



conversación abierta

Los opioides actualmente son una de las principales causas de muertes relacionadas con lesiones en el estado de Washington.¹

El 75% del mal uso de los opioides comienza con personas que consumen medicamentos que no se les recetaron a ellos y normalmente los tomaron de un amigo o miembro de la familia.²

Usted puede ser quien ayude a mantener a su familia segura. Hable con sus hijos y comparta los hechos con otros padres.

**Obtenga más
información en
GetTheFactsRx.com**

¹Fuente: Departamento de Salud del estado de Washington

²Fuente: Administración de Servicios de Salud Mental y Abuso de Sustancias

DETENGA EL ABUSO DE OPIOIDES

Su influencia importa

- ✓ Los niños tienen un 50% menos probabilidades de consumir drogas cuando los padres les hablan sobre los riesgos.²
- ✓ Hable con ellos sobre los riesgos del abuso de opioides.
- ✓ Aliente a sus hijos a hablar con su médico sobre otras formas de tratar el dolor.
- ✓ Guarde sus medicamentos bajo llave.
- ✓ Deseche de forma segura los medicamentos que no usó en un programa de reciclaje cercano. Encuentre uno en TakeBackYourMeds.org.

Washington State
Health Care Authority

Una conversación abierta.

Los opioides actualmente son una de las principales causas de muertes relacionadas con lesiones en el estado de Washington. Más personas mueren por sobredosis que por accidentes automovilísticos. Una conversación abierta puede hacer la diferencia.

• Una conversación con seres queridos.

- Los niños tienen un 50% menos probabilidades de consumir drogas cuando los padres les hablan sobre los riesgos asociados al mal uso y al abuso de los opioides. Hable con sus hijos y comparta los hechos.
- También puede alentar a sus seres queridos a hablar con su médico sobre otras formas de tratar el dolor.

• Una conversación con su médico.

- Los analgésicos con receta pueden ser muy adictivos. Hable con su médico sobre otras maneras de sobrellevar el dolor. Otras opciones para aliviar dolor pueden incluir:
 - Probar una opción más suave primero, como Tylenol o Advil.
 - Hablar con un proveedor de salud conductual sobre las estrategias que pueden ayudar a manejar el estrés.
 - Probar la fisioterapia u otras terapias, tales como acupuntura o masajes.

Cuando se trata de prevenir el mal uso de los opioides, usted puede ser quien ayude a mantener a su familia segura. Hable con sus seres queridos y comparta los hechos. Todo comienza con un paso. Un acto de valentía. Una conversación abierta.

STARTS WITH
one

** Fuentes: Coalición para una Juventud Saludable de Washington, Centro para el Control y la Prevención de Enfermedades, Administración de Servicios de Salud Mental y Abuso de Sustancias, Departamento de Salud del estado de Washington*

GetTheFactsRx.com