



Consideracions complementàries en relació amb la protecció contra la infecció pel coronavirus SARS-CoV-2 de les persones usuàries de la Xarxa d'Atenció a les Drogodependències i altres amb trastorns per l'ús de substàncies ¹

La Sub-direcció General de Drogodependències ha recollit i adaptat una sèrie de recomanacions complementàries a les generals adreçades a usuaris de drogues que cal que es tinguin en compte durant la crisi de la COVID-19.

Més enllà de transmetre a tota la població que cal seguir les recomanacions de protecció general que promou el Departament de Salut, convé prioritzar el missatge preventiu i estar alerta davant l'aparició de símptomes (febre, tos, sensació de falta d'aire i malestar general) en aquells usuaris que:

- Es troben en situació d'exclusió social o sense llar, ja que estan més exposats a infectar-se perquè no es poden protegir degudament i tenen més dificultat per accedir a altres recursos de salut en cas de necessitat.
- Tenen afeccions respiratòries o antecedents de malaltia pulmonar, com la malaltia pulmonar obstructiva crònica (MPOC), relacionada amb història de tabaquisme o ús perllongat de cànnabis, ja que poden estar en risc de complicacions greus si s'infecten pel coronavirus SARS-CoV-2.
- Tenen altres malalties cròniques, com ara malalties cardiovasculars, diabetis o càncer, ja que poden ser més susceptibles de patir la COVID-19 i la malaltia pot tenir una pitjor evolució..

En aquest sentit, igualment es recomana que extremin les precaucions i les mesures de protecció davant de la possible infecció:

- Els usuaris fumadors o consumidors de cigarretes electròniques, ja que poden tenir reduïda la capacitat de resposta davant de la infecció.
- Les persones que utilitzen opiacis a dosis altes o que tenen trastorns relacionats amb els opiacis, ja que la disminució de la capacitat pulmonar ocasionada per la COVID-19 els podria posar en situació de risc de patir complicacions i una sobredosi.
- Les persones amb història d'ús de metamfetamina i/o cocaïna, ja que aquestes substàncies provoquen la constricció dels vasos sanguinis, i aquesta és una de les propietats que contribueix al dany pulmonar i a la hipertensió pulmonar en persones que les utilitzen.

La COVID-19 es transmet per la saliva, a través de superfícies i pel contacte entre la boca, el nas i les mans. Les persones més grans de 65 anys, amb el sistema immunitari dèbil i amb patologia crònica o pluripatologia tenen més risc de contraure la malaltia COVID-19.

1. PER EVITAR ELS CONTAGIS...

→ **NO S'HAN DE COMPARTIR:** pipes, vaporitzadors o “porros”, tubs nasals, xeringues i material per a la injecció: cassoletes, filtres, aigua esterilitzada, tovallolletes d'alcohol, etc.

→ **SI EL CONSUM ES FA PER VIA ESNIFADA:**

La COVID-19 afecta les vies respiratòries; per tant, és molt important anar amb cura quan es consumeixen drogues per via esnifada:

- Cal rentar-se les mans amb aigua i sabó, cada vegada, abans de manipular, preparar i consumir drogues.
- S'han de netejar bé les superfícies on es posarà la substància, amb un drap amb aigua i sabó o tovallolletes d'alcohol. Això és especialment important quan són superfícies que toca molta gent, com pantalles de mòbils, banys públics, etc.
- Cal evitar fer servir bitllets per fer tubs. Cadascú ha de fer servir el seu propi rul-lo.
- Picar el màxim possible la substància en pols ajuda a reduir el risc de lesionar les mucoses i, per tant, redueix la possibilitat de transmissió de malalties.
- Després d'esnifar, cal fer rentats nasals amb aigua.
- Cal ser conscient que la cocaïna no mata el coronavirus.

→ **SI ES FUMA:**

Fumar heroïna, cocaïna, metamfetamina, marihuana o tabac pot afectar la salut respiratòria i, per tant, fer que les persones que fumen siguin més vulnerables davant de la COVID-19.

Cal prendre les mesures següents:

- Cal rentar-se les mans amb aigua i sabó, cada vegada, abans de manipular, preparar i consumir drogues.
- S'han d'evitar cremades, beure aigua i hidratar-se els llavis per evitar lesions.
- No s'han de compartir pipes, paper de plata i tubs.

→ **SI EL CONSUM ES FA PER VIA INJECTADA**

- No s'ha de compartir el material. Per a cada consum, tot el material ha de ser nou (xeringa, cassoleta, filtre, aigua bidestil·lada, tovallolletes d'alcohol).
- Cal utilitzar tot el material nou per a cada consum.
- En comprar la droga, cal extremar les mesures d'higiene; netejar els paquets o embolcalls amb tovallolletes d'alcohol.
- S'ha d'evitar introduir al cos embolcalls amb drogues (boca, vagina o anus). Si tot i així es fa, s'han de netejar bé abans amb alcohol de 70º com a mínim.
- Cal netejar-se bé les mans amb aigua i sabó, almenys durant 20 segons, cada vegada que s'estigui en contacte amb altres persones, després de manipular diners, i després de consumir drogues. S'han de fer servir tovalloles de paper d'un sol ús o tovalloles netes per assecar-se les mans.
- S'ha de preparar un mateix les dosis pròpies, i assegurar-se de no manipular ni tocar el material d'altres persones, ni deixar que els altres toquin el d'un mateix.

- Cal evitar espais molt concorreguts: en cas d'anar al centre de reducció danys, si cal fer cua per accedir-hi, s'ha de **respectar la distància de seguretat d'entre 1 i 2 metres** entre les persones.
- S'ha de minimitzar el contacte físic; en les relacions sexuals, cal evitar els petons i intentar garantir l'ús del condó.
- Si es tenen símptomes o es creu que s'està malalt, cal evitar anar als centres de reducció de danys per no contagiar altres persones. Si malgrat tot s'hi ha d'anar, s'ha d'avisar perquè prenguin les mesures de seguretat corresponents.

2. CAL SER PREVISOR...

- Les persones en tractament amb metadona o altres opiacis (per exemple, amb suboxone) poden consultar el seu centre si poden **obtenir tractament a domicili** (*take-home*), i endarrerir cites i anàlisis d'orina durant uns dies per tal de reduir al màxim les sortides al carrer.
- **Cal estar preparat per passar per la síndrome d'abstinència** de manera inesperada: en cas de dificultats per consumir com es fa habitualment, cal estar preparat i assegurar-se de tenir els aliments i les begudes necessaris.
- **Cal aconseguir xeringues i naloxona** per a, almenys, unes dues setmanes.
- Cal preparar-se per a la possibilitat que els programes d'intercanvi de xeringues i centres de reducció de danys tanquin o estiguin oberts en horaris més restringits, i seguir els consells del segon i tercer punts d'aquest apartat per reduir les conseqüències que se'n desprenguin.

3. PER ACTUAR I/O PREVENIR UNA SOBREDOSI

- Els serveis d'emergència poden saturar-se aquests dies, cal demanar naloxona al centre de reducció de danys habitual.
- Cal recordar que, si es consumeix sol o un es veu obligat a canviar de proveïdor, cal fer-ho amb poca quantitat i en diferents vegades i provar-ho abans per veure'n l'efecte; també convé recordar que les sales de consum estan obertes.
- En cas de tenir la COVID-19 i patir una sobredosi, cal tenir en compte que pot ser més difícil de revertir.

Cal recordar que s'està fent el possible per mantenir els dispositius de reducció de danys oberts durant la crisi produïda pel nou coronavirus, però si l'emergència sanitària s'agreuja, pot ser que alguns centres hagin de tancar. Cal tenir a mà la informació dels dispositius alternatius que hi ha a la ciutat per si es necessiten.

ⁱ **Aquestes recomanacions són una adaptació a partir de les recomanacions publicades per:**

INPUD és una organització global basada en iguals que busca promoure la salut i defensar els drets de les persones usuàries de drogues. INPUD exposa i desafia l'estigma, la discriminació i la criminalització de les persones que usen drogues i el seu impacte en la salut i els drets de la comunitat que consumeix drogues. [Web](#), [TW](#), [FB](#)

Metzineres és un recurs comunitari per a dones que sobreviuen a la violència de diferents tipus; està ubicat a Barcelona, però amb gran activitat a les xarxes socials, des d'on fan difusió de missatges de reducció de danys per a les persones que usen drogues. [Web](#), [IG](#), [TW](#), [FB](#)

Harm Reduction Coalition, organització dels Estats Units dedicada a l'activisme i la divulgació de la reducció de danys en l'ús de drogues. [Web](#), [IG](#), [TW](#), [FB](#)

NIDA. (2020, March 12). COVID-19: Potential Implications for Individuals with Substance Use Disorders. Retrieved from <https://www.drugabuse.gov/about-nida/noras-blog/2020/03/covid-19-potential-implications-individuals-substance-use-disorders> on 2020, March 17