



Orientación sobre el COVID-19 para las personas que consumen drogas

Las personas que consumen drogas tienen un mayor riesgo de enfermarse, de ser hospitalizadas y de morir debido a la infección por el COVID-19. Cuidar de su salud puede ser difícil, especialmente si tuvo experiencias negativas en entornos de atención de salud. Sin embargo, siempre debe expresarle sus necesidades a su proveedor de atención de salud o visitar a un proveedor de reducción de daños para recibir los servicios y derivaciones apropiados.

La siguiente orientación y recursos pueden ayudarle a elegir la mejor manera de mantenerse a salvo del COVID-19. Puede ser abrumador intentar evitar el COVID-19, pero cuanto más pasos tome, más podrá protegerse contra la infección y la enfermedad grave.

Prevención, prueba y tratamiento del COVID-19

- Vacúnese y reciba la dosis de refuerzo. La vacunación es la mejor forma de protegerse usted mismo de la enfermedad grave y la muerte relacionadas con el COVID-19. Para encontrar un centro de vacunación contra el COVID-19 cerca de usted, visite vaccinefinder.nyc.gov o llame al 877-829-4692.
- Use una mascarilla en momentos de alta transmisión del COVID-19 y según lo recomienda el Departamento de Salud y Salud Mental de la Ciudad de Nueva York (Departamento de Salud NYC, por sus siglas en inglés), y en los lugares donde el uso de mascarillas sea obligatorio.
- Practique una higiene saludable de las manos. Lávese las manos a menudo con agua y jabón durante al menos 20 segundos. Use un desinfectante de manos a base de alcohol, si no hay agua o jabón disponibles. Estornude o tosa en un pañuelo o en la parte interna del brazo en lugar de en sus manos. No se toque los ojos, la nariz o la boca si no se ha lavado las manos.
 - Si necesita jabón o desinfectante de manos, comuníquese con su programa de servicios de jeringas (syringe service program, SSP por sus siglas en inglés), clínica médica o centro de atención para desamparados locales. Para encontrar un SSP cerca de usted, visite nyc.gov/health y busque "**syringe service programs**" (**programas de servicios de jeringas**).
- Hágase la prueba de detección del COVID-19 si presenta síntomas o recientemente estuvo expuesto. Evite el contacto con otras personas incluso si no tiene síntomas.
 - Use la "Isolation and Exposure Guidance Tool" (Herramienta de orientación para el aislamiento y la exposición) para el COVID-19 (disponible en a816-health.nyc.gov/covid19help) para averiguar qué debe hacer si estuvo expuesto u obtuvo un resultado positivo en una prueba de detección del COVID-19.
 - Para buscar un sitio de NYC Health + Hospitals Test & Treat, visite

nyc.gov/covidtest o llame al 212-268-4319 o al **311**.

- Visite el buscador nacional de Test to Treat en **aspr.hhs.gov/TestToTreat**.
- Si **su resultado es positivo** para el COVID-19:
 - Sepárese de otras personas y aíslese (quédese en casa) de inmediato durante al menos cinco días luego de los primeros síntomas o de la prueba positiva (si no tiene síntomas).
 - Puede salir de casa después de cinco días si sus síntomas no incluyen dificultad para respirar, su enfermedad ha mejorado en general y no ha tenido fiebre en las últimas 24 horas sin tomar medicamentos.
 - Pregúntele a su proveedor de atención de salud sobre opciones de tratamiento. Si no tiene un proveedor, llame al **311**.
- Busque recursos que lo ayuden a hacer frente a la situación. El COVID-19 puede hacerle sentir agobiado, pero existen recursos para ayudarlo (como aplicaciones de apoyo emocional) y servicios para conectarle con profesionales capacitados.
 - Para obtener apoyo y recursos relacionados con el consumo de drogas, llame al 888-692-9355, envíe un mensaje de texto con la palabra "WELL" al 65173 o chatee en línea en **nyc.gov/nycwell**. El personal de NYC Well está disponible las 24 horas del día, los 7 días de la semana, y puede brindar asesoramiento breve y derivaciones a otros profesionales en más de 200 idiomas.

Vacunación contra el COVID-19

- Vacunarse reduce su riesgo y el de sus seres queridos de contraer el COVID-19 o de tener la enfermedad grave.
- Los efectos secundarios de las vacunas contra el COVID-19 duran aproximadamente uno o dos días y pueden ser molestos. Sin embargo, los síntomas y las complicaciones provocadas por la infección por el COVID-19 suelen ser mucho peores y durar más tiempo, especialmente si no se vacunó.
 - Muchas personas que se contagian del COVID-19 se recuperan por completo, pero algunas tienen síntomas que duran mucho tiempo.
 - La enfermedad post-COVID-19, también llamada COVID prolongado, hace referencia a los síntomas que continúan durante semanas o meses luego de la infección inicial. Estos síntomas pueden incluir fatiga, dificultad para respirar, dolor muscular y dificultad para recordar o concentrarse.
- Las vacunas contra el COVID-19 son seguras y efectivas. No modifican su ADN ni contienen el virus que causa el COVID-19. Les enseñan a nuestras células a reconocer el virus que causa el COVID-19, lo que permite que nuestro sistema inmunitario luche contra él.
- Vacunarse contra el COVID-19 es especialmente importante para los neoyorquinos afroamericanos e hispanoamericanos, quienes tuvieron tasas más altas de infección, hospitalización y muerte relacionadas con el COVID-19. Estos resultados, además de las afecciones que pueden agravar el COVID-19 (que incluyen la diabetes, la obesidad y la presión arterial alta), son resultado del racismo estructural.

Consejos para el consumo seguro de drogas

- Prepare las drogas usted mismo.
- Cree un plan de seguridad para sobredosis. Analice las drogas que está consumiendo, dónde las está consumiendo y si alguien podrá ayudarlo de ser necesario. Comparta su plan con alguien en quien confíe que sepa dónde y cuándo consumirá las drogas.
- Evite consumir drogas solo. Mantenga el distanciamiento físico de las personas con las que esté o use una mascarilla si estuvo expuesto recientemente al COVID-19. Si consume solo, llame a la línea directa Never Use Alone al 800-484-3731 antes de consumir para que alguien pueda vigilarlo por teléfono.
- Tenga naloxona a mano. La naloxona es un medicamento seguro que puede revertir los efectos de una sobredosis de opioides.
 - Muchas drogas en NYC contienen fentanilo, lo que aumenta el riesgo de una sobredosis de opioides. Está presente en casi todas las drogas que se venden como heroína. También se ha detectado en la cocaína, el crack, la metanfetamina, la ketamina y las píldoras provenientes de fuentes no médicas.
- Si se inyecta drogas:
 - Lávese las manos primero y limpie el área donde planea inyectarse.
 - Evite compartir jeringas y equipos de uso de drogas con otras personas, incluida el agua.
 - Si comparte o reutiliza jeringas u otros equipos de uso de drogas, primero enjuáguelos con agua fría, aplique lavandina y, luego, enjuague con agua una vez más.
 - Rellene su jeringa con lavandina. Permita que la lavandina permanezca en el tubo de la jeringa durante, como mínimo, 30 segundos. Enjuague el tubo cuidadosamente tres veces con agua limpia.
 - Prepare y aplíquese su propia inyección, de ser posible.
 - No lama su aguja.
- Si usa pipas, bongos, artículos para esnifar o cigarrillos electrónicos:
 - Evite compartirlos con otras personas.
 - Después de cada uso, limpie con un hisopo con alcohol las partes que están en contacto con los labios, la nariz o las manos.
- Tenga suministros adicionales, como vendas, desinfectante de manos y toallitas con alcohol por si se agotan.

Medicamentos para el trastorno por consumo de opioides

- Si toma medicamentos para el trastorno por consumo de opioides, como metadona o buprenorfina, hable con su proveedor de tratamiento sobre opciones para citas mediante telemedicina y medicamentos que pueden tomarse en su casa.
 - Para obtener más información sobre opciones para medicamentos para el trastorno por consumo de opioides, visite nyc.gov/health/addictiontreatment.

Recursos

- Para obtener más información sobre el COVID-19, visite **nyc.gov/health/coronavirus**. Para recibir alertas sobre COVID-19, envíe un mensaje de texto con la palabra "COVID" al 692-692. Pueden aplicarse cargos de mensajería y datos.
- Los SSP proveen equipos estériles para consumir drogas y servicios, que incluyen la prevención de sobredosis, el asesoramiento para un consumo seguro, la gestión de casos y las derivaciones a otros proveedores de atención de salud. Contacte a su SSP local para averiguar qué servicios brinda.
- Para conseguir naloxona cerca de usted, llame al **311**, visite **nyc.gov/health/naloxone** o contacte a su farmacia o programa comunitario local .
- La Oficina de Apoyo y Servicios de Tratamiento para las Adicciones (OASAS, por sus siglas en inglés) del estado de Nueva York educa a las personas y a las familias sobre el consumo de sustancias. Para encontrar opciones de tratamiento cerca de usted, visite **webapps.oasas.ny.gov/providerdirectory**.

El Departamento de Salud de NYC puede modificar las recomendaciones a medida que la situación evoluciona.

1.9.23 Spanish