

Los opioides incluyen:

### Heroína y analgésicos recetados:

Vicodin (hidrocodona)	Fentanilo
OxyContin (oxicodona)	Percocet
Dilaudid (hidromorfona)	Metadona
MS Contin (morfina)	...y otros

- Si alguien consume más opioides de los que su organismo puede manejar, puede quedar inconsciente, dejar de respirar y morir.
- Una sobredosis puede ocurrir en unos minutos o incluso horas después.
- Toda persona que consuma opioides puede sufrir una sobredosis.

### Riesgos de una sobredosis de opioides

- **Reiniciar los opioides después de un período sin ellos.** La tolerancia se reduce en pocos días.
- **Consumir opioides junto con alcohol o sedantes** como pastillas para dormir y benzodiazepinas ("benzos" como Valium y Xanax). Al mezclarse pueden retrasar aún más la respiración.
- Tomar **analgésicos recetados con más frecuencia** o en **dosis más altas** que las recetadas.
- **Cualquier consumo de heroína** debido su amplia gama de purezas.
- **Tomar los analgésicos** de alguien más.
- **Consumir opioides de acción prolongada** (como la metadona) u opioides potentes (como el fentanilo).
- **Enfermedades cardíacas o pulmonares.**

**Si alguien ha sufrido una sobredosis antes, es más probable que vuelva a ocurrirle.**

### ¿Cómo puedo conseguir naloxona?

La naloxona (Narcan®) es un medicamento recetado que puede cancelar temporalmente el efecto de los opioides y ayudar a que una persona vuelva a respirar. Se puede administrar como inyección intramuscular o como aerosol nasal. Su uso es muy fácil y seguro.

En el Estado de WA puede obtener una receta de naloxona si cree que podría:

- sufrir una sobredosis de opioides.
- ayudar a alguien más que sufrió una sobredosis.

Visite [stopoverdose.org](http://stopoverdose.org) para ver si hay naloxona disponible con una farmacia, un médico o un departamento de salud cerca de usted.

### Recursos

#### Consumo más seguro de analgésicos:

Departamento de Salud de Washington  
[tinyurl.com/wa-doh-tad](http://tinyurl.com/wa-doh-tad)

#### Tratamiento para la adicción:

Línea de Ayuda para la Recuperación de Washington  
Ayuda y referencias para crisis las 24 horas

[warecoveryhelpline.org](http://warecoveryhelpline.org)  
1-866-789-1511

Proveedores de Suboxone/buprenorfina

[tinyurl.com/bup-locator](http://tinyurl.com/bup-locator)

Servicios de tratamiento en EE. UU.

[findtreatment.samhsa.gov](http://findtreatment.samhsa.gov)

Este folleto no sustituye a un entrenamiento más completo para respuesta a sobredosis impartido por un proveedor médico para la respuesta de una sobredosis o un educador de la salud. Para obtener más información, visite: [stopoverdose.org](http://stopoverdose.org)

Modificado en agosto de 2017

# Sobredosis de opioides



Si conoce a alguien que toma analgésicos recetados o consume heroína...

*...¿sabría que hacer en caso de sobredosis accidental?*

**Esta información podría ayudarle a salvar una vida.**

# Qué hacer ante una sobredosis de opioides

## 1 Revise: ¿Esto podría ser una sobredosis de opioides?

### Observe y escuche:

- Respiración lenta o inexistente
- Gorgoteos, ahogos o ronquidos
- Piel húmeda y fría
- Labios o uñas azules
- Botes de pastillas, agujas o alcohol



### Trate de despertarlo:



- Sacúdalo y llámelo por su nombre.
- Frote sus nudillos contra el esternón de la víctima.

**¡Si no despierta, usted tendrá que actuar con rapidez!**

## 2 Llame al 911.



- Diga en dónde está y que la persona no está respirando.
- No necesita mencionar drogas o medicamentos.

## 3 Administre naloxona e inicie respiración artificial.

- **Administre la naloxona.** Siga las instrucciones en el empaque o en el kit de rescate de sobredosis.
- **Inicie respiración artificial.**
- Si no hay respuesta en 3-5 minutos, administre una **segunda dosis de naloxona.** Continúe la respiración artificial.



Administre respiración artificial incluso si no tiene naloxona. **¡El oxígeno es de importancia crítica!**

## 4 Permanezca con la persona

- Si empieza a despertar y respirar, quédese con ella.
- **Continúe la observación hasta que llegue la asistencia médica.** El efecto de la naloxona desaparece en 30-90 minutos. Después, la persona podría dejar de respirar de nuevo.
- Si tiene que irse, colóquelo en la posición de recuperación y en un lugar donde pueda ser encontrado.



### Ley del Buen Samaritano

Si pide atención médica para una sobredosis o un envenenamiento por alcohol, ni usted ni la víctima pueden ser acusados de consumo o posesión de drogas ni de consumo de alcohol como menores de edad.



WA RCW 69.50.315

### Respiración artificial



- Incline la cabeza de la víctima hacia atrás. Levante su barbilla. Pellizque su nariz.
- Administre **2 soplidos rápidos.**
- El pecho debe elevarse.
- Después administre **1 soplido lento cada 5 segundos.**
- **Continúe** hasta que empiece a respirar o hasta recibir ayuda.

### Posición de recuperación

