

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:

- Mareo intenso o pérdida del equilibrio
- Náuseas 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

Sobre la dosis:

Incluso pequeñas inhalaciones pueden causar daños graves en el cerebro, hígado, riñones y corazón.

Las inhalaciones repetidas o prolongadas en una misma sesión aumentan drásticamente el riesgo de desmayos, convulsiones, arritmias y muerte súbita.

Cuanto más concentrada sea la sustancia, mayor es el riesgo de intoxicación aguda.

¿Qué hacer en caso de intoxicación aguda?

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

Afloja la ropa ajustada.

No la dejes sola y evita que vuelva a inhalar.

Si no respira, **inicia RCP solo si se cuenta con capacitación.**

Evita que consuma otras sustancias psicoactivas.

Informa al personal médico sobre la sustancia consumida.

Comunícate al 911 o llévala al hospital general o al hospital toxicológico más cercano.

Inhalables



Conoce sus efectos y cuida tu salud de manera consciente

¿Qué son los inhalables?

Sustancias volátiles que producen vapores químicos. Se pueden inhalar para provocar efectos psicoactivos o de alteración mental.

Muchas sustancias producen estos vapores, por lo que los inhalables pueden ser muy distintos entre sí.

Inhalables comerciales: Solventes, pegamentos, pinturas en aerosol, limpiadores, gasolina, thinner, etc.

Inhalables caseros: Productos de uso doméstico que liberan vapores tóxicos.

Otros inhalables psicoactivos: Óxido nitroso ("gas de la risa"), poppers (nitritos de amilo, butilo, etc.).

Clasificación:

Origen: Sintético. Son productos de elaboración industrial y química (disolventes volátiles, aerosoles, nitritos).

Efectos diversos en el sistema nervioso central dependiendo de la sustancia base:

- Depresores
- Estimulantes
- Disociativos

Legalidad en México

La Ley General de Salud, en los artículos 254 y 467 Bis, establece **sanciones específicas para quienes vendan o suministren inhalables a personas menores de 18 años.**

El artículo 467 Bis prevé penas de **7 a 15 años de prisión para quien incurra en esta conducta.**

No existe una norma oficial que regule de manera directa los "inhalables psicoactivos" como categoría. Sin embargo, las sustancias químicas presentes en estos productos están reguladas en otros ámbitos como el ambiental, químico e industrial, al tratarse de sustancias peligrosas.

Efectos

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

Los inhalables pueden ser sustancias muy distintas entre sí, por lo cual los efectos también varían. Suelen ser sustancias muy tóxicas porque contienen compuestos diseñados para uso industrial, no para consumo humano.

Psicológicos: Euforia y desinhibición iniciales breves, seguidas de confusión mental y alteraciones en la percepción del espacio. Estos efectos favorecen el consumo compulsivo, con inhalaciones repetidas que aumentan el riesgo de daño neurológico, asfixia y paro cardíaco.

Biológicos: Problemas respiratorios, daño hepático y renal, náuseas y vómitos, así como riesgo de muerte súbita por arritmia cardíaca. El uso repetido puede provocar pérdida de audición, espasmos en las extremidades, daño cerebral y alteraciones del sistema nervioso central. Muchos de estos efectos son irreversibles, e incluso pequeñas inhalaciones pueden causar daños graves.

Interacciones con otras sustancias psicoactivas

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

Con depresores (alcohol, medicamentos, etc): Potenciación de la sedación, riesgo de depresión respiratoria.

Con estimulantes: Efectos que incluyen irritabilidad y taquicardia.

Con otras sustancias psicoactivas inhaladas: Posible tolerancia cruzada (el cuerpo se acostumbra y otras sustancias similares hacen menos efecto).

Reducción de riesgos y daños

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

Antes del consumo:

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

Durante el consumo:

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

Después del consumo:

- 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