Escanéame

También puedes acudir al
Consejo Estatal Contra las Adicciones
Dirección: Independencia #97, Col. Centro, Querétaro, Qro.
Teléfonos: 442 212 04 08 y/o 442 212 02 36

Redes sociales: Facebook, Instagram, X y TikTok
@CECAQRO | www.cecaqueretaro.gob.mx
Correo electrónico: cecaadicciones@queretaro.gob.mx

Todos los servicios son sin costo.

Línea de la vida:
800 911 2000

#CONTIGO Prevenimos adicciones y cuidamos la salud mental

SECRETARÍA DE SALUD · SESEQ | QUERÉTARO GOBIERNO DEL ESTADO Juntos Adelante | CONTIGO TODOS AVANZAMOS

"Este programa es público, ajeno a cualquier partido político
Queda prohibido el uso para fines distintos a los establecidos en el programa".

CREO EN MÍ

PROGRAMA DE GOBIERNO DEL ESTADO

CONTIGO

TODOS AVANZAMOS



Hablemos de: INHALABLES

PODEMOS AYUDARTE EN EL TRATAMIENTO
#CONTIGO cuidamos la salud mental



¿Qué son los inhalables?

Los inhalables son químicos tóxicos que se transforman fácilmente en vapor o en gas cuando se exponen al aire.

Los inhalables pueden causar graves daños al cerebro y al cuerpo, incluso llevar a una muerte instantánea.

Desde la primera vez que inhalas tu vida corre peligro.

La rapidez y fuerza con que golpean tu cerebro y tu cuerpo, las daña seriamente, y estos daños pueden ser permanentes.

Los inhalables causan que el ritmo cardíaco se altere y pueda dar lugar a la **"MUERTE SÚBITA".**

Efectos a corto plazo:

Se presentan a los pocos segundos, duran aproximadamente entre 15 y 60 minutos, dependiendo de la frecuencia, la duración y las inhalaciones.

- Confusión, mareo y náuseas, somnolencia.
- Habla arrastrada.
- Falta de coordinación.
- Euforia.
- Desinhibición, alucinaciones o delirios.
- Sensación de vértigo.
- Dolores de cabeza.
- Congelamiento de vías aéreas y dolor en partes de la lengua en consumidoras/es que usan los productos en aerosol, directamente en la boca.
- Muerte súbita por inhalación causada por insuficiencia cardíaca (de los gases butano o propano, y de otras sustancias químicas en aerosol); o muerte por asfixia, ahogo, convulsiones, coma o atragantamiento.

Efectos a largo plazo:

Daño en los riñones, el hígado y medula.

Espasmos en las extremidades causados por lesiones en los nervios.

Daño cerebral por la falta de oxígeno, que puede causar problemas de pensamiento, movimiento, visión y audición.

Mayor riesgo de neumonía.

¿Por qué es fácil que se abuse de los inhalables?

- Son difíciles de detectar: Los efectos desaparecen rápidamente, así como las señales de consumo.
- Son legales: Se comercializan de manera legal. Aunque en nuestro país está prohibido el venderlos a menores de edad, es fácil que los jóvenes los adquieran.
- Son baratos: Comprar barniz de uñas, corrector líquido, "thinner", aerosoles, entre otros. No requiere de grandes cantidades de dinero.
- Están disponibles: Los productos están en casa, en la escuela, en el trabajo. Pueden comprarse fácilmente, o incluso robarse sin grandes dificultades.

¿Cómo identificar si alguien está consumiendo inhalables?

Los siguientes signos y síntomas, pueden ayudar a detectar el consumo, aunque varían dependiendo del tipo y cantidad de sustancia tóxica que se aspire:

Olor o aliento a sustancias tóxicas.

Nariz, labios y/o boca con irritación; la piel alrededor de ellos se ve enrojecida o irritada.

Manchas de inhalables en la nariz, boca, manos y/o en la ropa.

- Las mangas o puños se encuentran más desgastados que el resto de la prenda de vestir, y con olor aún a inhalables.
- Los ojos rojos, o con la mirada perdida; a veces puede observarse que se mueven rápidamente de un lado para otro de manera involuntaria (nistagmus).
- Otra señal, es encontrar latas o recipientes vacíos de productos, sin que se justifique su uso en alguna labor específica.

¿Qué puedo hacer para prevenir el consumo de Inhalables en mis hijas/os?

Infórmese, conozca sobre los efectos y daños que provocan los inhalables; identifique los productos comerciales que ha adquirido para tener en casa, aléjelos de sus hijas/os.

- Guárdelos en un lugar seguro.
- A los productos que contienen sustancias tóxicas y que tiene en casa, como erosoles, pegamentos, limpiadores, colóquelas una etiqueta que señale que son peligrosos.
- Hable con sus hijas/os, explíqueles los riesgos, enfatice los daños que provocan en la salud.
- Coméntele, que el abuso de inhalables daña también el corazón, el sistema circulatorio, órganos vitales como los riñones e hígado, los músculos, al sistema nervioso central.