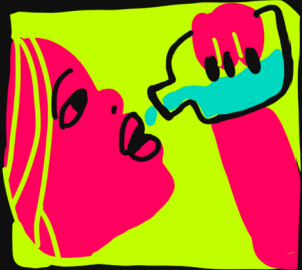


COVID19

HARM REACTION

COVID19 Síntomas.



Bebe agua.
Mantén la hidratación.



No compartas vasos, latas, cigarrillos, porros, rulos, pipas o otra parafernalia para el consumo. Recoge más PIJ por si cierran centros.



Evita poner la envoltura de tus drogas en boca, vagina o ano. Si lo haces, límpialas con alcohol.



Si estás en tratamiento pregunta a tu médica si puedes tener "take home" de tus fármacos y omitir citas.



Minimiza el contacto físico, evita lugares cerrados y/o con poca ventilación sobretodo. Mantén distancia seguridad y usa mascarilla.



Las sobredosis serán más difíciles de revertir, no consumas sola, carga siempre naloxona.



Prepara tus propias drogas, asegúrate de no manipular parafernalia ni drogas de otras personas y no dejes que toquen los tuyos.



Asegúrate de tener todos los medicamentos, alimentos y bebidas necesarias para evitar en lo posible síntomas de abstinencia en las próximas semanas.



Lava tus manos cada vez que entres en contacto con otras personas, manipules dinero o drogas. No compartas toalla, evita tocarte la cara y meterte los dedos en la boca.



Mantén la dosificación del consumo e intenta comprar drogas para los días que se planea el confinamiento, por si tus proveedorxs de confianza se enferman.



Si consumes por vía intrapulmonar el COVID-19 dificultará la inhalación de humo, dado que afecta a las vías respiratorias.



Si crees que puedes tener COVID-19 no uses Ibuprofeno.



Si estás teniendo relaciones sexuales: no te quites macarilla o evita los besos y usa condón + lubricante



Si cambias de proveedor/a recuerda ir despacio al consumir un material desconocido. Evita la mezcla de sustancias para continuar con tu uso responsable y evitar efectos indeseados.



Las heridas abiertas aumentan los riesgos: en caso de esnifar, pica bien tus drogas. Si fumas, procura evitar quemaduras y usa bálsamo labial.



Mientras dure el confinamiento recuerda que los traslados están limitados citas médicas y compras de primera necesidad. Evita multas.



Fiebre



Falta de aire



Tos



Cansancio

Si tienes uno de estos síntomas llama al 061/112

