

¿Qué es una sustancia psicoactiva SPA?

Una sustancia psicoactiva es cualquier producto que, al entrar en tu cuerpo, modifica el funcionamiento de tu cerebro y tu sistema nervioso. Esto hace que cambien tu ánimo, tus pensamientos, tu comportamiento y la forma en que percibes lo que pasa a tu alrededor. Algunas son legales, como el alcohol, el tabaco o la cafeína; otras son ilegales, como la cocaína, la marihuana o la heroína. Todas, sin importar su origen, pueden afectar tu salud y tu vida si las consumes en exceso o de manera indebida.

¿Sabes qué es una sobredosis y cómo abordarla?

Una sobredosis ocurre cuando consumes más cantidad de una sustancia psicoactiva de la que tu cuerpo puede resistir. En ese momento tu organismo se descontrola y puedes presentar síntomas graves como dolor en el pecho, convulsiones, agitación extrema, pérdida de conciencia, paro cardíaco o incluso la muerte.

Abordar una sobredosis significa actuar rápido: reconocer las señales, mantener a la persona en un lugar seguro, vigilar su respiración, llamar de inmediato a emergencias y activar las rutas de atención disponibles en tu comunidad.

Sustancias Psicoativas SPA Efectos y riesgos

Alcohol

El alcohol eleva tu presión arterial, te desinhibe y te lleva a hacer cosas que normalmente no harías. Afecta tu agudeza visual y auditiva, tu capacidad de reacción y tu equilibrio.

Síntomas de Sobredosis: Vómito persistente, pérdida de conciencia, respiración lenta, paro respiratorio, muerte por intoxicación etílica.

Primeros Auxilios: Coloca a la persona de lado, vigila su respiración y llama de inmediato a emergencias.

Tabaco / Nicotina

El tabaco acelera tu corazón, genera dependencia rápida y afecta tus pulmones. A largo plazo provoca cáncer, enfermedades cardíacas y respiratorias.

Síntomas de Sobredosis: Mareo, náusea, vómito, palpitaciones.

Primeros Auxilios: Lleva a la persona a un lugar ventilado, hidrátala y busca atención médica si los síntomas persisten.

Cafeína

La cafeína te estimula, aumenta tu estado de alerta y acelera tu corazón. Puede causarte ansiedad, insomnio y gastritis.

Síntomas de Sobredosis: Palpitaciones, temblores, vómito, confusión.

Primeros Auxilios: Suspende el consumo, hidrata con agua y busca atención médica inmediata si hay dolor en el pecho o dificultad para respirar.

Cannabis

El cannabis altera tu memoria inmediata, acelera tu corazón y puede darte ansiedad o paranoia.

Síntomas de Sobredosis: Ansiedad extrema, vómito, desorientación, alucinaciones, riesgo de accidente mortal por pérdida de control.

Primeros Auxilios: Tranquiliza a la persona, acompáñala en un lugar seguro y llama a emergencias si pierde la conciencia.

Cocaína y Bazuco

La cocaína y el bazuco te dan euforia intensa, elevan tu presión arterial y pueden causar infarto o derrame cerebral.

Síntomas de Sobredosis: Dolor en el pecho, convulsiones, agitación extrema, pérdida de conciencia, infarto agudo al corazón, paro cardíaco, muerte.

Primeros Auxilios: Llama a emergencias, mantén a la persona en un lugar seguro, no la dejes sola.

Heroína y Opiáceos

Los opiáceos te sedan, detienen los receptores del dolor, disminuyen tu respiración y tu conciencia.

Síntomas de Sobredosis: Respiración muy lenta o ausente, labios azulados, pérdida de conciencia, paro respiratorio, muerte.

Primeros Auxilios: Llama a emergencias, coloca a la persona de lado, aplica naloxona si está disponible.

Éxtasis / Anfetaminas

El éxtasis y las anfetaminas te dan energía, aumentan tu temperatura corporal y tu presión arterial.

Síntomas de Sobredosis: Fiebre altísima, convulsiones, deshidratación severa, pérdida de conciencia, fallo multiorgánico, muerte.

Primeros Auxilios: Enfría el cuerpo con paños húmedos, hidrata si está consciente y llama a emergencias.

Inhalantes / Aldehídos y Cetonas

Los inhalantes te marean, afectan tu coordinación, la percepción del mundo exterior y pueden causar muerte súbita por arritmia cardíaca.

Síntomas de Sobredosis: Pérdida de conciencia, convulsiones, paro cardíaco súbito, muerte.

Primeros Auxilios: Ventila el lugar, coloca a la persona recostada de lado y llama a emergencias.

Sedantes y alucinógenos

Estos medicamentos y alucinógenos te producen somnolencia y disminuyen tus reflejos, especialmente si los mezclas con alcohol, alteran tu percepción y pueden llevarte a conductas peligrosas.

Síntomas de Sobredosis: Desorientación, respiración lenta, confusión, pérdida de conciencia, hipoxia cerebral, paro respiratorio, muerte.

Primeros Auxilios: Llama a emergencias, mantén a la persona en posición lateral, vigila respiración y pulso.

Rutas de Atención

Línea Psicoactiva

Si tú o alguien cercano a ti, siente que ha perdido el control frente al consumo de sustancias psicoactivas, puedes buscar ayuda. La Subred Integrada de Servicios de Salud Sur Occidente te invita a comunicarte:

Línea Psicoactiva
018000112439

Ayuda y orientación
sobre sustancias psicoactivas

Esquema FundaMental

FundaMental

El Distrito cuenta con líneas de escucha y orientación que están disponibles para ti:

Línea 106 Chat de WhatsApp:
3007548933

Línea Púrpura: **018000112137** Chat de WhatsApp: **3007551846**

Línea Calma: **01800423614** Línea Diversa: **3108644214**

Línea de Urgencias: **123** Línea Salva Vidas: **3117668666**

También puedes consultar a tu institución de salud o EPS.

Mayor información en:
literalmente.saludcapital.gov.co



SECRETARÍA DE SALUD



AQUÍ
SÍ PASA
BOGOTÁ
MI CIUDAD
MI CASA

BOGOTÁ

Juventud fuerte, comunidad sana.

Conoce las diferentes sustancias psicoactivas, sus efectos nocivos para la salud, cómo abordar una sobredosis y a dónde acudir para recibir atención y ayuda.



¡Los Mártires Sin consumo!

ALCALDÍA LOCAL
DE LOS MÁRTIRES