

# No espere: Infórmese sobre sobredosis ahora



El 31 de agosto es el Día Internacional de la Concientización sobre Sobredosis en todo el mundo. Es un día apartado para centrarse en las muertes que causan una sobredosis o el mal uso de medicamentos recetados, opiáceos, tranquilizantes, alcohol o estimulantes.<sup>1</sup>

## ¿Qué es una sobredosis?

Cuando tiene más sustancias de las que su cuerpo puede manejar, puede sufrir una sobredosis. Incluso los medicamentos recetados por su médico pueden causar una sobredosis mortal si toma la cantidad incorrecta, en el momento equivocado o mezclados con otros fármacos.

## Estados Unidos es el número uno

Por lo general, cuando Estados Unidos es líder en algo, nos sentimos orgullosos. Sin embargo, en este caso, es el primero en el mundo en muertes por sobredosis de sustancias. En los 12 meses previos a enero de 2017, más de 64,000 estadounidenses murieron por causas relacionadas con las drogas.<sup>1</sup>No hay razón para sentir orgullo.

## ¿Qué podemos hacer para frenar este trágico problema?

Lo más importante que se puede hacer es obtener ayuda médica si usted o alguien que conoce abusa de sustancias. Por desgracia, muchas personas no quieren o no pueden admitir su consumo. En algunos casos, es posible que ni siquiera se den cuenta de que están en riesgo.

## ¿Cuáles son las señales de una sobredosis?

Alguien puede sufrir una sobredosis si<sup>1</sup>:

- Esta inconsciente
- Hace ruidos de gorgoteo mientras duerme
- Tiene convulsiones
- Tiene un dolor de cabeza muy fuerte
- Siente dolor en el pecho
- Tiene dificultades para respirar
- Actúa en forma paranoica, está agitado o confundido

Estos son síntomas comunes, pero una persona con una sobredosis puede no presentar todas esas señales. Uno o dos pueden ser suficientes para causar preocupación.

## ¿Qué debería hacer si sospecha que existe una sobredosis?

Si se encuentra con una persona inconsciente o que presenta alguno de los síntomas mencionados, llame al 911. Si los médicos o paramédicos llegan a tiempo, con frecuencia pueden ayudar a salvar su vida. Nunca permita que alguien se duerma si sospecha que dicha persona tiene una sobredosis. Podría ser una decisión fatal.

## En conclusión: Esté consciente y sea cauteloso

Ciertos fármacos son útiles y otros son simplemente peligrosos. Usarlos mal, como otras sustancias, siempre es motivo de preocupación y acción.

<sup>1</sup>Día Internacional de Concientización sobre Sobredosis. Acceso Junio 2019.

**El EAP es administrado por Resources For Living, LLC.**

Todas las llamadas del EAP son confidenciales, a menos que la ley especifique lo contrario. La información no reemplaza el diagnóstico o tratamiento de un profesional. Póngase en contacto con un profesional si tiene cualquier pregunta sobre necesidades específicas.