

La ketamina es un tipo de droga conocida como un "anestésico disociativo". Puede afectar cómo siente, saborea y ve. La ketamina se utiliza principalmente en entornos veterinarios como un líquido para relajar o sedar a los animales. La ketamina utilizada fuera del ámbito médico suele presentarse en forma de polvo que las personas esnifan, pero también puede inyectarse, comerse o introducirse por vía rectal diluida en agua.

¿Cuáles son los efectos?

Los efectos de la ketamina comienzan a suceder entre 5 a 15 minutos después de su uso, y pueden durar hasta dos horas:

- En dosis bajas, puede hacer que una persona sienta que está flotando.
- En dosis más altas, puede hacer que una persona pierda el control de su cuerpo o que sienta como que está flotando fuera de su cuerpo (conocido como "agujero K"). Algunas personas disfrutan esta experiencia, pero puede ser alarmante si ocurre de forma inesperada.

Algunos efectos pueden indicar una sobredosis de ketamina, incluidos mareos, aumento de la frecuencia cardíaca o palpitaciones (el corazón late rápidamente o parece que se saltará latidos), confusión, ansiedad, alucinaciones, movimientos oculares anormales y aumento de la presión arterial.

Si cree que alguien tiene una emergencia médica, **llame al 911**.



¿Cuáles son los riesgos para la salud?

A corto plazo:

- La ketamina puede causar mareos, náuseas, dolor de cabeza, visión borrosa y somnolencia, así como también aumento de la presión arterial y de la frecuencia cardíaca.
- La ketamina, al combinarse con opioides, alcohol, gamma hidroxibutirato (Gamma Hydroxybutyrate, GHB), benzodiazepinas y otros depresores (sustancias que ralentizan el sistema nervioso central), puede causar vómitos, mareos, desmayos y pérdidas de conocimiento.
- Experimentar un agujero K puede hacer que una persona no pueda mover el cuerpo o se caiga si está de pie, lo que podría hacerla más vulnerable a una agresión si se queda sola o en un lugar inseguro.



A largo plazo:

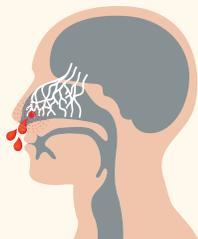
- La ketamina puede causar dependencia física (necesidad de seguir consumiendo ketamina para experimentar sus efectos), pérdida de memoria, trastornos del estado de ánimo, disminución de la función cerebral y problemas de vejiga (por ejemplo, incontinencia, sangre en la orina o dolor). Estos efectos pueden ser irreversibles.
- Los efectos de la ketamina pueden variar entre personas y dependen de en qué cantidades, hace cuánto y con qué frecuencia se consume.



¿Cómo puedo reducir mi riesgo de sufrir daños?

Si planea consumir ketamina de fuentes no médicas:

- Lleve su ketamina (píldoras o en polvo) a uno de los puntos de verificación de drogas del Departamento de Salud de la Ciudad de Nueva York para analizar si contiene ingredientes dañinos u otras drogas que no planea consumir (como el fentanilo).
 - Aunque no es común, se ha encontrado fentanilo en drogas que se venden como ketamina.
 - Para más información sobre análisis de drogas y sobre dónde y cuándo puede analizar sus drogas, visite nyc.gov/alcoholanddrugs o envíe un correo electrónico a drugchecking@health.nyc.gov.
- Vaya despacio. Consuma pequeñas cantidades para comprobar la potencia de su ketamina.
- Evite consumir drogas solo y tome turnos.
 - Si consumirá solo, avísele a alguien de confianza para que lo supervise o llame a la línea directa "Never Use Alone" (Nunca consuma solo) al 877-696-1996 antes de consumir. Los operadores pueden monitorear la seguridad por teléfono, las 24 horas del día, los 7 días de la semana, sin juzgar.
- Prepare su ketamina en una superficie limpia y evite compartir los elementos (como pajillas, cucharas, jeringas y agujas) utilizados para prepararla, esnifar o inyectarla.



- Esnifar puede causar lesiones dentro de su nariz, lo que aumenta el riesgo de infecciones.
- Triture la ketamina lo más finamente posible con una herramienta limpia (como una tarjeta bancaria o una afeitadora de plástico) y alterne entre las fosas nasales para minimizar el daño a su nariz.

¿Cómo actúo ante una sobredosis de ketamina?

Puede que una persona que se encuentra en un agujero K no esté teniendo una sobredosis ni necesite atención médica. Sin embargo, por seguridad, la persona debe ser supervisada hasta que los efectos desaparezcan, por si necesita atención médica.

Las personas que consumen ketamina pueden también consumir otras drogas, como los opioides. Siempre lleve consigo naloxona, un medicamento que puede revertir una sobredosis de opioides, por si se encuentra a alguien que está teniendo una sobredosis de opioides.



Comuníquese con el 988 para recibir consejería gratuita y confidencial en caso de crisis, apoyo para la salud mental y consumo de sustancias, y para derivaciones para recibir atención. Llame o envíe un mensaje de texto al 988 o chatee en nyc.gov/988. Los servicios de mensajes de texto y chat están disponibles en inglés y español, y los consejeros están disponibles las 24 horas del día, los 7 días de la semana por teléfono en más de 200 idiomas.

Para más información, visite nyc.gov/alcoholanddrugs o escanee el código QR.

