

Tufts Health One Care (un plan de Medicare-Medicaid) se complace en informarle la importancia de usar los opioides de manera segura, sus opciones alternativas y las señales de sobredosis, tal como describe a continuación:

Uso seguro de los opioides

Los opioides pueden funcionar bien para aliviar el dolor. Usarlos como se instruye disminuye la posibilidad de presentar efectos secundarios, desarrollar adicción o abusar de ellos y sufrir una sobredosis. Pueden ser perjudiciales si toma mucho del medicamento, lo toma por mucho tiempo o no lo toma como debe ser. A continuación, algunos consejos de seguridad al tomar opioides:

- Hable con su médico o farmacéutico sobre los opioides y cómo debe tomarlos.
- Lea cualquier material que le entregue su farmacéutico con los medicamentos.
- Hable con su médico si presenta algún efecto secundario o si tiene alguna pregunta o inquietud.
- Utilice un registro, aplicación o calendario de medicamentos para hacerle seguimiento al horario en el que toma su medicamento.
- No tome los opioides de alguien más ni comparta los suyos con nadie.
- No conduzca ni utilice equipo peligroso o herramientas eléctricas cuando tome opioides.
- Informe a su proveedor de cuidado de la salud o farmacéutico **de todos** los medicamentos que toma. Esto incluye los medicamentos de venta libre, remedios a base de hierbas y suplementos. Su proveedor le puede informar si es seguro tomar los opioides con sus otros medicamentos.
- **Nunca** ingiera alcohol ni utilice drogas ilegales o callejeras mientras tome opioides. Puede ser fatal combinarlas.

Síntomas de una sobredosis de opioides

Los opioides afectan la parte del cerebro que controla la respiración. Una sobredosis de opioides desacelerará en exceso la respiración. Incluso, puede detenerla. Algunos síntomas de sobredosis incluyen:

- Pupilas muy pequeñas llamadas puntiformes
- Disminución de la velocidad o ausencia de respiración
- Inconsciencia



Llame al 911 de inmediato si considera que sufre o alguien más está sufriendo una sobredosis.

Alternativas a los opioides

Tufts Health One Care cubre servicios y medicamentos que puede utilizar para manejar el dolor, en vez de opioides. Los servicios incluyen, entre otros, los siguientes:

- Manipulación de la columna vertebral
- Acupuntura
- Fisioterapia
- Asesoramiento nutricional

Algunos medicamentos cubiertos que pueden ayudar a aliviar el dolor y que puede recetar su médico incluyen, entre otros, medicamentos antiinflamatorios no esteroideos, como:

- Celecoxib
- Ibuprofeno (recetado o de venta libre)

Para obtener más información sobre la seguridad de los opioides, visite hhs.gov/opioids/prevention/index.html.

Si tiene alguna pregunta o inquietud, llámenos al **855-393-3154** (TTY: 711), siete días a la semana, de 8 a.m. a 8 p.m. También puede visitarnos en TuftsHealthOneCare.org.

Tufts Health One Care es un plan de salud que tiene contratos con Medicare y MassHealth para brindarle a los afiliados los beneficios de ambos programas.

Atención: Si habla *español*, tiene disponible los servicios de asistencia de idioma gratis. Llame al **855-393-3154** (TTY: 711), siete días de la semana, de 8 a.m. a 8 p.m. La llamada es gratuita.

Puede obtener este documento en forma gratuita en otros formatos, como en letra grande o audio. Llame al **855-393-3154** (TTY: 711), siete días a la semana, de 8 a.m. a 8 p.m. La llamada es gratuita.