

A RENFA DE MINAS GERAIS SELECIONOU ALGUMAS DICAS IMPORTANTES PARA VOCÊ PRATICAR A REDUÇÃO DE DANOS.

VALE LEMBRAR! SE UMA PESSOA PASSAR MAL, É SEU DIREITO ACESSAR O SUS VIA SAMU OU UPA.

EM CASO DE ABUSO PROLONGADO, NÃO CAIA NO PAPO DE COMUNIDADE TERAPÊUTICA! PROCURE O CERSAM AD DA SUA REGIONAL. É GRATUITO E RESPEITA SUA LIBERDADE.

AGRADECEMOS A ESCOLA LIVRE DE REDUÇÃO DE DANOS PELA PARCERIA EM FOMENTAR A INFORMAÇÃO SOBRE A POLÍTICA DE RD. SAIBA MAIS!

[WWW.ESCOLALIVREDEREDUCAODEDANOS.ORG](http://WWW.ESCOLALIVREDEREDUCAODEDANOS.ORG)

[@ESCOLALIVRERD](https://www.instagram.com/ESCOLALIVRERD)

ACOMPANHE NOSSO TRABALHO EM NOSSAS REDES!



[WWW.RENFA.ORG](http://WWW.RENFA.ORG)



[@RENFANTIPROIBICIONISTA](https://www.instagram.com/RENFANTIPROIBICIONISTA)



[/RENFANTIPROIBICIONISTA](https://www.facebook.com/RENFANTIPROIBICIONISTA)



[@RENFABR](https://twitter.com/RENFABR)

ENTRE EM CONTATO COM A RENFA MG NÚCLEO DANIELLE VASSALO



[RENFAMG@GMAIL.COM](mailto:RENFAMG@GMAIL.COM)

REDUZA OS DANOS COM A

**RENFA** 

rede nacional de feministas  
**ANTIPROIBICIONISTAS**

EVITE MISTURAR SUBSTÂNCIAS, PORQUE COMBINADAS ELAS PODEM AGIR NO SEU CORPO DE FORMA DESCONHECIDA E PREJUDICIAL. NA TABELA ABAIXO TEMOS POSSÍVEIS RISCOS DE INTERAÇÃO ENTRE SUBSTÂNCIAS:

## TABELA COM 28 COMBINAÇÕES

	ÁLCO	ANSI	COCA	ECST	KETA	LOLÓ INAL	LSD DMT COGU	MACO
ÁLCOOL	ÁLCO	X	!	!	X	X	!	^
ANSIOLÍTICOS	X	ANSI	∨	∨	!	!	∨	∨
COCAÍNA	!	∨	COCA	!	!	X	!	!
ECSTASY	!	∨	!	ECST	^	!	^	^
KETAMINA	X	!	!	^	KETA	!	^	^
LOLÓ E OUTROS INALANTES	X	!	X	!	!	LOLÓ INAL	!	!
LSD / DMT COGUMELO	!	∨	!	^	^	!	LSD DMT COGU	!
MACONHA	^	∨	!	^	^	!	!	MACO

- X - MUITO PERIGOSO
- ! - PERIGOSO
- ! - CUIDADO, PODE DAR RUIM
- ^ - HÁ RISCO, EFEITOS AUMENTADOS
- ∨ - HÁ RISCO, EFEITOS DIMINUÍDOS



HIDRATE-SE ESPECIALMENTE SE ESTIVER FAZENDO USO DE SUBSTÂNCIAS. BEBA ÁGUA ENTRE UM USO E OUTRO.

ALIMENTE-SE! FRUTAS E OUTROS ALIMENTOS LEVES AJUDAM SEU CORPO A SE MANTER FIRME DURANTE O USO E AINDA AMENIZAM A RESSACA.

É BATIDO, MAS É BOM REPETIR: NÃO CONSUMA ALGO DE PESSOAS DESCONHECIDAS!

NÃO COMPARTILHE SEUS MATERIAIS DE USO.

MATERIAL PRODUZIDO EM 2024 PELA RENFA - MG EM PARCERIA COM A ESCOLA LIVRE DE REDUÇÃO DE DANOS.

VAI USAR DAQUELE NAIPÃO? NÃO USE SÓ! OBSERVE SE O AMBIENTE E AS COMPANHIAS TÃO PELAORDE.

PROTEJA SUAS AMIGAS & AMIGUES! COMPARTILHE AS CORRIDAS DE APP E EM CASO DE ASSÉDIO, DISQUE 180.

SE FIZER USO DE ÁLCOOL OU OUTRA SUBSTÂNCIA, NÃO DIRIJA.

USE CAMISINHA! EM CASO DE SEXO SEM PROTEÇÃO, VÁ O MAIS RÁPIDO AO CTA (CENTRO DE TESTAGEM E ACONSELHAMENTO) E SOLICITE A PEP.

DESCANSE! NINGUÉM É DE FERRO.