

# Sea inteligente con respecto a las drogas

Última actualización: **30 de enero de 2024**

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

- Haga un plan y asegúrese de que alguien pueda llamar al **9-1-1** a la primera señal de peligro
- Utilice jeringas estériles e inyecte lentamente 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 y adultos acerca del uso de las drogas y los riesgos asociados puede ayudar a reducir la probabilidad de daños y fomentar comportamientos saludables. Consulte nuestros [artículos sobre la crianza](#) para obtener más información.

## StopOverdoseBC.ca

### Conéctese. Converse. Detenga el estigma.

Recuperarse de una adicción es mucho más complicado que simplemente dejar de consumir drogas. Las personas que sufren de adicción merecen compasión y apoyo, al igual que sus familias. Obtenga más información en [StopOverdoseBC.ca](#).

## Preguntas que puede tener

### ¿Qué es una sobredosis de opioides?

Los opioides son una clase de droga o medicamento que incluye hidrocodona, heroína, oxicodona, fentanilo y morfina. Suelen recetarse principalmente para aliviar el dolor. La sobredosis de opioides sucede cuando se toman más opioides de los que el cuerpo puede asimilar. Se pierde el control de la respiración y se puede perder el conocimiento. Con una respiración más lenta, llega menos oxígeno a la sangre, lo que puede llevar a daños cerebrales, paro cardíaco y a la muerte. Si cree que alguien está sufriendo una sobredosis, llame al **9-1-1** de inmediato.

### ¿La sobredosis de opioides es una preocupación en BC?

Sí. La crisis de las drogas tóxicas ha sido y sigue siendo una emergencia de salud pública desde abril de 2016. Las drogas tóxicas son la principal causa de muerte entre los habitantes de la

Colombia Británica de 19 a 39 años, y la segunda causa de muerte en general. Las muertes por intoxicación medicamentosa continúan aumentando y ahora representan alrededor de 6 muertes por día. La oferta de drogas es cada vez más tóxica y afecta a las personas en las zonas urbanas, suburbanas y rurales de la provincia.

### **¿Por qué debería preocuparme el fentanilo?**

El fentanilo es mucho más potente que otros opioides, lo que hace que el riesgo de sobredosis accidental sea mucho más alto. Es aproximadamente 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. A veces se vende como Oxycontin®, heroína u otras sustancias. Las personas podrían estar tomando fentanilo y poniéndose en riesgo sin darse cuenta.

En 2018, el fentanilo y otras sustancias químicamente similares al fentanilo se detectaron en el 85 % de las muertes por sobredosis de drogas ilegales.

### **¿Cuáles son los signos de una sobredosis de opioides?**

Los signos de que alguien puede estar teniendo una sobredosis de opioides incluyen:

- No moverse
  - La persona no se mueve y no se le puede despertar.
- Respiración lenta
  - La persona respira muy lentamente o no respira en absoluto.
- Labios morados
  - Las uñas o los labios de la persona se vuelven azulados o morados.
- Sonidos de asfixia
  - La persona emite sonidos de asfixia, gorgoteo o ronquidos fuertes.
- Piel fría y húmeda
  - La piel de la persona se siente fría y húmeda al tacto.
- Pupilas contraídas
  - Las pupilas de la persona se ven diminutas.

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

### **¿Se puede revertir la sobredosis de opioides?**

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

Si el opioide sigue presente después de que desaparezca el efecto de la naloxona, la sobredosis puede reaparecer y se puede requerir otra dosis de naloxona. Por ello es importante buscar asistencia médica cuanto antes llamando al **9-1-1** y estar preparado 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 significativamente más altas de naloxona.**

## ¿Dónde puedo conseguir la naloxona?

Los kits están disponibles sin coste alguno para:

- personas en riesgo de una sobredosis de opioides
- personas que podrían presenciar y responder a una sobredosis, como familiares o amigos de alguien en riesgo

Para localizar un centro participante cerca de usted, utilice nuestra herramienta de búsqueda de [centros](#). Los kits no están a disposición de los particulares directamente a través del BC Centre for Disease Control (Centro de Control de Enfermedades de BC). Para obtener más información sobre la naloxona, consulte [HealthLinkBC Archivo #118 Naloxona: Cómo tratar la sobredosis de opioides](#).

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

Si usted es miembro de las Primeras Naciones y vive en BC, puede solicitar la naloxona en aerosol nasal directamente en su farmacia; no necesita una receta de un médico o enfermera. Necesitará su número del estatuto (Status number) y su número personal de salud. El plan de Beneficios de Salud de las Primeras Naciones de la Autoridad Sanitaria de las Primeras Naciones [cubrirá el costo](#) de la naloxona inyectable y en aerosol nasal.

## ¿Qué son el W-18 y el carfentanilo?

Si bien el fentanilo ha recibido gran parte de la atención pública inmediata, otros compuestos parecidos, como el carfentanilo o el W-18, también son drogas muy tóxicas que se pueden cortar y vender como heroína, píldoras falsas de "oxicodona" o cocaína. Estas drogas son igual de peligrosas que el fentanilo o más, por lo que 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 (es decir, una farmacia o un hospital) pueden no ser lo que el distribuidor dice o cree que son.

## Sitios web de interés

### Stop Overdose BC (Detener las sobredosis en BC)

[Stopoverdosebc.ca](#) es la plataforma web de la Colombia Británica para el contenido relacionado con las sobredosis. Visite su sitio web para obtener más información.

### Here to help (Aquí para ayudar)

[HeretoHelp](#) proporciona información relacionada con el uso de sustancias y la salud mental. Su sitio web incluye historias personales, recursos de autoayuda e información sobre cómo obtener ayuda inmediata.

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

El Kelty Mental Health Resource Centre es un centro de recursos provincial que proporciona información sobre el uso de sustancias y la salud mental, recursos y apoyo entre pares para niños, jóvenes y sus familias en toda la BC. Para obtener más información, visite [Kelty Mental Health Resource Center – Substance Use \(Uso de sustancias\)](#).

## Prevención y respuesta a sobredosis en BC

Las sobredosis y muertes relacionadas con las drogas se han convertido en una preocupación muy grave en BC. Puede sucederle a alguien que usted conoce. Obtenga más información sobre los signos de una sobredosis, qué hacer, cómo prevenir las sobredosis y los recursos. Para obtener más información, consulte [Prevención y respuesta a las sobredosis en BC](#).

### Toward the Heart

Toward the Heart es un programa de reducción de daños que forma parte del BC Centre for Disease Control. Visite su sitio web para obtener información sobre la naloxona, el fentanilo, los suministros y para encontrar un [centro de reducción de daños](#).

- [Toward the Heart](#)
- [La naloxona salva vidas](#)
- [¿Cómo usar la naloxona \(Narcan\)?](#) (video)
- [La naloxona te despierta](#) (video)
- [La naloxona salva vidas](#) (video)

## Servicios destacados

### Servicio de información y remisión por consumo de alcohol y drogas

Se ofrece asesoramiento individual, familiar y en grupos pequeños a personas de todas las edades que están afectadas directa o indirectamente por el consumo de alcohol y otras drogas llamando al Servicio de información y remisión por consumo de alcohol y drogas de BC (BC Alcohol and Drug Information and Referral Service) las 24 horas del día.

- Lower Mainland: 604-660-9382
- Número gratuito en cualquier lugar de la Colombia Británica: 1-800-663-1441

### Servicios de salud mental y uso de sustancias de BC

Los Servicios de salud mental y uso de sustancias de BC (BC Mental Health & Substance Use Services, BCMHSUS), es una agencia de la Autoridad Provincial de Servicios de Salud (PHSA) que proporciona varios servicios de salud mental y por consumo de sustancias a niños, adolescentes y adultos en toda la provincia. Para obtener más información, consulte los [Servicios de salud mental y uso de sustancias de BC](#).

### Centros de prevención de sobredosis y de consumo supervisado

Los centros de prevención de sobredosis y de consumo supervisado son lugares seguros donde las personas pueden consumir 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](#) para encontrar un centro en su comunidad o visite el sitio web de su autoridad de salud para obtener más información.

- [Centros de tratamiento de las Primeras Naciones](#)
  - [Reducción de daños y crisis de drogas tóxicas](#)
- [Fraser Health \(Autoridad Sanitaria de Fraser\)](#)
  - [Centro de prevención de sobredosis](#)
  - [Centros de consumo supervisado](#)

- [Interior Health \(Autoridad Sanitaria del Interior\)](#), prevención y tratamiento de sobredosis
- [Island Health \(Autoridad Sanitaria de la Isla\)](#), prevención de sobredosis y lugares de consumo supervisado
- [Northern Health \(Autoridad Sanitaria del Norte\)](#), prevención de sobredosis
- [Vancouver Coastal Health \(Autoridad Sanitaria de la costa de Vancouver\)](#)
  - [Centros de prevención de sobredosis](#)
  - [Servicio de consumo supervisado](#)

La información proporcionada en el artículo de salud "Sea inteligente con respecto a las drogas" ha sido adaptada de [BC Centre for Disease Control - BC DOAP Opioid Overdose Response Strategy \(DOORS\) \(Estrategia de respuesta ante las sobredosis de opioides del DOAP de BC \(DOORS\)\)](#), [Toward the Heart – Opioid Overdose in BC: Fentanyl on the Rise \(Sobredosis por opioides en BC: El consumo de fentanilo está en aumento\)](#), consultado el 30 de enero de 2023, [Coroner Service – Illicit Drug Overdose Deaths in BC \(Servicio Forense - Muertes por sobredosis de drogas ilegales en BC\)](#), 27 de septiembre de 2018, consultado el 30 de enero de 2023, (véase [Coroners Service - Statistical Reports \(Servicio Forense - Informes estadísticos\)](#)), y [Government of British Columbia – Overdose Awareness in BC – Frequently Asked Questions \(Gobierno de la Colombia Británica - Concienciación sobre las sobredosis en BC - Preguntas frecuentes\)](#), consultado el 30 de enero de 2023.

---

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 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.