



Guia para usuários de drogas durante a COVID-19

A COVID-19 continua se espalhando em nossas comunidades e há riscos sempre que você se encontra com outras pessoas fora da sua residência. À medida que a cidade reabre, devemos continuar agindo para impedir a transmissão da COVID-19.

Previna-se contra a COVID-19

Lembre-se destas quatro dicas principais para reduzir o risco de transmissão da COVID-19:

- **Fique em casa se não estiver se sentindo bem ou se [correr mais risco de complicações pela COVID-19](#).**
 - Siga as atualizações sobre a reabertura planejada.
 - Até que exista uma vacina, ficar em casa o máximo possível (se o seu trabalho permitir) ainda é a opção mais segura para proteger a si mesmo e aos outros da COVID-19.
 - Monitore a sua saúde com mais atenção do que de costume por [sintomas relacionados à COVID-19](#). Se os seus sintomas forem de amenos a moderados, fique em casa. Não saia de casa, exceto para receber atendimento médico essencial (incluindo [teste de COVID-19](#)) ou para comprar itens básicos, em mercados, por exemplo, se ninguém puder buscá-los para você.
- **Use uma proteção facial.** Mesmo se você sentir-se bem e não apresentar sintomas, use uma [proteção facial](#) quando estiver fora de casa e mantenha uma distância de pelo menos 6 pés (1,80 m) dos outros.
- **Higienize bem as mãos.** Lave as mãos frequentemente com água e sabão por pelo menos 20 segundos. Use um desinfetante de mãos à base de álcool se não houver água e sabão disponíveis.
 - Talvez as pessoas que usam drogas não tenham facilidade de acesso a esses itens. Consulte a disponibilidade desses suprimentos em [provedores de seringa](#) (syringe service providers, SSPs), clínicas médicas ou centros de acolhimento (drop-in centers),
 - Cubra sua boca e seu nariz com um tecido ou com sua manga ao espirrar ou tossir. Não use suas mãos.
 - Não toque em seus olhos, nariz ou boca com mãos não lavadas.
 - Não cumprimente as pessoas com aperto de mão. Em vez disso, acene.
- **Mantenha o distanciamento físico das outras pessoas.**
 - Mantenha uma distância de pelo menos 6 pés (1,80 m) das outras pessoas quando estiver fora de casa.
 - Se você não tiver um local de moradia estável, tente manter uma distância de pelo menos 6 pés (1,80 m) das outras pessoas e use uma proteção facial.

Dicas para uso seguro de drogas

- Limpe embalagens da droga, instrumentos e superfícies antes do uso com produtos desinfetantes, água sanitária diluída ou produtos que tenha pelo menos 60% de álcool.
- Prepare suas próprias drogas.
- Evite usar sem companhia, mas mantenham o distanciamento físico dos acompanhantes.
- Tente limitar o número de pessoas que usam com você. Mantenha no mínimo 6 pés (1,80 m) de distância de qualquer pessoa que não more com você.
- Leve [naloxona](#). Naloxona é um medicamento seguro capaz de reverter os efeitos da overdose de opioide.
- Crie um plano contra overdose junto com alguém que saiba que você vai usar.
- Se você for usar sem companhia, ligue para a linha de atendimento de “Never Use Alone” (Nunca use sem companhia) pelo número 800-484-3731 antes de usar.
- Entre em contato com um [SSP](#) para verificar se estão entregando suprimentos esterilizados para consumo de drogas e naloxona.
- Prepare-se para possíveis faltas ou mudanças no fornecimento da droga.

Se você injetar:

- Evite compartilhar.
 - Se você tiver que compartilhar ou reutilizar seringas (e outros equipamentos), lave-as totalmente com água limpa entre as utilizações.
 - Se estiver usando água sanitária, deixe o cilindro de molho por pelo menos 30 segundos. Lave totalmente o cilindro usando água limpa após deixá-lo de molho na água sanitária.
- Se for possível, prepare e administre sua própria injeção.
- Não lamba a agulha.

Se você usar pipes, bongs, canudos ou cigarro eletrônico:

- Evite compartilhar. Entre as utilizações, limpe as partes nas quais você encosta seus lábios, nariz ou mãos com álcool e algodão.

Orientação adicional

- Se você tomar algum medicamento, converse com seu profissional da saúde e tente adquirir um pouco mais do remédio para reduzir as saídas à farmácia.
- Se você tomar remédio para transtorno por uso de opioides, como metadona ou buprenorfina:
 - Entre em contato com o responsável pelo seu tratamento contra opioides para discutir suas opções de consultas virtuais.
 - Converse com ele sobre as possibilidades de levar medicamentos para casa.

Recursos

- [SSPs](#) são programas que oferecem aos usuários serviços e equipamentos esterilizados para consumo de drogas. Ligue para o SSP local para saber quais serviços estão sendo oferecidos durante a pandemia da COVID-19. Acesse nyc.gov/health e pesquise “**syringe service programs**” (programas de seringas).
- **Para encontrar naloxona perto de você**, acesse nyc.gov/nycwell ou ligue para 888-692-9355. Entre em contato com programas e farmácias comunitárias para saber a

disponibilidade de naloxona antes de visitar o estabelecimento, já que o horário e a disponibilidade podem ter mudado.

- **NYC Well:** A equipe da NYC Well está disponível 24 horas por dia, 7 dias por semana, e pode fornecer orientações gratuitas curtas e indicações de atendimento em mais de 200 idiomas. Para obter o apoio, ligue para 888-692-9355 ou converse on-line visitando nyc.gov/nycwell.
- Para obter mais recursos sobre questões como ajuda financeira, comida, atendimento médico ou plano de saúde e muito mais, confira o [Guia completo de recursos](#). Acesse nyc.gov/health/coronavirus e procure por “**Community Services**” (Serviços comunitários).
- Para saber mais sobre a COVID-19, acesse nyc.gov/health/coronavirus.

O Departamento de Saúde da Cidade de Nova York pode mudar as recomendações dependendo da evolução da situação. 7.7.20