

## La Sobredosis es más común cuando:

- ✘ Tu tolerancia esta baja. Si dejaste de usar heroína o metadona durante un tiempo, estuviste en la cárcel o en un programa de desintoxicación tu tolerancia baja y tu cuerpo no puede tolerar la cantidad que antes toleraba.
- ✘ Cuando mezclas drogas, especialmente la mezcla de heroína con otros depresivos como alcohol o clonopina.
- ✘ Cuando usas solo y no hay nadie que se ocupe de ti, al perder el conocimiento.

## Señales de advertencia de una sobredosis de Heroína:

- ✘ El ruido y el dolor no despiertan a la persona. Trata de despertarla gritándole su nombre o la palabra "Narcan", sacúdela por los hombros, apriétale la punta de los dedos o frótale los nudillos sobre el esternón.
- ✘ Labios y uñas azules o pálidas.
- ✘ Lento (menos de un respiro de cada cinco segundos) o respiración superficial.
- ✘ Sonidos como de ahogo.
- ✘ Vómitos.

Si la persona esta consciente, pero no puede hablar, intenta mantenerla despierta.

## MÁS INFORMACIÓN

Prevención de Sobredosis  
Llame gratis al teléfono:  
1-866-786-7637

Tratamiento de Drogadicción en California  
Llame gratis al teléfono:  
1-800-879-2772 o  
1-800-662-4357

Tratamiento y Prueba para el VIH  
en California  
Llame gratis al teléfono:  
1-800-367-2437  
TDD 1-888-225-2437

## D.O.P.E. PROJECT

Proyecto sobre la prevención y educación sobre la sobredosis es un programa de la Coalición para la Reducción de Daño.

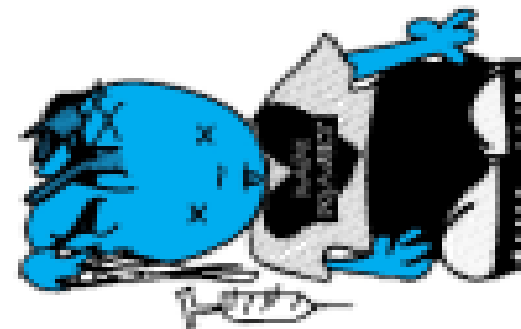


1440 Broadway, Suite 510  
Oakland, CA 94612  
510-444-6969 x 16  
dope@harmreduction.org  
[www.harmreduction.org](http://www.harmreduction.org)

# OPIATO: SOBREDOSIS, PREVENCIÓN Y SOBRE VIVENCIA

¿tienes naloxone?

got naloxone?



# MIENTRAS ALGUIEN SUFRE UNA SOBREDOSIS... ACUERDATE DE LO SIGUIENTE:

## Estimulación

- ✘ Intenta despertarle llamando su nombre, grita "Narcan", (conmociónale), pellizca sus dedos, o frota su esternón con tus nudillos.



## Llama al 911

- ✘ Si no responde al ruido o dolor, llama al 911. Si tienes que dejar la persona sola, mientras haces la llamada, ponla en posición de recuperación.\*
- ✘ Da una dirección o ubicación.
- ✘ Explica que "La persona esta inconsciente y sin respiración."
- ✘ No tienes que decir que drogas estan involucradas hasta que llegue la ambulancia.



## Respiración

- ✘ Asegurate que no tenga un bloqueo en la vía respiratoria, luego observa el pecho y pon tu mejilla sobre su nariz y boca para sentir su respiración.



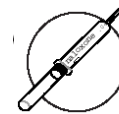
## Respiración Artificial

- ✘ Si no esta respirando por lo menos un respiro cada cinco segundos, inclina la cabeza hacia atrás, apriétale la nariz cerrada, y sopla lentamente en su boca una vez cada cinco segundos hasta que lleguen los paramédicos. Vigila que su pecho sube y baja con cada respiro.



## Evaluar

- ✘ ¿Esta mejor?
- ✘ ¿Tienes acceso a naloxone, (Narcan) y puedes prepararlo rápido para que no este sin respiración artificial por demasiado tiempo?



## Inyección Muscular

- ✘ Prepara el naloxone e inyéctalo directamente a un músculo (ante brazo, nalga, o muslo).
- ✘ Sigue con las respiraciones artificiales hasta que el naloxone funcione o lleguen los paramédicos.



## Evaluar y Apoyar

- ✘ ¿Puede respirar sin ayuda?
- ✘ Si la primera inyección no funciona después de 4 minutos, dale una segunda dosis de naloxone.
- ✘ Los efectos de naloxone pasan después de 30-90 minutos.
- ✘ Consuela a la persona - el/ella estará sintiendo los síntomas de retraimiento. Intenta no dejarle usar más opiato hasta que el nalaxone deje de funcionar.



## \*Posición de Recuperación

Si tienes que irte, dale a la persona respiración artificial hasta que escuches las sirenas de la ambulancia. Entonces, coloca la persona de lado, con sus manos debajo de su cabeza. De esta manera si vomita, no se ahogará con su propio vomito.

