

La metanfetamina (también llamada **meth, cristal, ice o speed**) es un potente estimulante. Por lo general, viene en forma de cristales blancos que parecen vidrio o polvo blanco. La metanfetamina se puede tragar, esnifar, inhalar, fumar o inyectar.

¿Cuáles son los efectos?

Los efectos varían según cómo se consume. Pueden aparecer en cuestión de minutos y durar de seis a doce horas. Los efectos posteriores (a menudo denominados "bajón" o "crash") pueden durar más tiempo.

Los efectos a corto plazo incluyen un estado más acentuado de vigilia, mayor confianza, más energía y deseo sexual; disminución del apetito y, si se fuma o se inyecta, euforia inmediata e intensa.



¿Cuáles son los riesgos para la salud?

Los riesgos varían en función de la cantidad, la frecuencia y la forma de consumo.

Riesgos a corto plazo:

- La sobredosis de metanfetamina, puede causar latidos cardíacos rápidos o irregulares, sobrecalentamiento, presión arterial alta, psicosis, convulsiones y accidente cerebrovascular.
- El riesgo de sobredosis es mayor cuando hace calor (cuando la temperatura es de 75 °F/24 °C o más).



- Infección de tejidos blandos y otros daños (si se inyecta)

Riesgos a largo plazo:

- Dependencia física (necesidad de seguir consumiendo metanfetamina para sentir sus efectos)
- Agresividad, ansiedad, confusión, delirios, depresión, alucinaciones, insomnio, trastornos del estado de ánimo, paranoia y otros trastornos mentales.
- Psicosis (incluso cuando ya no se consume metanfetamina)
 - El consumo excesivo de alcohol y el estrés aumentan el riesgo de psicosis en personas que anteriormente hayan sufrido psicosis relacionada con el consumo de metanfetamina.
- Deterioro cognitivo, como pérdida de memoria o disminución del tiempo de reacción.
- Deterioro dental (caries) y enfermedad de las encías ("boca de metanfetamina")



¿Cómo puedo reducir los riesgos de sufrir daños?

- Tome pequeñas cantidades y vaya despacio, especialmente cuando consuma de algún nuevo suministrador.
- No consuma estando solo ni en zonas inseguras o desconocidas. Antes de consumir, pídale a alguien de su confianza que lo controle regularmente, o llame a la línea directa Never Use Alone (Nunca consuma solo) al 877-696-1996 o la línea directa de prevención de sobredosis SafeSpot al 800-972-0590.

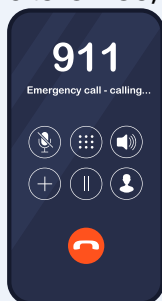
- Evite consumir metanfetamina con otras drogas, incluido el alcohol.
- Si se la inyecta, utilice siempre una jeringuilla y una aguja nuevas y esterilizadas para reducir el riesgo de infección y propagación de enfermedades transmitidas por la sangre, como el VIH y la hepatitis C.
- Si la esnifa, tritúrela finamente con algún objeto limpio y alterne las fosas nasales para reducir el daño nasal.
- Lleve la metanfetamina que vaya a consumir a uno de los puntos de verificación de drogas del Departamento de Salud de NYC para analizar si contiene ingredientes dañinos u otras drogas que no planea consumir. Para más información, visite nyc.gov/alcoholanddrugs o escriba a drugchecking@health.nyc.gov.



¿Cómo actúo ante una persona con sobredosis?

Si cree que alguien está teniendo una sobredosis:

- Mantenga la calma, lleve a la persona a un lugar fresco y tranquilo, y busque ayuda médica de inmediato.
- Llame al **911** si tiene convulsiones, no responde o muestra signos de ataque cardíaco o accidente cerebrovascular. Sujete suavemente la parte posterior de la cabeza para evitar lesiones.



- Si es posible, coloque a la persona de lado por si vomita. **No** le ponga nada en la boca ni intente sujetarlo.

Las personas que consumen metanfetamina pueden también consumir otras drogas, como los opioides. Siempre tenga a mano naloxona, un medicamento que puede revertir una sobredosis de opioides en alguien que pudiera estar teniéndola.



¿Existe un tratamiento para el consumo de metanfetamina?

Por el momento no existen medicamentos aprobados para tratar el consumo de metanfetamina. Sin embargo, la terapia conductual puede ser una forma eficaz de tratamiento para favorecer el cambio y la recuperación a largo plazo. Si desea encontrar un programa de tratamiento para trastornos por consumo de sustancias, visite bit.ly/oasas-treatment-provider.

Comuníquese con el 988 para recibir consejería gratuita y confidencial en caso de crisis, apoyo para la salud mental y consumo de sustancias, y 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, 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.

