

## Sea inteligente con respecto a las drogas

Las sobredosis y muertes relacionadas con drogas son una preocupación grave. Sea inteligente con respecto a las drogas si las consume, planea consumirlas o conoce a alguien que las consuma. Por ello:

- Elabore un plan y asegúrese de que alguien pueda llamar al **9-1-1** a la primera señal de peligro
- Utilice agujas estériles e inyecte lentamente con pequeñas cantidades al principio
- Utilice servicios de inyección supervisada cuando sea posible
- No mezcle las drogas con alcohol u otras sustancias
- Comprenda los síntomas de una sobredosis
- Sepa cuándo llamar al **9-1-1** en caso de emergencia
- Sepa cuándo y cómo administrar naloxona
- Esté atento a los sitios web de salud pública, la policía y la Real Policía Montada de Canadá (Royal Canadian Mounted Police, RCMP), así como las redes sociales, para obtener información sobre las drogas nocivas que pueden estar circulando y que pueden ponerlo en un mayor riesgo.

Hablar abiertamente con sus hijos, adolescentes e hijos adultos acerca del uso de las drogas y los riesgos asociados puede ayudar a reducir la probabilidad de daños y a fomentar comportamientos saludables. Consulte nuestros artículos de crianza ([Parenting Articles](#)) para obtener más información.

### Preguntas que pueden surgir

¿Qué es una sobredosis de opioides?

Los opioides son una clase de droga o medicamento que incluye fentanilo, morfina, heroína, metadona y oxicodona. Con frecuencia, se recetan para aliviar el dolor. La sobredosis de drogas opiáceas sucede cuando consume más de lo que su cuerpo puede asimilar. Perderá el control de su respiración y podría perder el conocimiento. Con una respiración más lenta, llega menos oxígeno a la sangre, lo que puede ocasionar lesiones cerebrales, paros cardíacos y la muerte. Si piensa que alguien está sufriendo una sobredosis, llame de inmediato al **9-1-1**.

¿La sobredosis de opioides es una preocupación en Columbia Británica (British Columbia, B.C.)?

Sí. Entre enero y septiembre de 2016, hubo 555 muertes por aparente sobredosis de drogas ilícitas. Esto representa un incremento de 60,9% sobre el número de muertes que ocurrieron durante el mismo periodo en el 2015. La mayoría de estas muertes por sobredosis fueron causadas por opioides, tales como fentanilo, heroína, morfina y oxicodona que podrían haber sido mezclados con otras drogas o alcohol.

En abril de 2016, el oficial de salud regional de Columbia Británica declaró una emergencia de salud pública en respuesta al aumento de sobredosis y muertes por drogas.

¿Por qué debería preocuparme el fentanilo?

El fentanilo es mucho más potente que otros opioides, lo cual hace que el riesgo de una sobredosis accidental sea mucho más alto. Es aproximadamente de 50 a 100 veces más tóxico que la morfina. En los últimos años, ha habido informes de que el fentanilo producido en laboratorios ilícitos se está vendiendo en las calles. Algunas veces se vende como Oxycontin<sup>®</sup>, heroína u otras sustancias. Las personas podrían estar tomando fentanilo y poniéndose en riesgo sin darse cuenta.

Entre enero y agosto de 2016, hubo 302 muertes por sobredosis de drogas ilícitas con fentanilo. Esto representa un incremento de 211% sobre el número de muertes que ocurrieron durante el mismo periodo en el 2015.

## ¿Cuáles son las señales de una sobredosis de opioides?

Las primeras señales de que alguien puede estar teniendo una sobredosis de opioides son:

- Somnolencia severa
- Ritmo cardíaco lento
- Dificultad para respirar
- Respiración lenta y superficial o ronquidos
- Piel fría y húmeda
- Dificultad para caminar o hablar

Si piensa que alguien está sufriendo una sobredosis, llame de inmediato al **9-1-1**.

## ¿La sobredosis de opioides se puede revertir?

La naloxona es una droga que puede revertir la sobredosis de opioides. Cuando se inyecta en el brazo o en el músculo del muslo, puede revertir rápidamente los efectos de las drogas opiáceas. La naloxona puede revertir la respiración lenta dentro de 3 a 5 minutos, pero sus efectos solo durarán de 20 a 90 minutos. Se podría necesitar una segunda dosis de naloxona si con la primera no recobra el ritmo respiratorio normal.

La sobredosis podría regresar si el opioide sigue presente después de que el efecto de la naloxona desaparezca, requiriendo otra dosis del medicamento. Por ello, es importante buscar ayuda médica tan pronto sea posible, llamando al **9-1-1** y estando preparados con una segunda dosis de naloxona si los síntomas de la sobredosis regresan.

**Las sobredosis de fentanilo son mucho más difíciles de revertir que las de otros opioides y podrían requerir dosis de naloxona significativamente mayores.**

## ¿Dónde puedo conseguir naloxona?

A partir de marzo de 2016, la naloxona está disponible sin receta médica en Columbia Británica. Para más información, consulte el artículo Colegio de Farmacéuticos de Columbia Británica: la naloxona ahora está disponible en Columbia Británica sin receta médica ([College of Pharmacists of British Columbia: Naloxone Now Available in BC Without a Prescription](#)). Para obtener más información sobre la naloxona, consulte el [archivo n-9 118 de HealthLinkBC: Naloxona: Cómo tratar la sobredosis de opioides](#).

## ¿La versión en aerosol nasal de la naloxona está disponible en Canadá?

El 6 de julio de 2016, Health Canada aprobó el acceso a la versión en aerosol nasal de la naloxona. Al igual que la versión inyectable, la naloxona intranasal puede revertir los síntomas de una sobredosis de opioides. En las próximas semanas, habrá más información disponible sobre cómo y dónde se puede conseguir el aerosol nasal.

## ¿Qué son el W-18 y el carfentanil?

A pesar de que el fentanilo ha recibido gran parte de la atención pública inmediata, otros compuestos como el carfentanil o el W-18, también son drogas muy tóxicas que se pueden cortar y vender como heroína, píldoras de "oxicodona" falsas o cocaína. Estas drogas son tan o más peligrosas que el fentanilo y, por lo tanto, las personas que usan drogas ilícitas deben tomar precauciones extremas. Las personas deben ser conscientes de que las drogas que obtienen de fuentes distintas a las legítimas (por ejemplo, una farmacia o un hospital) pueden no ser lo que el distribuidor dice o cree que son.

## Sitios web útiles

### Here to Help

Here to Help proporciona información relacionada con el uso de sustancias y la salud mental. Su sitio web incluye historias personales, recursos de autoayuda e información acerca de cómo conseguir ayuda ahora.

- [Here to Help](#)
- 

### Kelty Mental Health Resource Centre (Centro de Recursos de Salud Mental de Kelty)

El Kelty Mental Health Resource Centre es un centro de recursos regional que proporciona información sobre el uso de sustancias y la salud mental, recursos y apoyo de los pares a los niños, jóvenes y sus familias en toda la BC.

- Kelty Mental Health Resource Centre: consumo de sustancias ([Kelty Mental Health Resource Centre – Substance Use](#))

### Know Your Source

Know Your Source proporciona información acerca del fentanilo, los lugares para conseguir ayuda y respuestas a preguntas frecuentes acerca del medicamento en Columbia Británica. Visite su sitio web para obtener más información.

- [Know Your Source](#)

### Prevención y respuesta a sobredosis en Columbia Británica

Las sobredosis y muertes relacionadas con las drogas se han convertido en una preocupación muy grave en el último año en Columbia Británica. Puede sucederle a alguien que usted conoce. Obtenga más información sobre las señales de una sobredosis, qué hacer, cómo prevenirlas, los recursos y las respuestas.

- Prevención y respuesta ante casos de sobredosis en Columbia Británica ([Overdose Prevention and Response in B.C.](#))

### Toward the Heart

Toward the Heart es un programa de reducción de daños que forma parte del Centro para el Control de Enfermedades de la Columbia Británica (British Columbia Centre for Disease Control, BCCDC). Visite su sitio web para obtener más información acerca de la naloxona, el fentanilo, suministros y para encontrar un sitio de reducción de daños.

- [Toward the Heart](#)
- Guía de supervivencia a la sobredosis ([Overdose Survival Guide](#)) (disponible en inglés, francés, chino y panyabí)
- ¿Cómo utilizar la naloxona (Narcan)? ([How to Use Naloxone \[Narcan\]](#)) (Video)
- La naloxona lo despierta ([Naloxone Wakes You Up](#)) (Video)
- La naloxona salva vidas ([Naloxone Saves Lives](#)) (Video)

## Servicios ofrecidos

### Servicio de Información y Remisión por Consumo de Alcohol y Drogas

Se ofrece orientación individual, familiar o en pequeños grupos a personas de todas las edades que se han visto directa o indirectamente afectadas por el consumo de alcohol u otras drogas, al llamar al Servicio de Información y Remisión por Consumo de Alcohol y Drogas de Columbia Británica las 24 horas del día.

- Lower Mainland: 604-660-9382
- Gratis en cualquier lugar de Columbia Británica: 1-800-663-1441

### Servicios de Salud Mental y por Consumo de Sustancias de Columbia Británica

Servicios de Salud Mental y por Consumo de Sustancias de Columbia Británica (BC Mental Health & Substance Use Services, BCMHSUS) es una agencia de la Autoridad Provincial de Servicios de Salud (Provincial Health Services Authority, PHSA) que ofrece varios servicios de salud mental y por consumo de sustancias a niños, adolescentes y adultos en toda la provincia

- [BC Mental Health & Substance Use Services](#)

### Prevención de sobredosis y sitios de consumo supervisado

La prevención de sobredosis y los sitios de consumo supervisado son lugares seguros donde las personas pueden usar drogas ilegales bajo la supervisión de personal capacitado. Busque "consumo supervisado" (supervised consumption) o "prevención de sobredosis" (overdose prevention) en el Directorio de Servicios y Recursos de HealthLink BC ([HealthLink BC Services and Resources Directory](#)) para encontrar un sitio en su comunidad o visite el sitio web de la autoridad sanitaria para obtener más información.

- Sitios de consumo supervisado de Fraser Health ([Fraser Health, Supervised Consumption Sites](#))
- Sitios móviles de consumo supervisado de Interior Health ([Interior Health, Mobile Supervised Consumption Services](#))
- Prevención de sobredosis en Island Health ([Island Health, Overdose Prevention](#))
- Prevención de sobredosis en Northern Health ([Northern Health, Overdose Prevention](#))
- Sitios de consumo supervisado de Vancouver Coastal Health ([Vancouver Coastal Health, Supervised Consumption Sites](#))

**Última revisión:** 4 de mayo de 2018

La información proporcionada en el artículo de salud Sea inteligente con respecto a las drogas ha sido adaptada de Centro para el Control de Enfermedades de la Columbia Británica - Emergencia de Salud Pública en Columbia Británica ([BC Centre for Disease Control – Public health emergency in BC](#)), consultado el 17 de mayo de 2016; Centro para el Control de Enfermedades de la Columbia Británica - Recomendaciones para una Estrategia en caso de Sobredosis de Opiodes en Columbia Británica ([BC Centre for Disease Control - Recommendations for an opioid overdose strategy in BC](#)), consultado el 17 de mayo de 2016; Toward the Heart – Sobredosis de Opiodes en Columbia Británica: Aumento del Fentanilo ([Toward the Heart – Opioid Overdose in BC: Fentanyl on the Rise](#)), consultado el 17 de mayo de 2016; Know Your Source - ¿Qué es el fentanilo? ([Know Your Source – What is Fentanyl?](#)), consultado el 17 de mayo de 2016; Servicio Forense: muertes por sobredosis de drogas ilícitas en Columbia Británica entre el 1 de enero de 2007 y el 30 de septiembre de 2016, consultado el 26 de octubre de 2016; Servicio Forense: consumo de fentanilo - muertes por sobredosis de drogas ilícitas detectadas entre el 1 de enero de 2012 y el 31 de agosto de 2016, consultado el 26 de octubre de 2016; (visite los Informes Estadísticos del Servicio Forense ([Coroners Service - Statistical Reports](#))) y Gobierno de Columbia Británica – Concientización acerca de la sobredosis en Columbia Británica – Preguntas frecuentes ([Government of British Columbia – Overdose Awareness in BC – Frequently Asked Questions](#)), consultado el 9 de enero de 2017.

---

Para leer acerca de otros temas en los folletos de HealthLinkBC, vea [www.HealthLinkBC.ca/healthfiles](http://www.HealthLinkBC.ca/healthfiles) o visite su unidad local de salud pública. Para obtener información y consejos en temas de salud en B.C. (para casos que no constituyan una emergencia), vea [www.HealthLinkBC.ca](http://www.HealthLinkBC.ca) o llame al número gratuito 8-1-1. El número telefónico de asistencia para personas sordas o con problemas de audición es el 7-1-1. Ofrecemos servicios de traducción (interpretación) en más de 130 idiomas para quienes los soliciten.