

## ¿QUÉ PUEDO HACER PARA PREVENIR EL CONSUMO DE INHALABLES EN MIS HIJAS(OS)?

Infórmese, conozca acerca de los efectos y daños que estos provocan. Por ejemplo, **LOS DAÑOS AL CEREBRO PUEDEN SER PERMANENTES.**

El aspirar inhalables afecta el corazón, el sistema circulatorio, órganos vitales, como los riñones; el hígado, el sistema nervioso central y los músculos.

Comente con ellas(os). Indíqueles que cuando se encuentren una sustancia desconocida, antes de averiguar su contenido, recurran a usted y se lo consulten.

A los productos que contienen sustancias tóxicas y están en casa, como aerosoles, pegamentos y limpiadores, colóqueles una etiqueta que señale que son peligrosos y resguárdelos. Explíqueles a sus hijas(os) la importancia de seguir las instrucciones; ahí encontrarán información valiosa respecto a cómo emplearlos, sus riesgos y qué hacer en caso de emergencias.

Si en casa requieren usar alguna sustancia inhalable para alguna tarea, se recomienda asegurar que el lugar este bien ventilado y se use la protección necesaria para evitar que se respiren los componentes tóxicos.

Esté atento a las señales de consumo.

Recuerde que cuando la persona está intoxicada, se debe evitar asustarla o que corra, porque esto puede provocarle muerte súbita por inhalables.

- **Hable con ellas(os).**
- **Pregúnteles sobre qué información tienen.**
- **Aclare sus dudas.**
- **Indague si estan conviviendo con inhalables.**
- **Ofrezca apoyo y busque ayuda profesional de capas o en Línea de la Vida.**

### ¡Infórmate!

📞 **En la Línea de la Vida**  
**#QueremosEscucharte**  
**800 911 2000**



## INFORMACIÓN PARA MADRES Y PADRES



# Inhalables, su consumo es un grave riesgo para tu salud y tu vida

## ¿TIENE HIJAS(OS) PEQUEÑAS(OS), ADOLESCENTES Y/O JÓVENES? ESTA INFORMACIÓN LE INTERESA.

Los padres de familia quieren evitar que sus hijas e hijos consuman drogas como la marihuana, la cocaína, el crack, las metanfetaminas o la heroína; lamentablemente no se percatan que en casa e incluso en la escuela, hay sustancias tóxicas que niñas (os) y jóvenes están usando con el fin de sentir efectos parecidos a las drogas: **LOS INHALABLES**.

**¿QUÉ SON LOS INHALABLES?** Son sustancias químicas tóxicas que se transforman fácilmente en vapor o en gas cuando se exponen al aire.

Se inhalan por la nariz y/o boca, causando graves daños al cerebro y otros órganos, incluso pueden provocar una muerte instantánea.

**¿INHALABLES EN CASA?** Sí, son productos que se emplean en diversas actividades y están en diferentes sitios de la casa.

### DISOLVENTES VOLÁTILES:

- Thinner.
- Pegamento de contacto.
- Tolueno.
- Benceno.
- Removedores de pintura.
- Productos de limpieza.
- Lacas.
- Pinturas en aerosol.
- Quita manchas.
- Correctores líquidos.
- Marcadores permanentes.
- Removedores de barnices de uñas (acetona).

### ANESTÉSICOS GENERALES:

- Éter y cloroformo.

### GASES:

- Líquido para encendedores (gas butano).
- Crema batida en aerosol (óxido nitroso).
- Gas propano (el que se utiliza para cocinar).
- Helio.

### AEROSOL:

- Pinturas en latas.
- Quitamanchas.
- Aromatizantes ambientales.
- Fijadores para el cabello.
- Desodorantes.
- Cera para muebles.
- Limpiador de computadoras (aire comprimido).
- Protectores de tela.
- Espray para cocinar (aceite en aerosol).

**RIESGO DE EXPLOSIÓN.** Hay productos que contienen gases y vapores que son más pesados que el aire. Debido a ello, aunque se intente ventilar el lugar donde se inhala, permanecen en el sitio. Si alguien enciende un cerillo, un cigarro o se produce una chispa puede generarse una explosión, incluso lejos del lugar donde se consumieron.

## ¿CÓMO SE CONSUMEN LOS INHALABLES?

Las (los) usuarias (os) inhalan los gases o vapores a través de nariz y/o boca. Existen varios métodos de administración:

Utilizan un pedazo de papel, tela o estopa (mona) y lo mojan con el inhalable, se lo llevan a la nariz o boca para aspirarlo.

A esto se le conoce como “monear”.

- Mojan las mangas o puños de su ropa.
- Lo colocan en una bolsa y lo aspiran.
- Lo inhalan directamente del envase.

## ¿CÓMO IDENTIFICAR SI SU HIJA(O) ESTÁ ABUSANDO DE LOS INHALABLES?

### EFFECTOS:

- Somnolencia.
- Mareo.
- Pérdida del equilibrio.
- Falta de concentración.
- Apariencia de estar borracho.
- Lentitud de movimientos.
- Baja en sus calificaciones.
- Olor o aliento a químicos.
- Estado de excitación transitorio.
- Disminución de la sensibilidad.
- Cambios en su comportamiento.
- Lenguaje lento, entrecortado, incoherente.
- Puede presentarse náusea, vómito y pérdida del apetito.
- Se irritan fácilmente, puede enojarse y pasar a la violencia verbal o física.
- Nariz, labios y/o boca con irritación; la piel alrededor de ellos se ve enrojecida.
- 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.
- Ojos rojos y/o con la mirada perdida, incluso pueden moverse rápidamente de un lado para otro de manera involuntaria.
- Latas o recipientes de productos vacíos.

Los inhalables pueden causar ceguera, sordera, depresión y graves daños en varios órganos vitales del cuerpo, como corazón, hígado, pulmones y cerebro. También pueden provocar ansiedad, depresión, disgregación del pensamiento, pérdida de la memoria, problemas de aprendizaje, alucinaciones, rinitis, bronquitis crónica y muerte neuronal, pérdida de visión, pérdida de audición, tolerancia a la sustancia, así como adicción.

### ESTOS DAÑOS PUEDEN SER PERMANENTES.

**ASFIXIA.** Provocada porque la bolsa de plástico les cubre la cara e impide la entrada de oxígeno.

**PARO CARDIACO.** Los vapores sustituyen al oxígeno.

**ACCIDENTES.** Provocadas por estar bajo la influencia de los inhalables.

**FALTA DE OXÍGENO.** Producida por saturación del tejido pulmonar con disolventes.