

Señales de intoxicación aguda

La gravedad de la intoxicación depende de la cantidad consumida y las características físicas y psicológicas de cada persona.

Si una persona presenta más de uno de estos síntomas, puede ser momento de pedir ayuda.

Físicas:

- Taquicardia intensa o palpitaciones
- Dolor en el pecho
- Dificultad para respirar
- Sudoración excesiva
- Temperatura corporal elevada

Cognitivas y conductuales:

- Confusión
- Desorientación
- Ansiedad
- Paranoia
- Alucinaciones

Señales de emergencia vital:

- Dolor torácico intenso (posible infarto)
- Taquicardia
- Accidente cerebrovascular (dificultad para hablar, parálisis)
- Alteraciones neurológicas (confusión, desmayo o pérdida de conciencia)
- Convulsiones
- Dificultad para respirar
- Paro cardiorrespiratorio
- Elevación de la presión arterial

Sobre la dosis: La cocaína en polvo puede tener contenidos muy diferentes. Lo que parece una "línea" estándar puede contener otro tipo de sustancias e incluso puede no contener cocaína. Una dosis alta suele considerarse mayor a 50 mg, pero en la práctica una "línea" puede contener bastante más.

Menos es más: Evita consumir de manera continua o repetida en una misma sesión; esto eleva rápidamente los riesgos cardiovasculares y neurológicos.

¿Qué hacer en caso de intoxicación aguda?

Mantén a la persona en reposo en un **espacio seguro, tranquilo y ventilado**.

Acompáñala hasta que reciba atención médica.

Si hay convulsiones, protégela de golpes sin sujetarla y colócala de lado sin poner nada en su boca.

Si los síntomas de malestar son intensos o persistentes, **contacta al personal médico más cercano**.

Informa al personal médico **sobre la sustancia consumida**.

Llama al 911 de inmediato ante cualquier señal de emergencia vital.

Cocaína



Conoce sus efectos y cuida tu salud de manera consciente

¿Qué es la cocaína?

Sustancia psicoactiva derivada de la planta de la *Erythroxylum coca*, de la familia de las *Eritroxiláceas*, originaria de la zona andina de América Latina.

Clasificación: Estimulante.

Origen: La cocaína es una sustancia semisintética, ya que se obtiene a partir de la hoja de coca pero se procesa en laboratorios.

Su forma más común es el clorhidrato de cocaína, un polvo blanco.

Presentación: Polvo blanco, cristalino.

Vías de administración: Esnifada.

Legalidad en México

El consumo de cocaína no está prohibido, pero su posesión, producción, distribución y venta sí lo están.

La Ley General de Salud (art. 479) establece una dosis de referencia para consumo personal e inmediato: hasta 500 mg de cocaína.

Cuando la posesión es únicamente para uso personal dentro del límite de 500 mg, no se ejerce acción penal. Si una persona porta más de esa cantidad, puede enfrentar sanciones penales.

El Código Penal Federal (art. 195 y siguientes) prevé penas de 4 a 15 años de prisión, dependiendo de la cantidad y de si existe fin de comercio. La posesión sin fines de venta, aunque exceda la dosis orientativa, se sanciona con penas menores (4 a 7 años).

Efectos

Los efectos de una sustancia varían dependiendo de la persona, dosis, vía de administración y contexto en que se consume.

Psicológicos:

Euforia intensa y de corta duración, desinhibición, aumento de la energía y confianza, ansiedad, paranoia o psicosis, irritabilidad, aislamiento.

Biológicos:

Taquicardia, aumento de presión arterial, pérdida de apetito, dolor abdominal, riesgo de daño nasal por uso crónico, riesgo de infarto y accidente cerebrovascular.

Interacciones con otras sustancias psicoactivas

Recuerda que combinar sustancias psicoactivas no es recomendable porque aumenta los riesgos para la salud.

Con alcohol: Produce cocaetileno, un compuesto químico tóxico para el hígado y el corazón, lo que aumenta el riesgo de muerte súbita.

Con estimulantes (MDMA, metanfetaminas, cafeína): Incrementa la presión arterial, la frecuencia cardíaca y la ansiedad.

Con varias a la vez: Favorece la deshidratación y “golpe de calor”, que puede ser mortal.

Con alucinógenos: Puede causar paranoia o extrema ansiedad (“mal viaje”).

Reducción de riesgos y daños

El consumo de sustancias psicoactivas siempre conlleva algún riesgo. La única forma de eliminarlos por completo es no consumirlas. Si decides hacerlo, considera lo siguiente:

Antes del consumo:

- Evita el consumo si te encuentras bajo tratamiento médico-farmacológico o padeces enfermedades cardíacas
- Analiza la sustancia para descartar la presencia de adulterantes o sustitutos
- Infórmate sobre las dosis y la duración de los efectos
- Si es tu primera vez, empieza con dosis bajas
- Planifica tu consumo considerando tu estado emocional y un espacio seguro
- Usa inhaladores nasales propios, no compartidos

Durante el consumo:

- Controla la dosis y evita la redosificación
- Hidrátate con moderación
- Espacia el consumo
- Evita el uso en contextos de alto riesgo físico
- No mezcles con alcohol u otras sustancias

Después del consumo:

- Descansa
- Hidrátate y aliméntate adecuadamente
- Evita llevar el cuerpo al extremo
- Si el consumo es frecuente, busca orientación profesional

Consejos extra:

Evita consumir a solas: Contar con alguien de confianza permite actuar rápido en caso de emergencia.

Analiza la sustancia para descartar la presencia de adulterantes o sustitutos.