
LA VERDAD SOBRE LA
COCAÍNA
Golpe
Polvo
Mojo
Talco
Nieve
vidasindrogas.org

POR QUÉ SE PRODUJO ESTE FOLLETO

Hoy en día se oye hablar mucho de las drogas: en la escuela, en la calle, en internet y en la televisión. Algunas cosas son verdad, algunas no.

Lo que puede que no sepas es que gran parte de lo que oyes sobre las drogas en realidad proviene de aquellos que las venden. Los extraficantes han dicho que les habrían dicho a las personas cualquier cosa para hacer que compraran drogas.

Necesitas los hechos reales y la verdad sobre las drogas para poder tomar una decisión informada sobre ellas. Por eso hemos preparado este folleto, para ti.

Tu opinión es importante para nosotros, así que dinos lo que piensas acerca de este folleto. Visítanos en **VidaSinDrogas.org** y envíanos un correo electrónico a **info@drugfreeworld.org**.

¿QUÉ ES LA COCAÍNA?

La cocaína es una droga estimulante altamente adictiva hecha de las hojas de la planta de coca sudamericana. El término *cocaína* se refiere a la droga en su forma en polvo o en cristal.* Los traficantes de drogas a menudo mezclan el polvo con sustancias como almidón de maíz, polvo de talco, azúcar u otras drogas como la procaína (un anestésico local) o las anfetaminas.

La cocaína se desarrolló inicialmente como anestésico y más tarde se usó como analgésico. En la calle, por lo general se inhala, donde el polvo se absorbe en el torrente sanguíneo a través de los tejidos nasales. También se puede ingerir o frotar en las encías. Cuando se fuma cocaína, se le llama *freebasing*.

Algunos consumidores se inyectan cocaína para sentir sus efectos más rápidamente y esto aumenta en gran medida el riesgo de sobredosis. La cocaína a veces se mezcla con heroína o fentanilo, un poderoso opiáceo que es 50 veces más fuerte que la heroína. Estas combinaciones son especialmente peligrosas y han causado muchas muertes por sobredosis.

* En su forma de cristal, se le llama *cocaína crack*. Para obtener más información, ve *La Verdad Sobre la Cocaína Crack* en esta serie.

UN POLVO BLANCO MORTAL

La cocaína es una droga peligrosa. Los estudios han demostrado que es muy adictiva y puede alterar la estructura y el funcionamiento del cerebro con el uso repetido. Para muchos, es casi imposible liberarse del dominio físico y mental. La cocaína estimula receptores clave (terminaciones nerviosas que perciben cambios en el cuerpo) en el cerebro, creando una sensación temporal de euforia. La tolerancia se desarrolla rápidamente, lo que significa que los consumidores necesitan dosis más altas y un uso más frecuente para tratar de lograr el mismo efecto.

Hoy en día, la cocaína es un negocio mundial de miles de millones de dólares.

Los consumidores provienen de todos los niveles económicos, ocupaciones y edades, incluso niños en edad escolar de tan solo ocho años.

El consumo de cocaína puede causar la muerte por insuficiencia respiratoria, accidente cerebrovascular, hemorragia cerebral (sangrado en el cerebro) o ataque cardíaco. Los bebés nacidos de madres adictas a la cocaína pueden ser ellos mismos adictos y pueden sufrir de defectos de nacimiento y problemas de salud.

A pesar de sus peligros, el consumo de cocaína continúa aumentando, probablemente porque a los consumidores les resulta muy difícil escapar de la adicción.

NOMBRES CALLEJEROS

Algunos nombres callejeros comunes para la cocaína incluyen:

- Polvo
- Dama blanca
- C
- Golpe
- Copo
- Talco
- Cocaína
- Coca
- Tirito
- Escamas
- Merca
- Toque
- Jale
- Nieve
- Speedball (mezclado con heroína)
- Saque
- Ralla
- Blanca

Crees que la coca aumentará tus percepciones, que te permitirá superarte a ti mismo, que serás capaz de controlar cosas. Es una tontería sangrienta. Después de un tiempo, ya no pagas más tus facturas, ya no te bañas más, abandonas a tus amigos y a tu familia. ESTARÁS INDEFENSO Y SOLO". —Nigel



ESTADÍSTICAS INTERNACIONALES

La cocaína es una de las drogas ilegales más traficadas. Datos recientes muestran que las incautaciones globales de cocaína han seguido aumentando, totalizando 2026 toneladas métricas, con las mayores cantidades interceptadas en Sudamérica.

Según el Centro de Supervisión de Drogas y Adicción a las Drogas Europeo, la cocaína es la segunda droga ilegal más comúnmente usada en Europa.

Se estima que 2,2 millones de personas de entre 15 y 34 años informaron haber consumido cocaína al menos una vez en el año anterior.

En Estados Unidos, la Encuesta Nacional sobre el Uso de Drogas y la Salud encontró que 5,5 millones de estadounidenses de 12 años y mayores habían consumido cocaína en un año. Entre las personas de entre 18 y 25 años, 1 de cada 20 reportó haber consumido cocaína en alguna forma en el año pasado.



Las encuestas muestran que aproximadamente la mitad de los clientes de los clubes de baile europeos han estado drogados con cocaína.

Una encuesta del Instituto Nacional sobre el Abuso de Drogas encontró que más adolescentes comprenden los peligros del consumo de cocaína; sin embargo, las muertes relacionadas con la cocaína se duplicaron en un período de cinco años.

Un peligro creciente es la cocaína mezclada con opiáceos sintéticos como el fentanilo. Las muertes por sobredosis de cocaína combinadas con estas sustancias han aumentado más rápido que las de solo con cocaína.

Mi amigo estuvo consumiendo drogas durante cuatro años, tres de los cuales fueron drogas duras como la cocaína, el LSD, la morfina y muchos antidepresivos y analgésicos; en realidad, cualquier cosa que pudiera conseguir. Se quejaba todo el tiempo de DOLORES TERRIBLES EN SU CUERPO Y SIMPLEMENTE EMPEORÓ MÁS Y MÁS hasta que finalmente fue a ver a un doctor.

"El doctor le dijo que no había nada que pudiera hacerse por él y que, debido al deterioro de su cuerpo, no viviría mucho más. En cuestión de días, estaba muerto". —Dwayne

¿POR QUÉ LA COCAÍNA ES TAN

La cocaína, como la heroína y la metanfetamina,* es una de las drogas ilegales más adictivas que existen. Según el Departamento de Salud y Servicios Humanos de Estados Unidos, en un período de un año, 5,5 millones de personas consumieron cocaína, incluyendo crack, con cerca de un millón de ellas convirtiéndose en adictas.



La cocaína activa los centros de placer dentro del cerebro, causando euforia temporal. Los consumidores desarrollan tolerancia rápidamente, necesitando más de la droga para alcanzar el mismo nivel.

COMBINACIÓN MORTAL DE DROGAS

La cocaína a veces se mezcla con otras drogas, incluyendo tranquilizantes, anfetaminas,† marihuana y heroína. Estas combinaciones aumentan en gran medida el peligro de consumir cocaína. Junto con una mayor probabilidad de desarrollar una adicción a dos drogas, la mezcla de sustancias puede ser fácilmente fatal.

ALTAMENTE ADICTIVA?

Ya no tenía futuro. No veía cómo podía escapar de mi dependencia a la cocaína. Estaba perdida. Estaba 'explotando' y era incapaz de impedirme continuar abusando gravemente de la cocaína. *TUVE ALUCINACIONES DE QUE ANIMALES SE ARRASTRABAN BAJO MI PIEL.* Los sentía cada vez que me inyectaba y me rascaba con la punta de la jeringa hasta que comenzaba a sangrar para hacer que se fueran. Una vez estaba sangrando tanto por esto que me tuvieron que llevar al hospital". —Susan



* metanfetamina: un estimulante del sistema nervioso central (cerebro y médula espinal) altamente adictivo

† anfetamina: un estimulante del sistema nervioso central, a menudo llamado *speed*, con menor potencia que la metanfetamina

EFECTOS DE LA COCAÍNA

¿CUÁLES SON LOS EFECTOS A CORTO PLAZO DE LA COCAÍNA?

La cocaína produce un estado de euforia intenso de corta duración al que le sigue inmediatamente lo opuesto: depresión profunda, nerviosismo y un ansia por más de la droga. Es posible que los consumidores no coman ni duerman adecuadamente y pueden experimentar un gran aumento del ritmo cardíaco, espasmos musculares y convulsiones. Incluso cuando no están en un estado de euforia, los consumidores pueden sentirse paranoicos,* enojados, hostiles y ansiosos.



El consumo de la cocaína aumenta el riesgo de ataque cardíaco, accidente cerebrovascular, convulsiones o insuficiencia respiratoria, cualquiera de los cuales puede resultar en una muerte súbita.

¿CUÁLES SON LOS EFECTOS A LARGO PLAZO DE LA COCAÍNA?

El término *drogadicto* se acuñó originalmente hace muchos años para describir los efectos secundarios negativos del uso constante de la cocaína. A medida que aumenta la tolerancia a la droga, se vuelve necesario tomar cantidades cada vez mayores para tratar de obtener el mismo efecto. El uso diario prolongado causa privación de sueño y pérdida de apetito.

* paranoico: extremo e irracionalmente sospechoso, desconfiado o temeroso de otras personas sin evidencia ni justificación

Una persona puede volverse psicótica y empezar a experimentar alucinaciones.

La cocaína cambia el procesamiento químico del cerebro, haciendo que los consumidores sientan que la necesitan para funcionar normalmente. La adicción a la cocaína, al igual que con otras drogas, resulta en una pérdida de interés en otras áreas de la vida.

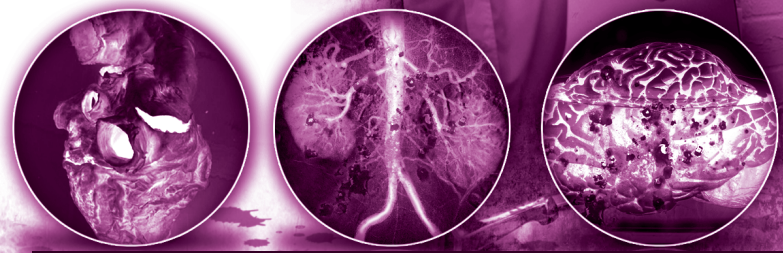
El efecto después del alcanzar el estado de euforia con la cocaína causa depresión grave, lo que puede llevar a la gente a hacer casi cualquier cosa para conseguir más.

Si no pueden conseguir más cocaína, la depresión puede conducir a la violencia o al suicidio.

No toques la cocaína. Pasé dos años en prisión debido a esta droga. **Y CUANDO SALÍ, LA VIDA ERA TAN DURA QUE COMENCÉ A CONSUMIR LA DROGA DE NUEVO.** Conozco a 10 chicas que se prostituyeron a causa de la coca. Es mucho más extrema y degradante de lo que creemos. En ese momento no nos damos cuenta hasta qué punto nos destruye".
—Shawne

EFECTOS A CORTO PLAZO

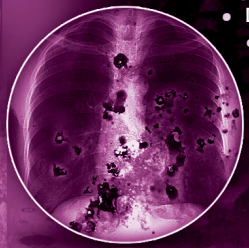
- Pérdida de apetito
- Aumento del ritmo cardíaco, presión sanguínea, temperatura corporal
- Estrechamiento de vasos sanguíneos
- Respiración más rápida
- Pupilas dilatadas
- Patrones de sueño alterados
- Náuseas
- Hiperestimulación
- Comportamiento extraño, errático, a veces violento
- Alucinaciones, hiperexcitabilidad, irritabilidad
- Sensación de insectos arrastrándose bajo la piel
- Euforia intensa
- Ansiedad y paranoia
- Depresión
- Ansia intensa por consumir la droga
- Pánico y psicosis
- Convulsiones, accidente cerebrales y muerte repentina por dosis altas (incluso por una sola vez)



La cocaína puede dañar el corazón, los riñones, el cerebro y los pulmones.

EFECTOS A LARGO PLAZO

- Daño permanente a los vasos sanguíneos del corazón y del cerebro
- Presión arterial alta que conduce a ataques cardíacos, accidentes cerebrovasculares y muerte
- Daño hepático, renal y pulmonar
- Daño en el tejido nasal si se inhala
- Falla respiratoria si se fuma
- Enfermedades infecciosas y abscesos si se inyecta
- Desnutrición, pérdida de peso
- Deterioro dental grave
- Alucinaciones (audición, tacto)
- Problemas sexuales, daño a los órganos reproductores e infertilidad (tanto para hombres como para mujeres)
- Desorientación, apatía, agotamiento confuso
- Cambios de humor e irritabilidad
- Comportamiento riesgoso
- Delirio o psicosis
- Depresión grave
- Tolerancia y adicción (incluso después de solo un uso)



NIÑOS: LAS VÍCTIMAS MÁS INOCENTES DE LA COCAÍNA

Las personas a menudo dicen: "Consumo drogas, ¡pero eso es asunto mío!". Sin embargo, el consumo de drogas siempre tiene víctimas inocentes: personas lastimadas por adictos que cometen crímenes para financiar su hábito y aquellos que mueren en accidentes de tráfico causados por conductores discapacitados por la cocaína.

Las víctimas más trágicas de la cocaína son bebés que nacieron de madres que la usaron durante el embarazo. Solo en Estados Unidos, cada año nacen decenas de miles de bebés que ya han estado expuestos a la cocaína. Incluso aquellos que no son adictos al nacimiento a menudo tienen problemas físicos, incluyendo nacimiento prematuro, bajo peso al nacer, retraso en el crecimiento, defectos de nacimiento y daño al sistema nervioso.

Los bebés con bajo peso al nacer tienen 20 veces más probabilidades de morir en su primer mes de vida que aquellos con peso normal y se enfrentan a un mayor riesgo de afecciones de por vida, como discapacidades intelectuales y daño cerebral.

El impacto social de esta tragedia humana todavía no se ha medido por completo.

COCAÍNA: UNA BREVE HISTORIA

La coca es uno de los estimulantes naturales más antiguos y más potentes. Hace unos 5000 años, los antiguos incas de los Andes masticaban hojas de coca para aumentar el ritmo cardíaco y la respiración para adoptarse a vivir en el aire poco oxigenado de la montaña.

Los nativos peruanos masticaban hojas de coca solo durante ceremonias religiosas. Esto cambió cuando los soldados españoles invadieron Perú en 1532 y dieron coca a los trabajadores indios forzados para mantenerlos trabajando en minas de plata porque eso los hacía más fáciles de controlar y explotar.

El químico alemán Albert Niemann extrajo por primera vez cocaína de las hojas de coca en 1859. Se volvió popular en la comunidad médica en la década de 1880.

El psicoanalista austriaco, Sigmund Freud, quien consumió la droga él mismo, fue el primero en promover ampliamente la cocaína como un tónico para curar la depresión y la impotencia sexual.



Lo que comenzó como una tradición religiosa en los Andes se ha convertido en abuso de drogas en todo el mundo.

En 1884, publicó el artículo "Über Coca" ("Sobre la Coca"), calificándola de "mágica". Aunque él notó sus peligros, Freud todavía lo recomendaba a sus amigos cercanos. Un amigo experimentó alucinaciones graves con "serpientes blancas arrastrándose sobre su piel". Freud creía que "la dosis tóxica [de cocaína] es muy alta y no parece haber una dosis letal" pero al menos uno de sus pacientes murió a causa de una dosis alta que él recetó.

En 1886, John Pemberton le añadió hojas de coca a su nuevo refresco, Coca-Cola.

Los efectos energizantes de la bebida la hicieron muy popular pero para 1903 la presión pública obligó a la compañía a eliminar la cocaína del refresco.

Desde la década de 1850 hasta principios de la década de 1900, los productos con mezcla de cocaína y opio fueron ampliamente utilizados por personas de todas las clases sociales.

Con su creciente uso, los hospitales y la literatura médica comenzaron a reportar casos de daño nasal resultante de inhalar cocaína.

La cocaína era popular en la industria del cine mudo y Hollywood la promovió, influyendo a millones de personas.

En 1912, Estados Unidos reportó 5000 muertes



relacionadas con la cocaína en un año. La droga fue prohibida en una década.

La cocaína volvió a ser popular en la década de 1970, especialmente entre artistas y empresarios. La droga parecía ser la compañera perfecta para una vida acelerada. En algunas universidades estadounidenses, el porcentaje de estudiantes que experimentaban con la cocaína aumentó diez veces.

A finales de la década de 1970, los narcotraficantes colombianos construyeron redes para pasar de contrabando cocaína a Estados Unidos.

A finales de la década de 1980, la cocaína ya no era solo la droga preferida por los ricos; era conocida como la droga más peligrosa y adictiva de Estados Unidos, relacionada con la pobreza, el crimen y la muerte.

A principios de la década de 1990, los carteles de drogas colombianos producían y exportaban de 500 a 800 toneladas de cocaína a EE. UU. cada año pero también a Europa y Asia. Las agencias del orden desmantelaron los principales carteles a mediados de la década de 1990 pero surgieron grupos más pequeños. Hoy en día, más de 300 organizaciones activas de contrabando de drogas conocidas operan en Colombia.

La cocaína sigue siendo una de las drogas ilegales más traficadas en el mundo a pesar de su historia de causar adicción, pérdida de vidas y el crimen violento asociado con los criminales que la trafican.

LO QUE TE DIRÁN LOS TRAFICANTES

Cuando se encuestó a adolescentes para averiguar por qué comenzaron a consumir drogas en primer lugar, el 55 por ciento respondió que era debido a la presión de sus amigos. Ellos querían ser geniales y populares. Los traficantes lo saben.

Se te acercan como un amigo y te ofrecerán "ayudarte" con "algo que te hará sentir bien". La droga te "ayudará a encajar" o "volverte popular".

Los traficantes de drogas, motivados por el dinero que ganan, dirán cualquier cosa para hacerte comprar sus drogas. Te dirán que "la cocaína hará de tu vida una fiesta".

No les importa si las drogas arruinan tu vida siempre y cuando les paguen. Lo único que les importa es el dinero. Extraficantes admiten que veían a los compradores como "peones en una partida de ajedrez".

Obtén los hechos acerca de las drogas. Toma tus propias decisiones.



Con la coca, eres como una polilla pegada a la luz. Te atrae más y más y no puedes detenerlo. No es físico. Está en tu cabeza. Cuanto más la consumes, más la usas. Me la he inyectado a mí misma cada 10 minutos. Pedí prestado dinero del banco para comprarla. Un día quedé desempleada. Era peor. Solía inyectarme todo el tiempo. ESTA COSA ME VOLVIÓ LOCA. LO SABÍA PERO CONTINUÉ. ME CONVERTÍ EN UN FRACASO TOTAL".
—Marilyn

La Verdad Sobre las Drogas

Las drogas son esencialmente venenos. La cantidad que se consume determina su efecto.

Una pequeña cantidad actúa como estimulante (te acelera). Una cantidad mayor actúa como un sedante (te ralentiza). Una cantidad aún mayor envenena y puede matar.

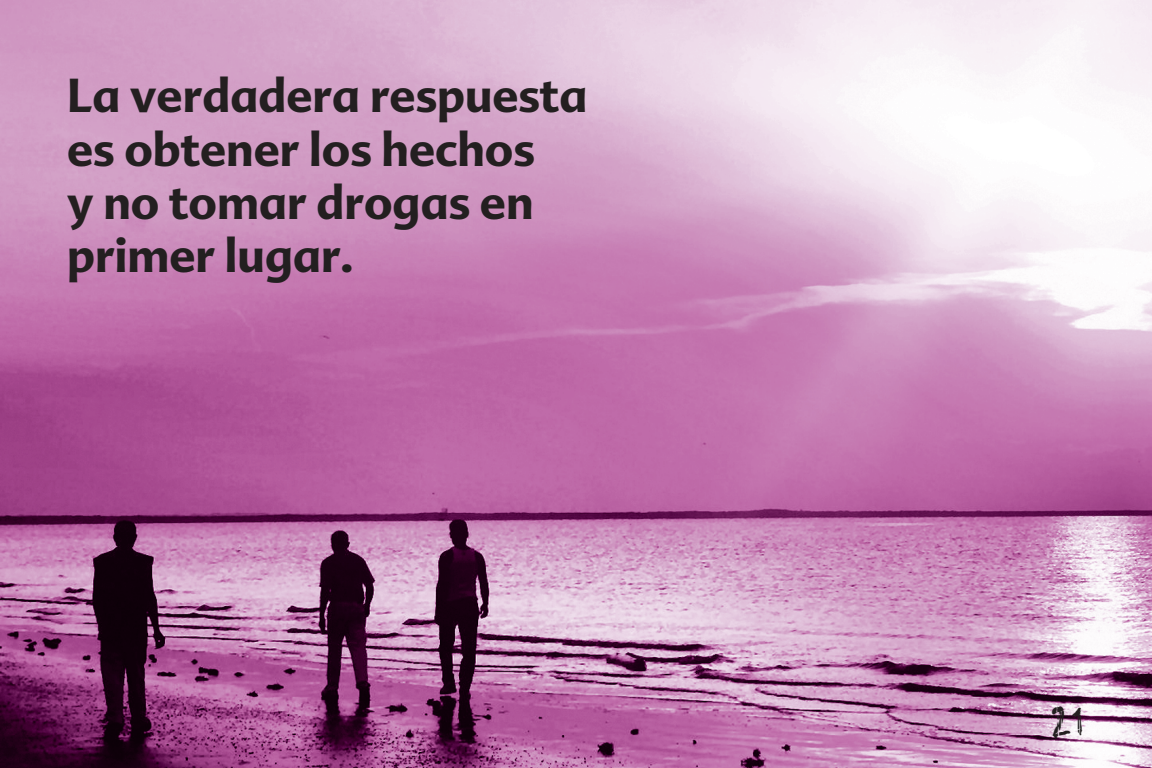
Esto es cierto de cualquier droga. Solo la cantidad requerida para alcanzar el efecto varía.

Pero muchas drogas tienen otro riesgo: afectan directamente a la mente. Pueden distorsionar la percepción del consumidor de qué está ocurriendo a su alrededor. Como resultado, las acciones de la persona pueden ser extrañas, irracionales, inapropiadas y hasta destructivas.

Las drogas bloquean todas las sensaciones, las deseables junto con las indeseables. Así que, aunque proporcionan ayuda a corto plazo para aliviar el dolor, también acaban con la habilidad y el estado de alerta y nublan el juicio de alguien.

Los medicamentos son drogas que tienen la intención de acelerar, ralentizar o cambiar algo acerca de la forma en que tu cuerpo está trabajando para tratar de hacer que funcione mejor. Algunas veces son necesarios. Pero aún así, no dejan de ser drogas: actúan como estimulantes o sedantes y demasiado puede matarte. Así que si no usas los medicamentos como se deben usar, pueden ser tan peligrosos como las drogas ilegales.

La verdadera respuesta es obtener los hechos y no tomar drogas en primer lugar.



¿POR QUÉ LAS PERSONAS CONSUMEN DROGAS?

Las personas consumen drogas porque quieren cambiar algo en sus vidas.

Aquí están algunas de las razones que la gente joven ha dado para tomar drogas:

- Para encajar
- Para escapar o relajarse
- Para aliviar el aburrimiento
- Para parecer adulto
- Para rebelarse
- Para experimentar

Creen que las drogas son una solución. Pero al final, las drogas se convierten en el problema.

Por difícil que sea afrontar los problemas de uno, las consecuencias del consumo de drogas siempre son peores que el problema que uno está tratando de resolver con ellas. La verdadera respuesta es obtener los hechos y no tomar drogas en primer lugar.



Millones de copias de folletos como este han sido distribuidos a personas en todo el mundo, en más de 20 idiomas.



A medida que aparecen nuevas drogas en las calles y se conoce más información sobre sus efectos, los folletos existentes se actualizan y se crean nuevos.

Los folletos son publicados por la Fundación por Un Mundo Libre de Drogas, una organización de beneficio público sin fines de lucro cuya sede se encuentra en Los Ángeles, California.

La fundación proporciona materiales educativos, asesoramiento y coordinación para su red internacional de prevención de drogas. Trabaja con jóvenes, padres, educadores, organizaciones de voluntariado y agencias gubernamentales; cualquiera que esté interesado en ayudar a las personas a llevar una vida libre del abuso de drogas.

REFERENCIAS:

Para las referencias usadas para compilar este folleto, ingresa a VidaSinDrogas.org/refs.
CRÉDITOS DE FOTOS: páginas 2, 8: Corbis; página 16: Biblioteca de Fotos del Museo de Freud

HECHOS QUE NECESITAS CONOCER

Este folleto es uno en una serie de publicaciones que abarca los hechos sobre la marihuana, el alcohol, el fentanilo, las drogas sintéticas, el éxtasis, la cocaína, la cocaína crack, la metanfetamina de cristal y la metanfetamina, los inhalantes, la heroína, el LSD y el abuso de medicamentos recetados. Armado con esta información, el lector puede tomar la decisión de vivir una vida libre de drogas.

Para hacer cursos gratuitos en línea o para conectarte con una Filial de Un Mundo Libre de Drogas en tu área, ve a VidaSinDrogas.org

Fundación por Un Mundo Libre de Drogas
VidaSinDrogas.org • info@drugfreeworld.org
1 (888) 668-6378 • 1 (818) 952-5260

Escanea aquí para descargar este folleto

© 2025 Foundation for a Drug-Free World. Todos los Derechos Reservados. La Verdad Sobre las Drogas y el Logotipo de la Fundación por Un Mundo Libre de Drogas son marcas registradas propiedad de Foundation for a Drug-Free World y se usan con su permiso. #S001562 - SPANISH LATAM