

CONSEJOS para ADOLESCENTES

LOS INHALANTES

LA REALIDAD SOBRE LOS INHALANTES

**JERGA EN INGLÉS: GLUEY/HUFF/
WHIPPETS/ LAUGHING GAS/
SNAPPERS/POPPERS/RUSH/BOLD^{6,7}**

CONOCE LOS HECHOS

LOS INHALANTES AFECTAN TU CEREBRO. Los inhalantes son gases o humos de productos de uso diario que se inhalan o aspiran para provocar un efecto inmediato. Los inhalantes cortan el oxígeno al cerebro y pueden dañar tu capacidad para pensar con claridad, hacer que te vuelvas torpe y dañar tu vista. Algunos de estos daños pueden ser permanentes.⁸

LOS INHALANTES AFECTAN TU CORAZÓN. Los inhalantes privan al cuerpo de oxígeno y obligan al corazón a latir rápida e irregularmente. Tu corazón incluso puede dejar de bombear sangre.⁹

LOS INHALANTES AFECTAN OTRAS PARTES DE TU CUERPO. Las personas que usan inhalantes a menudo sienten náuseas y vómitos. El uso continuo de inhalantes puede provocar pérdida de audición, daño al sentido del olfato, pérdida de control muscular y un mayor riesgo de cáncer, además de problemas del hígado, pulmón y riñón.^{10,11}

LOS INHALANTES PUEDEN CAUSAR UNA MUERTE REPENTINA. Los inhalantes te pueden matar al instante. La insuficiencia cardiaca inmediata y muerte, conocida como muerte súbita por inhalación, ocurre cuando el corazón deja de bombear sangre. Los usuarios de inhalantes también pueden morir por asfixia, atragantarse en su vómito o por una convulsión.¹² Usar inhaladores de una bolsa de papel o plástico o en un área cerrada aumenta la posibilidad de asfixia y muerte.



RESPUESTAS A TUS PREGUNTAS

P. SI LOS INHALANTES SE ENCUENTRAN EN PRODUCTOS PARA EL HOGAR, ¿SON SEGUROS?

R. NO. A pesar de que los productos para el hogar como la pintura en aerosol, el pegamento y la gasolina tienen propósitos válidos y útiles, éstos son dañinos y peligrosos cuando se usan como inhalantes. Estos productos no están destinados a ser inhalados.¹

P. ¿ACASO NO TIENES QUE INHALAR MUCHAS VECES ANTES DE ESTAR EN PELIGRO?

R. NO. La primera vez que inhales puede matarte,² o la décima o centésima. Cada inhalación puede ser peligrosa. Incluso si has inhalado antes, no hay forma de saber cómo reaccionará tu cuerpo la próxima vez.³

P. ¿PUEDEN LOS INHALANTES HACERME PERDER EL CONTROL?

R. SÍ. Los inhalantes afectan tu cerebro y pueden hacer que te sientas menos inhibido y menos en control. Puedes volverte imprudente, descoordinado y agresivo.^{4,5}

EN RESUMEN: Los inhalantes son peligrosos y pueden ser mortales. Si tienes preguntas, habla con tus padres, un médico, consejero, maestro o un adulto de confianza.

APRENDE MÁS: Encuentra la información más reciente sobre cómo las drogas afectan el cerebro y el cuerpo en [teens.drugabuse.gov](https://www.teens.drugabuse.gov) (en inglés).

PARA OBTENER MÁS INFORMACIÓN SOBRE LOS INHALANTES, CONTACTA A:

SAMHSA

1-877-SAMHSA-7 (1-877-726-4727) (en español e inglés)

TTY 1-800-487-4889

www.samhsa.gov (disponible en inglés)

store.samhsa.gov



SAMHSA
Substance Abuse and Mental Health
Services Administration



¡ANTES DE CORRER EL RIESGO!

1

CONOCE LOS HECHOS. Los inhalantes pueden matarte la primera vez que los usas.¹³

2

MANTENTE INFORMADO. Los gases y el humo de los productos de uso diario son peligrosos cuando se inhalan a propósito. Cualquier método usado para inhalar estas sustancias te puede matar.^{14,15}

3

MANTENTE ALERTA. Los inhalantes pueden ser adictivos. Los efectos duran solo unos minutos, creando la necesidad de aspirar o inhalar la sustancia una y otra vez. Los usuarios de inhalantes también pueden presentar abstinencia.^{16,17}

4

CONOCE LOS RIESGOS. Los usuarios de inhalantes a largo plazo pueden perder permanentemente la capacidad de realizar funciones diarias como caminar y hablar.¹⁸

5

OBSERVA A TU ALREDEDOR. La mayoría de los adolescentes no usan inhalantes. Según una encuesta nacional realizada en el 2015, menos del 1% de los adolescentes entre 12 y 17 años eran usuarios de inhalantes.¹⁹



MÁS INFORMACIÓN

PARA OBTENER MÁS INFORMACIÓN O LOS RECURSOS UTILIZADOS EN ESTE

"CONSEJOS para ADOLESCENTES",

visita store.samhsa.gov o llama al **1-877-SAMHSA-7 (1-877-726-4727)** (en español e inglés).

PEP20-03-03-010

SAMHSA cumple con las leyes federales de derechos civiles aplicables y no discrimina por motivos de raza, color, nacionalidad, edad, discapacidad o sexo.

SAMHSA
Substance Abuse and Mental Health
Services Administration



CONOCE LAS SEÑALES

¿Cómo puedes saber si un amigo está usando inhalantes? A veces es difícil saber. Los síntomas del uso de inhalantes pueden incluir:^{20,21}

- Habla arrastrada
- Aspecto borracho, mareado o aturdido
- Aliento inusual
- Ropa con olor a químico
- Manchas de pintura en el cuerpo o la cara
- Ojos rojos
- Moqueo



¿QUÉ PUEDES HACER PARA AYUDAR A UNA PERSONA QUE ESTÁ USANDO INHALANTES?

SÉ UN AMIGO. SALVA UNA VIDA.

Anima a tu amigo que deje de usar inhalantes o busca ayuda de un familiar, maestro u otro adulto de confianza.

Para obtener información gratis y confidencial y referencias para tratamiento las 24 horas del día/7 días a la semana, en español e inglés, llama a la línea nacional de ayuda de SAMHSA al:

1-800-662-HELP (1-800-662-4357)

o visita el localizador de servicios de tratamiento de la salud de SAMHSA en:

findtreatment.samhsa.gov

^{1,7,6,18} National Institute on Drug Abuse (NIDA). (n.d.). Drug facts: Inhalants. *NIDA for Teens*. Retrieved from <https://teens.drugabuse.gov/drug-facts/inhalants>

^{2,8,13} NIDA. (2017). Drug facts: Inhalants. Retrieved from <https://www.drugabuse.gov/publications/drugfacts/inhalants>

^{3,4,9,10,11,12,15,17,20} NIDA. (2012). Research report series: Inhalants. (NIH Publication Number 12-3818). Retrieved from <https://www.drugabuse.gov/publications/research-reports/inhalants>

⁵ Howard, M. O., Perron, B. E., Vaughn, M. G., Bender, K. A., & Garland, E. (2010). Inhalant use, inhalant-use disorders, and antisocial behavior: Findings from the National Epidemiologic Survey on Alcohol and Related Conditions (NESARC). *Journal of Studies on Alcohol and Drugs*, 71, 201-209. Retrieved from <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/20230717>

^{6,14,21} U.S. Department of Justice & Drug Enforcement Administration. (2011). Drugs of abuse: A DEA resource guide. Retrieved from https://www.dea.gov/pr/multimedia-library/publications/drug_of_abuse.pdf#page=78

¹⁹ Center for Behavioral Health Statistics and Quality. (2016). Key substance use and mental health indicators in the United States: Results from the 2015 National Survey on Drug Use and Health. (HHS Publication No. SMA 16-4984, NSDUH Series H-51). Retrieved from <http://www.samhsa.gov/data/sites/default/files/NSDUH-FFR1-2015/NSDUH-FFR1-2015/NSDUH-FFR1-2015.htm>