

LÍNEAS DE APOYO:

800-943-0540 Línea de Mandy

LLama si estás pasando por un trastorno por consumo de sustancias (SUD) y necesitas hablar con alguien que te entienda. Todos los operadores tienen experiencia de vida con el SUD, y pueden relacionarse con lo que estás pasando.

Estamos aquí para escucharte y ofrecerte nuestra ayuda cuando la necesites.

800-484-3731 Nunca Use Solo

Línea directa operada por voluntarios para prevenir sobredosis y salvar vidas. Sus datos nunca se almacenan y siempre son confidenciales. Se le preguntará su nombre y su ubicación exacta, así como la sustancia que está consumiendo. Esta información es necesaria para que los operadores puedan enviar ayuda de emergencia en caso de emergencia.

(866) 488-7386 Proyecto Trevor

El Proyecto Trevor es una organización nacional que presta servicios de intervención en crisis y prevención del suicidio a jóvenes y adultos jóvenes LGBTQ de entre 13 y 24 años, por teléfono, en línea y mediante mensajes de texto. Disponible 24 horas al día, 7 días a la semana, 365 días al año.

TrevorText: Envía la palabra "START" al (678-678) para comunicarte por SMS con un consejero especializado.

Responder a una sobredosis Mantener la calma y conocer las señales

No responde

Respiración lenta o superficial
No respira (piel azul, gris o pálida)
Ronquidos o gorgoteos

¿Y después qué?

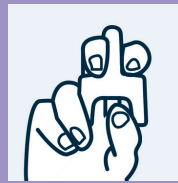
Intenta despertar a la persona.
GRITA "Te voy a Narcanear"
Pasa tus puños por su pecho.

Llama al 911

"Alguien no esta respondiendo"
Dé al operador su ubicación exacta.



Cómo administrar la naloxona



Paso 1:

Saque la Naloxona del paquete y sujétela con el dedo gordo, el primer dedo y el dedo corazón.



Paso 2:

Introduzca la punta en cualquiera de las ventanas de la nariz y presione firmemente el botón.



Paso 3:

Realice respiraciones de rescate durante 2 minutos. Si la persona sigue sin responder, repita todos los pasos y administre otra dosis de Narcan.

Recuerde

La única función de la naloxona es revertir una sobredosis de opiáceos. No tiene ningún efecto si no hay opiáceos presentes. No tiene efectos secundarios negativos conocidos ni potencial de uso indebido.

REDUCCIÓN DE DAÑOS LISTA DE RECURSOS

INLAND EMPIRE REDUCCIÓN DE DAÑOS

951-446-0983

@INLANDEMPIREHARMREDUCTION

RECURSOS RELACIONADOS CON LAS DROGAS:

Dancesafe.org

La educación entre compañeros y el apoyo a la salud y la seguridad en el mundo de la música y la vida nocturna

Drugsand.me

Su recurso para un consumo de drogas más seguro, saludable e informado.

Endoverdose.net

Organización con base en Los Ángeles (California) que trabaja para acabar con las muertes por sobredosis relacionadas con las drogas a través de la educación, la intervención médica y la información pública.

Adf.org.au

La Alcohol and Drug Foundation es la principal organización australiana dedicada a inspirar cambios positivos y aplicar métodos basados en la evidencia para reducir al mínimo los daños causados por el alcohol y las drogas.

RECURSOS RELACIONADOS CON LAS DROGAS:

Erowid.org

Educación organización sin fines de lucro; información precisa sobre psicodélicos y otras drogas psicoactivas para educar, reducir daños y aumentar beneficios. Erowid.org.

Trip safe.org

TripSafe es un sitio web educativo sobre psicodélicos, incluidos el LSD, las Shrooms ("hongos mágicos" o "psilocibina") y otros.

ROLLSAFE.ORG

RollSafe tiene información sobre la MDMA, también conocida como "Molly" o "Éxtasis". RollSafe se preocupa por la salud pública y la seguridad de las personas. Si vas a consumir MDMA , por favor investiga.

RECURSOS LOCALES

Centro de Crisis de Violación del Área de Riverside

@rarcc_support

Línea de apoyo 24 horas 951-686-72733

Rainbow Pride Youth Alliance

@rainbowprideyouthalliance

Grupos de apoyo a jóvenes LGBTQ+ y recursos gratuitos

SBX

@sigmabetaxiinc

servicios para jóvenes y familias

Inland Empire Prism Collective

@ieprismcollective

Conectar a los jóvenes LGBTQ+ con espacios seguros

TruEvolution

@truevolutioninc

Pruebas, Salud, Vivienda

Transgender Wellness

@transhealthandwellnesscenter

Servicios especializados para la comunidad de género diverso

QUÉ SE PUEDE ESPERAR DE ESTOS RECURSOS

Los programas y recursos mencionados ofrecen información precisa y sin prejuicios. Utilice estos recursos para informarse y poder tomar decisiones informada y más segura.