



Primeros pasos con la metadona

Felicitaciones por su decisión de iniciar el tratamiento de mantenimiento con metadona (MMT). Desde hace más de 35 años, la metadona ayuda a millones de personas adictas a los opioides a rearmar sus vidas.

Sin embargo, la metadona es un medicamento poderoso, y se requieren algunas medidas específicas de precaución para comenzar a tomarla. Este folleto las presenta y explica qué esperar. Compártalo con sus personas queridas para que lo puedan ayudar.

¿Qué tiene de diferente la metadona?

Al igual que con otros opioides, como la heroína, Demerol®, OxyContin®, o Vicodin®, el exceso de metadona puede ser nocivo. De todos modos, a diferencia de esas otras drogas, la acción de la metadona se inicia lentamente, y tarda varias horas en alcanzar su efecto completo, y permanece en el cuerpo durante mucho más tiempo.

Por seguridad, el personal de la clínica MMT comenzará suministrando una dosis reducida de metadona, e irá aumentando las dosis diarias con el paso del tiempo. En el transcurso de 5 días a una semana o más, la metadona se acumula en su sistema, hasta alcanzar un nivel

de estabilidad más alto. Esta acumulación se da incluso si la dosis se mantiene igual durante ese período.

¿Cómo se determina la dosis inicial?

Para decidir la dosis inicial, el personal médico tomará en cuenta:

- su salud física;
- medicamentos recetados u otros productos (como los remedios herbales) que usted esté tomando;
- su consumo de opioides (cantidad, frecuencia, vías de administración) y otras drogas o alcohol.

Es extremadamente importante que proporcione al personal clínico información verdadera, completa y precisa. De otro modo, puede ser que le receten una dosis errónea de metadona, y al igual que con otros medicamentos, demasiado o muy poco pueden ser problemas.

¿Qué sucede si la dosis es demasiado baja?

La dosis ideal de metadona: 1) aliviará los síntomas de abstinencia, 2) sin hacerlo sentirse drogado o "volado" y 3) eliminará la necesidad o la ansiedad por consumir drogas opioides. De todas maneras, por lo general no se logra suministrar la dosis ideal de inmediato.

Durante los primeros días o más, mientras se acumula el nivel de metadona en forma gradual, usted puede sentir algunos síntomas de abstinencia – especialmente entre 8 y 12 horas después de haber tomado la metadona. Estos incluyen: bostezos, nerviosismo o irritabilidad, dolores musculares o de articulaciones, problemas para dormir, náuseas, calambres o diarrea, o ansia de drogas.

Estos síntomas son incómodos, pero por lo general son temporales y no son peligrosos. Es importante que comente con el personal clínico este malestar, porque puede ser adecuado aumentar su dosis de metadona levemente. Por lo general, se necesita más tiempo, no necesariamente más metadona.

¿Qué sucede si hay exceso de metadona?

Es mucho más preocupante y potencialmente nociva la posibilidad del exceso de metadona. Los síntomas del exceso incluyen: sentirse "volado", drogado o inestable, somnoliento, respiración lenta o dificultosa, ritmo cardíaco lento, confusión mental o pupilas dilatadas. En contraste, también pueden ser manifestaciones de exceso una explosión de energía inusual y permanecer despierto hasta muy tarde.

Estos síntomas pueden ser muy serios. Si experimenta alguno de ellos en cualquier momento, de ninguna manera los ignore o intente dormir hasta que se pasen. Debe notificar al personal clínico de MMT inmediatamente.

Además, tenga en cuenta que mezclar otras drogas o alcohol con metadona puede tener efectos tóxicos (intoxicación). Este tipo de intoxicación por mezcla de drogas ha causado muertes accidentales.

¿Existe una dosis "ideal" de metadona?

La cantidad de su dosis inicial de metadona puede o no estar relacionada con la frecuencia, tipo y cantidad de

opioides que usted solía consumir. Su dosis de metadona será aumentada con el pasar del tiempo, pero cada individuo es diferente en lo referente a cuánta necesita y a cuán rápido se puede aumentar su dosis hasta llegar a ese nivel.

¿Qué puede hacer usted?

La metadona es un medicamento eficaz y seguro si es bien utilizada, y cuenta con una larga historia de éxitos. Usted puede contribuir:

- no consumiendo ningún medicamento o producto nuevo sin antes consultarlo con el personal de la clínica;
- evitando todas las drogas ilegales y el alcohol;
- diciéndole honestamente al personal de la clínica cómo se siente cada día cuando va a recibir su dosis.

Nota especial para "personas queridas":

- Permanezca alerta a la aparición de cualquier síntoma de exceso de metadona en su ser querido, y cerciórese de que el personal de la clínica MMT sea notificado al respecto.
- Debido a la acumulación, un exceso con metadona que hoy es leve, puede resultar en una intoxicación más seria los días siguientes.
- Pida asistencia de emergencia de inmediato si su ser querido presenta problemas al respirar, no puede permanecer despierto o no puede levantarse.
- Comente al personal que lo atienda que la persona ha iniciado un tratamiento con metadona recientemente, y si pudo haber consumido alguna otra droga.

En cualquier momento, presente sus preguntas y preocupaciones al personal clínico de MMT. Ellos están aquí para ayudar a que el comienzo con la metadona sea lo más seguro y cómodo posible.

Este folleto fué elaborado por el personal de redacción del *Foro de Tratamiento para la Adicción* y fué hecho posible gracias a una subvención educacional realizada por **Mallinckrodt Inc.**, fabricante de metadona. No pretende ser el equivalente a un asesoramiento médico para problemas individuales y se debe consultar al personal adecuado en una clínica de MMT para obtener asesoramiento sobre temas de salud personal y recuperación de problemas de adicción.

Para información adicional sobre adicción y recuperación, visite el sitio web del *Foro de Tratamiento de Adicciones* en: www.atforum.com.

TRATAMIENTO DE LA ADICCIÓN

Foro