

¡Mantén tu salud y SOBREVIVE!

La inyección de drogas ilegales no es segura ni buena para tu salud. Si te inyectas drogas, estás en riesgo de una sobredosis o de infectarte con el VIH, los virus de la hepatitis B y la hepatitis C, o de adquirir otras infecciones graves. Sin embargo, hay formas en que puedes reducir el riesgo de enfermarte y proteger a otros.

- 1. Usa jeringuillas y agujas nuevas y esterilizadas cada vez que te inyectes.** Aunque las jeringuillas que compres en la calle se vean limpias, es posible que hayan sido usadas. Llama al 1-800-233-SIDA para pedir información sobre farmacias cercanas que vendan jeringuillas sin receta. En la parte posterior de esta tarjeta encontrarás programas donde puedes intercambiar tus jeringuillas usadas por jeringuillas nuevas y esterilizadas.
- 2. No compartas tus implementos: jeringuillas, agujas, cucharas ("cookers"), algodón, tapas de botellas y agua.** Recuerda que las cantidades muy pequeñas de sangre en los implementos, aunque no sean visibles, pueden transmitir el VIH, la hepatitis B o la hepatitis C. Se ha demostrado que compartir el agua para inyectar drogas transmite la hepatitis C.
- 3. Limpia tu piel con algodón con agua jabonosa y alcohol, o frota alcohol en ella antes de inyectarte.**
- 4. No te inyectes en el mismo lugar una y otra vez.**
- 5. Si no tienes una jeringuilla y una aguja nuevas y no puedes esperar a conseguirlas para inyectarte la droga, o si tienes que comprarlas en la calle, usa blanqueador para lavarlas. Sigue leyendo para que sepas cómo hacerlo.**

Las agujas y jeringuillas limpias, los implementos limpios y la piel limpia ayudan a reducir la posibilidad de adquirir VIH, hepatitis B, hepatitis C y abscesos. ¡Estas enfermedades pueden ser muy graves y a veces mortales!

Limpieza de jeringuillas y agujas con blanqueador y agua

PASO

1.

Enjuaga la aguja y la jeringuilla con agua para quitar la sangre.

- Pon agua limpia en una taza o en la tapa de una botella limpia.
- Llene la jeringuilla hasta la mitad con agua limpia; retire el pistón hasta la parte de arriba de la jeringuilla.
- Agita la jeringuilla y haga chorrear el agua a través de la aguja.
- Repítelo dos veces con agua limpia, o hasta que no queden residuos de sangre ni droga.



PASO

2.

Enjuaga la jeringuilla y la aguja con un blanqueador sin diluir.

- Pon blanqueador sin diluir (no agregues agua) en una taza o en la tapa de una botella limpia.
- Tira del pistón y llena la jeringuilla con el blanqueador hasta la mitad.
- Agita la jeringuilla con la aguja y empuja el pistón para sacar el blanqueador a presión a través de la aguja y repite el procedimiento.



PASO

3.

Enjuaga la jeringuilla y la aguja con agua limpia otras 3 veces.

- Antes de inyectarte, enjuaga siempre la aguja y la jeringuilla con agua para quitar el blanqueador.
- No pongas el agua que usaste para enjuagar junto con el agua para limpiar la aguja y la jeringuilla y preparar la droga.



Llama a estos programas de intercambio de jeringuillas para saber dónde y cuándo puedes cambiar las jeringuillas y agujas que has usado por unas nuevas y limpias.

Los programas de intercambio de jeringuillas (SEPs por sus siglas en inglés) te ofrecen jeringuillas nuevas a cambio de las que has usado. Debes ser participante en un programa de este tipo para poder hacer estos intercambios.

ADAPT Syringe Exchange Program

718-782- 5389 Brooklyn

AIDS Rochester Harm Reduction Program

585-442-2220

AIDS Work/Southern Tier AIDS Program

607-272-4098

CitiWide Harm Reduction Program

718-292-7718

Family Services Network of New York

718-573-3358

FROST'D Syringe Exchange Program

212-924-3733

Housing Works, Inc.

212-966-0466, ext. 286

(para personas sin hogar y con VIH que son clientes de Housing Works)

Kaleida Health Project Reach Harm Reduction Program

716-845-0172

Lower East Side Harm Reduction Center

212- 226-6333

New York Harm Reduction Educators, Inc.

718-842-6050 Bronx

212-828-8464 Manhattan

Positive Health Project

212-465-8304

St. Ann's Corner of Harm Reduction

718-585-5544

Urban League of Westchester, Inc.

914-667-1010

- Para obtener más información sobre los programas de intercambio de jeringuillas (SEPs), llama al **212-268-6987**.
- Si necesitas ayuda para dejar de consumir drogas, llama al New York State Office of Alcohol and Substance Abuse Services (OASAS) al **1-800-522-5353**, lunes a viernes, de 9 a.m. a 5 p.m. En la ciudad de Nueva York únicamente, llama al **1-877-AYUDESE (298-3373)** a cualquier hora del día, cualquier día de la semana.

Estado de Nueva York
Departamento de Salud