

CERRAR

Mantenga medicamentos fuera de vista y en un lugar seguro y protegido, como una caja de seguridad.

Tiempo y distancia entre una persona suicida y sus medicamentos pueden salvar una vida.

Mantenga medicamentos recetados en su frasco original con la etiqueta adjunta y con la tapa a prueba de niños asegurada.

MONITOREAR

Cuente las pastillas para saber si falta alguna.

DESECHAR

Deseche correctamente todo medicamento recetado no utilizado y vencido.

Si no hay instrucciones de eliminación en la etiqueta del empaque, puede desechar su medicamento de manera segura en la basura de su hogar siguiendo estos cuatro pasos:

1. Mezcle el medicamento con una sustancia no comestible como tierra o posos de café usados.
2. Coloque la mezcla en un recipiente resistente, como una lata de café vacía
3. Tire el recipiente a la basura de su hogar.
4. Elimine toda información personal en la etiqueta de su botella vacía de medicamento. Luego desche o recicle la botella.

RECURSOS

Western Idaho Community Crisis Center (Centro de Crisis Comunitario del Oeste de Idaho)

524 Cleveland Blvd, Caldwell, ID 83605
Llame 208-402-1044

Línea Directa de Prevención de Suicidio de Idaho | Llame o mande un mensaje | 1-208-398-HELP (4357)

Línea de Crisis de Veteranos

Llame 1-800-273-TALK (8255)
Para Veteranos | Oprima 1

Unidad Móvil de Intervención de Crisis
Llame 208-459-0092

Idaho CareLine (para ayuda y recursos)
Llame 2-1-1

Find Help (para ayuda y recursos)
www.findhelp.org

Visite phd3.idaho.gov para aprender más acerca de los recursos en su área.



Escanee aquí para recibir bolsas Deterra para desactivar medicamentos gratis.

Esta publicación fue posible gracias a SP080981-01 de la Administración de Servicios de Salud Mental y Abuso de Sustancias (SAMHSA). Su contenido es responsabilidad exclusiva de los autores y no necesariamente representa las opiniones oficiales de CDH, SWDH, o SAMHSA.

Esta publicación fue apoyada por la subvención o número de acuerdo cooperativo, 1 NU17CE925017-01-00, financiado por los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades. Su contenido es responsabilidad exclusiva de los presentadores y no necesariamente representa las opiniones oficiales de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades o el Departamento de Salud y Servicios Humanos. (Abril 2022)
Adapto de Central District Health



QUÉ BUSCAR

Sobredosis de Opioides

- "Pupilas puntiagudas" pequeñas y contraídas
- Insensible
 - Quedarse dormido, pérdida del conocimiento, cuerpo flácido
- Respiración interrumpida
 - Sonidos de respiración lenta y superficial, ahogo o gorgoteo
- Piel pálida, azul o fría

Los opioides incluyen *opiáceos* *recetados* como hidrocodona, morfina y tramadol. También *opioides ilegales sin receta* como la heroína y fentanilo fabricado ilícitamente.

Sobredosis de Estimulantes

- Inquietud
- Temblores
- Respiración rápida
- Confusión
- Agresión
- Alucinaciones
- Pánico
- Fiebre
- Dolor y debilidad muscular

Los estimulantes incluyen *medicamentos recetados* como Adderall, Ritalin y *estimulantes ilegales sin receta*, como metanfetamina y sales de baño.

SEÑALES DE ADVERTENCIA DE SUICIDIO

Conversaciones

- Hablar de querer morir o suicidarse, sentirse desesperanzado o no tener razón para vivir, sentirse atrapado o con un dolor insoportable, sentirse como una carga para los demás.

Comportamiento

- Buscando métodos suicidas
- Intentos de suicidio previos
- Aumento de los comportamientos riesgosos, incluyendo un mayor uso de alcohol o drogas.
- Agitación física
- Cambio en los patrones de sueño; pesadillas
- Retraerse o aislarse

Estado Anímico

- Actuar ansioso o agitado
- Arrebatos de ira y rabia
- Pérdida de interés
- Cambios de humor dramáticos

Si estas señales de advertencia se aplican a usted o a alguien que conoce, busque ayuda lo antes posible, especialmente si el comportamiento es nuevo o ha aumentado recientemente.

La Línea Directa de Crisis y Suicidio de Idaho está disponible las 24 horas del día, los 7 días de la semana. Llame, chatee o envíe un mensaje de texto al 988 o IdahoSuicidePrevention.org.

QUÉ HACER

En una crisis de sobredosis o de suicidio:

- **Llame al 911**
- **Permanezca cerca**
- **Espere por los servicios médicos de emergencia**

Dar respiraciones de rescate si la persona no responde o si tiene dificultad para respirar.

Administrar Naloxona si disponible y se sospecha una sobredosis de opioide.

La Ley del Buen Samaritano de Idaho protege a las personas que actúan en buena fe que buscan o necesitan asistencia médica por una sobredosis relacionada con drogas.

La Naloxona es un medicamento que puede reversar una sobredosis de opioides. Hable con su médico o farmacéutico acerca de la Naloxona. En Idaho, la Naloxona se puede pedir sin receta.