

SI TIENES UN DOLOR CRONICO COMO DECIDES QUE MEDICAMENTO TOMAR ?



Antiinflamatorios no esteroideos (AINE)

Los AINE son efectivos para el dolor leve a moderado acompañado de inflamación. Se usan comúnmente para tratar artritis, lesiones musculares, esguinces, dolores de espalda y cólicos menstruales.

Nombres genéricos (marcas): Ibuprofeno (Advil, Motrin IB), naproxeno sódico (Aleve), entre otros.

Cómo funcionan: Bloquean las enzimas ciclooxigenasas (COX-1 y COX-2), reduciendo el dolor y la inflamación.

Riesgos y beneficios: En dosis recomendadas, son generalmente seguros. Sin embargo, el uso excesivo puede causar náuseas, dolor estomacal, úlceras o sangrado. También pueden afectar los riñones, aumentar la presión arterial y causar retención de líquidos, especialmente en personas mayores o con condiciones como diabetes o enfermedad renal.

Resumen: Consulta con tu médico si los usas con frecuencia. Los AINE tienen un "efecto techo", lo que significa que superar la dosis recomendada no aumenta su eficacia, pero sí los riesgos.

Paracetamol (acetaminofén)

Recomendado para el dolor leve a moderado, el paracetamol es una opción común para dolores de cabeza, lesiones cutáneas o afecciones musculoesqueléticas.

Nombre genérico (marca): Acetaminofén (Tylenol).

Cómo funciona: Bloquea la producción de prostaglandinas en el sistema nervioso, aliviando el dolor pero sin reducir la inflamación.

Riesgos y beneficios: Es más seguro que los AINE en términos de efectos gastrointestinales, pero el uso excesivo o combinado con alcohol puede dañar el hígado y los riñones.

Resumen: Es una opción segura para muchos tipos de dolor, pero menos efectivo que los AINE para la osteoartritis.

Inhibidores selectivos de la COX-2

Estos AINE son diseñados para reducir los efectos secundarios gastrointestinales.

Nombre genérico (marca): Celecoxib (Celebrex).

Cómo funcionan: Bloquean solo la enzima COX-2, responsable del dolor y la inflamación, sin afectar la COX-1, que protege el estómago.

Riesgos y beneficios: Menor riesgo de úlceras, pero pueden causar dolores de cabeza, mareos y problemas renales o cardiovasculares en dosis altas.

Resumen: Úsalos en la dosis más baja posible y por el menor tiempo necesario, especialmente en adultos mayores.

Antidepresivos y anticonvulsivos

Estos medicamentos, originalmente para depresión y epilepsia, son útiles para el dolor neuropático, como la neuropatía diabética o la fibromialgia.

Nombres genéricos (marcas): Amitriptilina, duloxetina (Cymbalta), gabapentina (Neurontin), pregabalina (Lyrica).

Cómo funcionan: Modulan las señales de dolor en el sistema nervioso. Pueden tardar semanas en hacer efecto.

Riesgos y beneficios: Efectos secundarios leves como náuseas o somnolencia. En raros casos,

pueden empeorar la depresión o causar pensamientos suicidas.

Resumen: Se recomienda comenzar con dosis bajas y ajustarlas gradualmente.

Opioides

Reservados para el dolor agudo o severo, como el postquirúrgico, los opioides conllevan riesgos significativos.

Nombres genéricos (marcas): Hidrocodona, oxicodona (OxyContin), fentanilo.

Cómo funcionan: Imitan las endorfinas naturales del cerebro, reduciendo las señales de dolor.

Riesgos y beneficios: Su uso prolongado puede generar tolerancia, dependencia y adicción. Incluso un uso breve aumenta el riesgo de abuso.

Resumen: Son una opción de último recurso para el dolor crónico no relacionado con el cáncer. Requieren supervisión médica estrecha.

En resumen

Aunque no existe una cura definitiva para el dolor crónico, hay múltiples opciones de medicamentos que pueden mejorar la calidad de vida. Trabaja con tu médico para encontrar el tratamiento más efectivo y seguro, minimizando los riesgos y maximizando los días buenos.