina por tan largo tiempo?

¿Hay algo que pueda tomar o hacer en vez de tomar esta medicina?

¿Es seguro tomar esta medicina con otros medicamentos, o vitaminas y/o suplementos?

¿Será difícil dejar de tomar esta medicación?



Consejos de seguridad de medicamentos

- ✓ Tome la medicación **exactamente** como se la recetó su doctor
- ✓ Conozca el **color** y **forma** de sus píldoras
- ✓ **Asegúrese** de que la medicación que su doctor le recetó es la misma que recibió en la farmacia
- ✓ **Lea** todas las etiquetas y la información adicional de las botellas de medicinas
- ✓ Si tiene **preguntas** sobre su medicina, pregúntele a su doctor o farmacéuta

Recursos

Página 1



Opioides comunes (ejemplos):

Oxicodona (OxyContin®)
 Hidrocodona (Vicodin® or Lortab®)
 Morfina (Embeda®)
 Oximorfona (Dilaudid®)
 Fentanilo (Duragesic®)
 Codeína (Tylenol 3® or Robitussin AC®)

Página 3



ACCESO A NALOXONA

Oficina de Familias y Jóvenes: (575) 522-4004

Departamento de Salud (DOH):

Las Cruces DOH - (575) 528-5095
 Anthony DOH - (575) 882-3121
 Chaparral DOH - (575) 824-4585
 Sunland Park DOH - (575) 589-2543

Departamento de Salud y Servicios Sociales: (575) 525-5870

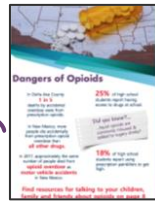
Página 4



CENTROS DE SALUD ESCOLAR

Escuelas Públicas de Valle de Hatch: (575) 267-8211	Escuelas Públicas de Las Cruces (575) 527-5884
Escuelas Públicas Independientes de Gadsden: (575) 882-1018	

Página 2



SITIOS WEB DE AYUDA

www.drugfree.org/get-help
www.justthinktwice.gov
www.getsmartaboutdrugs.gov
www.operationprevention.com
www.campusdrugprevention.gov
www.doseofreality.com
www.drugpolicy.org/resources/drug-education-resources

Líneas de ayuda

Para discutir sobre el consumo de drogas en adolescentes con un padre especialista:

Llame **1-855-DRUGFREE** (1-855-378-4373)
 o envíe un texto **55753**

Ayuda con consumo de sustancias o problemas de salud mental

Llame a la Administración de Servicios para Abuso de Sustancias y Salud Mental **1-800-662-HELP** (1-800-662-4357)

Consumo o abuso de drogas en los jóvenes:

KIDTALK Warmline:
 SMS enviar textos o llamar por ayuda
(575) 636-3636

Ayuda con el mal uso de sustancias:

Llame a NM Línea de ayuda de Abuso de Sustancias
1-855-505-4505

Página 6



RECURSOS DE ELIMINACIÓN SEGURA

Kits de Desactivación de Drogas

Unified Prevention Coalition
 (575) 597-0024

Día de Eliminación Segura

www.takebackday.dea.gov/

UBICACIÓN DE CAJAS DE ELIMINACIÓN PERMANENTE

Norte:

Hatch Police Dept.
 5 Chile Capitol Ln.

Central:

CVS Pharmacy, 3011 N. Main St.
 ALL Las Cruces Walgreens Pharmacies
 Sheriff's Office, 845 N. Motel Blvd.

Sur:

El Paso, TX Walgreens
 8050 N. Mesa St.
 5900 N. Mesa St.

REFERENCIAS

- https://gps.unm.edu/gps_assets/tru_data/Crash-Reports/Annual-Reports/annual-report-2017.pdf
- <https://www.drugabuse.gov/opioid-summaries-by-state/new-mexico-opioid-summary>
- <http://www.shutterstock.com>
- <http://www.youthrisk.org/pdf/countyreports/YRRS-2017-HS-countyreport-donaana.pdf>
- <https://www.hhs.gov/surgeongeneral/priorities/opioids-and-addiction/naloxone-advisory/index.html>
- https://www.who.int/substance_abuse/information-sheet/en/
- <http://www.nmprevention.org/NM-Community-Survey.html>

En caso de emergencia, siempre
llame al 911



Crisis y Línea de Acceso

Llame por ayuda y recursos

1-855-NMCRISIS

(1-855-662-7474)

Toll Free 24/7/365



POISON
Help
1-800-222-1222

NEW MEXICO POISON & DRUG INFORMATION CENTER

Notas



Hoja de Inventario de

Nombre del miembro de familia	Nombre de la medicina	Fecha de receta	Dosis	Cantidad en la botella	Que tan seguido se toma?	Se toma para	Recetada por	Fecha de caducidad
Abuelita	Lisinopril	17 de octubre, 2019	10 mg	100	1/ dia	Presión sanguínea	Dr. Doctor	2 de febrero, 2020

Únase a nosotros

Tenemos reuniones mensuales con la Coalición para cuidar a la juventud del Condado Doña Ana del uso y abuso de sustancias

¿Cuándo?: 10a.m.-12p.m. cada tercer jueves de cada mes

¿Dónde?: 1280 Med Park, Las Cruces, New México

Contacte a la
Coalición Unificada para la Prevención

para que se le añada a nuestra lista

upcoalition@swchi.org

Phone: (575) 597-0024



www.swchi.org/unified-prevention-coalition-for-dona-ana-county/



Oficina de Prevención de Abuso de Sustancias
37 Plaza La Prensa, Santa Fe, NM 87507
Teléfono principal: (505) 476-9292
Fax: (505) 476-9277



Producto Patrocinado por Tacom Printing - (575) 523-7755