

## Prevenção do uso indevido de opióides prescritos entre estudantes atletas

**Massachusetts está passando por uma epidemia de opióides. Os atletas, em particular, devido ao risco de lesões e à dor resultante, podem estar em risco de uso indevido de opioides prescritos.**

Embora praticar um esporte e estar em uma equipe beneficie os atletas do ensino fundamental e médio de várias maneiras - incluindo conexões sociais, tempo estruturado após a escola e condicionamento físico - também pode levar a lesões. Em casos raros, lesões esportivas podem resultar em dor intensa ou duradoura o suficiente para exigir um analgésico prescrito.

Se um aluno atleta se machucar, sempre que possível, trate a lesão primeiro com repouso, gelo, compressão, elevação e medicação anti-inflamatória - mas procure atendimento médico se necessário. Os opioides para dor devem ser considerados apenas por um médico e somente quando outras abordagens não fornecerem alívio.

Nos últimos quatro anos, pais, treinadores, diretores esportivos, treinadores esportivos e enfermeiras escolares envolvidos em esportes extracurriculares da 6ª à 12ª série foram obrigados a concluir um treinamento anual sobre riscos de concussão e traumatismo craniano. A nova legislação de opioides (uma lei relativa ao uso, tratamento, educação e prevenção de substâncias) adicionou a exigência de que o BSAS forneça materiais educacionais sobre os perigos do uso e uso indevido de opioides para as pessoas que participam do programa anual de segurança contra traumatismos cranianos. Os materiais educacionais também devem ser distribuídos por escrito a todos os alunos que participam de uma atividade atlética extracurricular antes do início de suas temporadas atléticas (ver também [www.mass.gov/dph/resourcesforyouthopioidmisuse](http://www.mass.gov/dph/resourcesforyouthopioidmisuse))



Após uma lesão, é importante ter uma comunicação e um plano de retorno ao jogo implementado. (Veja o formato e a redação dos protocolos de concussão da sua escola para obter orientação.) Muitas vezes, os atletas não permitem tempo suficiente para se recuperar de suas lesões e recorrem a analgésicos para permitir sua participação contínua em seu esporte. Deve-se tomar cuidado para evitar o ciclo comum de lesão, dor e nova lesão.

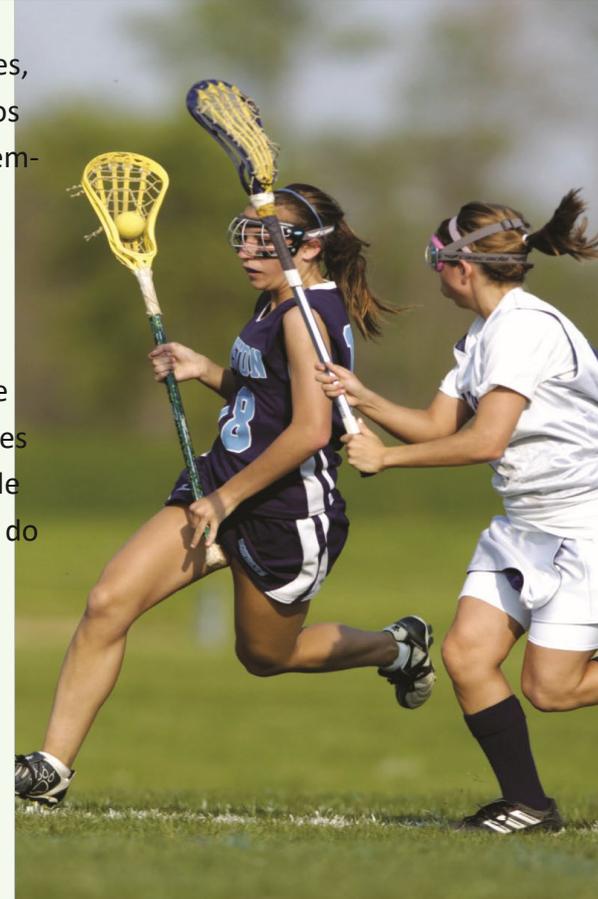
Além disso, tenha em mente os componentes mentais e sociais de estar em uma equipe escolar e como isso pode afetar a recuperação e o comportamento do atleta. Perder a conexão social com a equipe pode ser tão prejudicial em alguns aspectos quanto a lesão física. Conforme apropriado, continue a incluir o aluno nos treinos da equipe, jogos e eventos sociais.

### **MAIS IMPORTANTE:**

Um atleta lesionado precisa de tempo para se curar. Perder um ou dois jogos é melhor do que perder uma temporada inteira - ou mais.

**A Associação Atlética Interescolar de Massachusetts (MIAA)** oferece workshops e programas de treinamento para administradores escolares, educadores, professores-treinadores e alunos atletas. O MIAA Parceiros na Prevenção é um consórcio de mais de 60 organizações de saúde, bem-estar e segurança que trabalham juntas para fornecer recursos e programação para escolas e comunidades. O Comitê de Medicina Esportiva da MIAA, composto por diretores esportivos, médicos, enfermeiras escolares, administradores e treinadores, se esforça para garantir a segurança de nossos alunos. O MIAA Prevenção do Abuso de Substâncias para Jovens Colaborativos é um comitê das principais partes interessadas da Commonwealth que fornecem programas e recursos de prevenção. Para obter informações sobre as iniciativas e programação do MIAA, ligue para **508-541-7997** ou visite nosso site ([www.miaa.net](http://www.miaa.net)).

O MIAA é o Parceiro da Aliança de Massachusetts para a Parceria para Crianças Livres de Drogas. Saiba mais sobre a Parceria em seu site: <http://www.drugfree.org/>



---

### **Informações e recursos adicionais sobre a prevenção do uso indevido de substâncias:**

**A Massachusetts Health Promotion Clearinghouse** oferece uma série de recursos gratuitos de educação em saúde do Departamento de Saúde Pública de Massachusetts. <https://massclearinghouse.ehs.state.ma.us/>

**A Linha de Ajuda de Informação e Educação sobre Abuso de Substâncias** de Massachusetts fornece informações gratuitas e anônimas e referências para problemas de uso de álcool e outras substâncias. <http://helpline-online.com/> 1-800-327-5050 TTY: Use o MassRelay em 711 ou 1-800-439-2370

**O Departamento de Saúde Pública de Departamento de Serviços de Abuso de Substâncias de Massachusetts** supervisiona o tratamento para transtornos por uso de substâncias na Commonwealth. <http://www.mass.gov/dph/bsas>

**O Instituto Nacional de Abuso de Drogas** (parte dos Institutos Nacionais de Saúde) é encarregado de promover a ciência do vício e fornece as pesquisas e recursos mais recentes. <https://www.drugabuse.gov/>

---