



RECOMANACIONS SOBRE CONSUM DE DROGUES I PREVENCIÓ DE LA SOBREDOSI EN ELS CENTRES PENITENCIARIS EN EL CONTEXT DE PANDÈMIA DE LA COVID-19

Davant de la situació actual d'estat d'alarma generada per la pandèmia de la COVID-19, s'han hagut d'implementar mesures concretes per a la prevenció de la infecció i el contagi de caràcter general, i d'altres de més específiques per a poblacions concretes, com és el cas de les persones que consumeixen drogues, amb un èmfasi especial en aquelles persones privades de llibertat en un centre penitenciari.

Durant l'època de confinament, aquestes persones han tingut menys accés a les drogues donades les restriccions de visites i sortides del centre. Per tant, cal prestar una atenció especial en el moment en què tinguin més accés a les drogues per prevenir tant les conductes de risc relacionades habitualment amb el consum (risc d'infeccions, com el VIH i l'hepatitis C, risc de patir una sobredosi després d'un període llarg d'abstinència, entre d'altres), com les que s'associen a la COVID-19.

Davant de l'escenari de retorn progressiu a les condicions de normalitat prèvies a la pandèmia, cal intensificar els missatges sobre com incorporar les mesures preventives de la COVID-19 en les pràctiques de consum, així com reforçar l'aconsellament en reducció de danys i la prevenció de sobredosis, per tal de reduir-les al màxim i evitar morts relacionades per reacció adversa a substàncies.

Missatges clau de prevenció de les sobredosis

- En cas de dificultats per aconseguir la droga, davant l'aparició del síndrome d'abstinència és possible que les persones intentin pal·liar els símptomes fent ús d'altres substàncies o fàrmacs, com les benzodiazepines o la metadona, sense la seguretat d'una prescripció mèdica i amb el risc consegüent d'interacció i de sobredosi.
- Cal facilitar l'accés al tractament, així com millorar-ne l'adherència de les persones que ja n'estan fent però que, simultàniament, poden consumir per evitar l'automedicació.
- Després d'un període llarg de temps sense consumir, pot disminuir el nivell de tolerància a la substància i augmentar el risc de patir una sobredosi si es tornen a utilitzar les dosis habituals.
- Cal alertar sobre aquests riscos a la mateixa persona i als seus familiars o persones de contacte per a quan la situació torni a la normalitat.
- Si es torna a consumir, cal fer-ho en dosis molt més baixes que les habituals, o bé dividir la dosi en dos consums.
- Si es dubta de la concentració de la substància que s'ha adquirit, és millor començar consumint-ne una dosi de prova (mitja dosi, per exemple) i fer-ho més lentament per tal de conèixer-ne la potència.
- Un dels riscos més grans de morir per sobredosi és no rebre el tractament adequat ràpidament.
- Cal evitar consumir a soles i, en el cas de consumir amb una altra persona, mantenir la distància de 2 metres.

- Cal consumir en un lloc on, en cas de sobredosi, la persona pugui ser atesa fàcilment.
- En cas d'estar amb una persona que està patint una sobredosi, cal posar-la en posició lateral de seguretat i avisar un professional; només així se li pot salvar la vida. (Vegeu-ne [Vídeo](#) al Canal Drogues.)
- L'estat de salut també pot afectar el risc de sobredosi, especialment en les persones que utilitzen opiacis en dosis altes o les que tenen trastorns relacionats amb els opiacis, atès 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.

Al [Canal Drogues](#) es poden descarregar materials educatius relacionats amb el Programa de prevenció i atenció a la sobredosi.

Missatges clau relacionats amb el consum de drogues i la COVID-19

- Cal rentar-se les mans amb aigua i sabó cada vegada abans de manipular, preparar i consumir drogues.
- Cal mantenir la distància de seguretat de 2 metres. En cas de no poder-ho respectar, no s'ha de tocar la droga ni els estris d'uns i altres.
- No s'ha de compartir: cigarretes, pipes, vaporitzadors o porros, tubs nasals, xeringues i altres materials per a la injecció.
- Cal evitar introduir al cos embolcalls amb drogues (boca, vagina o anus). Si tot i així es fa, cal netejar bé abans aquests embolcalls amb alcohol de 70 °, com a mínim.
- S'ha de netejar bé les superfícies on es posarà la droga, amb un drap amb aigua i sabó o tovalloletes d'alcohol. Això és especialment important quan són superfícies que toca molta gent, banys compartits, etc.

→ Si les drogues s'esnifen:

La COVID-19 afecta les vies respiratòries i, per tant, és molt important anar amb cura quan les drogues s'esnifen.

- Cadascú ha de fer servir el seu propi rul·lo. En cas que, tot i així, es reutilitzi, cal netejar-lo bé amb aigua i sabó o tovalloletes d'alcohol.
- *Picar* al 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.

→ Si les drogues es fumen:

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

Cal prendre les mesures següents:

- Cal evitar cremades, beure aigua i hidratar-se els llavis per evitar lesions.
- No s'han de compartir pipes, paper de plata i tubs.

→ **Si les drogues s'injecten:**

- 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). Per això, cal reforçar el Programa d'intercanvi de xeringues.

A l'apartat [Coronavirus – Salut mental i addiccions del Canal Salut](#) es poden consultar diferents documents i material divulgatiu adreçats a professionals i persones amb drogodependència.

Fonts d'informació per a l'elaboració del document:

Departament de Salut. Canal Salut. [Coronavirus SARS-CoV-2](#).

Servei Català de la Salut. Guia d'actuació enfront de casos d'infecció pel nou coronavirus SARS CoV-2 als serveis de salut mental i addiccions en l'àmbit penitenciari. Atenció a la salut mental en l'àmbit penitenciari d'adults i de justícia juvenil. 20 de març de 2020.

UNODC Treatment, care and suport for people who use drugs and people in prisons.

WHO. [Preparedness, prevention and control of COVID-19 in prisons and other places of detention \(2020\)](#)
Preparedness, prevention. Interim guidance. 15 March 2020.

EMCDDA. [The implications of COVID-19 for people who use drugs \(PWUD\) and drug service providers_25 March 2020](#).

INPUD, organització basada en iguals global que busca promoure la salut i defensar els drets de les persones que usen drogues. [Web](#), [TW](#), [FB](#)

Metzineres es un recurs comunitari per dones que sobreviuen violències, ubicades a Barcelona però amb gran activitat a les xarxes socials des dón fan difusió de missatges de reducció de danys per 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. [COVID-19: Potential Implications for Individuals with Substance Use Disorders](#). 2020, March 17