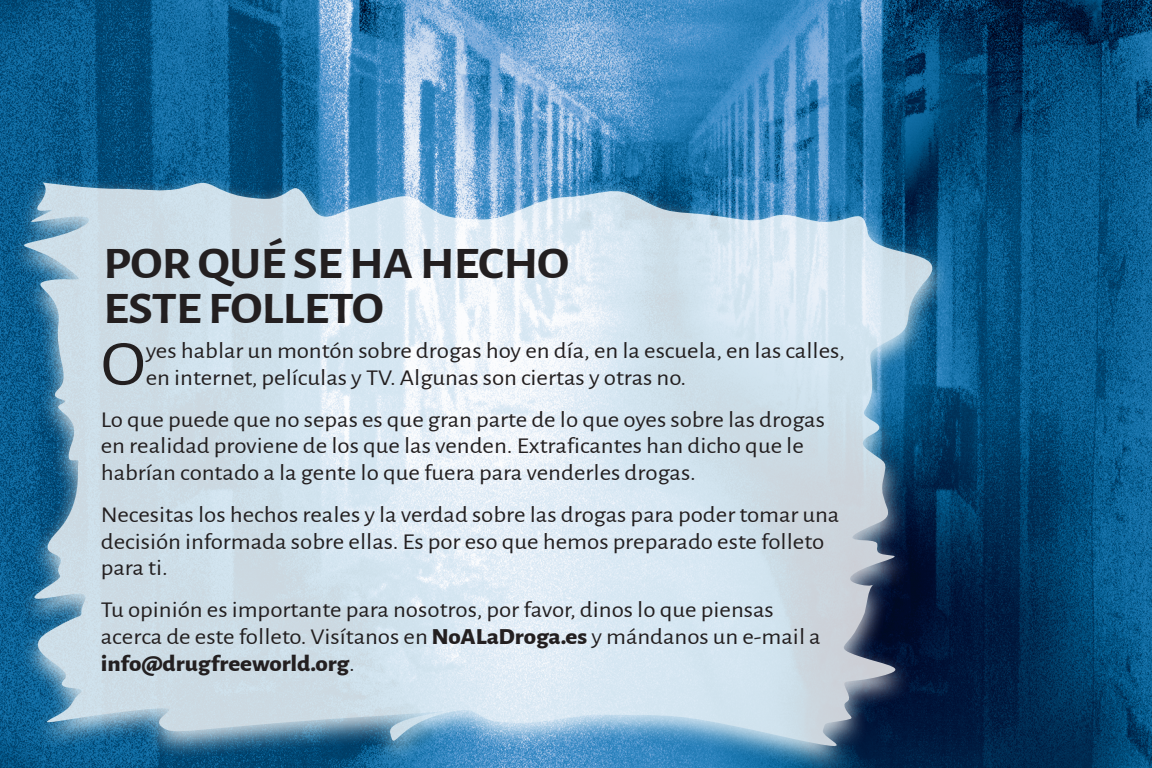

LA VERDAD SOBRE LA
METANFETAMINA DE CRISTAL
y la Metanfetamina
Hielo
Tina
Meta
Speed
Tiza
Cristal
Metanfeta
noaladroga.es



POR QUÉ SE HA HECHO ESTE FOLLETO

Oyes hablar un montón sobre drogas hoy en día, en la escuela, en las calles, en internet, películas y TV. Algunas son ciertas y otras no.

Lo que puede que no sepas es que gran parte de lo que oyes sobre las drogas en realidad proviene de los que las venden. Extraficantes han dicho que le habrían contado a la gente lo que fuera para venderles drogas.

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

Tu opinión es importante para nosotros, por favor, dinos lo que piensas acerca de este folleto. Visítanos en **NoALaDroga.es** y mándanos un e-mail a **info@drugfreeworld.org**.

¿Qué es la Metanfetamina de Cristal?

Meta de cristal es una abreviatura de *metanfetamina de cristal*. Es una forma de *metanfetamina*, una droga estimulante poderosa y altamente adictiva.

La metanfetamina de cristal se consume a menudo como una "droga de club", se consume mientras se está de fiesta en clubes nocturnos o en fiestas rave.

El efecto de la metanfetamina de cristal es altamente concentrado. Sus efectos son intensos y algunos consumidores dicen haberse vuelto adictos después de consumirla solo una vez.

"La probé una vez y ¡PUM! Era adicto", dijo un adicto a la metanfetamina que perdió a su familia, amigos, su carrera como músico y terminó siendo un vagabundo.

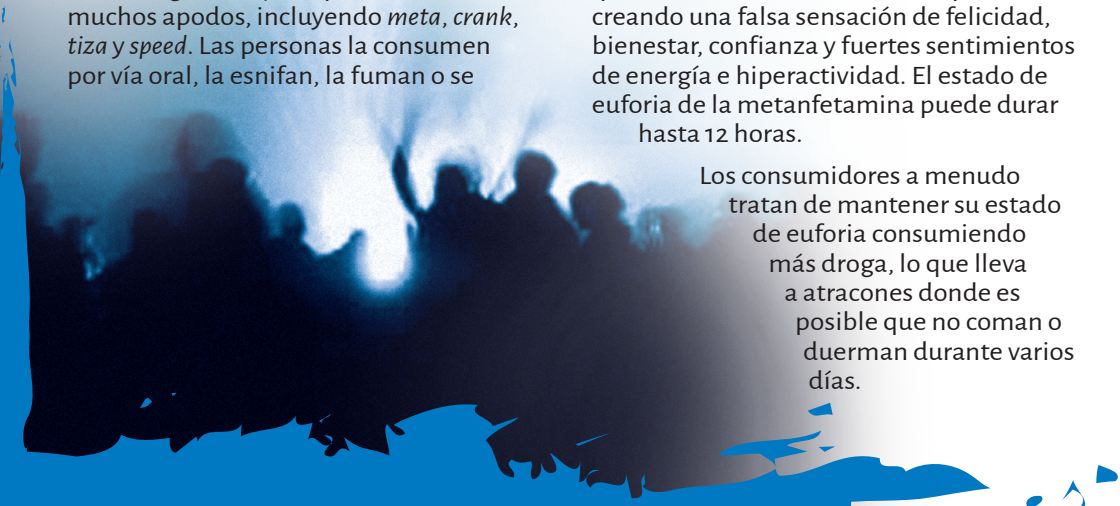
Es una de las adicciones a las drogas más difíciles de superar. Un estudio encontró que casi dos de cada tres personas que pasaron por rehabilitación de drogas volvieron a consumir metanfetamina en un año.



¿Qué es la Metanfetamina?

La metanfetamina es una droga ilegal en la misma clase que la cocaína y otras drogas callejeras poderosas. Tiene muchos apodos, incluyendo *meta*, *crank*, *tiza* y *speed*. Las personas la consumen por vía oral, la esnifan, la fuman o se la inyectan. La metanfetamina inunda el cerebro con dopamina, una sustancia química natural asociada con el placer, creando una falsa sensación de felicidad, bienestar, confianza y fuertes sentimientos de energía e hiperactividad. El estado de euforia de la metanfetamina puede durar hasta 12 horas.

Los consumidores a menudo tratan de mantener su estado de euforia consumiendo más droga, lo que lleva a atracones donde es posible que no coman o duerman durante varios días.



La metanfetamina actúa como un poderoso estimulante. Pero como también es un veneno, al mismo tiempo que la persona alcanza el estado de euforia, la droga comienza a destruir sistemáticamente el cuerpo.

El consumo de metanfetamina está asociado con serios problemas de salud como pérdida de memoria, agresión, comportamiento psicótico y daño potencial al corazón y al cerebro. El consumo de metanfetamina agota los recursos del cuerpo y puede crear una dependencia devastadora que solo se puede aliviar consumiendo más droga.



Consumidora de metanfetamina en el 2002

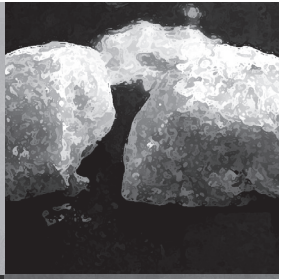


... y 2 años y medio después

Comencé a consumir metanfetamina de cristal cuando era estudiante de secundaria. Antes de que terminara mi primer semestre de universidad, la metanfetamina se convirtió en un problema tan grande que tuve que dejar mis estudios. Me veía como si tuviera varicela porque me pasaba horas mirándome fijamente al espejo pellizcándome. Pasé todo mi tiempo consumiendo metanfetamina o tratando de conseguirla". — Anne Marie

¿Qué Aspecto Tiene la Metanfetamina?









La metanfetamina generalmente viene en polvo blanco cristalino, azul, amarillo o marrón que es inodoro, tiene sabor amargo y se disuelve fácilmente en agua o alcohol.

La metanfetamina de cristal se ve como pequeños fragmentos de vidrio o rocas brillantes de color azul blanquecino y se le conoce más comúnmente como *hielo* o *vidrio*. Esta forma es más pura que la metanfetamina en polvo y tiene efectos más intensos y más duraderos.

La metanfetamina de cristal se fuma usando una pipa de vidrio o se disuelve y se inyecta.



NOMBRES CALLEJEROS PARA LA METANFETAMINA

A la metanfetamina y a la metanfetamina de cristal se les conoce con muchos nombres.

METANFETAMINA

- Crank
- Glass
- Meta
- Metanfeta
- Meth
- Speed
- Tina
- Tiza

METANFETAMINA DE CRISTAL

- Cristal
- Cristalito
- Diamante
- Hielo
- Ice
- Piedra
- Shabu
- Vidrio

¿De qué está hecha la Metanfetamina?

La metanfetamina es una sustancia química producida por el hombre, a diferencia de la cocaína, por ejemplo, que proviene de una planta.

La metanfetamina se fabrica comúnmente en laboratorios ilegales y ocultos, usando diversas formas de anfetamina (droga estimulante) o derivados combinados con otras sustancias químicas para aumentar su potencia. A menudo se usa como base para producir la droga pastillas para el resfriado común. Los "cocineros" de metanfetamina extraen ingredientes de estas pastillas y, para aumentar su fuerza, combinan la sustancia con sustancias químicas como ácido de batería, desatascador de tuberías, diluyente de pintura, litio (de las baterías), yodo, queroseno y anticongelante. La metanfetamina puede contener hasta 32 sustancias químicas diferentes que no están destinadas al consumo humano.

Las sustancias químicas usadas para hacer metanfetamina son peligrosas y pueden explotar mientras están siendo "cocinadas". Tales accidentes ponen en peligro a otras personas en casas o edificios cercanos. Los cocineros de metanfetamina, a menudo también adictos, pueden sufrir quemaduras graves, quedar desfigurados o morir por las explosiones.

Los laboratorios de metanfetamina también producen desechos tóxicos: la creación de un kilo de metanfetamina resulta en cinco kilos de desechos que pueden filtrarse al suelo y al agua subterránea. Las personas expuestas a estos desechos, incluyendo las fuerzas de seguridad, pueden envenenarse y enfermar.

El dinero de beneficencia no fue suficiente para pagar nuestra adicción a la metanfetamina y mantener a nuestro hijo, así que convertimos nuestra casa alquilada en un laboratorio de metanfetamina. Almacenamos las sustancias químicas tóxicas en nuestra nevera, sin saber que las toxinas impregnarían los demás alimentos en el congelador.

"Cuando le di a mi hijo de tres años un poco de queso para comer, no sabía que le estaba dando comida envenenada. Estaba demasiado drogada con metanfetamina como para darme cuenta, hasta 12 horas más tarde, de que mi hijo estaba mortalmente enfermo. Pero entonces estaba tan drogada que me llevó dos horas averiguar cómo llevarlo al hospital a ocho kilómetros. Cuando llegué a urgencias **DECLARARON MUERTO A MI HIJO** de una dosis letal de hidróxido de amoniaco, una de las sustancias químicas usadas para hacer metanfetamina". — Melanie



Un laboratorio de metanfetamina de cristal

Una Epidemia Mundial de Adicción

La Oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito estima que alrededor de 27 millones de personas en todo el mundo consumen estimulantes de tipo anfetamina (incluyendo la metanfetamina).

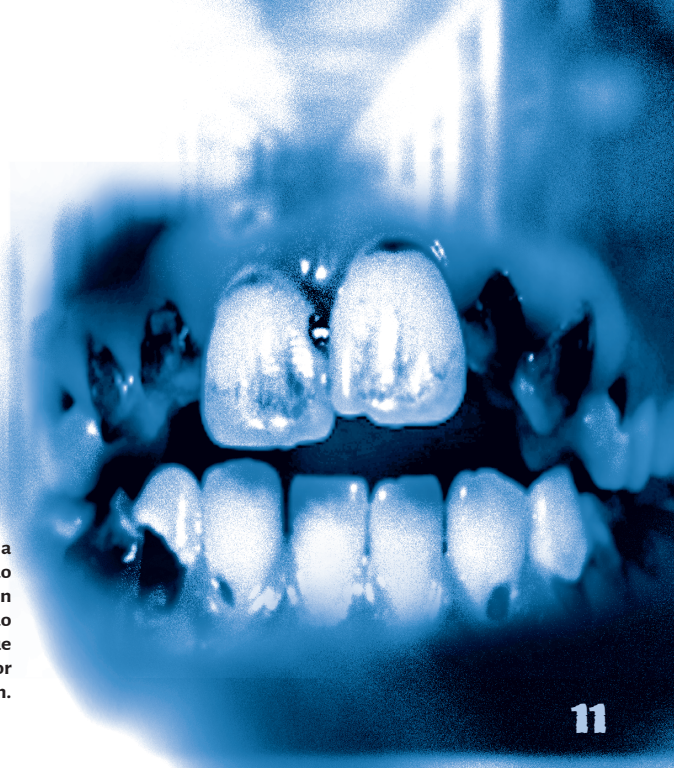
El consumo de metanfetamina en Estados Unidos es un problema significativo. Las muertes relacionadas con la metanfetamina aumentaron de 5526 al año a 15 489, un aumento de aproximadamente el 180 por ciento.

El gobierno de EE. UU. informó que, en un año, aproximadamente 2 millones de estadounidenses de 12 años en adelante consumieron metanfetamina, con 184 000 probándola por primera vez. Alrededor de un millón de personas de 12 años en adelante sufren de adicción a la metanfetamina.

En Chequia, a la metanfetamina se le conoce como *pervitín* y se abusa mucho de ella. Aunque su uso es principalmente dentro del país, el pervitín también se exporta a países europeos. Chequia, Alemania, Eslovaquia y Turquía

representan el 90 por ciento de las personas que solicitan tratamiento por el consumo de la metanfetamina en Europa.

En el sudeste asiático, las formas más comunes de metanfetamina son la metanfetamina de cristal (llamada *shabu* en Filipinas) y una pequeña píldora llamada *yaba* en Tailandia.



Los ingredientes tóxicos de la metanfetamina conducen a un deterioro dental grave conocido como *boca de meta*, los dientes se vuelven negros, manchados y podridos. A menudo los dientes se dañan hasta el punto en el que hay que sacarlos, las encías se destruyen por dentro y las raíces se pudren.

Los Efectos Mortales de la Metanfetamina

El impacto a corto y largo plazo en el individuo

Consumir metanfetamina y metanfetamina de cristal crea una intensa sensación falsa de bienestar, causando que los consumidores empujen a sus cuerpos más allá de los límites naturales. Después de que los efectos desaparecen, los consumidores de metanfetamina pueden experimentar un bajón severo o un colapso físico y mental. Debido a que el consumo continuo de la droga disminuye la sensación natural de hambre, los consumidores pueden experimentar una pérdida de peso extrema. Los efectos negativos también pueden incluir patrones de sueño alterados, hiperactividad, náuseas, delirios de grandeza, agresión e irritabilidad.

Otros efectos graves pueden incluir confusión, insomnio, alucinaciones, ansiedad y paranoia*. En algunos casos, el consumo puede causar convulsiones que conducen a la muerte.



Los espantosos efectos de la metanfetamina de cristal se manifiestan en las caras marcadas con cicatrices y envejecidas prematuramente de quienes la usan.

DAÑO DURADERO

Con el tiempo, el consumo de la metanfetamina puede causar un daño irreversible: aumento del ritmo cardíaco y de la presión arterial; vasos sanguíneos dañados en el cerebro que conducen a un derrame cerebral; o un latido irregular del corazón que puede, a su vez, causar un colapso cardiovascular† o la muerte. Los adictos a las metanfetaminas también son propensos a sufrir daños en el hígado, riñones y pulmones.

Los consumidores también pueden sufrir daño cerebral que puede causar pérdida de memoria y deterioro cognitivo. Los adictos que se recuperan de la metanfetamina a menudo experimentan lagunas de memoria y cambios de humor extremos.

* paranoia: sospecha, desconfianza o miedo extremo e irrazonable de otras personas sin evidencia ni justificación
† cardiovascular: relacionado con el corazón y los vasos sanguíneos
‡ Enfermedad de Alzheimer: una enfermedad que afecta a algunas personas mayores y que va acompañada de pérdida de memoria

Daño de la Metanfetamina

EFECTOS A CORTO PLAZO

- Pérdida del apetito
- Aumento del ritmo cardíaco, presión arterial, temperatura corporal
- Dilatación de las pupilas
- Patrones de sueño alterados
- Náuseas
- Comportamiento extraño y errático
- Adicción
- Convulsiones, ataques epilépticos y muerte por dosis altas

EFECTOS A LARGO PLAZO

- Daño permanente de los vasos sanguíneos del corazón y del cerebro
- Presión arterial alta que conduce a ataques cardíacos, derrame cerebral y muerte
- Daño al hígado, riñones y pulmones
- Destrucción de los tejidos de la nariz si se inhala
- Problemas respiratorios si se fuma
- Enfermedades infecciosas y abscesos si se inyecta
- Desnutrición, pérdida de peso
- Deterioro dental grave
- Desorientación, apatía, agotamiento confuso
- Fuerte dependencia psicológica
- Psicosis
- Alucinaciones visuales y auditivas
- Hiperexcitabilidad
- Irritabilidad
- Delusiones (como la sensación de insectos arrastrándose bajo la piel)
- Depresión
- Pérdida de memoria
- Paranoia (puede conducir a pensamientos homicidas o suicidas)
- Comportamiento agresivo o violento
- Daño al cerebro similar a la enfermedad de Alzheimer‡ y epilepsia

Cómo la Metanfetamina Afecta a la Vida de las Personas

El consumo de la metanfetamina puede asumir el control de la vida de diversas maneras. Hay tres niveles principales de uso:

USO DE METANFETAMINA DE BAJA INTENSIDAD: los consumidores de drogas de baja intensidad tragan o esnifan la metanfetamina. Quieren la estimulación adicional que proporciona la metanfetamina para poder permanecer despiertos el tiempo suficiente para terminar una tarea o un trabajo o quieren el efecto supresor del apetito para bajar de peso. Están a un paso de convertirse en consumidores de drogas en atracones*.

USO EN ATRACONES DE METANFETAMINA: los consumidores de drogas en atracones fuman o se inyectan metanfetamina con una jeringuilla. Esto les permite recibir una dosis más intensa de la droga y experimentar un subidón más intenso que es psicológicamente adictivo. El consumo continuado pone a una persona al borde del uso de alta intensidad.

USO DE METANFETAMINA DE ALTA INTENSIDAD: los consumidores de alta intensidad son los adictos a la metanfetamina. Toda su existencia se enfoca en prevenir el colapso, ese bajón doloroso después del estado de euforia por la droga. Con el fin de lograr el subidón deseado de la droga, deben tomar más y más. Pero al igual que con otras drogas, cada estado de euforia sucesivo es menor que el anterior, hundiendo al adicto a la metanfetamina en una oscura y mortal espiral de adicción.

* atracón: uso excesivo o incontrolable de una sustancia en un periodo de tiempo concentrado



Las Etapas de la "Experiencia" de la Metanfetamina

1 El Subidón: un *subidón* es la respuesta inicial que el consumidor siente cuando fuma o se inyecta metanfetamina. Durante el subidón, los latidos del corazón del consumidor se aceleran y el metabolismo*, la presión arterial y el pulso se disparan. A diferencia del subidón asociado con el crack, que dura aproximadamente de dos a cinco minutos, el subidón de la metanfetamina puede continuar hasta 30 minutos.

2 El Estado de Euforia: al subidón le sigue el estado de euforia. Durante el estado de euforia, el consumidor a menudo se siente enérgicamente más inteligente y se vuelve argumentativo, a menudo interrumpiendo a otras personas y terminando sus oraciones. Los efectos delirantes pueden resultar en que el consumidor se enfoque intensamente en algo insignificante, tal como limpiar repetidamente la misma ventana durante varias horas. El estado de euforia puede durar de 4 a 16 horas.

* metabolismo: los procesos del cuerpo que convierten los alimentos en energía

3 El Atracón: un *atracón* es el consumo sin control de una droga o alcohol. Se refiere al impulso del consumidor de drogas de mantener el estado de euforia fumando o inyectándose más metanfetamina. El atracón puede durar de 3 a 15 días. Durante el atracón, el consumidor de drogas se vuelve hiperactivo tanto mental como físicamente. Cada vez que fuma o se inyecta más de la droga, experimenta otro subidón más pequeño hasta que, finalmente, no hay subidón ni estado de euforia.

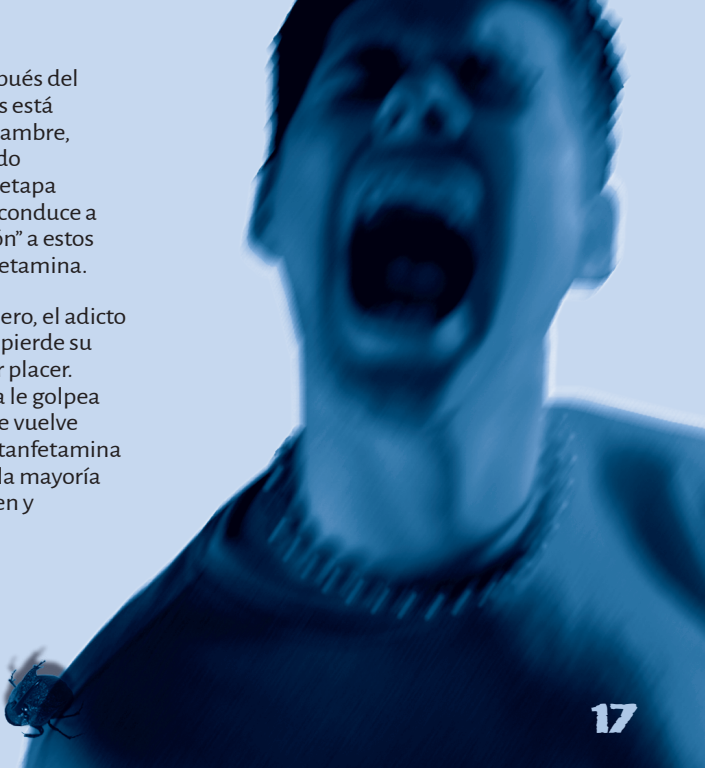
4 Estado de Agitación: un consumidor de metanfetamina es más peligroso cuando experimenta la fase de la adicción llamada *estado de agitación*, una condición que se alcanza al final de un atracón de drogas cuando la metanfetamina ya no proporciona un subidón o un estado de euforia. Incapaz de aliviar los horribles sentimientos de vacío y ansia, el consumidor pierde su sentido de identidad. Es común tener picores intensos y el consumidor puede llegar a convencerse de que hay insectos arrastrándose bajo su piel. Incapaz de dormir durante días, el consumidor de drogas a menudo se encuentra en un estado completamente psicótico, existiendo en su propio mundo, viendo y oyendo cosas que nadie más puede percibir. Sus alucinaciones son vívidas y parecen reales. Desconectados de la realidad, los consumidores pueden volverse hostiles y peligrosos para sí mismos y para los demás.
El potencial de automutilación es alto.

5 El Colapso: para un consumidor de drogas en atracón, el colapso ocurre cuando el cuerpo, incapaz de lidiar con los efectos de la droga que lo abruman, se desconecta. Esto resulta en un largo periodo de sueño. Incluso el consumidor más cruel y violento se queda casi sin vida durante el colapso. El colapso puede durar de 1 a 3 días.

6 **Resaca de Metanfetamina:** después del colapso, el consumidor de drogas está en un estado deteriorado, muerto de hambre, deshidratado y completamente agotado física, mental y emocionalmente. Esta etapa normalmente dura de 2 a 14 días. Esto conduce a la adicción impuesta, ya que la "solución" a estos sentimientos es consumir más metanfetamina.

7 **Síndrome de Abstinencia:** primero, el adicto a la metanfetamina se deprime, pierde su energía y la habilidad de experimentar placer. Luego el ansia por más metanfetamina le golpea y el consumidor de drogas a menudo se vuelve suicida. Ya que la abstinencia de la metanfetamina es extremadamente dolorosa y difícil, la mayoría de los consumidores de drogas revierten y consumen más droga.





Historia de la Metanfetamina

La metanfetamina no es una droga nueva, aunque se ha vuelto más poderosa en los últimos años a medida que han evolucionado las técnicas de fabricación.

La anfetamina se creó por primera vez en 1887 en Alemania y la metanfetamina, que es más potente y más fácil de producir, se desarrolló en Japón en 1919. La habilidad del polvo cristalino para disolverse en agua hizo que fuera adecuado para ser inyectado.

Durante la Segunda Guerra Mundial, la metanfetamina fue ampliamente consumida por ambos lados para mantener a las tropas despiertas. Se administraron dosis altas a pilotos japoneses kamikazes antes de sus misiones suicidas. Después de la guerra, el uso de la metanfetamina inyectada se generalizó cuando los suministros militares estuvieron disponibles para el público japonés.

En la década de 1950, la metanfetamina se recetaba como una ayuda para la dieta y para combatir la depresión. Era fácilmente accesible y consumida como un estimulante no médico por estudiantes universitarios, camioneros y atletas, llevando al uso generalizado.

Este patrón cambió significativamente en la década de 1960 con el aumento de la disponibilidad de metanfetamina inyectable, empeorando el problema.

En 1970, el gobierno de EE. UU. hizo que la

mayoría de los usos de la metanfetamina fueran ilegales. Después de eso, las pandillas de motociclistas estadounidenses tomaron el control de gran parte de la producción y distribución de la droga.

En la década de 1990, las organizaciones mexicanas de narcotráfico establecieron grandes laboratorios de metanfetaminas en California. Estos enormes laboratorios podían producir 23 kilos de metanfetamina en un solo fin de semana, mientras que los laboratorios privados más pequeños aparecían en cocinas y apartamentos, lo que le dio a la droga el apodo de *stove top (cocina)*. La metanfetamina se esparció entonces por Estados Unidos y Europa. Hoy en día, la mayor parte de la metanfetamina disponible en Asia se produce en Tailandia, Birmania y China.



A los pilotos kamikazes se les daba metanfetamina antes de sus misiones suicidas.

La Verdad sobre las Drogas

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

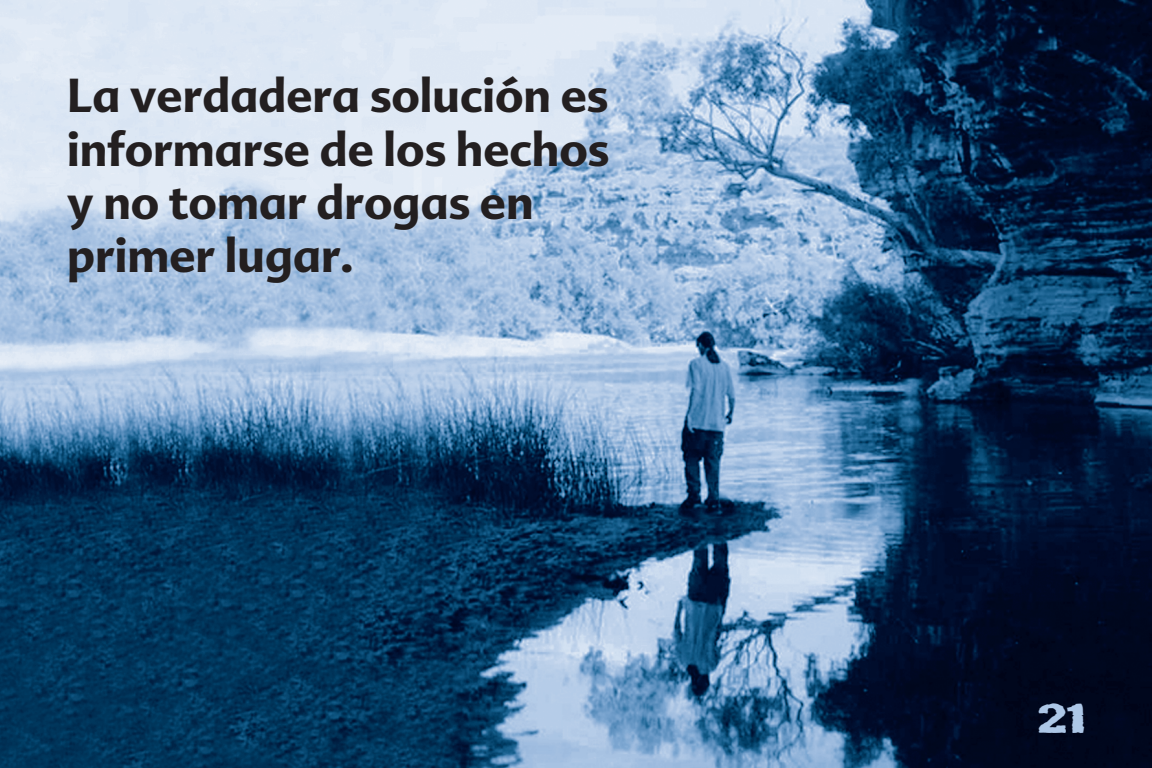
Una pequeña cantidad actúa como estimulante (te acelera). Una cantidad mayor actúa como sedante (te hace ir más lento). Una cantidad aún mayor te envenena y puede ser mortal.

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

Pero muchas drogas tienen otro riesgo: afectan directamente a la mente. Pueden distorsionar la percepción del consumidor de lo que 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, tanto las deseadas como las indeseadas. Así que aunque proporcionan ayuda a corto plazo aliviando el dolor, también anulan la habilidad y el estado de alerta y nublan la capacidad de pensar.

Las medicinas son drogas que buscan acelerar, hacer ir más lento o cambiar la manera en que el cuerpo funciona tratando de hacerlo funcionar mejor. Algunas veces son necesarias. Pero aún así, no dejan de ser drogas: actúan como estimulantes o sedantes, y demasiada cantidad puede matarte. Así que si no usas las medicinas como se deben usar, pueden ser tan peligrosas como las drogas ilegales.


La verdadera solución es informarse de los hechos y no tomar drogas en primer lugar.

¿POR QUÉ LA GENTE TOMA DROGAS?

Las personas toman drogas porque quieren cambiar algo en su vida.

Aquí hay algunas razones que los jóvenes han dado como razones para tomar drogas:

- Para encajar
- Para evadirse o relajarse
- Para aliviar el aburrimiento
- Para parecer mayor
- Para rebelarse
- Para experimentar

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

Por difícil que pueda ser para alguien hacer frente a sus problemas, las consecuencias de usar drogas son siempre peores que el problema que se está tratando de resolver con ellas. La verdadera solución es informarse de 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 tiene más información sobre sus efectos, los folletos que existen se actualizan y se crean otros nuevos.

Los folletos los publica la Foundation for a Drug-Free World (Fundación por un Mundo sin Drogas), organización sin fines de lucro creada para el beneficio del público y cuya sede se encuentra en Los Ángeles, California.

La fundación proporciona materiales educativos, asesoría y coordinación para su red internacional de prevención de drogas. Trabaja con jóvenes, padres, educadores, organizaciones de voluntariado y con organismos gubernamentales: con todos los que tengan interés en ayudar a la gente a vivir una vida sin consumir drogas.

BIBLIOGRAFÍA:

Para las referencias usadas para recopilar este folleto, ve a NoALaDroga.es/refs.

CRÉDITOS DE FOTOS: página 2: Corbis; página 3: istock.com, Lou Oats; página 5: Caras de la Metanfetamina; página 6: DEA (abajo a la derecha: metanfetamina de cristal); página 12: cortesía de la Oficina del Procurador General, Taswell County, Illinois (derecha: consumidor de metanfetamina 1998 a 2004)

HECHOS QUE TIENES QUE CONOCER

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

Para hacer cursos gratuitos online o para ponerte en contacto con una filial de Un Mundo sin Drogas en tu área, ve a NoALaDroga.es

Fundación por un Mundo sin Drogas
NoALaDroga.es • 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 sin Drogas son marcas registradas propiedad de Foundation for a Drug-Free World y se usan con su permiso. #S001562 - SPANISH CASTILIAN