



CÂMARA
LEGISLATIVA
DISTRITO FEDERAL

FÁBIO FELIX
DEPUTADO DISTRITAL

f @fabiofelixdf

REDUÇÃO DE DANOS NO ROLÊ

De acordo com o Ministério da Saúde (MS), **Redução de Danos é uma estratégia de saúde pública** que busca controlar possíveis consequências adversas ao consumo de psicoativos, sejam eles lícitos ou ilícitos. O objetivo dessa importante política pública é **garantir a inclusão social e a cidadania, sem violência e estigmatização.**

Por que fazer redução de danos? Porque é necessário **garantir acolhimento e reduzir impactos relacionados ao uso de psicoativos** em pessoas que não conseguem ou não querem parar de usá-los. A Portaria Nº 1.028/2005, do MS, determina que as ações de redução de danos devem ser desenvolvidas em consonância com a **promoção dos direitos humanos** e que “em todas as ações de redução de danos, devem ser preservadas a identidade e a liberdade da decisão do usuário”.

COMO REDUZIR DANOS?

Segundo o Ministério da Saúde e o Programa de Orientação e Atendimento a Dependentes (PROAD), as condutas a seguir reduzem impactos:

- **Ingestão de água** e nutrição adequada
- Estabelecer limites para o uso e **intervalo entre usos**
- **Cuidar da saúde** mental, física e social
- Estar em **companhia de pessoas em quem confia** durante o uso de substâncias
- Estar em local em que se **sinta bem e em segurança**

REDUZINDO DANOS DE INALÁVEIS

- Fazer **lavagem nasal** com soro fisiológico
- **Não compartilhar** canudos
- Utilizar **utensílios e superfícies limpas**
- Estabelecer limites para o uso e **intervalo entre usos**
- Evitar usar recipientes de plástico e lata

REDUZINDO DANOS DE INJETÁVEIS

- **Não compartilhar** seringas ou agulhas
- **Não reutilizar** seringas e agulhas

REDUZINDO DANOS

DO USO DE ÁLCOOL

- Optar por beber lentamente, aumentando o **intervalo entre as doses**
- **Alternar a ingestão** de bebidas alcoólicas com bebidas sem álcool, como água
- **Se alimentar** antes de ingerir bebidas alcoólicas



REDUZINDO DANOS DE FUMÁVEIS

- Usar **filtros**
- **Hidratar os lábios** após fumar
- **Limpar sempre todos os equipamentos** utilizados para fumar
- Recorrer a **aparelhos em que a fumaça é resfriada**
- **Evitar compartilhamento** de cigarros ou cachimbos
- Prefira cachimbos à latas

REDUÇÃO DE DANOS E PREVENÇÃO COMBINADA

- Usar **preservativos** e lubrificante
- **Vacinar-se** contra Hepatite B e HPV
- **Testar-se regularmente** para HIV, sífilis, hepatite B e C e outras IST
- Utilizar a **Profilaxia Pós-exposição (PEP)**, quando necessária
- Utilizar a **Profilaxia Pré-exposição (PrEP)**, se fizer parte dos grupos prioritários



ONDE ENCONTRAR REDUÇÃO DE DANOS NO DF

Centro de Atenção Psicossocial (CAPS)

Mais informações em:

www.saude.df.gov.br/carta-de-servicos-caps

Centro de Testagem e Aconselhamento (CTA) da Rodoviária do Plano Piloto

Endereço: EQS 508/509 – Av. W3 Sul

Funcionamento: 08h às 18h, de segunda a sexta-feira.

Todos os serviços oferecidos no local são gratuitos.

fontes

Cartilha Redução de Danos, Saúde e Cidadania (Ministério da Saúde); Programa de Orientação e Atendimento a Dependentes (PROAD); Universidade Federal de São Paulo (UNIFESP);

O conteúdo apresentado se destina a informação e educação sobre drogas e redução de danos para a população. Sendo amparado pela lei federal nº 11.343/2006, pela portaria 1.028/2005 do Ministério da Saúde e pela lei distrital nº 6.643/2020

*Conceito de droga de acordo com a lei federal 5991/73



Responsável pelo conteúdo: Gabinete do Deputado Fábio Felix