¿QUIÉN ESTÁ EN RIESGO DE UNA SOBREDOSIS?

Cualquier persona que use drogas o medicamentos puede sufrir una sobredosis. Las sobredosis de derivados del opio pueden causar la muerte porque pueden ocasionar que dejes de respirar.

¿QUÉ SON LOS OPIÁCEOS?

Medicinas para el dolor: Vicodin, Codeína, OxyContina, Percocet, Opana, Metadona y Fentanyl. La heroína también es un opiáceo.

¿CUÁLES SON LOS RIESGOS DE UNA SOBREDOSIS?

- Mezclar opiáceos con alcohol o medicinas que tienen un efecto "calmante" o relajante (Xanax, Ativan, Klonopin, Valium o incluso pastillas para dormir).
- Si has estado libre de opiáceos por un tiempo y después tomas drogas o medicinas para el dolor, tienes más probabilidades de caer en una sobredosis.
- Si no sabes qué tan potente es la droga, es muy fácil tomar de más. A la heroína se le "corta" con azúcar, polvo de hornear u otras cosas y, dependiendo de la mezcla, puede ser más fuerte o más débil.
- Las pastillas también vienen en diferente grado de fuerza. La OxyContina puede ser una pastilla de 10mg o de 80mg. *¡Es una gran diferencia!* Identifica lo que estás tomando.
- Si tomas drogas o medicina para el dolor, trata de estar con otra persona que te ayude si algo sale mal.

SIGNOS DE UNA SOBREDOSIS:

¿LA PERSONA SE VE AZUL?
¿SE HA DESMAYADO?
¿ESTÁ DURMIENDO?

¡Si tomó pastillas, drogas o medicamentos, puede tratarse de una sobredosis! Verifica:

- ¿Tiene respiración corta o no respira?
- ¿Sus labios y/o piel lucen grisáceos o azules?
- ¿Sus ojos están echados hacia atrás?
- ¿Está sin fuerzas o no responde?
- ¿Tiene pulso bajo o no tiene pulso?

¿QUÉ HACER?

- **NO LOS DEJES SOLOS PARA QUE SE DUERMAN MIENTRAS SE LES PASA EL EFECTO.**
- Llama al 911.
- Trata de despertarlos. Muévelos. Llámalos por su nombre.
- ¿Están respirando? Pon tu oreja cerca de su boca. ¿Puedes escuchar o sentir su respiración?
- Si no es así, RESPIRA POR ELLOS (respiración de boca a boca).
- Si tienen Narcan y sabes cómo usarlo, adminístrales el atomizador (spray) nasal.

LLAMA AL 911

Puedes Salvar una Vida.

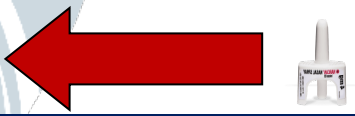
- Los paramédicos llevan consigo oxígeno y Naloxone (Narcan) y pueden llevar gente al hospital.
- Cuando llamas al 911, la policía puede ir también. A veces la gente tiene miedo de llamar al 911 por temor a meterse en problemas pero, si no llamas, la persona podría morir.

RESPIRA POR ELLOS

Puedes Salvar una Vida.

- Colócalos sobre su espalda
- Inclina su cabeza hacia atrás
- Quita cualquier cosa de su boca
- Oprime su nariz para cerrar el paso del aire
- Da un respiro profundo y respira por tu boca dentro de su boca, 2 respiros para comenzar y después 1 respiro cada 4 segundos

Respirar por ellos puede mantenerlos vivos, pero es difícil hacerlo por mucho tiempo, así que **PRIMERO LLAMA AL 911**.



ADMINISTRA NARCAN

Puedes Salvar una Vida.

- Si tienes Narcan y sabes cómo usarlo, tú puedes salvar una vida.
- Disponible en atomizador nasal.
- Es importante buscar atención de emergencia incluso cuando la persona parezca haber recobrado conciencia después de haberle administrado Narcan.

¿Qué es Narcan?

También llamado "Naloxone," el Narcan es un medicamento efectivo que puede salvar una vida al detener una sobredosis provocada por un opiáceo. Los paramédicos y ambulancias tienen consigo Naloxone. Si tú usas opiáceos o conoces a alguien que los use, también puedes obtener Narcan sin receta médica en una farmacia local, gracias a una orden vigente del Departamento de Salud de Pennsylvania.

El Narcan existe como atomizador nasal. No puede tomarse por la boca.

Información y Entrenamiento sobre Narcan

Si usas opiáceos o conoces a alguien que los use y quieres entrenamiento acerca de cómo administrar Narcan, hay información disponible en:
https://www.pavtn.net/act-139-training
(Entrenamiento en línea)

Para información acerca de
Narcan: www.prescribetoprevent.org

Prevenir la Sobredosis

Evita mezclar opiáceos con otras drogas o alcohol.
Conoce lo que estás tomando y qué tan fuerte es; *si no estás seguro, toma una dosis menor.*
Conoce tu tolerancia; *si no estás seguro, toma una dosis menor.*
Asegúrate de estar con alguien que sepa qué hacer si algo sale mal.
Aprende respiración de boca a boca.
Aprende cómo administrar Narcan.

SERVICIO DE DESINTOXICACIÓN DE EMERGENCIA 24/7:

White Deer Run Admissions Support Center:
1-866-769-6822
Este servicio está diseñado para hacer más rápidos los servicios de desintoxicación para cualquier persona y con cualquier tipo de pago.

Evaluación de Niveles de Asistencia:

White Deer Run York Assessment Center:
717-668-8035
Los individuos que residan en el área de Greater York que crean tener un problema de drogas y/o alcohol y no tienen necesidad de desintoxicación deben llamar al White Deer Run York Assessment Center para agendar una evaluación de nivel de asistencia. Quienes residan fuera del área de Greater York pueden contactar a un proveedor independiente para pacientes externos de York/Adams Drug & Alcohol Commission (YADAC) para agendar una cita para evaluar su nivel de atención. Los proveedores independientes para pacientes externos de YADAC están listados en el sitio de internet de YADAC: www.ycd-a.org. Las evaluaciones son por lo general gratuitas, con la excepción de individuos con mandato judicial por DUI (conducir bajo la influencia del alcohol o drogas, por sus siglas en inglés).

Comisión de Drogas y Alcohol de York/Adams

100 West Market Street, Suite B04
York, PA 17401
717-771-9222
www.yorkcountypa.gov

Agradecemos a Prevention Point Pittsburgh por la creación de este folleto.

Si alguien tiene una SOBREDOSIS ¿Tú sabrías qué hacer?

¡Esto puede ayudarte a SALVAR UNA VIDA!