

Elija Antes De Usar

- **Si es posible, no use.** No existe una dosis segura de opioides. Ayuda está disponible, póngase en contacto con su VA local. Pero si decide usar—¡Elija!
- Vaya despacio - Si no ha usado los opioides por tan solo unos días, esto puede disminuir su tolerancia, convirtiendo su “dosis normal” en una “sobredosis”, lo cual puede causar la muerte. Si lo decide usar, debe reducir la dosis al menos por la mitad.
- Espere - Si decide usar, espere un tiempo razonable después de haber usado para sentir los efectos antes de que considere usar otra dosis (*independientemente de que sea intravenoso, resoplado, o fumado*).
- Avise a alguien - Siempre avise a alguien si está usando los opioides para que pueda observarle. Muchas personas que sufren de sobredosis lo hacen cuando usan solas.

**Amigos cuidan a amigos.
Por favor comparta esta tarjeta con un
amigo o miembro de su familia.**



www.mentalhealth.va.gov/substanceabuse.asp

(Adaptado de la Coalición de Reducción de Daños, Oakland, CA)



www.va.gov

Usted tiene más riesgo de sobredosis de opioides o muerte cuando

- No ha usado opioides, aún sólo por unos días, tal como cuando está en el hospital, en tratamiento residencial, desintoxicación, domiciliaria, o en la cárcel/prisión.
- **Tolerancia perdida = mayor riesgo de sobredosis (SD).**
- Usa múltiples drogas u opioides, especialmente: tranquilizantes/benzodiazepinas/barbitúricos, alcohol, otros opioides, cocaína (*cocaína pierde el efecto más rápido que los opioides*).
- Tiene problemas médicos (*hígado, corazón, pulmón, SIDA avanzado*).
- Usa opioides de acción prolongada (*como la metadona*) u opioides potentes (*como el fentanilo*).
- Usa solo y no le deja saber a alguien que usted está usando los opioides.

Pregunte a su proveedor del VA si naloxona es apropiado para usted

Consideraciones importantes:

- Durante una sobredosis el que usa no puede reaccionar, así que otra persona tiene que administrarle la naloxona.
- Anime a su familia y personas significativas a aprender cómo usar la naloxona (*ver la sección de “Recursos de sobredosis”*).
- Si usted tiene naloxona, infórmele a sus familiares y personas significativas donde lo guarda.
- Debe guardar la naloxona a temperatura ambiente, lejos del calor y la luz (*ej. no la mantenga en su automóvil*), si no la naloxona perderá su eficacia.

Opioid Overdose Prevention/
prevención de sobredosis de
opioides

IB 10-785, P96787

Created/Fecha de creación:

06/16

ELIJA ANTES DE USAR

PREVENCIÓN DE SOBREDOSIS DE OPIOIDES

Recursos de sobredosis

SAMHSA Guía Prevención de Sobredosis Opioides “Toolkit”

Esta guía contiene consejos de seguridad para pacientes y recursos para familiares

- <http://store.samhsa.gov/product/Opioid-Overdose-Prevention-Toolkit/SMA13-4742>

Prevención de sobredosis basada en la comunidad y Localizador de programas de distribución de naloxona

Identifica programas fuera del VA que distribuyen la naloxona

- <http://hopeandrecovery.org/locations/>

Recetar para prevenir

Recursos y videos para el paciente que demuestran como reconocer una sobredosis y como responder, incluyendo como administrar la naloxona

- <http://prescribetoprevent.org/video/>

Video Educativo para Naloxona del VA

Naloxona Auto-Inyector del VA:

- <https://youtu.be/-DQBCnrAPBY>

VA



U.S. Department of Veterans Affairs

Veterans Health Administration
Employee Education System

Síntomas de sobredosis

Síntomas de una sobredosis*

Verifique si: muestra signos de soñolencia, cabeceo descontrolado, sueño profundo, dificultad de despertar, o vómitos

Escuche si: La respiración es corta o lenta (*1 respiración cada 5 segundos*); ronquidos; sonidos de gárgaras (*borboteo áspero*) en la garganta, o asfixia

Observe si: muestra color azulado o grisáceo en los labios, uñas, o piel

Palpe si: la piel está sudorosa y/o pegajoso al tacto

- Si la persona tiene síntomas de una sobredosis, vea la siguiente sección: "Respondiendo a una sobredosis"

** Aun cuando la persona responda positivamente a esta acción de seguridad inicial, la persona quien le esté asistiendo debe de continuar el monitoreo de estas señales constantemente para asegurar que la persona no deje de respirar y muera.*

Recursos

Considere buscar un programa de ayuda a largo plazo en su VA más cercano para tratamiento de su trastorno de abuso de sustancias

Ayuda en la internet

- » Localizador de programas del VA para el tratamiento del abuso de sustancias: www2.va.gov/directory/guide/SUD.asp
- » Localizador de programas de tratamiento de abuso de sustancias para personas que no son Veteranos: <https://findtreatment.samhsa.gov>
- » Localizador de programas del VA para el tratamiento del trastorno por estrés posttraumático (TEPT): www.va.gov/directory/guide/PTSD.asp

Ayuda está disponible en cualquier momento

- » Servicios locales de emergencia: 911
- » Línea directa al Centro Nacional de Intoxicación: 1-800-222-1222
- » La Línea de Crisis para los Veteranos: 1-800-273-TALK (8255) o Texto – 838255

Respondiendo a una sobredosis

1. Cheque si la persona responde

- Mueva a la persona suavemente, con voz alta llámelo por su nombre, y masajee firmemente el esternón (*hueso en el centro del pecho donde conectan las costillas*) con los nudillos, cerrando la mano en un puño
- Si la persona no responde—**Administre Naloxona, Llame al 9-1-1**



Masaje el esternón

2. Administre Naloxona, Llame al 9-1-1

- Si usted tiene el aerosol nasal de naloxona, no es necesario preparar el dispositivo (aerosol) ni probar su funcionamiento de antemano. Inserte cuidadosamente la punta del aerosol en una fosa nasal y apriete firmemente el émbolo para administrar la dosis completa.
- Si usted tiene el auto inyector de naloxona, tire el dispositivo de la caja y siga las instrucciones de voz (*las instrucciones están en Inglés*).
- Cuando llame al 911, provea la dirección y deje saber que la persona no está respirando.



Aerosol Nasal (4 mg)



Auto-inyector

3. La Vía Aérea Abierta

Respiración de rescate (si observa una sobredosis)

- Aplique el protector de cara (*opcional*)
- Incline la cabeza hacia atrás, levante la barbilla, apriete la nariz
- Dé 1 respiración cada 5 segundos
- El pecho debe subir

Compresiones torácicas (si no observa el colapso)

- Coloque el talón de la mano sobre el centro del pecho de la persona (*entre los pezones*)
- Coloque la otra mano encima de la primera mano, mantenga sus codos rectos y los hombros directamente sobre las manos
- Utilice su peso corporal para empujar hacia abajo, por lo menos 2 pulgadas, a una velocidad de 100 compresiones por minuto
- Aplique el protector de cara (*opcional*)
- Dé 2 respiraciones por cada 30 compresiones



Respiración de rescate (si observa una sobredosis)



Compresiones torácicas (si no observa el colapso)

4. Reconsidere naloxona

- Si la persona no comienza a respirar dentro de 2 a 3 minutos, o responde a la primera dosis de naloxona y luego deja de respirar otra vez, dele una segunda dosis de naloxona
- Debido a que los efectos de la naloxona desaparecen en 30 a 90 minutos, asegúrese de quedarse con la persona hasta que el personal médico de emergencia tome control, o por lo menos durante 90 minutos por si la persona deja de respirar otra vez



5. Posición de recuperación

- Si la persona está respirando, pero está inconsciente, ponga la persona en posición lateral para prevenir que se ahogue en caso que la persona vomite

