
LA VERDAD SOBRE
EL ABUSO DEL RITALIN
TAKE 1
MORNING
RITALIN
Vitamina R
Piña
Drogas Inteligentes
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 el Ritalin?

Ritalin, una de las primeras llamadas "drogas de estudio", es el nombre común para el *metilfenidato*, una droga clasificada por la Administración de Control de Drogas (DEA) como una sustancia de la Lista II: la misma categoría que la cocaína, la morfina y las anfetaminas.* A menudo es abusado por adolescentes por sus efectos estimulantes.

Incluso cuando se receta, el Ritalin puede causar efectos secundarios graves, incluyendo nerviosismo, insomnio, pérdida de apetito, cambios de pulso, problemas cardíacos y pérdida de peso. El fabricante advierte que los consumidores pueden volverse dependientes de él.

A medida que se extendía el abuso de Ritalin, muchas otras "drogas de estudio" como Adderall, Concerta, Metadate, Dexedrina, Focalin y Vyvanse entraron en el mercado. Estos medicamentos, también estimulantes, tienen efectos similares. Para el 2020, se abusó de Adderall —una mezcla de dos tipos de anfetamina— con más frecuencia que del Ritalin.



La Administración de Drogas y Alimentos de Estados Unidos (FDA) ha emitido una advertencia de salud pública de que el Ritalin y medicamentos similares pueden causar alucinaciones, pensamientos suicidas, comportamiento psicótico, agresión y violencia.

* anfetamina: un poderoso estimulante del sistema nervioso central (cerebro y médula espinal), a menudo llamado *speed*

Nombres Callejeros del Ritalin



- Diet Coke
- Kiddie Cocaine
- Kiddie Coke
- Poor Man's Cocaine
- R-ball
- Rids
- Skittles
- Smarties
- Vitamin R

La Cocaína de los Pobres

Un funcionario encargado de hacer cumplir la ley contra las drogas testificó ante el Congreso sobre los efectos de las drogas para el TDAH y citó estudios tanto en animales como en humanos a los que se les dio cocaína y Ritalin. Los sujetos de prueba no podían distinguir entre los dos. El funcionario concluyó que: "Producen efectos que son casi idénticos".

El Ritalin, el Adderall y otros medicamentos similares son fáciles de conseguir y son baratos. Las píldoras a menudo se toman de la prescripción de alguien, se roban u obtienen de manera fraudulenta, luego se venden de $1 a $20 cada una.

Como estos medicamentos son estimulantes, son químicamente similares a la cocaína. Cuando se inyectan como un líquido, dan un poderoso subidón que los adictos anhelan.

Los sujetos de prueba a los que se les dio cocaína y Ritalin no podían notar la diferencia.



Algunos Hechos acerca de las "Drogas de Estudio"



El Ritalin viene en forma de píldora. Los comprimidos de 5 mg de Ritalin son de color amarillo pálido, los comprimidos de 10 mg son de color verde pálido y los comprimidos de 20 mg son blancos o amarillo pálido. Todos están estampados con números que indican la dosis.

Hay muchas formas y dosis diferentes de Adderall, Concerta y Vyvanse.

Las "drogas de estudio" estimulan (aumentan la actividad) del sistema nervioso del cuerpo. Sin embargo, incluso los fabricantes admiten que nadie sabe realmente cómo funcionan

estos medicamentos: “El modo de acción en el hombre no se comprende por completo”.

Quienes abusan de ellos trituran las pastillas en polvo y las esnifan. El medicamento es soluble en agua, lo que hace que sea fácil de convertir en un líquido que se puede inyectar.

Como señaló la DEA: “Los productos farmacéuticos desviados de los conductos legítimos son las únicas fuentes de metilfenidato disponibles para el abuso”. En otras palabras, cada tableta del medicamento de la que se abusa se originó del fabricante; ninguna de ellas se produce en las calles.





Ahora he desarrollado una tolerancia a tomar de dos a tres pastillas de 20 mg para lograr el estado de euforia. Reconozco mi dependencia. Me he vuelto ‘un adicto al crack’ o zombi”. —Alex

Encontrando "Drogas de Es

Desafortunadamente, el Ritalin, el Adderall y todos los otros medicamentos recetados para la dificultad para enfocarse y la hiperactividad se pueden encontrar en casi cualquier lugar. Si estás en la secundaria o en la universidad, es probable que tengas una gran reserva disponible, con promotores (tus compañeros estudiantes) ansiosos por obtener un beneficio fácil de tu parte.



En algunas escuelas, hasta un 25 por ciento de los estudiantes toman uno de estos medicamentos con regularidad. La Administración para el Control de Drogas (DEA) encontró que muchas escuelas tenían más de estos medicamentos que la farmacia del vecindario.

¿Por qué es tan común el abuso de drogas de estudio? Es demasiado fácil para un "amigo" tomar algunas de las pastillas recetadas de su hermano pequeño y venderlas a $5 por pastilla.

O un estudiante ansioso por una dosis rápida le dice a una enfermera de la escuela que tiene un "desorden de estudio" y que "no puede concentrarse". Recibe una receta y se abastece de pastillas para su uso en el futuro, dando extras a sus amigos.

Aunque la ley prohíbe la distribución sin restricciones de estos poderosos estimulantes,* lo triste es que estas sustancias están disponibles casi en todas partes. La cocaína para niños, como se le ha llamado, se distribuye como caramelo.

* estimulante: un medicamento que aumenta la energía y el estado de alerta inmediatos pero que va acompañado de aumentos en la presión arterial, el ritmo cardíaco y la respiración

tudio”



Los síntomas de casi una sobredosis comienzan a aparecer. La persona se vuelve muy ‘hiper’, hipersensible, hiperalerta, con cambios de humor muy intensos. Es una locura”. —Jake



Cómo Comienza el Abuso

Al principio parece muy simple. Un estudiante se retrasa un poco en sus estudios. Hay un examen y él necesita prepararse. Tendrá que quedarse despierto hasta tarde para tener incluso una oportunidad de lograrlo. El café le provoca ansiedad pero muchos de sus amigos usan estas pastillas para darles la energía extra que necesitan. ¿Por qué no? Un par de dólares; una pastilla; toda una noche de estudio; una sensación de "enfoque".

Puede que sea ahí donde comienza pero a menudo no es donde termina.

Algunos estudiantes cortan el Ritalin y lo esnifan como si fuera cocaína para una absorción más rápida. "Te mantiene despierto durante horas", dijo un consumidor.

Al igual que la cocaína o cualquier otro estimulante, a esa sensación de "subidón" le sigue inevitablemente

una caída, una sensación de fatiga, depresión y una disminución del estado de alerta. Un estudiante que tomaba Adderall relató que un sentimiento de "claridad máxima" se convirtió en un estado de "sentirse exhausto y al límite" al día siguiente. Como otro consumidor dijo: "Normalmente caigo en un coma de agotamiento después".

Y, por supuesto, el consumidor pronto llega a saber que esta sensación de sentirse exhausto se puede aliviar con la "ayuda" de otra pastilla que lo levanta de nuevo. Y así va la cosa.

Luego, pueden ser dosis mayores o esnifar para tener un estado de euforia más grande. La tolerancia aumenta, así que la persona tiene que usar más. En dosis más grandes, el Ritalin, el Adderall y otros estimulantes pueden provocar convulsiones, dolores de cabeza y alucinaciones. La poderosa sustancia parecida a la anfetamina puede incluso conducir a la muerte, como en los muchos casos trágicos de niños que han muerto de ataques cardíacos causados por daños relacionados con estos medicamentos.

Probé por primera vez el Ritalin cuando estaba en el 7.° grado. Me lo prescribieron, pensaban que tenía un ligero TDA [Trastorno por Déficit de Atención] porque fingía tener una excusa para no ir bien en la escuela. No me di cuenta de que me estaba volviendo adicta y entonces no era diferente de cualquier otro consumidor habitual de drogas.

"Tomaba unos 40 mg al día y sentí que eso me llevó al máximo de mi capacidad. Me quedaba despierta durante días seguidos, hasta el punto de sufrir un episodio psicótico grave. ¡Fue aterrador! Todo parecía fundirse y transformarse y yo estaba aterrorizada". —Andrea

Los Crueles Efectos de los Estimulantes Recetados

Estas sustancias como las anfetaminas causan los mismos efectos en el cuerpo que otras formas de "speed": pérdida de apetito, insomnio, aumento del ritmo cardíaco. El abuso de estos medicamentos en dosis mayores, especialmente a través de la inyección o el esnifar, ejerce una presión aún mayor sobre el cuerpo. El estrés en el corazón puede ser fatal.

Tomemos el caso de un adolescente, un consumidor a largo plazo de Ritalin, que se desplomó un día mientras iba en patineta: muerto de un ataque cardíaco.

Una inyección de Ritalin tiene un efecto adicional y destructivo en el cuerpo. Mientras que el compuesto químico metilfenidato se disuelve completamente en agua, las tabletas también contienen partículas diminutas de rellenos insolubles. Estos materiales sólidos bloquean los pequeños vasos sanguíneos cuando se inyectan en el torrente sanguíneo, causando graves daños a los pulmones y a los ojos.

Aparte del impacto físico, también hay condiciones emocionales graves causadas incluso por el uso a corto plazo de este medicamento. Las alucinaciones y el comportamiento psicótico no son poco comunes.

Un investigador en Texas descubrió que cada uno de una docena de niños "tratados" con Ritalin experimentaban anomalías genéticas asociadas con un mayor riesgo de cáncer.

EFECTOS A CORTO PLAZO

- Pérdida de apetito
- Aumento del ritmo cardíaco, presión arterial, temperatura corporal
- Dilatación de las pupilas
- Patrones de sueño perturbados
- Náuseas
- Comportamiento extraño, errático y a veces violento
- Alucinaciones, hiperexcitabilidad, irritabilidad
- Pánico y psicosis
- Convulsiones, episodios de epilepsia y muerte por dosis altas

EFECTOS A LARGO PLAZO

- Daño permanente a los vasos sanguíneos del corazón y del cerebro
- Presión arterial alta que conduce a ataques cardíacos, derrames cerebrales y muerte
- Daño hepático, renal y pulmonar
- Destrucción de los tejidos de la nariz si se aspira por la nariz
- Problemas respiratorios si se fuma
- Enfermedades infecciosas y abscesos si se inyecta
- Desnutrición, pérdida de peso
- Desorientación, apatía, agotamiento confuso
- Fuerte dependencia psicológica
- Psicosis
- Depresión
- Daño al cerebro incluyendo derrames cerebrales y posible epilepsia



Las “Drogas de Estudio” Conducen a Otras Drogas



El uso de Ritalin y otros estimulantes aumenta la tolerancia, lo que puede conducir a consumir drogas más fuertes para lograr el mismo estado de euforia.

Estos medicamentos en sí no conducen a la persona a otras drogas. Las personas consumen drogas para deshacerse de situaciones o sentimientos indeseados. La droga enmascara el problema durante un tiempo

LA HISTORIA DE KURT: la leyenda del rock Kurt Cobain comenzó a tomar Ritalin a los siete años. La viuda de Cobain, Courtney Love, creía que este medicamento lo llevó a su abuso posterior de drogas más fuertes. Se suicidó en 1994. A Love también le recetaron Ritalin cuando era niña. Ella describió la experiencia de esta manera: “Cuando eres una niña y tomas este medicamento que te hace sentir esa sensación eufórica, ¿a dónde vas a ir cuando seas una adulta?”.

(mientras el consumidor está en un estado de euforia). Cuando el estado de euforia se desvanece, el problema, la condición indeseada o la situación regresan con más intensidad que antes. El consumidor puede entonces recurrir a drogas más fuertes, debido a que el estimulante "ya no funciona".

Un estudio de los Institutos Nacionales de la Salud encontró que los consumidores no médicos de estimulantes eran más propensos a abusar de otras drogas y a tener un trastorno por consumo de sustancias. Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades señalan que, cuando los jóvenes usan mal los medicamentos recetados, tienen un mayor riesgo de problemas de salud mental y de suicidio y son más propensos a la violencia.

Justificaciones Comunes

(No caigas en la trampa):

Hay muchas justificaciones para tomar estos poderosos medicamentos. Reconócelas por lo que son: ¡mentiras!

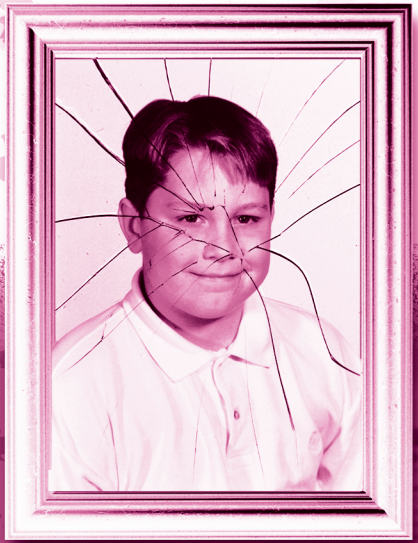
- **Todo el mundo lo está usando.**
- **Es solo para estudiar.**
- **Mi hermano lo toma por un trastorno del aprendizaje. No puede ser tan malo.**
- **No es adictivo.**
- **Puedes controlarlo. No tienes que usarlo de nuevo si no quieres.**

No dejes que otros —incluyendo a tus amigos— te lleven a la trampa.

MUERTE por Ritalin

Las dosis altas de Ritalin conducen a síntomas similares a otros abusos de estimulantes, incluyendo temblores y espasmos musculares, paranoia* y una sensación de insectos o gusanos arrastrándose bajo la piel.

Un joven de 17 años, después de esnifar pastillas de Ritalin aplastadas y permanecer despierto durante días, se volvió psicótico, mató a sus padres e hirió gravemente a sus hermanos y a su hermana con un hacha.



LA HISTORIA DE MATTHEW:

Matthew era un adolescente que había estado tomando Ritalin durante siete años. Murió repentinamente en marzo del 2000. Aunque no tenía antecedentes de problemas cardíacos, la autopsia reveló claros signos de daño en vasos pequeños. A sus padres le dijo uno de los médicos forenses que el corazón de un hombre sano y completamente adulto pesa alrededor de 350 gramos. El corazón de Matthew pesaba 402 gramos. Su certificado de defunción dice: "Muerte causada por el uso prolongado de metilfenidato (Ritalin)".

* paranoia: sospecha, desconfianza o miedo extremos e irrazonables hacia otras personas sin evidencia ni justificación

Un estudiante universitario de Tennessee de 21 años comenzó a abusar de Adderall y se volvió cada vez más paranoico. Su espiral descendente terminó cuando se paró frente a un tren de pasajeros y terminó con su vida.

Incluso la etiqueta de advertencia de la Administración de Drogas y Alimentos (FDA) en el Adderall afirma que el abuso "puede resultar en una sobredosis y en la muerte".

ES UN CRIMEN ABUSAR DE ÉL

En los Estados Unidos, el uso indebido de un estimulante recetado está sujeto a severas sanciones penales. Las sanciones por una primera infracción de tráfico (de la que serías culpable incluso si solo compartes una o dos pastillas con un amigo) incluyen hasta 20 años de prisión y una multa de hasta un millón de dólares.

Si el tráfico resulta en muerte o lesiones graves, es 20 años a cadena perpetua.



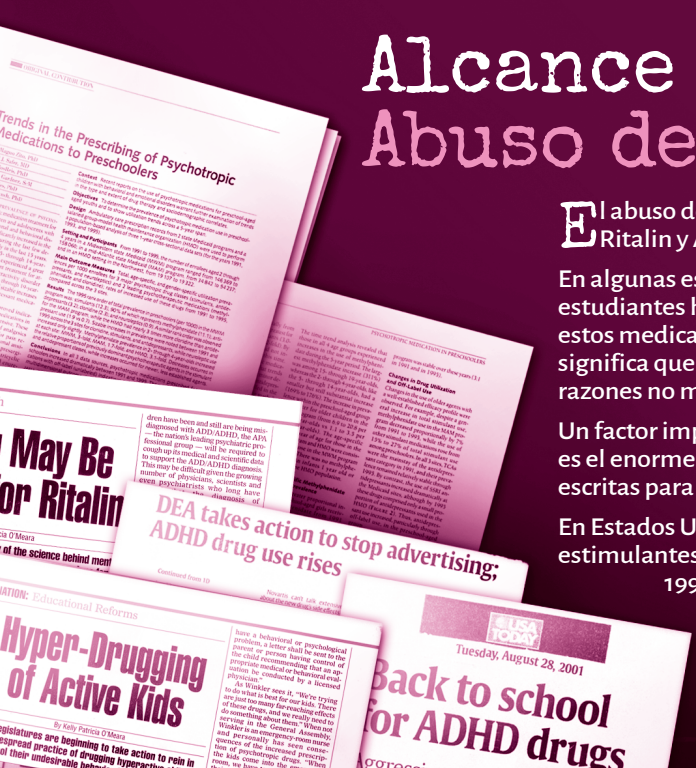
Me doy cuenta de que mi interés en speed y mi consiguiente dependencia comenzaron cuando me recetaron Ritalin. Al principio era cada fin de semana. Entonces era cada día.

"Comencé a tener alucinaciones de aves volando por el cielo, sentir a personas en la misma habitación que yo cuando estaba solo y los inicios de la paranoia. Usé toda la receta de Dexedrina [de mi amigo] en una semana. Luego volví a mi Ritalin y continué a partir de ahí.

"No recuerdo mucho del 12.° grado. Pero sí recuerdo una depresión apabullante y una incapacidad para comprender exactamente cuál era la razón de que me estuviera yendo peor que nunca en la escuela. Apenas me gradué y no hice absolutamente ningún plan universitario.

"En el último momento, me inscribí en la universidad local. Pude mantenerme limpio durante unos 17 días antes de que la necesidad por el speed superara todo. Asistí a clase durante una semana y fracasé miserablemente". —Sam

Alcance del Abuso de Ritalin



El abuso de medicamentos recetados como Ritalin y Adderall está aumentando.

En algunas escuelas, hasta 1 de cada 4 estudiantes ha abusado ilegalmente de uno de estos medicamentos en el último año, lo que significa que lo tomaron sin receta médica o por razones no médicas.

Un factor importante que contribuye al abuso es el enorme aumento en el número de recetas escritas para Ritalin y otros estimulantes.

En Estados Unidos, el número de recetas de estimulantes aumentó de unos 5 millones en 1991 a casi 35 millones en el 2007. Continuaron aumentando a 79 millones en el 2022.

El número de personas que visitaban una sala de emergencias debido al uso de uno de estos medicamentos era casi seis veces más alto que el número de personas que fueron a la sala de emergencias una década antes.

En un período de ocho años, hubo 8240 muertes en Estados Unidos relacionadas con una forma de anfetamina recetada y 295 muertes relacionadas con metilfenidato.

En el 2018, el número de visitas a la sala de emergencias de consumidores de medicamentos estimulantes fue casi seis veces mayor que en el 2008.





Terminé tomando un montón de anfetaminas más fuertes que me hicieron decaer rápidamente y no sé si me habría interesado en ellas si no hubiera comenzado a usar Ritalin". —Andy



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: página 5: ITAR-Tass; páginas 8, 9: istockphoto.com, Matty Symons

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