TENGA ENCUENTA

QUE ALGUNOS DE LOS PRIMEROS SINTOMA DE ABSTINENCIA Y LA INFECCION POR COVID-19 SON SIMILARES.

Estos incluyen fiebre y dolor muscular. Si los síntomas incluyen una tos persistente, podría ser COVID-19

USTED ESTÁ EN UN MAYOR RIESGO DE SER SER ENFERMEDAD O MORIR:

(1) La infección por COVID-19 empeorará los impactos respiratorios de los opioides; (2) la abstinencia de opioides puede empeorar las dificultades respiratorias; (3) fumar drogas, como crack o metanfetamina, empeora los problemas respiratorios.

DIFÍCIL PARA INHALAR:

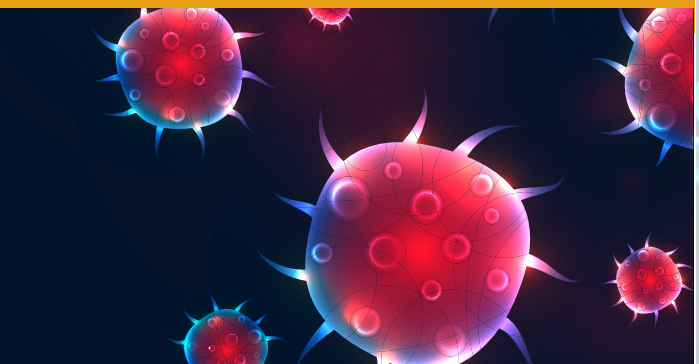
Si fuma drogas, como crack o metanfetamina, la infección por COVID-19 dificultar la inhalación de humo. Fumar drogas empeorar los problemas respiratorios.

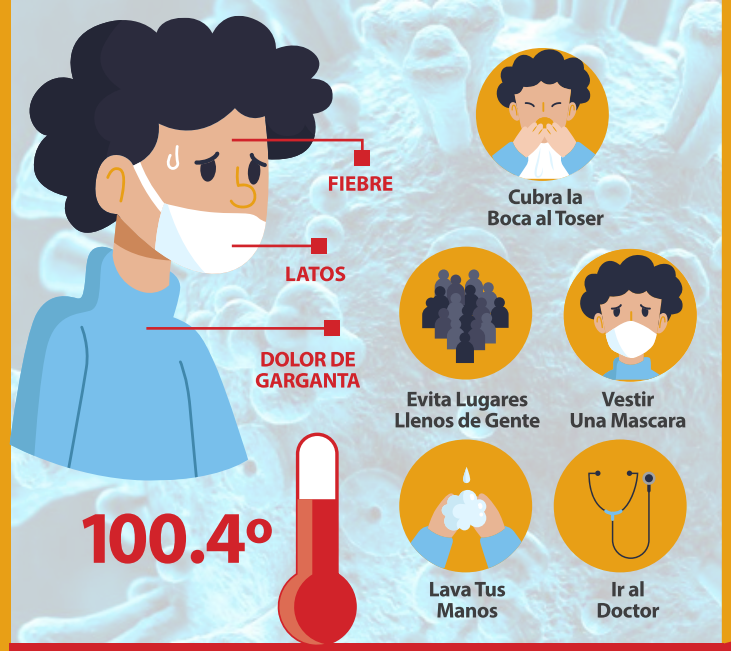
SI CREES QUE TE ESTÁS ENFERMANDO:

Evite ir a sus programas locales de reducción de daños y adicciones. **HAGAN QUE LE ENTREGEN SUMINISTROS.** Dígales que está enfermo para que puedan tomar medidas para mantenerse a salvo.

ESTÉ PREPARADO PARA EL RETIRO INVOLUNTARIO:

Prepárese para pasar por un retiro involuntario. Su distribuidor podría enfermarse o el suministro de medicamentos podría verse interrumpido. Intenta estar preparado abasteciéndote. Hable con un proveedor médico acerca de comenzar a usar metadona o buprenorfina. Asegúrese de tener todos los medicamentos, alimentos y bebidas necesarios para ayudar a la desintoxicación. Intente tener bebidas a base de proteínas y electrolitos como Pedialyte o Guarantee a la mano.





Las personas que usan drogas a menudo tienen un sistema inmunitario más débil, problemas respiratorios (de respiración) y otras afecciones que los colocan en un mayor riesgo de contraer la infección por covid-19. Ayude a mantener a todos seguros siguiendo este consejo.

Puede reducir su riesgo de infección por COVID-19 si se mantiene al menos a seis pies de distancia de otras personas, tose o estornuda en su brazo, evita tocarse la cara y se lava las manos durante al menos 20 segundos con agua y jabón.

SINTOMAS MÁS COMUNES

✔ Fever ✔ Tos ✔ Falta de aliento
✔ Diarrea ✔ Vómito ✔ Neumonía

TRANSMISIÓN

✔ Objetos contaminados ✔ Aire ✔ Humanos

Sex Workers and Allies Network – (SWAN)
Call or Text: 475-441-4350

The Syringe Services Program at the Community Health Care Van/Mobile Services/Yale University
Call: *(Rolo)* 203-823-0743,
***(Angel)* 203-996-0162, *or (Migdalia)* 203-535-2081**

Para obtener una lista completa de los SSP, visite
www.ghhrc.org | @GHHRC

Para soporte y servicios adicionales
Llama o visita: 860-263-8720 | Sitio de entrega | Abierto 7 días a la semana
557 Albany Ave, Hartford, CT 06112 | 28 Grand St, Hartford, CT 06106

GHHRC Greater Hartford Harm Reduction Coalition
28 GRAND ST GHHRC RESOURCE CENTER
557 THE DROP BY GHHRC

ORIENTACIÓN PARA LAS PERSONAS QUE UTILICE SUSTANCIAS EN COVID-19

(NOVEDAD CORONAVIRUS)

Recuerda Que Practicar

LA REDUCCION DE DANOS PUEDE AYUDARTE A EVITE LA INFECCION POR COVID-19

Y Pasos Adicionales Pueden Ayudar A Reducir Su Riesgo De Enfermarse:

DROGAS:

Si tiene el dinero y puede, almacene sus medicamentos de elección antes de que las cosas se deterioren. **EVITE BINGEING** en los medicamentos que está almacenando para tener acceso a un suministro. Trate de tener la mayor cantidad de **MANERAS DE CONTACTAR CON DISTRIBUIDORES** en su área como sea posible. Su acceso a las drogas puede verse afectado.

ALCOHOL:

Si tiene un trastorno por consumo de alcohol, el dinero y puede, acumule suficiente alcohol para durar unas pocas semanas. **EVITE BINGEING** en el alcohol acumulado, si es posible, para que tenga acceso a suficiente para evitar la abstinencia de alcohol y cosas como las convulsiones. Una forma de hacerlo es **GESTIONANDO SU USO DE ALCOHOL** consumiendo una cantidad de alcohol equivalente a 5 onzas de vino o 3 onzas de jerez por hora o según sea necesario.

SUMINISTROS DE REDUCCIÓN DE DAÑOS:

Esté preparado para la **POSIBILIDAD DE INTERCAMBIOS DE JERINGA Y PROGRAMAS DE TRATAMIENTO DE DROGAS CIERRE ABAJO.** Si puede, acumule suficientes suministros de reducción de daños para durar unas pocas semanas, más tiempo si tiene un mayor riesgo de infección o complicaciones. Esto incluye cosas como naloxona, jeringas, cocinas, pipas y pajitas. Obtenga un contenedor de objetos punzantes para deshacerse de las jeringas usadas. Si no puede obtener uno, use algo como una botella plástica de detergente para la ropa o una botella de refresco. Etiquete estas botellas como **"CONTENEDOR DE FILTRO"**. No los recicle.

METADONA Y BUPRENORFINA:

Consulte con su proveedor médico para ver si los servicios pueden estar cambiando. **SI TIENE UNA CONDICIÓN PREVIA QUE** lo pone en mayor riesgo de infección, **DEJE SU PROGRAMA SABER.** Pregúntele a su programa y proveedor si puede llevar a casa o más recargas de sus medicamentos. Esto significa que no tiene que ir a su proveedor para obtener nuevas dosis después de su primera recolección.

NALOXONA:

Abastecerse de naloxona en caso de un accidente sobredosis. Es probable que los servicios de emergencia demoren más de lo habitual durante una pandemia.

NO COMPARTA SUS SUMINISTROS DE USO DE DROGAS:

Equipo de inyección; grietas o tubos de metanfetamina; rosa o cucharas (para fumar crack o freebasing) pajitas u otros tubos nasales (para inhalar / resoplar); bongs, vapes, articulaciones; y bebidas

EVITE INYECTAR SOLO:

El suministro ilícito de drogas sigue siendo tóxico. Tenga cuidado con el riesgo de sobredosis. Trate de no usarlo solo, especialmente si inyecta drogas como heroína, fentanilo o drogas que podrían haber entrado en contacto con ellas.

SI SE ACABA DE JERINGAS:

Estos se pueden desinfectar y ayudan a prevenir el VIH y la hepatitis C con 1:10 **DILUTED BLEACH.** Si hay mucha sangre, enjuague una vez con agua para eliminarla. Si no, omita este paso y enjuague una vez con el blanqueador. Cargue el blanqueador completamente en la jeringa y expúlselo. Luego enjuague dos veces con agua limpia. Si no tiene lejía, tres enjuagues con agua limpia pueden funcionar casi tan bien. Las jeringas sin filo se pueden afilar con el percutor en una caja de cerillas. Enjuague después de afilar para eliminar las partículas en la jeringa.

SI SUS JERINGAS NO SON MÁS SEGURAS:

Tienes algunas opciones: **(1) NORTARLO:** córtalos finamente y huela lentamente. Funciona pero no tan bien como inyectar; **(2) BUMPING BOTEO** - Disolver con ácido cítrico o ascórbico, poner una **JERINGA SIN NECESIDADES** y rociarlo hasta el trasero / ano. El inicio lleva más tiempo, pero necesita menos y el alto dura más; **(3) INGÁRELO**: la heroína / fentanilo pasará por el hígado **ANTES** de llegar al cerebro, lo que provocará un efecto de morfina, pero detendrá la abstinencia; (4) FUME - fume drogas en lugar de inyectarse, pero tenga en cuenta que esto puede ser difícil de hacer con algunas drogas.

Adapted with thanks from document produced by 3D Research

LIMPIE SUS SUMINISTROS PARA FUMAR:

Use boquillas y tapas de pipa en sus suministros para fumar cuando sea posible. Limpie con frecuencia estas boquillas y cubiertas de tuberías con un limpiador a base de alcohol (como Purell o alguna otra marca) o limpie (concentración mínima de alcohol del 60%)

LIMPIE LOS PAQUETES DE DROGAS:

Use un limpiador a base de alcohol o limpie para limpiar inmediatamente sus paquetes. Si su distribuidor lleva drogas en la boca, pregúnteles si pueden dejar de hacerlo. Si no lo hacen, tenga cuidado al manipular los paquetes y realice la limpieza como se indicó anteriormente. Recuerde que los lavados antibacterianos no matan los virus, pero son mejores que nada, especialmente si contienen alcohol.

NO PONGA BOLSAS O ENVOLTURAS DE DROGAS EN TU BOCA, VAGINA O ANO

Si debe llevar drogas en su cuerpo, límpielo vigorosamente con un limpiador a base de alcohol antes y después de sacarlo. Si se lleva en la boca, use un enjuague bucal a base de alcohol después.

LAVA TUS MANOS

con jabón y agua caliente vigorosamente durante al menos 20 segundos (pero más tiempo si puede) cada vez que entra en contacto con otros, después de manejar dinero y después de recibir sus paquetes de medicamentos. Se prefieren toallas de papel para secarse las manos, o al menos use una toalla limpia. Si no puede lavarse las manos, lávese las manos con un limpiador a base de alcohol o toallitas (concentración mínima de alcohol del 60%), como las distribuidas por los programas de reducción de daños.

PREPARE SUS DROGAS USTED MISMO:

No manipule ni toque las drogas o el equipo de otras personas y no permita que toquen los suyos. Evite comprar y dividir paquetes de drogas con otras personas durante esta pandemia, si es posible, para limitar el número de personas que manejan drogas. Si debe dividir las drogas, asegúrese de que la persona que las toca esterilice sus manos.