



## **Expanded Syringe Access Program (Programa Extendido de Acceso a Jeringas)**

# **ESAP**

Las farmacias, los centros regulados por el Artículo 28 (hospitales y residencias de ancianos) y los proveedores de atención médica (médicos, enfermeros especializados y auxiliares médicos) pueden entregar o vender jeringas sin receta a personas mayores de 18 años. No hay límite en la cantidad de jeringas que se pueden proporcionar.

## Cómo inyectarse de manera más segura

Si se inyecta drogas, es posible que esté en riesgo contraer infecciones transmitidas por sangre, incluido el VIH (el virus que causa el SIDA), la hepatitis B y la hepatitis C. Inyectarse drogas también puede provocar infecciones de la piel (abscesos y celulitis) y una infección cardíaca que pone en peligro la vida (endocarditis). Afortunadamente, existen formas de protegerse con el equipo de inyección adecuado e información sobre cómo utilizarlo:

- Use una jeringa nueva y esterilizada cada vez que se inyecte. Los programas de intercambio de jeringas y las farmacias son buenas fuentes para conseguir jeringas. Es posible que su proveedor de atención médica también pueda ayudarlo.
- No comparta ni vuelva a usar las jeringas ni otros suministros para la inyección, incluidas las agujas (si vienen separadas de las jeringas), los hervidores, los filtros (como bolitas de algodón) y el agua utilizada para mezclar las drogas.
- Limpie el lugar de la inyección con agua y jabón o con alcohol (los bastoncillos de algodón o las toallitas de un solo uso son buenos para este caso).
- Evite inyectarse en el mismo lugar varias veces.
- Utilice un torniquete para llenar las venas antes de inyectarse.
- Mantenga el extremo biselado o en ángulo de la aguja hacia arriba, si puede verlo.
- Tómese su tiempo para inyectarse. Si se apura, puede cometer un error y no inyectarse las drogas en la vena.

- Si no tiene una jeringa nueva y necesita inyectarse antes de conseguir una, siga los siguientes pasos para reducir el riesgo de infección:
  1. Llene la jeringa con agua limpia que esté a temperatura ambiente o más fría; agítela para quitar toda la sangre; luego expulse el agua.
  2. Llene la jeringa con lejía de alta concentración; agítela durante 30 segundos; luego expulse la lejía.
  3. Llene la jeringa con agua limpia (no con el agua que usó en el paso 1); luego expúlsela.

## **VIH y hepatitis**

**Hágase la prueba.** Si está infectado, puede aprender a mantenerse de esa forma y mantener a salvo a sus parejas. Si no está infectado, hay tratamientos que pueden mantenerlo saludable. Hable con su proveedor de atención médica o comuníquese con el departamento de salud local para obtener más información.

### **Frene el contagio del VIH con medicamentos:**

Si no está infectado, la profilaxis previa a la exposición (Pre-Exposure Prophylaxis, PrEP) puede mantenerlo de esa forma. Si ya ha estado expuesto al VIH mediante el contacto con una pareja sexual o una persona con la que comparte drogas, la profilaxis posterior a la exposición (Post-Exposure Prophylaxis, PEP) puede mantenerlo saludable. Si ya está infectado, tome sus medicamentos para el VIH para evitar que sus parejas o compañeros se enfermen.

**Preservativos:** el VIH, la hepatitis B y otras enfermedades pueden contagiarse por las relaciones sexuales sin protección. Si tiene relaciones sexuales, use un preservativo masculino de látex o un preservativo femenino cada vez.

## Nociones sobre los opioides y la sobredosis

### ¿Qué son los opioides?

Son un tipo de medicamento que incluyen la heroína, el fentanilo, la morfina, la oxycodona (Percocet™, Oxycontin™) y la hidrocodona (Vicodin™).

### ¿Qué es una sobredosis de opioides?

Es una afección que pone en peligro la vida y se produce por tomar más cantidad de un opioide de lo que el cuerpo puede soportar. La respiración se vuelve superficial y puede detenerse, lo que priva al cerebro y a otros órganos del oxígeno necesario para sobrevivir. Algunas sobredosis no tratadas pueden ser mortales.

### ¿Qué aumenta el riesgo de una sobredosis de opioides?

**Fentanilo:** este opioide sintético es entre 50 y 100 veces más fuerte que la heroína, e incluso una pequeña cantidad puede aumentar el riesgo de sobredosis. Está muy difundido en el mercado de las drogas y suele mezclarse con muchas otras, como la heroína, estimulantes (cocaína y metanfetamina) y píldoras prensadas que pueden parecer medicamentos recetados. Estas “personas que no consumen opioides” pueden no saber que han tomado fentanilo y corren riesgo de sobredosis.

**Tolerancia reducida:** la tolerancia se refiere a la capacidad de una persona para soportar una cantidad determinada de una sustancia específica. Un periodo sin drogas de tan sólo 1 o 2 días reducirá la tolerancia de una persona. Consumir la misma cantidad de droga después de un descanso como el que se mencionó aumenta el riesgo de sobredosis.

**Mezcla de opioides con otras drogas:** los opioides combinados con otros depresores, incluido el alcohol, pueden aumentar la probabilidad de sobredosis. Este riesgo también es mayor si los opioides se combinan con benzos, como Xanax™, Klonopin™, Ativan™ y Valium™.

**Soledad:** debe **evitarse** el consumo de drogas sin compañía siempre que sea posible, ya que puede que no haya alguna persona cerca para reanimarlo con naloxona o llamar al 911.

## **Si veo a alguien sufriendo una sobredosis, ¿qué debo hacer?**

**Administre naloxona:** si tiene naloxona, el medicamento que revierte la sobredosis con opioides, úsela de inmediato. **NO HAY QUE DEMORARSE.** Es posible que deba administrar una segunda dosis de 2 a 3 minutos después de la primera si la respiración de la persona no ha vuelto a la normalidad. Es una buena práctica tener siempre naloxona disponible. Puede obtenerla en farmacias en todo el estado de Nueva York y en muchos lugares de la comunidad.

**Llame al 911:** no tenga miedo de pedir ayuda. La Ley del Buen Samaritano 911 del Estado de Nueva York (New York State 911 Good Samaritan Law) los protege a usted y a la persona con sobredosis contra los cargos y el procesamiento por posesión de una sustancia controlada si está ayudando a alguien en una emergencia.

## **Dependencia de las drogas y tratamiento**

**El consumo regular de drogas puede llevar a la dependencia.** El tratamiento del consumo de sustancias puede funcionar para las personas que se vuelven dependientes. Para la dependencia de los opioides, el tratamiento puede incluir buprenorfina o metadona, que pueden ayudar a controlar el deseo y la abstinencia, así como reducir el riesgo de sobredosis.

## **Dependencia de las drogas y tratamiento**

**Para desechar las jeringas y las agujas usadas de forma segura:**

- 1.** Coloque las jeringas usadas y otros objetos filosos en una botella de plástico, como una botella de detergente o lejía. La botella debe ser irrompible y resistente a los pinchazos.
- 2.** Cierre bien la tapa a rosca y coloque una etiqueta que diga “Contiene objetos filosos” en la botella.
- 3.** No use latas de café, ya que las tapas de plástico pueden salirse con facilidad, y no use botellas de vidrio que pueden romperse.

**NO coloque el envase de plástico con jeringas usadas junto con los plásticos reciclables.**

Antes de tirar las jeringas y agujas usadas a la basura de su casa, consulte con el departamento local de salud, saneamiento u obras públicas o con el servicio de recolección de basura.

Los hospitales y las residencias de ancianos aceptan jeringas y agujas usadas cuando se colocan en envases y se siguen los pasos anteriores. Los programas de intercambio de jeringas del estado de Nueva York pueden desechar sus jeringas usadas y darle jeringas nuevas y esterilizadas.

Las agujas expuestas son peligrosas. Si no tiene un envase resistente a pinchazos, vuelva a tapar la aguja después de usarla. No vuelva a tapar agujas usadas por otras personas.

## **Dónde obtener ayuda**

### **Buprenorfina**

<https://providerdirectory.aidsinstituteny.org/>

### **Metadona**

<https://oasas.ny.gov/>

### **Línea directa HOPEline del estado de Nueva York**

Llame al 1-877-846-7369 o envíe un mensaje de texto con la palabra HOPENY (467369)

<https://oasas.ny.gov/>

### **Ciudad de Nueva York**

Llame al 1-888-NYC-WELL (692-9355), envíe un mensaje de texto con la palabra “WELL” al 988 o visite <http://nycwell.cityofnewyork.us>

### **Obtenga naloxona**

1-800-692-8528 o [www.health.ny.gov/overdose](http://www.health.ny.gov/overdose)

### **Obtenga jeringas nuevas y descarte las usadas**

<https://providerdirectory.aidsinstituteny.org/>

### **Su salud y su vida importan: cree un plan de seguridad**

<https://www.health.ny.gov/publications/9895.pdf>

### **PrEP/PEP**

<https://providerdirectory.aidsinstituteny.org/>

### **Línea telefónica de vida Never Use Alone**

1-800-484-3731 o <https://neverusealone.com/>

### **Línea directa de información sobre el VIH/SIDA del estado de Nueva York**

1-800-233-7432 inglés/español

Personas sordas/TDD 1-212-925-9560

Relé de NY 711 o 1-800-421-1220

### **Pruebas, atención y tratamiento de la hepatitis C**

<https://providerdirectory.aidsinstituteny.org/>

