



INHALABLES

(Solventes, pegamentos, aerosoles, y otros productos volátiles)

• Tipo de sustancia:

Depresor

• Vía de administración:

Inhalada (de recipientes o telas; nunca directamente del recipiente a presión)

• Estatus legal en México:

Los productos son legales; el consumo no está permitido

Nota: Los inhalables no son una sola sustancia: incluyen cientos de productos distintos (pegamentos, solventes, aerosoles, gases). Los riesgos presentados son comunes a la mayoría, pero pueden variar según el producto.

Efectos psicológicos

- Euforia y desinhibición inicial breve, seguidas rápidamente de confusión mental y alteraciones en la percepción del espacio. Esta combinación es lo que genera el patrón compulsivo
- Los efectos duran minutos, lo que lleva a inhalaciones repetitivas y aumenta drásticamente el riesgo de daño grave

Efectos biológicos

- Problemas respiratorios
- Daño hepático y renal
 - Náuseas y vómito
- Con uso repetido: pérdida de audición, espasmos en extremidades, daño cerebral y al sistema nervioso central; muchos de estos efectos son irreversibles
 - Incluso pequeñas inhalaciones pueden causar daños graves
- Muerte súbita (asociada a la inhalación de sustancias en espacios con poca ventilación o a grandes concentraciones)

Mitos

Son menos peligrosos porque los productos son legales

Solo es peligroso si se usa mucho o muy seguido

Realidades

La legalidad del producto no tiene que ver con la seguridad de su uso como inhalable. Incluso una sola inhalación puede causar muerte súbita por paro cardíaco.

El riesgo de muerte súbita (asociada a la inhalación en espacios con poca ventilación o a grandes concentraciones, entre otros factores) existe desde la primera vez. No hay un nivel de uso seguro.

Si no consumes, no lo hagas. Si decides hacerlo, infórmate.

Reducción de riesgos y daños

Antes

- Permanece en un entorno seguro y en compañía
- Busca espacios abiertos o bien ventilados
- Evita lugares con fuego, chispas o fuentes de calor (son altamente inflamables)

Durante

- No inhales directamente del recipiente (puede causar lesiones graves)
- Nunca uses máscaras, mascarillas o bolsas para inhalar (aumentan el riesgo de asfixia)
- No mezclar con otras sustancias psicoactivas
- No fumes inmediatamente después (riesgo de explosión)
- No mezcles con otras sustancias depresoras (alcohol, tramadol y opioides)

Después

- Descansa lo suficiente para permitir la recuperación física y emocional
- Hidrátate y aliméntate adecuadamente
- Guarda y cierra bien los recipientes
- Descansa en un espacio ventilado y tranquilo

Señales de intoxicación aguda

Físicas

- Mareo intenso o pérdida del equilibrio
- Náusea y vómito
- Ojos enrojecidos, lagrimeo o visión borrosa
- Irritación en nariz y boca
- Latidos cardíacos rápidos o irregulares
- Temblores
- Pérdida de la conciencia

Cognitivas y conductuales

- Habla arrastrada o incoherente
- Desorientación o dificultad para concentrarse
- Alucinaciones visuales o auditivas
- Ansiedad, paranoia o agitación extrema
- Conductas impulsivas o agresivas

Señales de emergencia vital

- Convulsiones
- Dificultad para respirar o paro respiratorio
- Dolor en el pecho (posible arritmia o paro cardíaco súbito)
- Pérdida prolongada de la conciencia o coma

¿Qué hacer en caso de intoxicación aguda?

Retirar a la persona del lugar de inhalación y llevarla a un espacio ventilado.

Aflojarle la ropa ajustada.

No dejarla sola y evitar que vuelva a inhalar.

Si no respira, iniciar reanimación cardiopulmonar (RCP) [solo si se cuenta con capacitación].

Informa al personal médico de la sustancia consumida.

En caso de emergencia, comunícate al 911 o llévala al hospital general o toxicológico más cercano.

Para recibir orientación, contención emocional o información sobre servicios, comunícate a la:



Línea LATIDO

55-5484-0436

Línea de emergencia 911

Si necesitas ayuda, acércate al IAPA.
Todas las personas tienen derecho a una atención digna, accesible y libre de discriminación.

iapa.cdmx.gob.mx

IAPA CDMX Oficial

@iapacdmx

@iapa_cdmx

@iapa.cdmx

#CuidarnosEsParteDelJuego