



Hable temprano y con frecuencia sobre el alcohol, tabaco y otras drogas. Aun cuando sea difícil.

Empoderando a los padres para que críen a sus hijos a ser libres de sustancias

**ES** Haga clic aquí para imprimir un PDF de este artículo y poder comenzar la conversación con su hijo

Hablar regularmente con la juventud sobre los peligros del alcohol, tabaco y otras drogas reduce su riesgo de usarlos en primer lugar.

Know! lo alienta a compartir este Consejo para Padres con sus amigos y familia.

Aprenda más en: [DrugFreeActionAlliance.org](http://DrugFreeActionAlliance.org)

Know! es un programa de:



Drug Free Action Alliance

LIFETIME PREVENTION | LIFETIME WELLNESS

Drug Free Action Alliance  
6155 Huntley Road, Suite H  
Columbus, Ohio 43229  
PH: (614) 540-9985  
FX: (614) 540-9990

## Know! Prevenir inhalar, oler y embolsado

¿Qué tienen en común el esmalte de uñas, desodorante en aerosol, marcadores permanentes y líquido de corrección? Todos estos artículos pueden encontrarse en la habitación de sus hijos o área de estudio, ¿verdad? Ciertamente, no son productos que podrían señalar una advertencia o causa para cuestionarnos sus usos, ni deberían necesariamente hacerlo. Sin embargo, cada uno de estos artículos también son “inhalantes” comunes con el potencial de causar daño.

Según el *Estudio Monitoring The Future de 2015*, casi uno en diez niños estadounidenses prueban los inhalantes al tiempo que llegan al octavo grado. Algunos refieren a los inhalantes como “drogas de niños”, porque son la única clase de abuso de sustancia realizada por niños y adolescentes jóvenes que adolescentes mayores, con la mayoría de usuarios entre 11 y 14 años de edad. Pero no deje que esto lo engañe en creer que los inhalantes son un juego inocente de niños; no lo son.

### ¿Qué son exactamente los inhalantes y por qué son populares entre niños más jóvenes?

Los inhalantes son vapores químicos (gases o humos) que son inspirados con el propósito de drogarse. Los términos coloquiales son **huffing** (inhalar químicos por medio de la boca), **sniffing** (aspirar vapores por la nariz), y **bagging** (rociar químicos en una bolsa y luego respirar en esta). Estos químicos se encuentran en productos de todos los días como aceite en aerosol, quitaesmaltes y laca de peinado, lo cual es una de las razones por la cual los inhalantes son populares entre niños más jóvenes. Los productos son fácilmente accesibles en el hogar y la escuela; son productos legales que niños pueden comprar sin llamar la atención; no son caros; se esconden con facilidad; no requieren de parafernalia; y los jóvenes no se dan cuenta generalmente de los peligros que posan los inhalantes.

La verdad es que los inhalantes SON peligrosos. Según el Instituto Nacional de Abuso de Drogas (NIDA), los inhalantes impactan negativamente el cerebro y pueden causar que los niños experimenten dificultades de aprendizaje, memorización, resolución de problemas y prestar atención, lo que impacta también su rendimiento escolar. Además, los inhalantes afectan los sistemas circulatorio y respiratorio, a veces desencadenando dolores de cabeza severos, ritmo cardíaco irregular, disminución de la respiración y pérdida del conocimiento.

Aún más, los inhalantes pueden ser mortales. Con demasiada frecuencia, las fatalidades ocurren por muerte súbita por oler, por sofocación y ahogamiento, los que pueden ocurrir con el primer uso. Y, como con cualquier abuso de drogas, pueden suceder accidentes debido a intoxicación por el inhalante, que resulta en lesiones graves o muerte.

ES

Haga clic aquí para imprimir un PDF de este artículo y poder comenzar la conversación con su hijo

Hablar regularmente con la juventud sobre los peligros del alcohol, tabaco y otras drogas reduce su riesgo de usarlos en primer lugar.

Know! lo alienta a compartir este Consejo para Padres con sus amigos y familia.

Aprenda más en:  
[DrugFreeActionAlliance.org](http://DrugFreeActionAlliance.org)

Know! es un programa de:



Drug Free Action Alliance

LIFETIME PREVENTION | LIFETIME WELLNESS

Enlace al artículo en la página de Facebook de Drug Free Action Alliance

Drug Free Action Alliance  
6155 Huntley Road, Suite H  
Columbus, Ohio 43229  
PH: (614) 540-9985  
FX: (614) 540-9990

## ¿Cómo puede proteger a sus niños del uso de inhalantes?

Almacenar productos de limpieza y similares fuera del alcance de niños es una práctica buena de prevención. Sin embargo, existen más de 1,400 artículos del hogar y productos comerciales que contienen químicos como inhalantes, por lo tanto no es realístico pensar que usted puede prevenir este tipo de abuso entre niños mayores simplemente al esconder o dar seguimiento a cada producto en su hogar. Lo que se le alienta a hacer en su lugar, es incluir este tema importante en sus conversaciones regulares y continuas con sus hijos. Las estadísticas muestran que un niño es 50% menos probable de probar un inhalante si un adulto habló con él sobre los peligros del abuso de inhalantes; por lo tanto, **¡comience a hablar hoy!**

Para más información y recursos adicionales sobre inhalantes, por favor visite <https://teens.drugabuse.gov/drug-facts/inhalants>.

Fuentes: [National Institute on Drug Abuse \(NIDA\): Inhalants](#). [NIDA for Teens. Drug Facts: Inhalants](#). [National Inhalant Prevention Coalition](#). [Virginia Dept. of Education: Inhalant Prevention Resource Guide](#). [Alliance for Consumer Education: National Inhalants & Poisons Awareness Week \(NIPAW\) 2016](#).