

El consumo de inhalantes: las drogas y su hijo

Recomendaciones para los padres



Cuando uno piensa en gente joven que consume drogas, es probable que lo primero que uno piense es en el alcohol y la marihuana. Cierta gente joven usa esas drogas, pero cada año más y más jóvenes consumen un tipo de sustancias de las cuales podría no saber mucho. A esas sustancias se les llama inhalantes. Al consumo de inhalantes también se le conoce como el consumo inapropiado de solventes; también se le dice soplar, oler, oler pega, o se le conoce como el consumo inapropiado de sustancias volátiles.

Hay más de 1,000 sustancias inhalantes—productos comunes que muchas veces se encuentran en la casa, la oficina y el salón de clase. Estos productos son legales, porque tienen un propósito útil. También son seguros al usarlos para esos fines útiles. Pero dichos productos son venenosos cuando la gente joven los usa indebidamente al respirar sus gases. Al paso del tiempo, el consumo y abuso de sustancias inhalantes puede causarle daños permanentes severos al cuerpo, especialmente al cerebro. **Lo más peligroso acerca de las sustancias inhalantes es que su niño(a) podría morir con tan solo usarlas una vez.**

Lea este folleto para saber más sobre las sustancias inhalantes, para que pueda hablar con su niño(a) acerca de éstas. Educar a la gente joven sobre sus peligros es un paso importante para prevenir el abuso de las sustancias inhalantes. Si sospecha que su niño(a) está consumiendo inhalantes de manera inapropiada, es importante que reciba ayuda y, si fuera necesario, reciba tratamiento inmediatamente.

Las sustancias inhalantes comunes y la manera en que se usan

Los aerosoles para el cabello, la gasolina, la pintura en aerosol, el pegamento, el líquido corrector para máquinas de escribir. Es probable que tenga al menos uno de estos productos en su casa. Estos son tan solo algunas de las sustancias inhalantes que son venenosas cuando los niños:

- las huelen o las inhalan directamente de las latas, botellas o los recipientes en las que se encuentran.
- las rocían en una bolsa, una lata de refresco vacía u otro recipiente y las huelen (los gases como el óxido de nitrógeno normalmente se inhalan por medio de los globos).
- las rocían o las vacían en un paño o una prenda de vestir y las inhalan profundamente en esas prendas de vestir.

Hay tres tipos generales de sustancias inhalantes: solventes, gases y nitritos.

- **Los solventes** normalmente vienen en forma líquida. Se encuentran en productos caseros e industriales, tales como el pegamento, la pintura y el barniz.
- **Los gases** se encuentran en muchos productos caseros y comerciales. Los aerosoles como los aerosoles para el cabello y pinturas de aerosol, así como los gases médicos como el óxido de nitrógeno forman parte de esta categoría. Casi todos los aerosoles presurizados pueden consumirse inapropiadamente.
- **Los nitritos** se encuentran en los desodorantes para habitaciones.

Una guía casera sobre inhalantes

He aquí una lista de unos cuantos productos caseros que son peligrosos al inhalarlos:

Cocina

Aerosol para cocinar
Líquido corrector para máquinas de escribir
Desinfectantes
Protectores de telas
Marcadores de punta de fieltro
Abrillantador y cera para muebles
Limpiadores de hornos

Baño

Desodorantes ambientales
Desodorantes en aerosol
Aerosoles para el cabello
Removedores de barniz de uñas

Cochera/Taller

Aerosoles presurizados
Butano
Gasolina
Pegamentos y adhesivos
Pinturas y disolventes de pintura
Refrigerantes (freón)
Removedores de óxido
Pinturas en aerosol

El consumo inapropiado de las sustancias inhalantes está en aumento

El consumo inapropiado de las sustancias inhalantes es un problema creciente—es un problema que requiere de la atención de los padres. Aunque el uso de algunas drogas está disminuyendo, el abuso de las sustancias inhalantes está en aumento en los niños y adolescentes; casi se duplicó durante la década pasada. Los adolescentes de 12 a 14 años de edad tienen mayor tendencia a consumir inhalantes y casi un 20% de los niños de octavo grado los han probado de alguna manera. La mayoría de los jóvenes que prueban inhalantes alguna vez lo hacen normalmente antes del segundo año de secundaria.

¿Por qué consumen sustancias inhalantes los niños?

Hay muchas razones por las que a los niños les gustan los inhalantes. Son baratos, fáciles de obtener y fáciles de esconder. Por unos cuantos dólares, una lata de butano sirve para tener un efecto rápido. O un(a) niño(a) puede sentarse en clase y oler líquido corrector en secreto. Debido a que las

substancias inhalantes son legales, los niños pueden dar muchas excusas si alguien descubre que las tienen.

Otro de los atractivos de las sustancias inhalantes es el aspecto social al usarlos. A los niños les gusta consumir inhalantes con otros niños y la mayoría del consumo inapropiado de inhalantes se hace con los amigos.

Razones los por que los niños usan inhalantes

- Son de bajo costo
- Es una manera de rebelarse contra los padres
- Son fáciles de obtener y esconder
- Hay presión o influencia por parte de los compañeros
- No es ilegal poseerlos, por lo que los niños pueden dar excusas si alguien descubre que los tienen.
- El público no está consciente de los peligros

Signos y síntomas del consumo abusivo de los inhalantes

- El aliento y la ropa huele a químicos
- Manchas o llagas alrededor de la boca
- Pintura o manchas en el cuerpo y la ropa
- Ebrio, aturdido, o con ojos vidriosos
- Náusea, pérdida de apetito
- Ansiedad, excitabilidad, irritabilidad

Prevención del abuso de los inhalantes

Aunque en algunos estados hay leyes para tratar de controlar el consumo inapropiado de las sustancias inhalantes, no siempre es fácil poner en vigor esas leyes. Como las sustancias inhalantes son legales y los niños pueden obtenerlas de muchas maneras diferentes, no es posible conservar estas sustancias fuera del alcance completamente. La mejor manera de combatir su abuso es educar a su niño(a) sobre lo dañinos que son esos productos. Explíquele cómo pueden causar problemas de salud a corto y largo plazo, incrementar el consumo y abuso de drogas y causar la muerte. Es importante comenzar a hablar a los niños a una edad temprana, porque el consumo inapropiado de inhalantes comienza muchas veces entre los 8 y 9 años de edad. Los padres y maestros también deben ser capaces de reconocer los signos que alertan el consumo abusivo de inhalantes.

Ayude a prevenir que su niño(a) comience a consumir inhalantes y otras drogas, siguiendo estos pasos:

De un buen ejemplo a seguir en casa. Como padre o madre, usted es el mejor ejemplo a seguir para su niño(a). Los padres que consumen drogas también ponen a sus niños bajo un mayor riesgo de consumir drogas.

Fomente la autoestima y la confianza propia. Elogie a sus niños con frecuencia. Aliente a su niño(a) a que establezca metas y a que tome las decisiones para lograrlas. Cada vez que tenga éxito y con su apoyo constante, su niño(a) tendrá más confianza en sí mismo(a) en cuanto a las cosas que puede hacer. Los niños que tienen confianza en sí mismos se sienten bien acerca de sí mismos sin necesidad de consumir drogas.

Ayude a su niño(a) a que desarrolle intereses diferentes. Aliente a su niño(a) a que lea, tenga pasatiempos, haga deporte o forme parte de clubes. Esas actividades pueden evitar que su niño(a) consuma drogas al estar aburrido(a) o por tener demasiado tiempo libre. La gente joven se dará cuenta de que se puede divertir mucho y sentirse bien sin consumir drogas. Tenga un interés activo en los intereses de su niño(a) y en sus amigos.

Ayúdele a su niño(a) a resistir la presión de grupo. Ser independiente y tener confianza en sí mismo(a) podrá ayudarle a su niño(a) a resistir la presión de los amigos para consumir inhalantes de manera inapropiada. Para fomentar la independencia, tenga confianza en la capacidad de su niño(a) cuando tome sus propias decisiones. Aliente a su niño(a) a tener su propio juicio, sin importar lo que los amigos o la demás gente diga.

Hable abiertamente y con frecuencia. Hable sobre las cosas que son importantes y relevantes en la vida de su niño(a). Eso consiste, entre otras cosas, en hablar sobre las drogas y la manera en que otros niños podrían usarlas para ser aceptados por sus compañeros. Educar a su niño(a) preadolescente o adolescente sobre las drogas, incluso sobre el abuso de los inhalantes, funciona mejor al hablar en lugar de “sermonear”.

Los tratamientos contra el abuso de los inhalantes

Muchas veces, cuando los niños usan sustancias inhalantes de manera abusiva, sus padres no se enteran hasta que dicho consumo ya se ha convertido en un hábito. Los que consumen inhalantes de forma crónica son difíciles de curar porque muchas veces tienen problemas personales y sociales serios. También tienen problemas para dejar de consumir inhalantes y tienen índices altos de recaídas. Todas esas razones pueden evitar que los consumidores crónicos se beneficien de los programas de tratamiento para el consumo abusivo de las drogas.

Los químicos tóxicos de los inhalantes permanecen en el cuerpo por varias semanas. Debido a eso, cuando los consumidores crónicos dejan de consumir inhalantes podrían sentir los efectos de carencia por varias semanas. Los efectos de carencia son la manera en que el cuerpo supera su adicción física a los inhalantes. Una persona podría tener los siguientes síntomas durante un período de efectos de carencia:

- Temblor de las manos
- Sudor excesivo
- Dolores de cabeza constantes
- Nerviosidad

El tratamiento de los consumidores de inhalantes es a largo plazo, a veces por hasta 2 años. Debe enfocarse en los muchos problemas sociales que estos consumidores de inhalantes tienen y consiste en:

- Apoyar a la familia del(de la) niño(a)
- Separar al(a la) niño(a) de relaciones perjudiciales con otros consumidores de inhalantes
- Enseñar y fomentar mejores aptitudes para lidiar con situaciones
- Fomentar la autoestima y la confianza en sí mismo(a)
- Ayudar a que el(la) niño(a) se ajuste a la escuela u otro entorno de aprendizaje

El consumo inapropiado de los inhalantes es una forma de abuso de sustancias difícil de tratar. Lo mejor es reconocer y comenzar el tratamiento antes de que el problema se convierta en un hábito. Los padres y los educadores deben ser capaces de reconocer los signos del abuso de inhalantes, especialmente porque la mayoría de los consumidores no buscan tratamiento por su propia cuenta.

Los padres también juegan el papel más importante para ayudar, en primer lugar, a que sus niños se resistan a consumir inhalantes de manera inadecuada. La forma de prevención más efectiva del consumo inapropiado de inhalantes es la educación de los padres, maestros y niños en edad escolar.

Información para usted y su niño(a)

¿Cuáles son los efectos de los inhalantes?

Una cosa que todos los inhalantes tienen en común es que contienen sustancias químicas que no fueron diseñadas para el consumo de la gente. ¿Entonces por qué hay gente que respira estas sustancias tóxicas a propósito? Al igual que los consumidores de drogas, los consumidores de inhalantes tratan de tener un efecto de placer por medio de las sustancias químicas.

Los efectos de los inhalantes normalmente duran solamente unos minutos, a menos que inhalen repetidamente. Al principio, los inhalantes tienen un efecto estimulante. Después, si los consumidores los siguen inhalando, podrían sentirse confundidos, mareados y podrían tener problemas para caminar. Algunas veces los consumidores se ponen agresivos o piensan que ven cosas que no están ahí. Sustancias químicas más fuertes o inhalar repetidamente puede causar que la gente se desmaye. Un consumidor podría morir repentinamente al usar inhalantes.

Cuando alguien usa un inhalante, cantidades grandes de sustancias químicas entran en los pulmones y pasan al torrente sanguíneo y al cerebro. Ahí pueden dañar y matar las células del cerebro. La cantidad de gases que una persona joven inhala excede en mucho lo que se considera que es seguro incluso en un entorno de trabajo. Toma al menos 2 semanas para que el cuerpo se deshaga de algunas de las sustancias químicas de los inhalantes. Los inhalantes salen del cuerpo principalmente por medio de la respiración, que es por lo que muchas veces el aliento de los consumidores de inhalantes huele a sustancias químicas. Los consumidores de inhalantes también eliminan dichas sustancias por medio de la orina.

Los efectos a corto plazo de los inhalantes son los siguientes:

- Dolor de cabeza, náusea, vómito
- Pérdida del equilibrio
- Mareo
- Habla mal articulada o lenta
- Cambios de temperamento
- Alucinaciones

Al paso del tiempo, las sustancias inhalantes pueden causar daños más serios, tales como:

- Pérdida de la concentración
- Pérdida de la memoria a corto plazo
- Pérdida de audición
- Espasmos musculares
- Daño cerebral permanente
- La muerte

¿De qué manera causan la muerte los inhalantes?

Nadie puede predecir la cantidad necesaria de un inhalante para causar la muerte. Una persona joven puede usar una cierta cantidad y estar bien, pero el siguiente uso podría ser fatal.

La Comisión de Texas contra el consumo y abuso de las drogas y el alcohol ha reportado las siguientes maneras en que los inhalantes pueden causar la muerte:

- Asfixia—Los gases solventes pueden causar que una persona deje de respirar debido a la falta de oxígeno.
- Asfixia por obstrucción—Los consumidores pueden asfixiarse con su propio vómito.
- Sofocación—Esto es más común entre los consumidores que inhalan sustancias en bolsas de plástico.
- Lesiones—Los inhalantes pueden causar que la gente sea descuidada o agresiva. Eso conduce muchas veces a conductas que pueden lesionar o matar, tales como conducir un vehículo de manera peligrosa o saltar de grandes alturas. Los adolescentes también pueden quemarse o incluso morir si alguien enciende un cigarrillo cuando están inhalando butano, gasolina u otra sustancia inflamable.
- Suicidio—Al salir del efecto de placer de los inhalantes el usuario podría sufrir depresión, lo cual podría conducir a ciertas personas a que se quiten la vida.
- Arresto cardíaco—Las sustancias químicas de los inhalantes pueden hacer que el corazón lata muy rápido y de manera irregular y que después deje de latir de repente. A eso se le llama arresto cardíaco. Una de las razones por la que eso podría ocurrir es que los inhalantes hacen que el corazón sea demasiado sensible a la adrenalina (la adrenalina es una hormona que el cuerpo produce, normalmente como respuesta al temor, la excitación o la sorpresa). Un aumento de adrenalina dado en combinación con la presencia de sustancias inhalantes podría hacer que el corazón se detenga instantáneamente. Dicha “muerte repentina por inhalación”, como se le llama a veces, es la causa de más de la mitad de todas las muertes debidas al abuso de los inhalantes.

Otro peligro real de los inhalantes es que muchas veces causan que la gente joven use otras drogas cuyos efectos sean aún más intensos y que duren más.

No deberá usarse la información contenida en esta publicación a manera de substitución del cuidado médico y consejo de su pediatra. Podría haber variaciones en el tratamiento, las cuales su pediatra podría recomendar, en base a los hechos y circunstancias individuales.

De parte de su médico

American Academy
of Pediatrics



La Academia Americana de Pediatría es una organización de más de 57,000 pediatras de cuidado primario, subespecialistas pediátricos y especialistas quirúrgicos de pediatría dedicados a la salud, seguridad y bienestar de los infantes, niños, adolescentes y adultos jóvenes.

Academia Americana de Pediatría
P.O. Box 747
Elk Grove Village, IL 60009-0747
Sitio electrónico en la red Internet: <http://www.aap.org>

Derechos de autor ©1996.
Todos los derechos reservados.
Academia Americana de Pediatría

DEDICATED TO THE HEALTH OF ALL CHILDREN™