

Capítulo 6

En caso de ocurrir una sobredosis



QUÉ HACER EN CASO DE SOBREDOSIS

Las siguientes recomendaciones se tomaron a partir de enfoques de tratamiento de reducción de daños en un esfuerzo por reducir el daño infligido por el consumo.

1. Llame al 911 y explíquelo al operador que está con una persona que no respira y no responde. No es necesario mencionar una posible sobredosis en este momento, si bien deberá mencionarlo cuando llegue la ambulancia.

2. Despierte a la persona gritando su nombre, frotándole los nudillos contra el pecho o el labio superior, o pellizcándole la parte posterior del brazo. Diga algo que tal vez la otra persona no quiera escuchar, como por ejemplo "Voy a llamar al 911".

3. Adminístrele naloxona o Narcan lo antes posible si lo tiene. Si la primera dosis es ineficaz, vuelva a administrársela tres minutos más tarde. Existen muchos programas de prevención y reducción de daños que ofrecen capacitación gratuita y regular sobre cómo administrar estos medicamentos que salvan vidas y, a veces, el medicamento en sí sin costo alguno. Incluso si la medicación es eficaz, aún es posible trasladar a la persona al hospital.

4. Hágale respiración artificial hasta que llegue una ambulancia.

5. Si la persona comienza a respirar por sus propios medios, **colóquela de lado en una posición de rescate.** Para colocarla en esta posición, estírele el brazo inferior de manera que pueda apoyarle la cabeza sobre él, déjele la pierna inferior recta y flexiónela la pierna superior para apoyar el peso del cuerpo. Esto evitará que se ahogue.

6. Sea amable con usted mismo y con la otra persona. Esta es una situación estresante para ambos. Recuerde que unas pocas respiraciones profundas no cambiarán lo que está sucediendo, pero podrán darle a su sistema nervioso un poco de espacio para permanecer calmado y concentrado durante una crisis.



Sepa reconocer una sobredosis.

La persona que sufre una sobredosis no responde y no respira, o respira de manera muy lenta y superficial, la piel (labios y yemas de los dedos) puede volverse azul o grisácea, y presenta pupilas puntiformes.

SIGNOS DE UNA SOBREDOSIS DE

- Labios o uñas azules
- Mareos y confusión
- Incapacidad de despertarse
- Ahogos, gorgoteos o ronquidos
- Respiración lenta, débil o inexistente
- Somnolencia o dificultad para mantenerse despierto