

CONCLUSIÓN

Si bien el consumo y el abuso de sustancias, la dependencia y la adicción, la sobredosis y la muerte involuntaria están aumentando en los Estados Unidos y en Connecticut, los padres y acompañantes tienen la oportunidad de reconocer y mitigar los riesgos y generar entornos de protección para sus hijos.



CONSEJOS PARA LOS PADRES:

1. Aprenda sobre los opioides, sus usos y riesgos, de manera que pueda estar preparado para defender a su hijo y responder a sus preguntas. V sea consciente de los síntomas físicos y conductuales del consumo, dependencia y adicción a los opioides.
2. Reconozca que el uso indebido de opioides a menudo comienza con problemas de salud mental y que las estrategias de afrontamiento saludables son más seguras y más efectivas.
3. Tenga conversaciones sobre el consumo de sustancias con su hijo desde una edad temprana y en forma constante.
4. Pregunte a sus proveedores de atención médica y odontológica de confianza sobre las alternativas no opioides para controlar el dolor de su hijo ante cualquier lesión, tratamiento odontológico u otros casos de atención médica y administre los medicamentos recetados solo según las indicaciones. Consulte a su proveedor de salud o al encargado de recetarle medicamentos para comprender los posibles riesgos y efectos secundarios de los analgésicos recetados.
5. Controle, asegure y deseche correctamente los analgésicos recetados en su casa.
6. Consulte con un proveedor de salud para analizar las alternativas de tratamiento ante el uso indebido de opioides. Existen programas para pacientes hospitalizados y ambulatorios que combinan medicamentos, servicios de salud y psicoterapia.
7. Practique el cuidado personal, que puede incluir su propio asesoramiento o asistir a un grupo de apoyo.
8. Use su fortaleza para dar apoyo a su familia. Si comienza a sentir incertidumbre o inquietud o si se ve abrumado por la situación, llame a quienes puedan brindarle apoyo social. No tiene por qué llevar esta carga solo.
9. Utilice las líneas de asistencia inmediata y los recursos que figuran en el anexo a este documento.