



## Entender la reducción de daños: Consumo de sustancias Understanding Harm Reduction: Substance Use

### ¿Qué es la reducción de daños?

La reducción de daños es un enfoque de sanidad pública cuyo objetivo es disminuir los daños relacionados con el consumo o abuso de sustancias. La reducción de daños incluye muchas opciones y enfoques. Puede incluir abstinencia, o el abandono completo del consumo de sustancias. No se requiere el abandono completo del uso de sustancias antes de recibir cuidados. Se atiende a las personas independientemente de dónde se encuentren en su recorrido de consumo de sustancias. Las pruebas demuestran que la reducción de daños no aumenta ni alienta el consumo de sustancias.

Los servicios y estrategias de reducción de daños pueden reducir las consecuencias asociadas al consumo de sustancias. Entre las consecuencias se incluyen preocupaciones sociales, físicas, emocionales y/o espirituales. Esto puede incluir acceso a relaciones sexuales más seguras y utensilios para el consumo de sustancias más seguros, y/o naloxona en el hogar. También incluye programas de ayuda y apoyo, así como derivaciones a servicios sanitarios y de asistencia. La reducción de daños ayuda a asegurar que los servicios se presten libres de prejuicios y que estén disponibles para todos.

La reducción de daños trata a las personas con respeto. Ayuda a las personas a contactar entre sí y a desarrollar relaciones saludables. Supone trabajar de manera directa con las personas y con sus comunidades. El servicio ayuda a que individuos, familias y amigos adquieran habilidades para la reducción de daños. Las personas pueden informarse de los recursos y apoyos disponibles en sus comunidades.

Algunos ejemplos de servicios disponibles para prevenir los daños causados por el consumo de sustancias incluyen:

- Programas de prevención del manejo bajo efectos de sustancias. Estos programas aumentan la conciencia

sobre los riesgos que conlleva manejar bajo la influencia de sustancias

- Programas de ayuda y apoyo
- Información y recursos sobre maneras más seguras de consumir sustancias. Esto abarca el uso de opioides, estimulantes y otras sustancias
- Programas de recuperación de jeringuillas y distribución de utensilios
- Opciones de terapias con substitutivos de opioides (agonistas) como metadona o suboxone
- Kits de naloxona en el hogar. Los kits incluyen medicamentos que se usan para revertir una sobredosis por opioides. Esto ayuda a prevenir daños cerebrales y la muerte
- Servicios de consumo/inyección supervisados y servicios de prevención de sobredosis. Estos servicios ayudan a prevenir las muertes por sobredosis. Pueden reducir otros daños al proporcionar un ambiente más seguro y supervisado para las personas que consumen sustancias
- Programas de apoyo y centros de bienestar mental y de recuperación
- Programas de apoyo entre pares que organizan y a los que asisten personas que tienen experiencia con uso de sustancias. Estos programas tienen que recibir suficiente financiación para proporcionar un servicio consistente

### ¿Cuáles son los beneficios de la reducción de daños en relación con el consumo de sustancias?

La reducción de daños tiene muchos beneficios para las personas que consumen sustancias. También ayuda a sus familias, amigos y comunidades. Las investigaciones muestran que las actividades de reducción de daños pueden:

- Incrementar el número de derivaciones a programas de apoyo y a servicios sociales y de salud

