

KETAMINA

**EL FÁRMACO QUE HA PASADO
DE LOS HOSPITALES
A LOS ÁMBITOS FESTIVOS**

Todo sobre sus efectos



www.esvidas.es

KETAMINA

¿Qué es?	03
¿Cómo se presenta?	03
La historia de la ketamina	04
Usos de la ketamina	05
Riesgos de combinarla con otras drogas	06
Efectos de la ketamina a corto y largo plazo	07
¿Cómo obtener ayuda profesional?	08
Más información sobre la ketamina	09



1

¿QUÉ ES LA KETAMINA?

La **ketamina**, también conocida como *K* o *Special K*, es **un fármaco** cuyo origen está ligado al ámbito quirúrgico y veterinario. Su condición para inducir en estado de desconexión le otorga **ventaja sobre otros anestésicos**.

Sin embargo, esta cualidad se vuelve un arma de doble filo cuando su uso se extrapola fuera del ámbito médico. Gracias a sus efectos, **la ketamina ha ganado popularidad en los ambientes festivos nocturnos**. Su fama suscita preocupación entre las principales organizaciones internacionales de control de sustancias ilícitas.

**LÍQUIDO INCOLORO E INODORO,
POLVO DE COLOR BLANCO O
EN FORMA DE CÁPSULAS**



2

¿CÓMO SE PRESENTA?

Dentro del campo médico, la ketamina se presenta como un **líquido translúcido** para ser empleado como anestésico general.

En cambio, la ketamina se puede adquirir de otras muchas formas cuando está en el mercado ilícito. Por una parte, puede encontrarse como un **líquido incoloro**, como **polvo blanco**, en **comprimidos** o **cápsulas**. Esta presentación permite consumir “special K” a través de distintas vías de administración.



3 LA HISTORIA DE LA KETAMINA

Aunque su uso recreativo sea actual, la historia de la ketamina empieza el siglo pasado. **Su historia se remonta a la década de 1960**, dentro del ámbito quirúrgico y veterinario. En 1970 la Administración de Alimentos y Medicamentos de Estados Unidos (FDA) aprobó esta sustancia. En la década de los 90 los efectos de la ketamina aumentaron su popularidad. Ahora está presente en espacios festivos, ambientes nocturnos y prácticas como el chemsex.

DESCUBRIMIENTO INICIAL

Creada en 1960, aprobada por la FDA en 1970 y salto a la **fama en 1990**. Empezó como fármaco exclusivo del ámbito médico, pero ahora su uso trasciende al **consumo recreativo**.

USO MÉDICO

La ketamina tiene **presencia en el ámbito quirúrgico**. La Organización Mundial de la Salud (OMS) la considera un medicamento esencial en contextos de emergencia.

USO RECREATIVO Y ABUSO

En 1990 se popularizó el uso recreativo de la ketamina. No obstante, el uso de este fármaco fuera del ámbito médico puede conllevar **graves consecuencias a corto y largo plazo** para la salud de quien lo consume.

PROHIBICIÓN Y REGULACIÓN

El consumo recreativo de ketamina está **prohibido**. No obstante, su uso dentro del ámbito médico está legalmente regulado en muchos países y, en España, la ketamina es un medicamento **sujeto a prescripción médica**.



4 USOS DE LA KETAMINA

Los usos de la ketamina varían según el campo que se emplee. Dentro del **ámbito médico**, la ketamina tiene **función anestésica** y se emplea en cirugías. Sin embargo, cuando el uso se extrapola al **consumo recreativo**, las personas que consumen ketamina buscan sus **efectos depresores y alucinógenos**.

Entre los efectos más comunes que la gente busca se encuentran:

- 1 **Relax y tranquilidad.**
- 2 **Cambios en la percepción del tiempo.**
- 3 **Disminución de la sensación de dolor.**
- 4 **Desconexión o evasión.**
- 5 **Alucinaciones visuales y auditivas.**
- 6 **Desinhibición.**



5 RIESGOS DE COMBINAR KETAMINA CON OTRAS DROGAS

El consumo combinado de sustancias siempre lleva a la persona a exponerse a **consecuencias fatales**. En el caso de la ketamina también es así. Sus efectos pueden amplificarse, además de potenciar los añadidos de la sustancia con la que se combina.

Las principales sustancias con las que se combina la ketamina son: alcohol, benzodiacepinas, cocaína o éxtasis (MDMA).

1

Ketamina con alcohol

Incrementa la **depresión del sistema nervioso central**. La persona puede perder por completo la coordinación, tener desmayos e, incluso, colapsos respiratorios.

2

Ketamina con benzodiacepinas

Multiplica la sensación de sedación al ser dos sustancias depresoras. La persona experimenta somnolencia, depresión respiratoria u otras circunstancias más peligrosas. Incluso en dosis bajas, la combinación es especialmente arriesgada.

3

Ketamina con cocaína y éxtasis

La cocaína es un estimulante del sistema nervioso central y **aumenta el riesgo de arritmias o infartos**.

El éxtasis **intensifica los efectos alucinógenos y disociativos** propios del consumo de ketamina.



6 EFECTOS DE LA KETAMINA A CORTO Y LARGO PLAZO

El consumo de ketamina puede parecer que no entraña mayores complicaciones. Sin embargo, el consumo fuera del ámbito médico y sin la supervisión de un profesional puede tener **consecuencias peligrosas para la persona**.

Quien consume ketamina experimenta las siguientes consecuencias en el corto plazo:

- **Euforia.**
- **Irritación.**
- **Distorsión de los sentidos.**
- **Pérdida parcial del control motor.**
- **Experiencias descritas como “un viaje disociativo”.**

Por su parte, cuando la persona consume ketamina por un largo periodo de tiempo tiene la posibilidad de sufrir alguna de las siguientes consecuencias:

- **Problemas de memoria y aprendizaje.**
- **Deterioro cognitivo.**
- **Daños graves en la vejiga y riñones.**
- **Incremento del riesgo de desarrollar dependencia psicológica.**

Este dualismo otorga a la ketamina la etiqueta de sustancia altamente peligrosa, sobre todo cuando el consumo se lleva a cabo sin la supervisión de profesionales cualificados y fuera del ámbito laboral.

DENTRO DE LAS “NUEVAS SUSTANCIAS PSICOACTIVAS”, LA KETAMINA ES LA QUE **MAYOR PREVALENCIA DE CONSUMO TIENE EN ESPAÑA**



7 ¿CÓMO OBTENER AYUDA?

Te escuchamos:

Escuchar y aceptar a los demás es clave para ayudarles a tomar el control de su salud. Si deseas dejar de consumir ketamina, hay pasos que puedes seguir para obtener ayuda.

Habla con tu médico:

Si sientes que el consumo de ketamina te está afectando, lo primero y más importante es hablar con un profesional de la salud. Un médico puede ofrecerte opciones de tratamiento personalizadas, apoyarte y ayudarte a abordar cualquier preocupación mientras trabajas en tu recuperación.

Alternativas saludables:

Si usabas la ketamina buscando evasión, desconexión o diversión rápida, existen formas más seguras de lograrlo. Prueba actividades como deporte, meditación, hobbies creativos o maneras de socializar y divertirte sin recurrir a sustancias.

La opción más segura:

Evitar el consumo de ketamina es, sin duda, la mejor manera de proteger tu salud a corto y largo plazo.

Si conoces a alguien que necesita ayuda:

Si alguien cercano está luchando para dejar la ketamina, recuerda que existen tratamientos y apoyo disponibles, y que es posible mejorar y recuperar el bienestar.

Esvidas - Un lugar lleno de experiencias superadas

Si lo que buscas es desconectar de todo, tenemos algo único para ti: un **entorno natural privilegiado, lleno de calma y serenidad**, donde el aire invita a reflexionar y reconectar contigo mismo. Sitio perfecto para dedicarte por completo a lo más importante: redescubrir tu bienestar y tu paz interior.



MÁS INFORMACIÓN

Enlaces:

Portal Plan Nacional sobre Drogas. Ministerio de Sanidad. Gobierno de España.

- https://pnsd.sanidad.gob.es/pnsd/planAccion/docs/PlanASA_2021-24_aprobado.pdf

La «keta» (ketamina): del fármaco a la droga de abuso. Elsevier

- <https://www.elsevier.es/es-revista-atencion-primaria-27-articulo-la-keta-ketamina-del-farmaco-13064530>

Información sobre drogas. Ketamina. Energy Control. [fecha de acceso: 03 septiembre 2025]

- <https://energycontrol.org/sustancias/ketamina/>

Encuesta sobre Alcohol y otras Drogas en España (EDADES 2024). Plan Nacional Sobre Drogas.

- https://pnsd.sanidad.gob.es/profesionales/sistemasInformacion/sistemaInformacion/pdf/2024_Informe_EDADES.pdf

Instituto Nacional sobre el Abuso de Drogas de Estados Unidos (NIDA). [fecha de acceso: 03 septiembre 2025]

- <https://nida.nih.gov/es/areas-de-investigacion/la-ketamina>

Información sobre sustancias. Ketamina. Chemsafe. [fecha de acceso: 03 septiembre 2025]

- <https://www.chem-safe.org/info/sustancias/ketamina/>

Este Documento de Factores ha sido elaborado utilizando información detallada y actualizada, obtenida a partir de las fuentes oficiales del Portal Plan Nacional sobre Drogas.

Puedes encontrar esta información en

https://pnsd.sanidad.gob.es/pnsd/planAccion/docs/PlanASA_2021-24_aprobado.pdf



Esvidas

Grupo Sanitario Reinservida

Tratamiento de adicciones



Centros de ingreso

Centros y tratamientos para ayudarte estés donde estés



Estudio personalizado

Análisis del caso para ofrecer el tratamiento más adecuado



Asesoramiento

Orientación a familiares sobre cómo manejar la difícil situación



Seguimiento

Desde el primer contacto con nosotros y en todo el proceso



Terapia online

Por si prefieres o necesitas un tratamiento a distancia



+ 3000 Familias

Encuentran la ayuda que necesitan para superar la adicción



www.esvidas.es



[911 091 900](tel:911091900)



[633 123 073](tel:633123073)