



Escanee el código QR para
conocer las opciones de
recuperación por consumo
de sustancias cerca de usted.



WISCONSIN DEPARTMENT
OF HEALTH SERVICES



**La recuperación
es posible.**

**No es la única persona
en esta situación.**

(You're not in this alone.)

Obtenga consejos prácticos
para tener charlas abiertas
y afectuosas sobre el
consumo de sustancias en
RealTalksWI.org.

RealTalks
Wisconsin

**Todos debemos contribuir a
prevenir y reducir el consumo
de sustancias.**

Hable sobre el consumo de sustancias

Para tener charlas reales sobre el consumo de sustancias, deberá hacer lo siguiente:

Hacer preguntas abiertas sobre su vida.

Usar palabras neutras que no estigmaticen.

Escuchar con empatía.

Buscar maneras de resolver problemas para tomar decisiones saludables.

Celebrar los éxitos durante el proceso.

Mantener la conversación.

Reduzca los riesgos del consumo de sustancias Ofrezca consejos sobre un uso más seguro, como los siguientes:

Tener naloxone a mano para revertir una sobredosis de opioides.

Comprobar sustancias con tiras reactivas de fentanyl.

Obtener equipo esterilizado de programas de servicios de jeringas.

Llamar a la línea directa “Never Use Alone” (Nunca consuma solo) al **877-696-1996**.

Llamar a la línea directa de sobredosis de SafeSpot al **800-972-0590**.

Llamar al **211** para encontrar opciones locales de tratamiento y recuperación.