



FACULTAD DE INGENIERIA U.N.A.M.  
DIVISION DE EDUCACION CONTINUA

CURSOS INSTITUCIONALES

**TALLER DE  
ADICCIONES**

Del 25 al 29 de Agosto del 2003

***APUNTES GENERALES***

CI - 210

Instructor: Psc. Alejandro Valencia González  
DELEGACIÓN COYOACÁN  
AGOSTO DEL 2003

# TALLER DE ADICCIONES

## OBJETIVO:

Al finalizar el curso, el participante contará con un marco de referencia amplio sobre las principales drogas que se consumen en la actualidad y de esta forma podrá proporcionar un mejor servicio a la comunidad en materia de asesoría, asistencia, detección al consumo, orientación a la familia. Etc.

**DURACIÓN:** 20 HORAS

## CONTENIDO TEMATICO

### MARCO DE REFERENCIA SOBRE LAS DROGAS

#### DEFINICION DE CONCEPTOS

- DROGAS
- DEFINICIÓN SEGÚN LA OMS
- CONSIDERACIONES
- CAUSAS QUE CONDICIONAN LA FARMACODEPENDENCIA
- SIGNOS Y SÍNTOMAS
- TRATAMIENTOS
- CUIDADOS

### DROGAS. LECTURA DE SEGUIMIENTO 1

LAS DROGAS DE USO LEGAL

ALCOHOL

TABACO

LAS DROGAS RECREATIVAS

1. EXTASIS
2. DE KESOPELAL
3. SPEED
4. GHB

ALCOHOL

ALLUCINOGENOS

ANFETAMINAS

COCAINA

### CRITERIO PROPIO. LECTURA DE SEGUIMIENTO 2

MARIHUANA. TUS HIJOS Y LAS DROGAS. LECTURA DE SEGUIMIENTO 3

TABACO

¿CÓMO PUEDO SABER SI MI HIJO USA DROGAS?

¿ QUÉ DEBO HACER SI MI HIJO SE DROGA?

## UNIDOS PARA LA PREVENCIÓN DE ADICCIONES

¿QUÉ ES LA ADICCIÓN A LAS DROGAS?

¿ QUÉ DICE LA CIENCIA MÉDICA?

¿CÓMO COMPRENDER EL CONCEPTO DE ENFERMEDAD?

¿CÓMO PRINCIPIA LA GENTE A TENER ESTA ENFERMEDAD?

¿ POR QUÉ ALGUNOS SI Y OTROS NO?

¿ CUÁLES SON LAS CONSECUENCIAS DEL CONSUMO?

¿CUÁLES SON LAS CONSECUENCIAS MÁS IMPORTANTES?

¿QUÉ ES LO QUE PUEDE HACERSE PARA...?

1. AYUDAR A QUIEN PADECE LA ENFERMEDAD
2. AYUDAR A LA FAMILIA
3. PREVENIR LA ENFERMEDAD

## MARCO DE REFERENCIA SOBRE LAS DROGAS

### DEFINICIÓN DE CONCEPTOS

#### DROGAS

El uso de sustancias capaces de modificar el estado de la percepción de la realidad, el estado ánimo e incluso el pensamiento, es tan viejo como la propia humanidad.

#### DEFINICIÓN

La Organización Mundial de la Salud (OMS) define el término "droga" como toda sustancia que introducida en el organismo puede modificar una o más funciones de éste. Atendiendo a esta definición las drogas pueden clasificarse en legales (Tabaco, Alcohol y Medicamentos) e ilegales (Cocaína, Marihuana, etc.).

Las drogas consideradas de abuso son clasificadas con arreglo al efecto ocasionado sobre el Sistema Nervioso Central (S.N.C.) y al tipo de dependencia que generan. Por sus efectos sobre el S.N.C. se clasifican en:

**Psicoestimulantes:** Producen una sensación intensa de alegría (euforia), alivio de la fatiga e insomnio, entre ellas se cuentan con: Cocaína y Anfetaminas

**Psicodepresivas:** Presentan efectos sedantes, tranquilizantes, hipnóticos.

**Ansiolíticos y analgésicos.** Entre ellas están: alcohol, derivados del opio (marihuana), barbitúricos, derivados del cannabis e Hipnóticos

**Psicodislépticas:** Poseen efectos alucinógenos, aunque puede alterar la función psíquica, originando efectos depresivos o estimuladores, ejemplo: ácido lisérgico (L.S.D.), Mescalina, etc.

**Atendiendo al tipo de dependencia que generan pueden ser clasificadas en:**

- ✓ No provocadoras de dependencia
- ✓ Provocadoras de dependencia física y psíquica
- ✓ Provocadoras de dependencia sólo física
- ✓ Provocadoras de dependencia sólo psíquica

#### CONSIDERACIONES

Antes de continuar con el tema es necesario definir algunos conceptos:

**Tolerancia:** Estado en que la persona experimenta una reducción de los efectos de la droga, por haberse acostumbrado a ella el organismo. Por lo que se requiere una mayor dosis para obtener los mismos efectos

**Síndrome de Abstinencia:** es el conjunto de signos y síntomas específicos para cada sustancia y que aparecen cuando se suspende su consumo.

**Dependencia Física:** Es la necesidad de tomar una cantidad necesaria de droga para que el organismo funcione adecuadamente.

**Dependencia Psíquica:** Es la necesidad de tomar droga para adquirir el bienestar que la droga proporciona .

**Toxicomanía o Farmacodependencia:** Se trata del estado de intoxicación crónico o periódico, originado por el consumo repetido de drogas

## **CAUSAS QUE CONDICIONAN LA FARMACODEPENDENCIA**

Los factores que condicionan la farmacodependencia son:

- \* Sustancia
  - Tipo de droga
  - Cantidad consumida
  - Frecuencia de consumo
  
- \* Personalidad
  - Valor que se le da a las cosas
  - Educación
  - Experiencia
  - Componentes emocionales
  
- \* Ambientales
  - Ambiente socio-cultural
  - Contexto Social

## **SIGNOS Y SÍNTOMAS**

Los signos y síntomas producidos por las drogas son muy variados y dependen de:

- Tipo de droga
- Personalidad de la persona
- Ambiente social

Atendiendo a esto, son de destacar los siguientes síntomas:

**Drogas depresoras.** Producen sedación: heroína, morfina, benzodicepinas.

**Drogas estimuladoras.** Producen exaltación del estado de Alegría y bienestar: cafeína, cocaína, anfetaminas, etc.

**Drogas perturbadoras de la realidad.** Producen modificación de la percepción de la realidad: L.S.D.

## **TRATAMIENTO**

El tratamiento de desintoxicación de un drogadicto es largo y difícil. Para ello se requiere la participación voluntaria de la propia persona afectada, así como contar con el apoyo de los familiares. Junto a esto, los médicos y centros de rehabilitación pueden hacer uso de tratamientos alternativos que puedan disminuir los síntomas del síndrome de abstinencia.

## **CUIDADOS**

El mejor de los cuidados es prevenir la farmacodependencia para ello se pueden establecer diferentes niveles:

Antes de su consumo:

- Informar sobre las drogas
- Educar en hábitos y comportamiento

Al inicio del uso:

- Realizar un diagnóstico temprano
- Ayudar en los estados de crisis
- Orientar a los jóvenes

En drogadictos:

- Tratamiento de los cuadros urgentes
- Tratamientos especializados
- Apoyo familiar

## **D R O G A S      LECTURA DE SEGUIMIENTO 1**

Desde que el mundo es mundo, los hombres han hecho uso de las drogas con diversos fines: la Biblia ya nos habla de las borracheras de Noé, el padre del vino...

En algunas tablillas sumerias de 4 mil años antes de Cristo se habla ya de la adormidera (opio) como de uso común y corriente...

Sirios, egipcios, griegos, dejaron textos similares: Hipócrates el médico usaba el opio con fines terapéuticos.

Y para no ir tan lejos, en México se han usado desde siempre el peyote, los hongos, el opio y la marihuana: hasta había dioses y diosas de las drogas... ¿Y qué tal el tabaco? Ya desde antes de la llegada de los españoles, los pobladores de América lo fumaban como chacuacos sin necesidad de anuncios por televisión...

Pronto el tabaco se convirtió en la droga más popular en el mundo (todos crían que era inofensivo el cigarrito...)

Como productos de la Naturaleza, las drogas se usaban con fines medicinales o religiosos: su uso era normal en cualquier parte. Se sembraba opio o marihuana donde quiera y el comercio de estas cosas no era mal visto por nadie. . hasta que algún ocioso les encontró un uso diferente...

Por Confucio: ¡Veo todo colol de losa!

Aparte de curar, las drogas podían embriagar, es decir, transportarlo a uno hacia otros mundos desconocidos...

¡Es como soñar, pero en technicolor y pantalla ancha!

Sentirse muy macho, aliviar las penas de amor, olvidarse de la realidad, estimular la sexualidad o soñar fantasías increíbles... Todo era posible con fumadas de opio o de marihuana...

Y así se inició -en el siglo XVII, según dicen- el uso y abuso de las drogas con fines no-médicos: por el puro vicio, como quien dice... Nomás pa ver qué se siente...

Los chinos con el opio y los árabes con la marihuana, fueron los que le enseñaron al resto del mundo... El cannabis es una planta silvestre en muchos países del mundo. La mayor parte de la marihuana que se fuma en los Estados Unidos proviene de México. Las variedades más solicitadas y costosas son las llamadas "Oro de Acapulco" y "Rojo Panamá". Las variedades silvestres cultivadas en las huertas parecen ser de inferior calidad.

Después la ciencia farmacológica se encargó sin querer, de crear nuevas drogas, que cualquiera podía tomar para escaparse de la realidad...

Hoy la droga se clasifica en cinco categorías:

- 1- Sedantes
- 2- Barbitúricos
- 3- Estimulantes
- 4- Antideprimentes y
- 5- Alucinógenos

Estudiados por una nueva ciencia: la sicofarmacología...

## 1.- Sedantes y Tranquilizantes.

¿Un discurso del RIP es sedante?

Los sedantes sirven para dormir a las personas o para calmarlas y afectan el sistema nervioso, pero no crean hábito: la pasiflorina, la reserpina, la aspirina o la belladona... etc. Pero combinados con alcohol, pegan con tubo y hasta pueden matar...

## 2.- Barbitúricos.

Los barbitúricos, en cambio, usados también para dormir, sí crean hábito y amueñan el cerebro: Las personas privadas de su barbitúrico usual, acaban mal de la azotea... Los barbitúricos tienen otra "virtud": tomando más de la cuenta ya no despierta uno. .

## 3.- Los estimulantes.

Son las drogas que toma todo el mundo, pero que también acaban por ser nocivas al organismo: hay varias clases de estimulantes...

A. Café, té cacao, cola y chocolate

B. El tabaco que crea hábito. Produce cáncer y no sirve para nada bueno...

C. Las famosas anfetaminas, estimulantes del sistema nervioso, descubiertas en la segunda guerra... Usadas para combatir la depresión y la fatiga en los soldados, proporcionándoles deseos de actividad, viveza de ánimo y agilidad mental, pronto se popularizaron en todo el mundo...

Los laboratorios se hicieron ricos anunciándolas como vigorizantes y reductoras del hambre e "inofensivas" para el organismo... Son rete buenas para el cuerpo! (médico). Pero los científicos dieron ya la voz de alarma: las anfetaminas sí crean hábito y afectan al organismo feamente. Hay que venderlas sólo con receta...

D. Otro conocido estimulante es la cocaína...

La coca es una planta originaria de Bolivia y considerada por los incas como divinidad: sus hojas masticadas aplacan el hambre y permiten al indio trabajarsin comer...

Lo suave sería comer sin trabajar...

Cuando llegues a diputado...

La coca en sí es analgésica: disminuye el frío, el dolor, el cansancio o el hambre... ¡Pero no alimenta! resultado: desnutrición y taradez del individuo... Si los gobiernos de Bolivia o Perú no han prohibido el uso público de la coca, es por una sencilla razón: no les conviene despertar al indio...

De la coca se extrae la cocaína, usada en anestesia... y usada también por los viciosos en forma de polvo o en inyecciones...

La cocaína crea hábito y su uso provoca sensaciones de fuerza o de placer, visiones y alucinaciones, su falta provoca convulsiones y depresión...

#### 4. Antidepresivos

Estos son productos químicos usados en psiquiatría, pero popularizados por los laboratorios con fines comerciales: el librium, el valium, la trioxazina, el helenium. Baratos y de un efecto inmenso de alivio rápido a la tensión nerviosa, pronto se vendieron como pan caliente, sin embargo también crean hábito y el organismo luego no puede estar sin sus píldoras. deben tomarse sólo con receta...

Y como no hay quinto malo llegamos al:

#### 5 Los alucinógenos (que producen alucinaciones o ilusiones)

- \*Hongos
- \*Peyote
- \*Marihuana
- \*Opio
- \*LSD
- \*Heroína
- \*Codeína

Los hongos alucinantes - el santo nanacate- producen sensaciones increíbles o modorra tranquilizante, según el organismo, gracias a la silocibina que contienen... Pero no cualquiera les puede entrar: su uso "por la libre" ha matado a muchos y vuelto locos a otros tantos. Muchos hongueros hasta se tragan las promesas del RIP...

El peyote de los indios huicholes tiene mezcalina: también produce alucinaciones y masticado en exceso también ha enloquecido a muchos ingenuos.. La popular marihuana (cáñamo de la India, hachís, cannabis, etc) defendida por muchos científicos que dicen que -en personas bien alimentadas- no crea hábito ni hace daño... Pero su fumada por gente mal nutrida o siquicamente inestable, produce efectos indeseables como la sicosis, apatía o locura de por vida...

El opio no es otra cosa que la "roja del campo amapola" y de ella se sacan otras drogas: morfina, codeína y heroína, todas usadas ya por puros "adelantados", por drogadictos de mucha catego... Pero la más famosa en nuestros días es una droga producida en laboratorio por pura chiripada...

En 1943 el químico Albert Hoffman estudiaba una droga usada por las comadronas desde hace siglos: el cornezuelo del centeno, cuando descubrió una sustancia extraña: LSD-25

¡Ajúa!

Al tomarla se efectúa en el cliente una verdadera fuga de la realidad cotidiana: la psicodelia, (expansión del espíritu o "el viaje"...), creadora de todo lo "psicodélico"...

Según sus defensores, el LSD enriquece la vida interior, libera al individuo de convencionalismos sociales y le permite evadirse de la bola y ser "él".

El principal efecto del LSD es hacer que el individuo se sienta omnipotente, una especie de "superman": cree que puede volar, detener coches, traspasar paredes...

La reacción posterior o inmediata es doble: o ataca para demostrar su fuerza o se suicida porque se siente perseguido. De cualquier forma, el que toma LSD se transtorna del coco... Hay cuates que acabaron apoyando la guerra de Vietnam... También hay drogas "menores" para drogadictos menores: el thinner y el cemento de zapatero es lo indicado para los niños...

Hay que irse adaptando a la sociedad.

Actualmente el 60% de los jóvenes en Estados Unidos y el 35% en México, son drogadictos: pomeros, marihuanos, hongueros o pastilleros...

¿Vamos bien para policías?

Pero el paraíso de la droga sigue siendo el "coloso" del norte: allá el que no fuma se inyecta.

Otros países altamente "civilizados" como Suecia, Alemania, Inglaterra, Holanda, Francia, Japón o Noruega, ya no saben cómo parar el número de drogadictos, que hasta exigen tener "derecho" a la droga...

¿A qué se debe esta demanda de tipo universal hacia las drogas? ¿Y por qué ocurre en los países "civilizados"?

Muchísimos escritores, pintores, músicos, poetas, actores, escultores, locutores y demás fauna, han hecho uso continuo de las drogas "para lograr la inspiración"...

Las drogas -dicen muchísimos intelectuales- ayudan al hombre a conocerse mejor, a tener una vida espiritual más intensa... "Para el mundo exterior, los cohetes; para el mundo interior, las drogas", es el grito de guerra de miles de drogadictos cultos, que han fundado una "federación internacional para la libertad interior"... Ha nacido así una nueva religión de creyentes en la droga: muchísimos han vuelto a creer en Dios después de probar los hongos o el LSD... "Los santos -dicen- tenían visiones golpeándose: a nosotros nos basta una pastilla para estar con Dios..."

Muchos dicen que sólo gracias al LSD han "oído" la música. "Visto" la pintura y conocido la "verdad" de su existencia: han visto un mundo nuevo, desconocido y... ¡formidable!

Veo música, huelo la poesía, oigo la pintura: ¡qué onda!

El LSD, por otro lado, ha curado a alcohólicos, homosexuales y neuróticos considerados incurables con otros medios... pero sólo bajo un estricto control médico... Todo luce

hasta aquí bien, pero hay varios factores en contra de las drogas (y en especial contra las más potentes: hongos y LSD)

Son un albur: o curan a un loco o vuelven loco a un cuerdo... Las complicaciones sociales son peores: se pierden los valores, nada les importa, abandonan el trabajo, la familia, el estudio...

Y lo que es peor: de ahí en adelante sólo pueden vivir con la droga y de no curarse, la falta de ella los empuja al crimen o al suicidio...

Conclusión charra: las drogas son maravillosas, pero usadas o tomadas bajo control médico. La curiosidad de "saber qué se siente" ha dejado tapados a muchos... Una cruda como quiera pasa, pero un coco afectado no hay quien lo arregle como estaba... Si usted tiene problemas, vea a su loquero o resuelva sus líos en una forma normal: escaparse no resuelve nada, aunque por el momento se sienta "padre"...

Además hay otros aspectos de la droga que han estudiado los sabios:

- ✓ Un gato al que se le suministró una dosis mínima de LSD, se aterra ante un ratón...
- ✓ Un líder hippie, intoxicado por la droga, vio impasible cómo asesinaba la policía a su mejor amigo y a dos mujeres...
- ✓ La gran mayoría de las tropas yanquis en Vietnam, van al combate drogados: sólo así pueden asesinar a sangre fría a mujeres, ancianos y niños...

La venta y consumo de drogas ha aumentado desde 1968, principalmente entre los estudiantes de las preparatorias y universidades de México...

¡Y por qué entre los estudiantes precisamente?

Medio litro de LSD en el agua potable de la Ciudad de México, es suficiente para neutralizar por 12 horas a toda la población, que permanecería indiferente ante un ataque imprevisto... Una persona drogada no piensa, nada le importa, vive -o se siente- en otro mundo, es inofensivo en todos los sentidos... Publicidad abierta a favor de la marihuana llena periódicos y revistas de Estados Unidos, dirigida principalmente a los jóvenes... (Métodos para fumarla, cultivarla, comprarla y gozarla...)

¡Campañas para "legalizar" el uso de la marihuana, y que se venda y se fume libremente, se llevan a cabo en Estados Unidos y Europa, con el apoyo de congresistas y senadores!

Más escondida, pero no menos efectiva, ha sido la campaña "intelectual" para guiar a la juventud hacia la droga: en ella participan principalmente escritores, músicos y pintores...

Los ídolos de la juventud han sido usados como "modelo" para todos los jóvenes... ¡A vestir como ellos, hablar como ellos y -claro- fumar e inyectarse como ellos!!

Sutilmente, en películas, en canciones, en la literatura, en la televisión y en las revistas, se ha metido en la mente del joven la idea de que las drogas son el camino a la suprema felicidad...

¡Fresa el que no se las truene!

"Toda persona necesita la dicha para poder desplegar su personalidad" -dicen algunos de esos dizque intelectuales- "... Y privar a la gente de ese derecho a buscar su felicidad es ilegal..." (Y además -dicen esos pseudo-intelectuales- no hace ningún daño la marihuana...)

¿Qué hay de cierto en todo esto?

Según los últimos reportes médicos, la marihuana es de poco efecto y no crea "casi" hábito, pero sólo en personas bien alimentadas y sin personas psíquicos... Sin embargo...

Si bien crea poco hábito y pocos trastornos, la "verde" crea la "necesidad" de pasar "adelante" y entrarle a drogas más potentes...

El 80% de los adictos a la heroína, cocaína, LSD, morfina, etc., empezaron con la marihuana, y pronto se vieron "necesitados" de drogas más fuertes...

Y ya habituados a esas drogas, se amolaron para toda su vida, física, psíquica y económicamente, porque las mentadas drogas son ca-rí-si-mas .. De un estudio hecho en Nueva York, la ciudad donde hay más drogadictos, se sacó un cálculo de lo que gasta un vicioso al año: diez mil dólares por promedio...

¿Y de dónde saca ese dinero, si la droga no le permite ningún trabajo??

Pues robando y asaltando, lo que demuestra de paso que las drogas no sólo no "liberan" de nada a la gente, sino que, por el contrario, lo llevan derecho a la cárcel... y si es mujer, a la prostitución...

En efecto, señoras y señores: sólo en Estados Unidos muere diariamente una persona por sobredosis o excesos en la droga..

Sólo en los Estados Unidos hay seis millones de drogadictos, es decir, seis millones sin oficio ni beneficio, enfermos crónicos, muertos que siguen caminando...

Los adictos a la marihuana se vuelven inútiles, pasivos, mansos e indiferentes, y son fácilmente "manipulados", es decir persuadidos a cometer actos agresivos y antisociales...

El daño tremendo que las drogas hacen actualmente sobre la juventud de los países "del mundo libre", nos hace preguntarnos:

¿Quién controla las drogas y a quién beneficia su uso...??

Veamos para empezar, el OPIO de donde se sacan las drogas más solicitadas y peligrosas: la morfina y la heroína (y el opio mismo...)

El opio nació en Turquía y de allí pasó a la India y a China, donde se usó en un principio con fines medicinales, pero pronto un ocioso le halló, otro uso: fumado creaba sabrosas pesadillas...

Pronto el opio se hizo de una clientela devota y fiel en China: En 1835 ya había más de 2 millones de fumadores de opio que pedían más y más, pese a que estaba su uso prohibido...

Inglaterra llevaba el opio desde Oriente hasta China, donde hacía el negocio de su vida, hasta que China protestó...

Inglaterra entonces le declaró la guerra (la famosa "Guerra del Opio") para imponerle el opio. Claro que China perdió la guerra y tuvo que dejar que Inglaterra siguiera con el negocio y se robara Hong-Kong... Nueva guerra obligaron después a China a declarar "legal" el uso del opio, con lo que las ventas de Inglaterra se fueron a las nubes...

En vista del éxito obtenido, Inglaterra estableció el cultivo del opio en sus colonias: Turquía, Irán, Arabia, Burma, India, Malasia...y lo mismo hicieron al rato Francia, Portugal y Estados Unidos... ¡Era un negocio redondo!

Por supuesto, el opio estaba prohibido en Inglaterra, Francia, Holanda y los demás países "civilizados": todos estaban de acuerdo en que el opio era un crimen para la salud...

Pero los nativos de sus colonias sí lo podían fumar...

Las guerras mundiales y el avance del comunismo, liberaron gran parte del mundo.

Inglaterra perdió sus colonias, China se volvió librey acabó con el vicio; Rusia, Bulgaria y Yugoslavia (grandes productoras de opio) lo dejaron de cultivar al volverse socialistas...

¿Y se acabó el opio?

De ninguna manera: para 1950 aún quedaban dos zonas riquísimas de producción: Indochina y Turquía...

Derrotados los franceses por Ho-Chi-Minh en 1954, Estados Unidos se apresuraron a tomar su lugar como de rayo "por la defensa del mundo libre, del cristianismo, de los valores humanos" y etcétera, etc.

(Y del opio y del petróleo, pero eso no lo pongan...)

El 80% del opio mundial viene del "triángulo de oro" Indochino, controlado todo por los Estados Unidos... Burma-Laos-Tailandia . Pero... dirían ustedes, no se puede decir que son los Estados Unidos, sino algunos gángsters gringos, los traficantes, la mafia, etc.!

¿No? pues, ¡Abusados, que ahí viene lo bueno...!

Aparentemente, el gobierno de los Estados Unidos es el primer luchador contra los estupefacientes, pero hay algunas cositas que hacen poner en dudas tal presunción, como lo son estos detalles descubiertos por un grupo de periodistas de la revista norteamericana "Ramparts" y que por vez primera se publicaron en español..

Su publicación en Estados Unidos causó igual escándalo que los "papeles del pentágono", y nadie duda ya que ambas cosas fueron decisivas en determinar que Nixon vaya a China a pedir paz (y todo lo que traerá consigo el viajecito...)

Estados Unidos es ahora el paraíso de la heroína, y se ha vuelto tan popular como la barbacoa: 500 mil norteamericanos la consumen (100 mil de los cuales son menores de edad). Esta es la causa principal de la ola de crímenes que azota al país (uno cada 19 minutos...)

Tres rutas principales llevan la heroína a Estados Unidos: de Burma a Hong-Kong, de Laos a Saigón y de Tailandia a Formosa, siempre, bajo la protección de tropas norteamericanas y de China nacionalista, del generalísimo Chiang-Kai-Shek...

Sin olvidarse de mí: Cao Ky, primer ministro de Vietnam del Sur... Estos dos personajes del hampa internacional (Cao Ky y Chiang-Kai-Shek), sumados a la familia real de Laos - todos empleados de Estados Unidos- son la base del tráfico de opio, bajo el control directo y efectivo de la CIA...

¿Y Mr. Richard M. Nixon? Curiosamente el grupo que apoyó a Nixon en su ascensión al poder, fue el llamado "China lobby", ultra reaccionarios de derecha enemigos de reconocer a la China de Mao.. e íntimamente unidos a Chang- Kai-Shek, Cao-ky y la CIA...

El "China lobby" incluye, entre otras personalidades, a:

- \* Edgar J. Hoover -del FBI
- \* Joe Alsop -periodista
- \* William Knowland -senador
- \* Mme. Chennault -millonaria
- \* Ray Cline -Dpto. de Estado
- Los Luce -del Time Life

Íntimos cuates de Nixon y todos metidos en el tráfico de drogas...

La mayoría de los viajes los llevan a cabo la cia. de aviación "Air America", propiedad de Mme. Chennault, y la otra "cia" la Agencia Central de Inteligencia, ligada a Hoover y Ray Cline, jefe de inteligencia del Dpto. de Estado..

La 93 División del Ejército de Chiang-Kai-Shek es la encargada en Burma, de proteger las plantaciones de heroína. La CIA lo hace en Laos y Cao Ky en Vietnam del Sur...

El negocio de la heroína es el más redondo que existe: a los plantadores del "triángulo de oro" (miembros de la tribu Meo) se les paga el kilo de opio a 20 dólares...

Ese kilo, vuelto ya heroína, vale 500 dólares en Saigón o Hong-Kong (Al mayoreo...)  
...Pero al llegar al mercado de Estados Unidos, ese kilo de heroína  
cuesta...¡Cuatrocientos mil dólares en Nueva York o San Francisco...! (Al menudeo)

... Lo que cuestan 3 escuelas como quien dice...

Calculen las ganancias exorbitantes que producen las casi Mil Toneladas (al año) de opio que se están produciendo -sin control de la ONU -en el triángulo de oro indochino...  
Sin embargo, la guerra del opio se le está volteando a Estados Unidos: el 30% de los soldados americanos que "luchan" en Vietnam son adictos a la heroína (sin contar los que sólo son marihuanos...) A su regreso a los USA, es natural que lo sigan siendo . El mismo Nixon ha dicho que el consumo de heroína en los USA, está creciendo "como una epidemia"... seis millones de drogadictos son el producto que los E-Unidos están pagando -para empezar por la guerra de Vietnam...

... Precio que quieren "prorratar" con México, entre otros países...

¡... Nos quieren endrogar en los dos sentidos!

El consumo de drogas en México, ha aumentado a partir de 1968, especialmente entre chavos de secundarias y preparatorias...

¿Del 68? Curioso, diría un Jesuita, y más curioso que el aumento sea entre los estudiantes...

... Curiosísimo, porque si se fija uno bien, el único sector de la población en que se notan inquietudes y en el que se manifiesta la oposición al gobierno, es el estudiantado ...

A los obreros los tenemos bien controlados...

En México y en otros países de democracia, la única oposición a las oligarquías pro-yanquis, son los jóvenes, y en especial los que estudian, los que gracias al estudio y la lectura, se dan cuenta de lo que pasa...

Cada vez más preparados y conscientes de la podredumbre de la sociedad en que viven, los jóvenes se han revelado contra el "sistema" opresor y explotador en que "viven"...

Hasta ahora, la forma más "atinada" para dialogar con los jóvenes, ha sido la violencia: policía y tropas se encargan de convencerlos...

Pero los remedios (Tlaltelolco, Kent, 10 de Junio) salen peor que la enfermedad: mientras más les peguen a los estudiantes, más les están dando la razón... Pos si, pero vaya manera de salir de una duda...

Con mangueras de agua, armas, golpes, cárcel o tanques anti-motines, los gobiernos sólo posponen el problema y no logran proteger el podrido sistema capitalista con mucha eficiencia...

Así que los gobiernos han optado por un sistema más sutil, mucho más disfrazado que la represión brutal: el control espiritual de la juventud...

Tomando en cuenta que ya, la religión no funciona...

Ese control busca primero crear la "confusión ideológica" en la mente del joven.

¿Cómo? Por medio de la prensa, radio, cine y televisión, creándole falsos valores, falsos ídolos y presentándole como "ideal" el sistema de vida americano...

Y para completar la labor idiotizante de los medios de difusión (de confusión, mejor dicho), qué mejor cosa que la difusión de los medios de control, para hacer un jueguito de palabras...

¡En vez de heroínas a quiénes imitar, heroína qué inyectarse! ¿Quieren libertad los jóvenes? Pues a darles la libertad de drogarse para que sean "felices"...

... Y los resultados de la "labor" de los medios de difusión comienzan a verse...

Se calcula que el 35% de los jóvenes mexicanos se drogan, la mayoría con marihuana, y en menor cantidad con pastillas, thinner, cemento y otras chivas...

Drogas que se consiguen "fácil" frente a las escuelas (... Y con los policías..)

Y en cualquier farmacia previa mordida...

Pero el consumo va en aumento y ya se sabe de muchos jóvenes que le están entrando a la heroína, como lógica consecuencia: llega un momento en que las drogas chicas no le bastan al vicioso, y busca algo "mejor": la heroína...

Ello, igual que en E.E.U.U., ha hecho saltar las estadísticas nacionales de saltos, robos, crímenes y actos delictuosos... ¡Nunca se habían visto tantos asaltos en el D.F. a bancos y a gente!!!

Conociendo las rutas de la droga, podemos sacar algunas interesantes conclusiones, entre otras la más importante:

La ONU ha logrado limitar la producción del opio a sólo cinco países. Turquía, Bulgaria, India, la URSS y Yugoslavia, donde el control -con excepción de Turquía- efectivo...

Y sólo se cultiva con fines medicinales...

Pero a escondidas de la ONU, existen los cultivos clandestinos regados por "el mundo libre". La Interpol (La policía internacional) los localiza en Grecia, México, India, Turquía, Laos, Birmania, Camboya, Vietnam del Sur, Tailandia y Burma...

Es decir, países más o menos controlados por Estados Unidos...

Esa producción ilícita del opio -y su subsecuente transformación en heroína- requiere dinero en cantidades industriales y una gran organización de transporte y distribución del producto.

Aviones, pistas de aterrizaje, tropas que vigilen y transporten la droga, gobiernos y autoridades que se hagan guajes, laboratorios en forma... ¿Qué país cuenta con todo eso?

Plis: no diga nombres...

Pues resulta curioso que pese a los esfuerzos que hace el gobierno para acabar con la producción de droga en México, sigue en aumento su consumo... ¿Y a quién le puede interesar que los jóvenes mexicanos se droguen??

Se ha hecho mucha palabrería del por qué los jóvenes buscan la droga, pero doctores y psicólogos han llegado a una conclusión aceptable y razonable: LA DESCONFIANZA!!

La juventud -dicen los que saben- está desengañada de todo: de sus padres, de sus maestros, de la Iglesia, del amor, del sistema, del PRI, de la "democracia" y -claro- del gobierno...

El joven quisiera entonces cambiar todo: el sistema, las relaciones familiares, el gobierno, los valores... pero se enfrenta a toda una serie de intereses arraigados de hace siglos, a todo el imperio del dinero...

Impedido por la fuerza del poder de lograr cambiar el sistema y confundido por la propaganda de los medios de difusión, sobre las ventajas de los otros sistemas, el joven busca un escape...

...y allí está el escape por la puerta falsa, un mundo de fantasía y sueños, que lo arrulla al principio. Pero que acaba de anularlo como ser humano: la droga lo destruye física y moralmente...

El abuso de las drogas es sólo una consecuencia del vacío espiritual de la vida en el mundo capitalista: no hay más valor que el dinero...

Así, ningún control, ninguna lucha contra las drogas ninguna represión o castigo terminarán con el problema: porque los enfermos no son los jóvenes, la enferma es la sociedad ésta...

Y mientras no se transforme la sociedad capitalista y se les dé a los jóvenes, algo por qué vivir, estaremos haciéndole al Tío Lolo... y los jóvenes seguirán buscando su mundo falso en la marihuana y demás productos del "mundo libre y cristiano"...

El opio es la religión del mundo "libre"...

¿O qué le ofrece México a su juventud? Demagogia, 10 de Junio, PRI, estarse quietos y "trabajar" por seguir sosteniendo eso: PRI-10 de Junio-Demagogia...

... O su música "pop". Su televisión vacía, sus héroes falsos de guitarra eléctrica y su puerta de escape, muy "in" y groovy...

¿A quién le sorprende que, entre trabajar por sostener este "orden establecido" a la mexicana o escaparse, los jóvenes escojan el segundo camino...?

Sin fijarse que le hacen así el juego al imperialismo y sus criollos administradores..

Y que -lo que es peor- se están destruyéndo así mismos... (Amén.)

Las peores drogas del mundo, son las que actualmente son legales. Veamos el tabaco, alcohol.....

**Arturo Escobar Miranda    ex adicto**

## **LAS DROGAS DE USO LEGAL**

Existen sustancias o drogas naturales que produce el organismo que estimulan, relajan o provocan sensaciones como respuesta a emociones: la adrenalina que aumenta la energía y alerta cuando hay alguna situación de peligro y las endorfinas que ayudan a calmar el dolor y a estar de buen humor.

Los neurotransmisores como la dopamina y serotonina producen en forma natural los estímulos para practicar deportes, bailar, jugar, contar chistes, cuentos o adivinanzas, tener fantasías o soñar despierto haciéndote sentir bien.

Existen también sustancias legales de uso externo llamadas psicoactivas que causan importantes alteraciones en el sistema nervioso central y por consecuencia modifican la conducta llegando a producir adicción.

El alcohol y el tabaco se encuentran en este grupo y son consumidas indiscriminadamente por hombres y mujeres desde muy corta edad, siendo éstas la puerta de entrada a las drogas ilegales.

### **ALCOHOL**

Sustancia adictiva socialmente aceptada que produce mareo, pérdida de la coordinación, euforia, doble visión, agresividad, llanto, comportamientos ridículos, sueño, vómito, cruda, y propicia la toma de malas decisiones.

La dependencia al alcohol produce la enfermedad del alcoholismo; y se pueden presentar cuadros depresivos y riesgo de suicidio. Produce daño cerebral; en el hígado, cirrosis hepática; problemas gastrointestinales: gastritis y úlceras; problemas pancreáticos, mala nutrición, mal funcionamiento sexual, delirium tremens, muerte por broncoaspiración, depresión severa del sistema nervioso central, estado de coma y muerte.

El impacto en la familia del alcohólico es de gran sufrimiento emocional, hay confusión de roles ya que la pareja, los hijos o los hermanos cubren la irresponsabilidad de la persona alcohólica; hay apatía y frialdad de sentimientos, negación del problema; la persona alcoholizada puede provocar violencia intrafamiliar y cometer abuso sexual, presentándose en muchos casos la desintegración de la familia.

### **TABACO**

El tabaquismo es la adicción a la nicotina; esta sustancia es 20 veces más adictiva que cualquier otra droga. Produce mal aliento, náuseas, sensación de ansiedad, temor, preocupación, mareo, dientes amarillos, mal olor en pelo y ropa, enfermedades leves de

las vías respiratorias leves o de serias consecuencias como el enfisema pulmonar, daño gastrointestinal, arrugas en la piel, daño en el aparato cardiovascular y neurológico, así como disfunción eréctil.

El tabaco contiene más de cuatro mil sustancias cancerígenas siendo común el cáncer en vías respiratorias, laringe, boca, esófago, estómago, páncreas, vejiga, próstata, matriz y glándulas mamarias; en todos los casos pueden provocar la muerte.

En los adolescentes altera el crecimiento (los adolescentes disminuyen su crecimiento de 7 a 12 cm y las adolescentes 10 cm), el peso, modifica la aparición de cambios sexuales secundarios, disminuye significativamente su rendimiento intelectual hasta en 10 puntos.

Se afecta directamente a los familiares convirtiéndolos en fumadores pasivos poniendo en riesgo su salud.

## **LAS DROGAS RECREATIVAS**

Las drogas mencionadas en este artículo se consideran ilegales en la mayoría de los países del mundo. De ninguna manera esta investigación pretende invitar a su utilización o justificar su distribución ilegal; simplemente queremos dar información objetiva respecto a la composición, efectos y uso de estas sustancias, ampliamente utilizadas por miembros de ciertos grupos de nuestra comunidad.

Lo que sí recomendamos al lector es siempre DECIR NO A LAS DROGAS. Es un hecho que el óptimo desarrollo tanto físico como mental de los individuos puede ser seriamente afectado cuando su organismo entra en contacto con estas sustancias y, además, cuando se mantiene un uso prolongado y abusivo de las mismas.

Si por alguna razón vas a consumir alguna de estas drogas (lo que NO RECOMENDAMOS HACER), nunca lo hagas con gente desconocida ni con personas que no son miembros de tu grupo íntimos de amigos. Primero infórmate sobre las propiedades, efectos y utilización de estas "drogas recreativas", tan presentes en los lugares de diversión y reunión para jóvenes (gays o hétero), y después asegúrate de estar en compañía de tus mejores amigos o de quienes tengas la seguridad que te ayudarán en caso de coger un "mal viaje".

### **1. Extasis: (también conocido como E, X, XTC, Adam, o la Esencia)**

Qué es: Es un polvo blanco generalmente visto en la forma de píldora; generalmente tragado, pero puede ser inhalado por la nariz, fumado o inyectado también; el compuesto básico de esta droga (MDA), fue sintetizado por primera ocasión en 1917 como un supresor del apetito.

Cuán largo es el efecto: Si comido, los efectos se manifestarán en cerca de 45 minutos después de ingerido y los efectos físicos duran cerca de 6 a 8 horas; mientras

que los efectos mentales pueden tener una resaca de un periodo aproximado de 1 a 2 días; inhalado, fumado o inyectado, produce efectos más rápidos, pero la duración de los efectos se reduce al igual que la intensidad.

Los efectos no serán mayores que los esperados al consumir la droga tragada.

Los efectos: Los efectos físicos pueden incluir la euforia, hiperexcitabilidad, nerviosismo extremo, latido acelerado del corazón, sudoración, mareo, fatiga, insomnio, morder de diente y hablar incesantemente. Los efectos mentales varían más y pueden incluir un sentir generalizado de que todo tiene una razón y de que se está bien con el mundo. Las cosas diarias comunes pueden parecer ser anormalmente hermosas o interesantes (entactogénesis), y hay un sentir de cercanía emocional a otros con quienes se está cercano. Viene una superación de las barreras personales para la comunicación (la droga del abrazo). El Éxtasis típicamente no causa alucinaciones.

Los riesgos: La gente con una historia médica de presión alta de sangre, problemas del corazón, el golpe o hipersensibilidad a las drogas, no deben usar la Extasis. Nunca se debe combinar con Inhibidores de Monoamine (MAOIs) de Oxidase (presente generalmente en antidepresivos). Si tú tomas CUALQUIER medicina de prescripción, entonces debes verificar primero la etiqueta, o pregunta a un doctor o a farmacéutico, para ver si son un MAOI. Los antidepresivos (como Prozac y Zoloft) pueden inhibir algunos de los efectos de Extasis.

La absorción del agua por las células del cuerpo, junto con el baile por periodos largos en un caluroso club, puede dirigir rápidamente la deshidratación y provocar un golpe físico fatal, algo que está documentado en las muertes por uso de Éxtasis. Por lo tanto, es siempre importante tener suficiente agua o un jugo a la mano; nota que también hay informes de muertes de individuos que se fueron por la borda, que efectivamente TAMBIÉN bebieron mucha agua, pero demasiado rápido, ¿no?

Uno de los riesgos más grandes del Éxtasis es que las marcas de calidad a menudo se mezclan con otras sustancias, algunas más peligrosas que el mismo Éxtasis. Las añadiduras conocidas incluyen anfetaminas (ie. la velocidad), LSD (ácido), PMA, dexamethorphan (un supresor de la tos), la cafeína, ephedrine (herbal E), ketamine (ve abajo), y la Aspirina.

El vicio : El Éxtasis en sí mismo no es una droga adictiva, pero cuando uno se envicia con la sustancia, ésta puede llegar a ser una parte importante de la vida y -por tanto- puede ser utilizada en abuso. Los efectos mentales comenzarán a desteñirse con el uso repetido, y sólo pueden sentirse nuevamente con la intensidad acostumbrada cesando la toma de la droga por un periodo de tiempo - generalmente cerca de una semana.

**2. De K especial** (también conocido como cereal de Desayuno, la droga de la violación de la Fecha, K, Ketaject, Ketalar, la Extasis Nueva, Psychedelic Heroin, de K Super)

Qué es: Hydrochloride de Ketamine; creado y todavía usado como un anestésico general; viene como un líquido (eso se puede inyectar en el músculo, no en la vena) y a menudo cocinado es un polvo blanco para inhalar o tragar. El Special K es generalmente inhalado por la nariz, pero se rocía a veces en el tabaco o en la marihuana y se fuma. Cuando de mezcla con Olla, se le llama Mary K; cuando se mezcla con cocaína, se le conoce como CK.

Cuán Largo es el efecto: Inyectado muscularmente, los efectos comienzan de 2 a 4 minutos después; los efectos serán más inmediatos e intensos, de lo que serían inhalando. La persona experimentará un estado medio consciente por una hora, con la recuperación durante otros 30 minutos.

Si tragó la droga, los efectos vienen de 10 a 20 minutos después, en un estómago medio lleno de haber comido; en un estómago en ayunas, tomará unos 5 minutos en hacer efecto; los efectos se extienden a lo largo de 2 o 3 horas.

Los efectos: Las dosis más pequeñas (ie. Líneas o "choques" pequeños) le da al usuario un sentimiento templado y soñador (semejante al del óxido del nitrous. Gas de la risa). Los usuarios informan sentimiento de estar flotando o de estar levemente fuera de su cuerpo. El entumecimiento de las extremidades es también común. Una dosis más grande crean un efecto alucinógeno (trippy) y pueden causar que el usuario se sienta muy lejos de su cuerpo. Esta experiencia a menudo se refiere como el entrar a un "hoyo K" y ha sido comparado con una experiencia cercana a la muerte, con sensaciones de salirse del cuerpo. Algunos encuentran la experiencia espiritualmente significativa, mientras hay otros que lo encuentran espantoso. Mientras se está en un "hoyo K" es a menudo muy difícil de moverse; la gente permanece generalmente sentada o recostada hacia abajo durante la experiencia. Las alucinaciones visuales son muy notables en la luz baja.

Los riesgos: Algunos usuarios llegan a tener náuseas. Las dosis pequeñas de Special K puede aumentar el pulso cardiaco, y en dosis más grandes lleva a la pérdida del conocimiento y dificultad para respirar, y es extremadamente peligroso combinar con downers, con alcohol, Valium o GHB (ver más adelante). El uso frecuente puede causar pérdidas del conocimiento y eventualmente neurósis u otros desórdenes mentales.

Pueden tenerse ataques convulsivos, espeicalmente cuando se mezcla con alcohol. La gente con la presión alta de sangre debe evitar de Special K, ya que lo puede aumentar.

Se recomienda extremo cuidado de utilizar el Special K en lugares públicos (como bares o clubes nocturnos); el usuario estará medio sedado y no pueden tener mucho control de lo que acontece a su alrededor. Es conveniente que el usuario de esta droga tenga a algún amigo cerca y que éste tenga conocimiento de que está drogado.

El vicio: la Ketamina puede causar una dependencia psicológica tremenda. La disociación del conocimiento experimentada con la ketamina puede ser altamente

seductiva para alguna persona, y ha habido muchos casos de enviciamiento con la ketamina.

**3. Speed** (también conocido como Cristal, la Manivela, Meth, Cretáceo, el Vidrio, o el Hielo)

Qué es : una metaanfetamina; generalmente se conoce como Speed o Cristal cuando se traga o se inhala; la Manivela, cuando se inyecta, o Ice (Hielo) o Kristal (Vidrio) cuando se fuma. Ha sido poco usado en el manejo de la obesidad; usado en la 2a. Guerra Mundial en los soldados para combatir la fatiga y aumentar el desempeño. Estrechamente relacionado con las anfetaminas, pero los efectos son más grandes.

Cuán Largo es el efecto: Tragarle es el método más seguro de usar el Speed. Los efectos vienen gradualmente y duran más tiempo que con otros métodos. Inhalado por la nariz surte efecto más rápido que tragado, pero puede dañar la nariz. El Speed fumado surte efecto inmediatamente y puede dirigir más fácilmente al vicio.

Inyectado es el método más arriesgado de usar.

Los efectos: Inmediatamente después de fumarle o inyectarle, el usuario del Speed experimenta una sensación intensa, un "impetu" o "el destello"; esto dura sólo unos pocos minutos y a menudo se describe como extremadamente placentero. Utilizado por vía oral o intranasal, produce fuerte euforia, pero no un ímpetu. Los usuarios pueden llegar a convertirse en adictos rápidamente, y lo usan con frecuencia y en dosis crecientes.

Comúnmente, el Speed se usa para obtener un estado de alerta, de confianza, de euforia, así como el aumento de la energía y la stamina.

Reduce también el apetito y disminuye el deseo y la habilidad de dormir.

El Speed trabaja liberando altos niveles de dopamina de neurotransmisión, que estimula a las células de cerebro, las variaciones del humor y el movimiento del cuerpo.

Los riesgos: Otros efectos colaterales incluyen hipertermia, irritabilidad, ansiedad, paranoia, insomnio, náuseas, destellos de calor, sequedad de la boca, sudoración, presión alta de sangre y golpes, confusión, temores, convulsiones y agresividad. Las muertes que se han informado son debidas a la hipertermia y las convulsiones.

Con el tiempo, el Speed parece causar niveles reducidos de dopamina, que puede tener como resultado los síntomas como los del Mal de Parkinson, un desorden severo del movimiento.

Los riesgos de inyectarse Speed son más grandes. Inyectarse significa que la dosis alcanza el cerebro casi inmediatamente, creciendo la posibilidad de sobredosis. La jeringa se introduce directamente en la sangre y puede esparcir más fácilmente las

infecciones tales como VIH y hepatitis. Las inyecciones repetidas pueden dañar las venas, propiciando una trombosis (coagulaciones) y abscesos.

El vicio: El uso regular puede producir la necesidad de aumentar la dosis para obtener el mismo efecto, y puede llevar a la dependencia física de la droga. El Speed puede producir una poderosa necesidad de más droga. La cruda del Speed puede hacer sentir al usuario cansancio, letargo y presión. Esto puede tentar al usuarios a tomar más, y pueden llevar a la dependencia.

**4. GHB** (también conocido como meth de Cereza, Líquido X, la Pala, Líquido E, Goob, la Gamma-10, Extasis Líquido; un producto de GBL)

Qué es: hydroxybutyrate de Gamma; vendido como un líquido aromatizante (levemente salado o amargo) en botellas pequeñas, en un polvo o en forma de cápsula. A veces anunciado como un "afrodisiaco". Medicamento usado como un anestésico, ayuda para dormir y en el tratamiento para el alcoholismo. Fue usado por fisoculturistas debido a su capacidad para estimular la liberación de la hormona del crecimiento, que ayuda en la eliminación de grasa y formación del músculo. GBL (otra droga) se vuelve GHB en el cuerpo y así tiene los mismos efectos.

Cuán largo es el efecto: Los efectos son generalmente sentidos entre 10 y 30 minutos después de la ingestión. Los efectos principales duran cerca de 2 o 3 horas, pero los efectos residuales pueden durar hasta un día entero. Los efectos no pueden alcanzar más allá de 2 horas, y muchas sobredosis han ocurrido a gente que no espera tiempo suficiente antes de tomar más.

Los efectos: En dosis más bajas, el GHB tiene un efecto de euforia semejante al alcohol, y puede hacer que el usuario se sienta relajado, feliz y sociable. La mayoría de los usuarios describen un estado agradable de relajación y de tranquilidad. Las ansiedades y las inhibiciones tienden a disolverse en un sentir del calor emocional, de bienestar y de adormecimiento agradable. La cruda de "la mañana después" trae los efectos de la falta de GHB, ya que tiene las características desagradables o debilidades asociadas al alcohol y otras drogas orientadas a la relajación. El carácter "afrodisiaco" del GHB puede ser debido a su conocida facultad de desinhibir, elevar el sentido del tacto, aumento de la capacidad masculina de erección y aumento de la intensidad del orgasmo.

Los riesgos: Los niveles levemente más altos representan un vértigo más grande, aturdimiento e interferencia con la movilidad y coherencia verbal. Dependiendo de la dosis, otros posibles efectos colaterales incluyen sofocamiento, mareo, náusea, amnesia, alucinaciones visuales, baja presión sanguínea, tasa disminuida de corazón, efectos hipnóticos parecidos a la epilepsia o al Mal de Petit, convulsiones, depresión y coma respiratorio severo. La sobredosis causará la pérdida del conocimiento después de 15 minutos y el coma después de 30 a 40 minutos, y hará más lenta la respiración; las sobredosis que se sobreviven o se manejan en un hospital, generalmente permiten recobrar el conocimiento dentro de 2 o 4 horas. A veces (especialmente si se mezcló con alcohol, que potencia sus efectos depresivos), GHB puede llevar a respirar lento y si se

está dormido boca abajo incluso llevar a la muerte. Una dosis normal puede dañar la coordinación motriz, tanto como lo hacen seis opas de alcohol.

El vicio: El uso regular y diario de GHB puede causar la dependencia física con síntomas duros de retirada.

## **ALCOHOL**

¿Qué es el alcohol?

Este depresor del sistema nervioso central es la droga de más alto consumo y que cuenta con un mayor número de adictos, debido a que las bebidas que lo contienen gozan de gran aceptación social y su consumo se encuentra muy arraigado en nuestra cultura. El alcohol etílico que contienen las bebidas alcohólicas se crea durante la fermentación de los azúcares por las levaduras y es el que produce la embriaguez.

¿Cómo se consume?

Se ingiere en una gran diversidad de bebidas alcohólicas que se toman solas o combinadas. Estas bebidas pueden obtenerse mediante la fermentación de jugos vegetales, de frutas o granos, como en el caso del pulque, la cerveza o el vino; o por destilación, al eliminar el agua y obtener un líquido de mayor contenido alcohólico, como en el caso del tequila, el vodka o el ron.

¿Cuáles son los efectos inmediatos del consumo de las bebidas alcohólicas?

Los efectos se presentan en una secuencia de cinco etapas, siempre que el individuo continúe bebiendo y de acuerdo con la cantidad y el tipo de bebida ingerida, así como del volumen de alimentos que se encuentran en el estómago, el peso corporal de la persona y las circunstancias en que se bebe:

Primera: el sujeto se ve relajado, comunicativo, sociable y desinhibido. Debido a que el alcohol primero deprime los centros nerviosos que controlan la inhibición de los impulsos, por lo que la conducta se libera, el individuo parece excitado.

Segunda: la conducta es esencialmente emocional, errática, se presentan problemas de juicio, y existe dificultad para la coordinación muscular, así como trastornos de la visión y del equilibrio.

Tercera: el individuo presenta confusión mental, se tambalea al caminar, tiene visión doble, así como reacciones variables del comportamiento: pánico, agresividad, llanto. Por otra parte tiene serias dificultades para pronunciar adecuadamente las palabras y para comprender lo que se le dice.

Cuarta: incapacidad para sostenerse en pie, vómitos, incontinencia de la orina, estupor, aproximación a la inconsciencia.

Quinta: inconsciencia, ausencia de reflejos. Estado de coma que puede llevar a la muerte por parálisis respiratoria.

Lo que sucede es que cuando una persona ingiere una copa, el 20% del alcohol presente en esa bebida es absorbido en forma inmediata a través de las paredes del estómago y pasa a la sangre. El otro 80% es procesado un poco más lentamente y también se absorbe, desde el intestino delgado, para circular en la sangre. Si la ingestión de bebidas alcohólicas se detiene o continúa en forma moderada, los niveles de alcohol en la sangre se mantendrán bajos, pues el hígado sano podrá metabolizarlas, con la ayuda de la eliminación de alcohol en la orina y el aliento. Sin embargo, cuando la velocidad de ingestión y la cantidad ingerida rebasan la posibilidad de eliminarlo, se dificultan la coordinación muscular y el equilibrio, se obstaculizan la memoria y el juicio y se puede llegar a estados de intoxicación que ponen en peligro la vida.

¿Cuáles son las consecuencias del consumo reiterado?

Después de un tiempo de abusar en el consumo de bebidas alcohólicas, en forma gradual, se presenta un deterioro en diversos órganos como el estómago, el hígado, los riñones y el corazón, así como el sistema nervioso.

Existen una serie de enfermedades que se relacionan con el consumo reiterado de bebidas alcohólicas, la mayoría de ellas se encuentran entre las principales causas de mortalidad en nuestro país, como la cirrosis hepática y las enfermedades cardíacas.

Algunos estudios señalan que quienes se inician en el abuso de las bebidas alcohólicas desde jóvenes tienen una expectativa de vida 5 a 10 años menor que los que no tienen esta conducta.

¿Qué es el abuso del alcohol?

El abuso del alcohol se presenta cuando el bebedor llega a sentirse intoxicado y no puede cumplir con sus obligaciones; o pone en peligro su vida y la de los demás al manejar, tomar riesgos excesivos o tener conductas violentas bajo los efectos del alcohol. Si estos episodios en los que se bebe en exceso se repiten con frecuencia, puede desarrollarse dependencia o alcoholismo.

¿Qué es el alcoholismo?

Cuando el consumo de bebidas alcohólicas es fuerte y frecuente se produce tolerancia, es decir, el organismo requiere una mayor dosis de alcohol para obtener las mismas sensaciones. Esta necesidad que se va generando hacia el incremento de la cantidad de bebida facilita la adicción o el alcoholismo y, cuando éste se presenta, existen grandes dificultades por detener el consumo, cuando se empieza a beber. Al suspender la utilización del alcohol, se desarrollan síntomas como náuseas, temblores y ansiedad.

El alcohólico puede padecer delirium tremens, que es un estado de desequilibrio mental en el que se experimentan alucinaciones: se ven, se huelen y se oyen o se sienten cosas

que en la realidad no existen; conjuntamente con síntomas físicos, como temperatura y pulso elevados, sudoración excesiva y temblores que estremecen todo el cuerpo.

Por otra parte, el alcohólico pierde el interés por lo que le rodea, lo que puede ocasionar la pérdida de su empleo y de su familia.

¿Cuáles son las consecuencias del consumo durante el embarazo?

El alcohol es una de las drogas para la mujer encinta, especialmente al principio del embarazo. En el cuerpo de la mujer, el alcohol se transforma en sustancias dañinas para las células que son absorbidas por el feto. En cantidades abundantes aumenta el riesgo de nacer con defectos, como el "síndrome alcohólico fetal", que implica la formación de un cráneo pequeño, facciones anormales, retardo físico y mental. Consumir bebidas alcohólicas al final del embarazo, puede también afectar al feto.

No se sabe si el beber mucho o poco lleva a los mismos resultados. El hecho es que representa un riesgo. Los médicos están de acuerdo en que la mujer debe abstenerse de tomar alcohol al momento en que decide embarazarse, o, por lo menos, al momento de saber que está encinta.

¿Cuáles son las consecuencias en la comunidad?

El abuso en el consumo de bebidas alcohólicas, ya sea reiterado o no, provoca una serie de problemas a la comunidad, pues se vincula estrechamente con diversos problemas de salud pública, así como con un alto porcentaje de muertes ocurridas en accidentes automovilísticos, en el trabajo o en el hogar, la violencia intrafamiliar, las riñas callejeras y el ausentismo laboral. Todo esto se refleja en un costo económico considerable proveniente del uso de los servicios de salud, las lesiones, la falta de productividad, entre otros aspectos. Por otra parte hay que hacer hincapié en la problemática de la familia del bebedor excesivo, la violencia, el maltrato de los niños, las dificultades maritales y los problemas económicos. Además, la persona intoxicada puede olvidar las precauciones necesarias y, si tiene relaciones sexuales, se aumentan las posibilidades de un embarazo no deseado o de contraer enfermedades transmitidas sexualmente.

Recuerde: Cada unidad de alcohol tiene 8 a 10 ml de alcohol absoluto, que están contenidos en un vaso o lata de cerveza normal, en un vaso pequeño (142 ml) de vino de mesa, o en una medida (25 ml) de bebidas destiladas. Es decir, a pesar de que los recipientes pueden ser distintos y los tipos de bebida diferentes, la cantidad de alcohol en una bebida es más o menos la misma. alcohol alucinógenos anfetaminas éxtasis inhalantes marihuana cocaína tabaco.

## **ALUCINÓGENOS**

¿Qué son los alucinógenos?

Son sustancias de origen natural o productos químicos, obtenidos artesanalmente o en laboratorios, que provocan alucinaciones, modificando la percepción de las emociones, el tiempo y el espacio, así como de sonidos, formas y colores.

¿Cuáles son los efectos inmediatos del consumo?

Los alucinógenos afectan fuertemente las funciones mentales, distorsionando la manera como trabajan nuestros sentidos. Las reacciones percibidas al consumirlos difieren no sólo de acuerdo a la sustancia y dosis consumida, sino según el estado emocional, la condición física del consumidor y, sobre todo, el ambiente o circunstancia en donde se encuentra. Esto hace que se puedan tener reacciones opuestas a las esperadas o ambivalentes: estados de relajación y de ansiedad o tensión; de felicidad y de tristeza. Algunos consumidores pueden padecer reacciones de pánico intenso o conducirse como psicóticos, mientras que otros pueden percibir que amplían su capacidad de conocerse a sí mismos o de creatividad.

Adicionalmente, las creencias y expectativas relacionadas con la experiencia pueden llegar a guiar la alucinación, conduciéndola a percibir las formas, sonidos, colores o reacciones emocionales que son compartidas cuando son utilizadas en grupo. Esto se evidencia en los reportes acerca del consumo de una misma sustancia por los miembros de diferentes comunidades, como parte de un rito. Cada uno de estos grupos sociales describe percepciones diferentes, de acuerdo con las tradiciones y valores de su comunidad.

¿Cuáles son las consecuencias del consumo reiterado?

Después de haber consumido alucinógenos en cuatro o cinco ocasiones, en un periodo muy prolongado, disminuyen en forma notable los efectos sobre las percepciones. A esto se le llama desarrollo de tolerancia, puesto que se requiere una dosis mucho mayor para percibir efectos similares a los iniciales, con lo que se incrementa el peligro de una intoxicación, que puede llegar hasta provocar la muerte.

La utilización prolongada de alucinógenos produce modificaciones y deterioro de la motivación para realizar actividades productivas (trabajo o estudio), así como trastornos mentales, que pueden llegar a reacciones psicóticas, las que en algunos casos se hacen crónicas. También se han mencionado casos de consumidores que vuelven a percibir los efectos después de haber transcurrido un periodo prolongado sin haber utilizado la sustancia.

¿Cuáles son las sustancias vegetales alucinógenas?

**Peyote**

En un cactus de color verde grisáceo que crece en regiones desérticas secas y pedregosas del Norte de México y el sur de Estados Unidos. Se puede comer crudo,

seco en pasta o infusión y se ha sintetizado su principio activo, la mescalina, por lo que también se consume en preparados en forma de cápsulas y pastillas.

### Psilocybe

Pertencen a este género los hongos sagrados, denominados carne de dios, originarios de México. Estos hongos crecen en diferentes terrenos y miden entre 2.5 y 10 cm. Sus principios activos son la psilocina y la psilocibina, sustancias que provocan alucinaciones semejantes a las producidas por la mescalina.

### Ololiuqui

Con esta palabra azteca, que significa casa redonda, se designan unas semillas con forma de lenteja de color café de una enredadera conocida como rivea. Su capacidad de producir alucinación considerablemente más leve a la de los hongos mencionados y el peyote.

¿Cuáles son los productos químicos alucinógenos?

### LSD (Dietilamina del ácido lisérgico)

Esta droga alucinógena semisintética, proviene del cornezuelo, hongo que crece en varios cereales y en su composición interviene el ácido lisérgico. Es conocida como una de las drogas más potentes en cuanto a las ilucinacioes que provoca, ya que con dosis muy pequeñas puede producir efectos que permanecen entre 10 y 12 horas. La disposición de la molecula de la LSD recuerda la de otros alucinógenos, como la psilocibina. Puede tener diferentes presentaciones: pequeñas tabletas de colores, grageas gelatinosas, papeles impresos con tinta sumergidos en la sustancia.

### PCP (Fenciclidina o polvo de ángel)

Se trata de una sustancia creada para ser utilizada en veterinaria como anestésico y analgésico, pero por sus efectos colaterales adversos en los seres humanos no fue autorizada. Provoca desorientación, agitación, excitación excesiva, delirio y alucinaciones. Puede ser inyectada por vía intravenosa, fumada, ingerida en forma de cápsulas o tabletas y diluida en refrescos o bebidas alcohólicas. alcohol alucinógenos anfetaminas éxtasis inhalantes marihuana cocaína tabaco

## **ANFETAMINAS**

¿Qué son las anfetaminas?

Son sustancias preparadas originalmente para uso medicinal, pero que en la actualidad los médicos han dejado de prescribir porque son altamente adictivas. Afectan el sistema nervioso central y tienen efectos estimulantes, semejantes a los de la cocaína. Como ésta, producen un estado de alerta junto con diversas reacciones en la percepción del hambre y el cansancio.

¿Cómo se consume?

Se pueden ingerir, fumar, inhalar e inyectar.

¿Cuáles son los efectos inmediatos del consumo?

En dosis pequeñas, hacen que el individuo se sienta lleno de energía, alerta y poderoso. Su comportamiento puede resultar violento, provocar e intimatorio y, al ver reducida la percepción del cansancio y el hambre, pueden ocurrir trastornos por extenuación, al no dar organismo el reposo que requiere. En grandes dosis pueden causar irregularidades en el ritmo del corazón, convulsiones y estado de coma, pudiéndose llegar a la muerte por falla respiratoria y/o cardíaca. El consumo de anfetaminas por vía intravenosa incrementa la posibilidad de infecciones, así como de contagio de enfermedades como hepatitis y SIDA, si se comparten jeringas con otros consumidores.

¿Cuáles son las consecuencias del consumo reiterado?

El usuario puede reaccionar anormalmente y asumir tareas repetitivas, como desarmar y armar alguna maquinaria, o bien escarbar su piel buscando insectos imaginarios. Después de un tiempo bajo los efectos de la droga se alcanza un agotamiento que lleva a un estado de torpeza y adormeciendo, al que puede seguir un sueño largo y profundo depresión, que en algunos casos puede llevar al suicidio. Las sensaciones que se buscan al usar las anfetaminas disminuyen cuando el consumo es crónico, por lo que los usuarios tienen la necesidad de aumentar la dosis para alcanzar los efectos deseados. El consumo prolongado, además de desarrollar una fuerte dependencia, puede facilitar la aparición de trastornos mentales, como la psicosis, presentándose temores infundados y en algunas ocasiones, delirio de persecución, asimismo, se pueden experimentar ilusiones y oír voces. Por lo general, el consumidor crónico pierde interés por lo que le rodea, su familia y su cuidado personal, lo que es especialmente peligroso en madres de niños pequeños, ya que dificulta que les brinden el cuidado y la atención requeridos.

¿Cuáles son las consecuencias en la comunidad?

El grupo social también se ve afectado por los consumidores de anfetaminas, ya que impactan en la seguridad y el bienestar de la comunidad, porque se presentan más accidentes, en especial en el hogar, así como de tránsito y actos de violencia. Adicionalmente, la situación de bienestar de la familia y la comunidad puede alterarse, si las personas intoxicadas olvidan las precauciones, normas de higiene, de autocuidado y de comportamiento social necesarias para el buen desenvolvimiento del grupo. alcohol alucinógenos anfetaminas éxtasis inhalantes marihuana cocaína tabaco

## COCAÍNA

Droga: cocaína

Clasificación farmacológica: Estimulante

Como es el producto: sustancia en polvo esponjosa y sin olor

Efectos a largo plazo: ilusiones paranoídes, trastornos de circulación, hemorragia cerebral, convulsiones, paro respiratorio o infarto del corazón.

Dependencia física: si

Dependencia psicológica: si

Los diferentes nombres de la cocaína: sal; hidroclorehidrica; la gran c; "lady"; nieve; coca; "coke"; "nose candy"; "snowbir", free base.

Es indudable que la cocaína se ha colocado a lo largo de los últimos cinco años como una de las drogas de mayor consumo en nuestra comunidad y se pone a la par con la marihuana, los inhalantes y el alcohol. La cocaína es una sustancia en polvo esponjosa y sin olor (clorhidrato de cocaína), la cual es derivada de las hojas del arbusto de la coca. Poderoso estimulante del sistema nervioso central. La cocaína puede ser inyectada inhalada o fumada. Usualmente se suele mezclar con sustancias tales como talco, maicena, anfetaminas, quinina, ácido bórico, estricnina, detergente, formol, etcétera, de ahí que su pureza fluctúe entre un 5% y un 50%

¿Qué es la cocaína?

Es el más poderoso estimulante del sistema nervioso que proviene de sustancias naturales. Se trata de un alcaloide que se extrae de las hojas de la planta Erthroxilón coca, originaria de América del Sur y se presenta como un polvo compuesto por pequeños cristales blancos.

¿Qué es el crack?

El crack o base libre es un derivado de la cocaína. Se obtiene calentando el hidrocloreuro de cocaína con éter y amoníaco o bicarbonato de soda (baking soda), su nombre proviene del sonido que hace la mezcla al calentarse, se presenta en forma de rocas blancas. Es muy tóxica y causa daños muy serios desde el primer consumo, principalmente alteraciones del ritmo cardiaco. Su uso frecuente puede llevar a la muerte.

¿Cuáles son los efectos inmediatos del consumo?

EL consumo de cocaína acelera el corazón y el sistema nervioso en general, por lo que la mente de quien la consume se agiliza y se mantiene despierta, en exceso, mas allá de su capacidad natural. Cuando el efecto pasa, las personas presentan temblores, sudan muchos e angustian y necesitan física y psicológicamente volver a drogarse. Las personas que usan la cocaína tienen las pupilas dilatadas elevada presión sanguínea y temperatura del cuerpo. Estos efectos inmediatos incluyen una función mental reducida, fatiga e incrementada hiperactividad.

¿Cuáles son las consecuencias del consumo reiterado?

Tras años de consumo de cocaína, es decir el consumo crónico y abusivo puede llegar a provocar importantes trastornos psíquicos, tales como ideas paranoides y depresión. La dependencia psíquica es una de las más intensas provocadas por la droga por lo cual el suprimir el consumo tras un periodo prolongado da lugar a un fenómeno de rebote caracterizado por somnolencia, depresión e irritabilidad. La cocaína es una de las drogas más adictivas que hay, ya que su efecto aunque fuerte es de corta duración.

¿Cuáles son las consecuencias en la comunidad?

El problema de la adicción a las drogas no sólo afecta a la persona enferma sino también a la familia y a la sociedad. Los enfermos sufren del rechazo familiar y la marginación social. Los expulsan de las escuelas, los despiden de sus trabajos, los encarcelan, los sobornan, los chantajea y los prostituyen. La dependencia a la cocaína provoca que los adictos realicen cualquier cosa por conseguir dinero para comprarla: robar, corromperse, prostituirse o vender objetos domésticos, lo cual provoca tanto daño emocional como económico a la familia. alcohol alucinógenos anfetaminas éxtasis inhalantes marihuana cocaína tabaco

## CRITERIO PROPIO. LECTURA DE SEGUIMIENTO 2

Cocaína, la cruel y fatal verdad

Marta Guerrero\*. No te probará que eres un hombre, pero justamente podría probarte que eres mortal. Si tú eres una persona joven, te vas a enfrentar con algo que puede cambiar tu vida: cocaína. Tendrás que decidir si lo haces o no. Si te encuentras alrededor de gente que lo hace será, más difícil decir que no; si tú dices sí, y tienes suerte, el "acelere" durará 20 minutos, más o menos. Si no tienes suerte, el "acelere" no se detendrá. Tu presión sanguínea podría explotar, tu latido cardiaco saldrá de control. Podrías sufrir un ataque al corazón, podrías padecer una lesión, un infarto o caer en estado de coma. O simplemente dejar de respirar por completo.

¿Crees poder controlar esta droga?

La cocaína es extremadamente adictiva. Tal vez más que la heroína. Si tú fumas coca llamada base o crack-- te puedes volver adicto desde la primera fumada. ¿Por qué?, porque cualquier sensación de altura va seguida de una enorme caída. Para poder volver a subir, necesitas más cocaína. Los "pases" no se hacen mejores, pero las depresiones cada vez son peores. Te pondrás irritable y muy cansado. Si eres adicto a la coca puedes "clavarte" en la depresión y llegar a la paranoia. Desearás acabar con todo, incluso suicidándote.

¿Crees que tú solo puedes controlar tu adicción?

La cocaína puede alterar la química de tu cuerpo y el desarrollo de tu mente; hasta pueden variar tus gustos y preferencias --comida, costumbres, hasta lo referente al sexo.

Una mujer vendió a su bebé para comprar cocaína, y después de 14 años mató a su madre cuando trataba de detener su adicción al crack. Si esto te suena exagerado, increíble, debes de creer que eso jamás podría llegar a pasarte a ti. De todas maneras, cerca de 700 personas murieron por el abuso de la coca, en el último año en Estados Unidos. Existen de dos a tres millones de adictos y todas esas víctimas tienen algo en común: todas piensan que a ellos no le puede pasar nada malo y que pueden controlar su adicción.

Con la cocaína nadie puede saber si le va a crear adicción o no. Nadie en el mundo lo puede predecir, ni siquiera un doctor o un experto. Pero cuando te enfrentas a tu primera "línea", a tu primera "experiencia" con la coca, habrás oído que la coca te lleva a un "viaje fantástico" o pensarás que todo mundo conoce a alguien que la consume. También es posible que hayas oído que la coca te hace hombre. Pero ahora ya sabes lo que la cocaína puede hacerte a ti. Si realmente quieres probar que eres un hombre, "debes tomar tus propias decisiones".

En México se consume más cocaína de la que se cree. Muchos de los cocainómanos piensan que aspirar "el polvo blanco" es parte de su estatus y que no forma parte de las drogas peligrosas. Algunos incluso lo hacen eventualmente y se justifican creyendo que eso no hace daño y no crea adicción. Sin embargo pocos son los que logran reconocer el aumento en la frecuencia y la alta dependencia que crea. Desde luego que no se consideran drogadictos, unos porque únicamente la consumen cuando se las regalan y otros porque siguen siendo gente prominente en sus negocios y afables en sus relaciones sociales. Sin embargo, nadie puede asegurarles que en el siguiente viaje consigan el boleto de regreso. La muerte y la tragedia se ha presentado en sus vidas, pero aún no están dispuestos a afrontar su llegada. Piensan que su caso es diferente y no se dan cuenta del diminuto espacio que los separa de formar una estadística más, de una tumba más de la cocaína.

#### **Revista Adicciones**

**Boletín 009 Revista de las Adicciones**

**La Cocaína, Abuso y Adicción**

**Instituto Nacional Sobre el Abuso de Drogas; Serie de Reportes**

**NIDA - National Institute of Drug Abuse**

#### **Nota del Director**

El abuso y la adicción a la cocaína continúa siendo un problema serio que aflige nuestro país. Por ejemplo, se estima que en el año 1997 alrededor de 1.5 millones de norteamericanos de 12 años de edad en adelante usaban la cocaína habitualmente. Aunque existe una mejoría si se compara con el estimado de 5.7 millones en el año 1985, todavía tenemos un largo trecho que avanzar para reducir el uso de este estimulante adictivo. La ciencia está cooperando. Por ejemplo, ahora sabemos más de cómo y en

qué parte la cocaína afecta el cerebro, y también cómo produce la sensación de placer y por qué es tan adictiva. Mediante el uso de una tecnología muy avanzada, los científicos pueden observar los cambios dinámicos que ocurren en el cerebro en el momento en que el individuo usa la droga. Ellos pueden ver los diferentes cambios en el cerebro cuando la persona experimenta el "rush", el "high" y, finalmente, el deseo por la cocaína. También pueden identificar las partes del cerebro que responden cuando el adicto a la cocaína ve u oye los estimulantes ambientales que disparan los deseos por la cocaína. Ya que estos estudios identifican las regiones específicas del cerebro, son indispensables para identificar los objetivos en el desarrollo de los medicamentos para tratar la adicción a la cocaína. Uno de los objetivos importantes del Instituto Nacional sobre el Abuso de Drogas (NIDA) es traducir lo que los científicos aprenden de las investigaciones, para así poder ayudar al público a que entienda mejor el abuso y la adicción a la droga y para desarrollar estrategias más efectivas para prevenir y combatirla. Nosotros esperamos que la recopilación de la información científica sobre la cocaína sirva para informar a los lectores sobre los efectos tan dañinos del abuso de la cocaína, y que sirva de apoyo a los esfuerzos de prevención y tratamiento.

¿Qué es la cocaína?

La cocaína es un estimulante extremadamente adictivo que afecta directamente al cerebro. La cocaína ha sido llamada la droga de los ochenta y noventa por su gran popularidad y uso durante esas décadas. Sin embargo, la cocaína no es una droga nueva. En realidad, es una de las drogas más antiguas. La sustancia química pura, el clorhidrato de cocaína, se ha venido usando por más de 100 años, mientras que las hojas de la cocaína se han ingerido por miles de años. A mediados del siglo diecinueve, se extrajo por primera vez la cocaína pura de la hoja de la planta "Eritroxilon", que crece principalmente en Perú y Bolivia. A principios del siglo veinte, la cocaína se convirtió en el ingrediente principal en la mayoría de los tónicos y elixires que se crearon para tratar numerosas enfermedades. En la actualidad la cocaína es una droga clasificada bajo la Lista II ("Schedule II"), lo que significa que se considera que hay un gran potencial para su abuso, pero que puede ser administrada por un doctor para usos médicos legítimos, o sea, como anestesia local para ciertos tipos de cirugías de los ojos, oídos y garganta. Básicamente hay dos formas químicas de la cocaína: el clorhidrato de sal y los cristales de cocaína ("freebase"). El clorhidrato de sal, o la forma en polvo de la cocaína, se disuelve en el agua, y cuando se abusa, puede ser usada en forma intravenosa (en la vena) o intranasal (por la nariz). El "freebase" se refiere a un compuesto que no ha sido neutralizado por ácido para producir clorhidrato de sal. La forma "freebase" de la cocaína se puede fumar.

La cocaína usualmente se vende en la calle en forma de un polvo blanco, fino y cristalino que se conoce como "coke" o coca, "C", "snow" (nieve), "flake" (copo) o "blow" (golpe). Los traficantes generalmente la mezclan con otras sustancias, tales como maicena, talco y/o azúcar; o con ciertas drogas como la procaína (una anestesia local de composición química parecida); o con otros estimulantes, como las anfetaminas.

¿Qué es el "crack"?

Crack es el nombre callejero que se le da a los cristales de cocaína ("freebase"), al procesar la cocaína en polvo para convertirla en una sustancia que se pueda fumar. El término "crack" se refiere al sonido crujiente que se escucha cuando se fuma esta mezcla. La cocaína "crack" se procesa con amoníaco o bicarbonato de sodio y agua, y se la calienta para eliminar el clorhidrato. Dado que el "crack" se fuma, el usuario siente euforia en menos de diez segundos. Debido al efecto tan rápido, casi inmediato de euforia que produce esta droga, se hizo muy popular en los años ochenta. Otra razón para su popularidad es que no cuesta mucho procesarlo ni comprarlo.

¿Cuál es el alcance del uso de la cocaína en los Estados Unidos?

El estudio de la Encuesta Domiciliaria Nacional sobre el Abuso de las Drogas (NHSDA) en el año 1997, estima que alrededor de 1.5 millones de americanos (0.7 por ciento de la población de 12 años de edad en adelante) usaban cocaína en ese año. Estas cifras no han cambiado mucho desde 1992, a pesar de que sí han bajado dramáticamente si se les compara con los 5.7 millones de adictos (3 por ciento de la población) que existían en 1985. Basándose en una información adicional que incluye a los adictos que no se consideraron en el reporte de la NHSDA, la Oficina de Política Nacional sobre el Control de Drogas estima que el número de consumidores habituales es de 3.6 millones. Los mayores consumidores de cocaína se encuentran en la población entre los 18 a 25 años de edad. En general, los hombres usan la cocaína más que las mujeres. También, de acuerdo con el estudio de 1997 de la NHSDA, la proporción del uso es de 1.4 por ciento de afroamericanos, 0.8 por ciento de hispanos, y 0.6 por ciento anglosajone. En la actualidad, el "crack" continúa siendo un serio problema en los Estados Unidos. El estudio de la NHSDA de 1997 estima que habían unos 604,000 adictos a la cocaína, lo que no refleja un cambio significativo de los que existían en 1988. La tendencia del abuso de cocaína entre los alumnos en octavo, décimo y decimosegundo grado, entre los años 1991-1998.

El reporte de 1998 del Estudio de Observación del Futuro, entidad que anualmente encuesta las actitudes de los adolescentes y el uso reciente de drogas, informa que el uso de "crack" tanto el del año anterior como el de por vida, aumentó en el grupo de niños de octavo grado, llegando a la cifra más alta desde 1991, que fue el primer año para el cual se tiene cifras para este grupo. El porcentaje de alumnos del octavo grado que reportan haber probado el "crack" por lo menos una vez en su vida, aumentó de un 2.7 por ciento en 1997 a un 3.2 por ciento en 1998. El uso de "crack" durante el año anterior también aumentó ligeramente en este grupo, a pesar de que no hubo cambios en los demás grados.

La información de la Red de Alerta sobre Abuso de Drogas (DAWN) indica que, después de haber aumentado 78 por ciento entre 1990 y 1994, las visitas a las salas de emergencia, que fueron relacionadas a la cocaína, se mantuvieron al mismo nivel entre 1994 y 1996, con 152,433 episodios ligados a la cocaína reportados en 1996.

¿Cómo se usa la cocaína?

Las principales maneras de usar la cocaína son por vía oral, nasal, intravenosa y fumándola. Los términos callejeros en los Estados Unidos para estos usos respectivamente son "chewing" (mascando), "snorting" (inhalando o resoplado), "mainlining" (intravenosamente), "injecting" (inyectando), y "smoking" (fumando) (incluyendo el "freebase" y el "crack"). "Snorting" o inhalando es el proceso de inhalar el polvo de cocaína a través de la nariz, donde pasa directamente a la sangre a través de las membranas nasales. La inyección lleva la droga directamente a la sangre aumentando así su efecto. Cuando se fuma se inhala el vapor o el humo a los pulmones, donde la sangre lo absorbe a la misma velocidad que cuando se inyecta. También se puede aplicar a las membranas mucosas. Algunos usuarios combinan el polvo de la cocaína o "crack" con heroína para crear un "speedball". El uso de la cocaína fluctúa entre uso casual o uso repetitivo o compulsivo, con una gran variedad de estilos entre estos dos extremos. No existe una forma segura para usar la cocaína. Cualquier tipo de uso puede llevar a absorber cantidades tóxicas de cocaína, lo que puede causar severas emergencias cardiovasculares o cerebrales que pueden resultar en una muerte súbita. El uso continuo de la cocaína, en cualquier forma, puede causar adicción y otras consecuencias negativas a la salud.

¿Cómo la cocaína produce sus efectos?

Muchos estudios se han realizado para entender la forma en que la cocaína produce los efectos placenteros y la razón por la que crea la adicción. Un mecanismo es a través de su efecto sobre las estructuras profundas del cerebro. Los científicos han descubierto que cuando se estimulan ciertas regiones del cerebro se produce una sensación de placer. Uno de los sistemas neurales que parece ser más afectado por la cocaína se origina en una región muy profunda del cerebro llamada el área ventral del tegmento (AVT). Las células nerviosas que se originan en la AVT se extienden a la región del cerebro conocida como "nucleus accumbens", una de las áreas claves del cerebro relacionada con el placer. Por ejemplo, en estudios con animales, todo lo que produce placer, como el agua, la comida, el sexo, y muchas drogas adictivas, aumenta la actividad en el "nucleus accumbens".

Los investigadores han descubierto que cuando se está realizando un acto de placer, las neuronas en el AVT aumentan la cantidad de secreción de la dopamina en el "nucleus accumbens". En el proceso normal de comunicación, una neurona segrega dopamina dentro de la sinapsis (pequeña abertura entre dos neuronas), donde se liga con proteínas específicas (llamadas receptores de dopamina) en la neurona adyacente y por lo tanto envía una señal a esa neurona. Las drogas de abuso pueden interferir con este proceso normal de comunicación. Por ejemplo, los científicos han descubierto que la cocaína bloquea la eliminación de la dopamina de la sinapsis lo que causa una acumulación de la misma. Esta acumulación de dopamina causa una estimulación continua de las neuronas receptoras, lo que probablemente produce la euforia que reportan los usuarios de la cocaína. El abuso continuo de la cocaína a menudo crea la tolerancia. Esto significa que el cerebro va a necesitar una dosis cada vez mayor y más frecuente para obtener el mismo placer que cuando comenzó el uso de la droga. De acuerdo con estudios recientes, durante períodos de abstinencia del uso de la cocaína, el recuerdo de la euforia asociado con su uso o solamente referencias a la droga, puede

causar el deseo incontrolable de usarla y la reincidencia en el uso de la misma aún después de largos períodos de abstinencia.

¿Cuáles son los efectos a corto plazo del abuso de la cocaína?

Los efectos de la cocaína se presentan casi inmediatamente después de su uso y desaparecen en cuestión de minutos u horas. Los que usan la cocaína en pequeñas cantidades (hasta 100 mg.) generalmente se sienten eufóricos, energéticos, conversadores y más alertos mentalmente, particularmente con relación a las sensaciones de la vista, el oído y el tacto. La cocaína también puede disminuir temporalmente los deseos de comer y dormir. Algunos usuarios sienten que la droga les ayuda a realizar algunas tareas físicas e intelectuales más rápido; sin embargo, a otros les produce el efecto opuesto. La forma en que se administra la cocaína determina el tiempo que dura el efecto inmediato de euforia. Mientras más rápida es la absorción, más intenso es el "high". Pero también, cuanto más rápida sea la absorción, menor es el tiempo que dura el efecto de la droga. El "high" que produce la inhalación se demora en presentarse y puede durar de 15 a 30 minutos, mientras que el que se obtiene fumando, puede durar de 5 a 10 minutos. Los efectos fisiológicos de corto plazo que produce la cocaína son: contracción de los vasos sanguíneos, dilatación de las pupilas, y aumento en la temperatura corporal, en el ritmo cardíaco y en la tensión arterial. Si se usan cantidades mayores (varios cientos de miligramos o más) se intensifica el "high" del usuario, pero también puede llevar a un comportamiento más extravagante, errático y violento. Estos usuarios pueden experimentar temores, vértigos, espasmos musculares, paranoia y, con dosis consecutivas, una reacción tóxica muy similar al envenenamiento por anfetamina. Algunos usuarios reportan que se sienten intranquilos, irritables y sufren de ansiedad. En algunas ocasiones raras, la muerte súbita puede ocurrir cuando se usa la cocaína por primera vez o subsecuentemente sin avisar. Las muertes ocasionadas por la cocaína suelen ser ocasionadas por paros cardíacos o por convulsiones seguidas por un paro respiratorio.

¿Cuáles son los efectos de la cocaína a largo plazo?

La cocaína es una droga extremadamente adictiva. Una vez que un individuo prueba la cocaína le es muy difícil predecir o controlar a que extremo continuará usándola. Se cree que los efectos adictivos y estimulantes de la cocaína son principalmente el resultado de su habilidad para impedir la reabsorción de la dopamina por las células nerviosas. El cerebro emite la dopamina como un sistema de gratificación, y la misma es directa o indirectamente relacionada a las propiedades de adicción de todas las principales drogas de abuso. Se puede desarrollar una tolerancia considerable al "high" de la droga y muchos adictos reportan que, aunque tratan, no obtienen el mismo placer como cuando la usaron por primera vez. Algunos de los que la usan a menudo aumentan la dosis para intensificar y prolongar la euforia. Aunque puede ocurrir una tolerancia al "high," también los que la usan pueden desarrollar más sensibilidad ("sensitización") a los efectos anestésicos y convulsivos, sin tener que haber aumentado la dosis. Este aumento en la sensibilidad puede explicar por qué algunas muertes ocurren después del uso de dosis

de Cocaína en el cerebro: En el proceso normal de comunicación, la dopamina es segregada por una neurona a la sinapsis, donde se combina con los receptores de la dopamina en las neuronas adyacentes. Normalmente la dopamina se recicla a las neuronas transmisoras por una proteína especializada llamada el transportador de la dopamina. La cocaína se adhiere al transportador de la dopamina y bloquea el proceso normal de reciclaje, resultando en una acumulación de la dopamina en la sinapsis lo que contribuye a los efectos placenteros de la cocaína.

Cuando la cocaína se usa de corrido ("binge"), o sea repetidamente y en dosis cada vez más grandes, puede conducir a un estado de irritabilidad, inquietud y paranoia. Esto puede causar un episodio total de psicosis paranoide en que el individuo pierde el sentido de la realidad y sufre de alucinaciones auditivas.

¿Cuáles son las complicaciones médicas que resultan del abuso de la cocaína?

Hay una cantidad enorme de complicaciones médicas asociadas con el uso de la cocaína. Entre las más frecuentes se encuentran las cardiovasculares, tales como irregularidades en el ritmo del corazón y ataques cardíacos; los problemas respiratorios que causan dolores del pecho y fallos respiratorios; los efectos neurológicos que producen las embolias, convulsiones y dolores de cabeza; las complicaciones gastrointestinales que causan dolores abdominales y náuseas. Varios tipos de ataques cardíacos han sido asociados al uso de la cocaína. Se sabe que esta droga ocasiona ritmos caóticos al corazón (fibrilación ventricular); acelera los latidos del corazón y la respiración; aumenta la tensión arterial y la temperatura del cuerpo. Los síntomas físicos pueden incluir visión nublada, dolor en el pecho, fiebre, espasmos musculares, convulsiones y coma. Las reacciones adversas al uso de la cocaína fluctúan dependiendo de como se administra. Por ejemplo, cuando se inhala regularmente puede causar una pérdida del sentido del olfato, crear hemorragias nasales, problemas al tragar, ronquera y una irritación general del tabique nasal lo que puede producir una condición crónica de irritación y secreción de la nariz. Cuando se ingiere la cocaína puede causar gangrena en los intestinos porque reduce el flujo de la sangre. Además, las personas que se la inyectan, tienen marcas de pinchazos o "tracks", usualmente en los antebrazos. Los que la usan en las venas también pueden experimentar reacciones alérgicas, ya sea a la droga o a algunos de los componentes que le agregan a la cocaína en la calle y algunas veces estas reacciones pueden provocar la muerte. La cocaína tiende a reducir el consumo de alimentos, por lo tanto, el uso habitual causa la pérdida de apetito, de peso y la malnutrición.

Las investigaciones han demostrado que existe una interacción potencialmente peligrosa entre la cocaína y el alcohol. Cuando se usan conjuntamente, el organismo los convierte en etileno de cocaína. El efecto del etileno de cocaína en el cerebro es más largo y más tóxico que cuando se usa la droga por sí sola. Aunque se necesitan más estudios, se debe tomar en consideración que de las muertes ocasionadas por las drogas, las más comunes son las ocasionadas por la combinación de la cocaína con el alcohol.

Efectos a corto plazo de la cocaína  
Aumento de energía

- Disminución de apetito
- Agudeza mental
- Aumento en las palpitations del corazón y la tensión arterial
- Contracción de los vasos sanguíneos
- Aumento de la temperatura
- Dilatación de las pupilas

¿Corren peligro de contraer el SIDA/ VIH y la Hepatitis B y C aquellos que abusan de la cocaína?

Sí, los adictos a la cocaína, particularmente los que se inyectan, tienen un riesgo mayor de contraer enfermedades infecciosas, como la del virus de la inmunodeficiencia humana (SIDA/VIH) y la hepatitis. La realidad es que el uso de drogas ilícitas, incluyendo el "crack", es uno de los principales contribuyentes a los nuevos casos de VIH. La propagación del VIH debido al uso de drogas, se origina debido a la transmisión del virus al compartir agujas y otros objetos ("parafernalia") que usan los adictos que se inyectan. También se transmite indirectamente, por ejemplo, cuando una madre infectada con el VIH le transmite el virus a su hijo durante el embarazo. Esto es particularmente alarmante si se considera que las mujeres constituyen un 60 por ciento de los nuevos casos de SIDA. Las investigaciones demuestran que el uso de drogas también interfiere con el buen juicio para determinar los riesgos que se corre y, por lo tanto, los usuarios tienden a no tomar precauciones cuando tienen relaciones sexuales, a compartir agujas y otros instrumentos para inyectarse y al intercambio de sexo por drogas, tanto entre hombres como mujeres.

También se está viendo un aumento en la diseminación de la hepatitis C entre los adictos que se inyectan. Los estimados actuales indican que el porcentaje de infección en este segmento de la población es alrededor de un 65 al 90 por ciento. Por el momento no existe una vacuna para el virus de la hepatitis C, y el único tratamiento disponible es muy costoso, tiene muy poco éxito y, en muchos casos, tiene efectos secundarios muy serios.

Efectos de la cocaína a largo plazo

- Adicción
- Irritabilidad y cambios de temperamento
- Intranquilidad
- Paranoia
- Alucinaciones auditivas

¿Cuáles son las consecuencias del uso de la cocaína por las mujeres embarazadas?

No se conocen totalmente los efectos del uso prenatal de la droga en los niños, pero muchos estudios científicos demuestran que los bebés de madres que usan la cocaína durante el embarazo nacen antes de tiempo, con bajo peso neonatal, cabezas de circunferencia menor y un tamaño más pequeño. Es muy difícil estimar todas las consecuencias del uso de la droga por las mujeres embarazadas y es todavía más difícil determinar el peligro específico de una droga en particular sobre el feto, dado que

generalmente usan más de una droga. Hay muchos factores que dificultan determinar el impacto directo del uso de la cocaína durante el periodo de gestación, tales como la cantidad y número de drogas que usa la madre, la falta de cuidado prenatal, el abuso y abandono de los niños debido al estilo de vida de la madre, el estado socioeconómico, mala nutrición de la madre, otros problemas de salud, y la posibilidad de haber sido expuesta a enfermedades de transmisión sexual. Los ejemplos anteriores sólo son una muestra de por qué es tan difícil determinar el impacto directo del uso prenatal de la cocaína en las madres y los hijos.

Muchos recordarán que en la década anterior los "bebés crack", o sea, los niños que nacen de madres adictas a la cocaína durante el embarazo, fueron declarados como una generación perdida. Se decía que esa generación iba a sufrir severos daños irreversibles, una menor inteligencia y habilidades sociales reducidas. Después se determinó que esto había sido una exageración, ya que la mayoría de los "bebés crack" parecían que se recuperaban bien. Sin embargo, no se debe interpretar como un signo positivo que estos niños parezcan normales. Con el uso de tecnología avanzada, los científicos están ahora descubriendo que cuando durante el desarrollo los fetos se exponen a la droga, se producen cambios pequeños, pero muy importantes para el futuro, en particular en lo relacionado con el comportamiento adecuado para el éxito en la escuela, como la habilidad de bloquear las distracciones y la concentración a largo plazo.

#### Consecuencias médicas del abuso de la cocaína

##### Efectos cardiovasculares

- irregularidades en el ritmo cardíaco
- ataques cardíacos

##### Efectos respiratorios

- dolor en el pecho
- paro respiratorio

##### Efectos neurológicos

- embolias
- convulsiones y dolores de cabeza

##### Complicaciones gastrointestinales

- dolor abdominal
- náusea

¿Qué tratamientos se consideran eficaces para los que abusan de la cocaína?

Durante las décadas de los ochenta y noventa hubo un aumento enorme en el número de individuos que buscaron tratamiento para la adicción a la cocaína. Con excepción del oeste y suroeste, los lugares donde se ofrecen tratamientos para la adicción en el resto del país reportan que la cocaína es la droga de más uso entre sus clientes. La mayoría de los individuos que buscan tratamiento fuman "crack", y usualmente abusan más de

una droga. Debido al uso tan diseminado de la cocaína, se han destinado grandes esfuerzos al desarrollo de programas para el tratamiento de la adicción a esta droga. La adicción y abuso de la cocaína es un problema muy complejo que ocasiona cambios biológicos en el cerebro y afecta una diversidad de aspectos sociales, familiares y ambientales. Por lo tanto, el tratamiento para la adicción a la cocaína es muy complicado y debe dirigirse a una variedad de problemas. Como cualquier buen plan de tratamiento, las estrategias del tratamiento para la adicción a la cocaína tienen que tomar en cuenta los aspectos psicológicos, sociales y farmacológicos del abuso de la droga por el paciente.

### El enfoque farmacológico

En la actualidad no existe ningún medicamento específico para tratar la adicción a la cocaína. Por lo tanto, el NIDA está procediendo agresivamente a identificar y probar tratamientos nuevos. Se están investigando varios compuestos nuevos para determinar su seguridad y eficacia en el tratamiento a la adicción a la cocaína. Por ejemplo, una de las medicinas más prometedoras hasta la fecha, la selegelina, estaba siendo probada en estudios clínicos de la fase III en distintos lugares del país durante el año 1999. Estos estudios clínicos evalúan dos rutas nuevas para la administración de la selegelina -un parche transdérmico y una píldora de difusión regulada- para determinar cuál de los tratamientos es el más eficaz. Los estudios clínicos también han demostrado que la "disulfiram", una medicina que ya se ha usado para combatir el alcoholismo, es efectiva para reducir el abuso de la cocaína. Debido a los cambios emocionales que ocurren al comenzar la abstinencia de la cocaína, las drogas antidepresivas ofrecen ciertos beneficios. Además de los problemas que existen para tratar la adicción, la sobredosis de la cocaína ocasiona muchas muertes todos los años, y se están desarrollando tratamientos médicos para tratar las emergencias ocasionadas por el abuso excesivo de la cocaína.

### Intervenciones en el comportamiento.

Se ha encontrado que muchos tratamientos de modificación del comportamiento son eficaces para tratar la adicción a la cocaína, incluyendo aquellos con o sin hospitalización. En efecto, las terapias de comportamiento a menudo son el único medio disponible para tratar muchos de los problemas relacionados con las drogas, incluyendo la adicción a la cocaína, para la que, por el momento, no existe ninguna medicina viable. Sin embargo, el enfoque más eficaz para tratar la adicción es la integración de los diferentes tipos de tratamientos. Es muy importante compaginar el mejor régimen de tratamiento con las necesidades del paciente. Esto puede incluir el añadir o quitar diferentes elementos o componentes de un tratamiento individual. Por ejemplo, si un individuo tiende a tener recaídas, se debe incorporar al programa el componente de recaídas. Un componente de la terapia de comportamiento que está demostrando resultados positivos en la población de adictos a la cocaína es la administración de las contingencias. La administración de las contingencias usa un sistema basado en comprobantes, a través del cual se otorgan premios al paciente por mantenerse en el tratamiento y continuar libre de cocaína. Los pacientes pueden ganar puntos si prueban, por medio de análisis de orina, que están limpios de drogas. Estos puntos se pueden

cambiar por artículos que promulgan un estilo de vida saludable, tales como pertenecer a un gimnasio, o ir al cine, a cenar, etc.

La terapia cognoscitiva del comportamiento ("cognitive-behavioral") constituye otro enfoque. Esta terapia, que consiste en el conocimiento del comportamiento para enfrentarse al problema de la adicción, es un programa de corto plazo cuyo enfoque es ayudar a los adictos a la cocaína a través de la abstinencia a ésta y a otras sustancias. La base de esta teoría es que los procesos de aprendizaje desempeñan un papel muy importante en el desarrollo y mantenimiento del abuso y la dependencia de la cocaína. Estos mismos procesos de aprendizaje podrían utilizarse para ayudar a los individuos a disminuir el uso de la droga. Esta orientación trata de ayudar a los pacientes a reconocer, evitar, y confrontar; es decir, a reconocer las situaciones en las que les es más propicio el uso de la cocaína, evitar estas situaciones cuando sea posible, y a aprender a manejar más eficientemente los problemas y comportamientos relacionados con el abuso de la droga. Vale la pena considerar esta terapia ya que es compatible con otros tratamientos que el paciente recibe, tales como la farmacoterapia.

Las comunidades terapéuticas, o programas residenciales con un período de tiempo determinado de 6 a 12 meses, ofrecen otra alternativa a los que necesitan de tratamiento para la adicción a la cocaína. Estas comunidades terapéuticas son muy completas, ya que enfocan la reincorporación de los individuos a la sociedad e incluyen programas de rehabilitación vocacional y otros servicios de apoyo. Las comunidades terapéuticas se usan generalmente para tratar pacientes con problemas más severos, tales como aquellos que al mismo tiempo tienen problemas mentales y comportamiento criminal.

Adicción: Una enfermedad crónica, con recaídas, caracterizadas por la búsqueda y el uso compulsivo de la droga, y por cambios neuroquímicos y moleculares en el cerebro.

Adicto a múltiples drogas ("polydrug user"): Individuo que usa más de una droga

Anestésico: Un agente que causa insensibilidad al dolor.

Antidepresivos: Un grupo de drogas que se usa para el tratamiento de trastornos depresivos.

Coca: La planta "Eritroxilon", de la cual se obtiene la cocaína. También se refiere a las hojas de esta planta.

"Crack": El nombre abreviado que se le da a la forma de cocaína que se fuma.

"Craving" o antojo: Un deseo poderoso y a menudo incontrolable por las drogas.

Dependencia física: Un estado fisiológico adaptivo que ocurre con el uso continuo de la droga y que produce el síndrome de abstinencia o reajuste cuando se deja de usar la droga; usualmente ocurre cuando existe la tolerancia.

Dopamina: Un neurotransmisor presente en las regiones del cerebro que regulan el movimiento, la emoción, la motivación y las sensaciones de placer.

Etileno de cocaína: Un estimulante potente que se crea cuando el alcohol y la cocaína se usan conjuntamente.

Neurona. Célula nerviosa del cerebro.

"Rush": La sensación de placer inmediato después de administrarse ciertas drogas.

Síndrome de abstinencia o reajuste ("withdrawal"): La variedad de síntomas que se producen cuando se suspende o se reduce el uso de una droga adictiva.

Tolerancia: La condición que requiere que se administren dosis cada vez mayores de la droga para poder obtener el mismo efecto que cuando se usaron por primera vez. Usualmente está asociada con la dependencia física. Vértigo: Sensación de mareo.

Fuentes

Gold, Mark S. Cocaine (and Crack): Clinical Aspects (181-198), Substance Abuse: A Comprehensive Textbook, Third Edition, Lowinson, ed. Baltimore, MD: Williams & Wilkins, 1997.

Harvey, John A. y Kosofsky, Barry, eds. Cocaine: Effects on the Developing Brain. Annals of the New York Academy of Sciences, Volume 846, 1998.

## ÉXTASIS

¿Qué es el éxtasis?

Es un compuesto basado en las anfetaminas a las que se adicionan otras sustancias. Así además de los efectos estimulantes y de acuerdo a su composición, puede alcanzar algunas propiedades alucinógenas, o de distorsión en la percepción de los estímulos, tanto visuales, auditivos, táctiles, como del gusto.

¿Cómo se consume?

En general se ingiere en forma de píldora.

¿Cuáles son los efectos inmediatos del consumo?

Dentro de los efectos inmediatos se presenta una sensación de armonía y desinhibición, que favorece la empatía. Puede modificar el estado de ánimo y la forma de percibir la realidad y favorecer la capacidad de introspección, lo que explica el interés que le prestaron los psiquiatras en la década de los 70. En dosis pequeñas, hace que el individuo se sienta alerta, sereno, amistoso, sociable y disminuye la sensación de fatiga, a lo que se suma una intensa sed y mayor sensibilidad para las percepciones sensoriales. Como provoca que se eleve la temperatura del cuerpo, se altera el ritmo cardíaco; se ingiere en lugares concurridos y se baila, al no sentir cansancio, la persona pierde líquido y puede llegar a la deshidratación, además de tener calambres musculares, por exceso de ejercicio sin el necesario descanso. También se altera la percepción del tiempo y la capacidad de concentración y coordinación, pudiendo presentarse crisis de ansiedad y ataques de pánico. Estas sensaciones van disminuyendo y puede surgir un comportamiento impredecible, pasando de la tranquilidad y la actitud amistosa a la ira y la provocación. Asimismo, se puede presentar insomnio, falta de apetito, ansiedad e irritabilidad o, por el contrario, somnolencia y depresión.

En caso de consumir dosis altas, o cuando existe una predisposición genética o hipersensibilidad hacia alguno de los compuestos, el consumidor puede desarrollar complicaciones graves, como alteraciones marcadas de la conciencia, agitación, convulsiones e insuficiencia renal aguda, que pueden causarle la muerte. El riesgo principal al tomarla es que el consumidor desconoce las sustancias que frecuentemente

le agregan en los laboratorios clandestinos en donde se produce, como pueden ser: LSD, cafeína, ketaína, heroína y hasta raticidas, lo que puede ocasionar distintos tipos de intoxicación.

¿Cuáles son las consecuencias del consumo reiterado?

Después de un tiempo de consumir éxtasis, es posible que aparezcan trastornos neuropsicológicos o psiquiátricos permanentes, desde alteraciones de la memoria hasta trastornos afectivos y otros problemas mentales como psicosis. También se presentan alteraciones cardiovasculares graves, como arritmias y colapso cardiovascular. Uno de los efectos a mediano plazo del consumo reiterado de éxtasis es la aparición de episodios depresivos, un estado de agotamiento en el que se presentan sensaciones de vacío y falta de interés por lo que rodea al consumidor, lo que puede durar varias semanas después de la ingestión.

Aunque no se ha confirmado que suceda en seres humanos, al administrar esta sustancia a animales de laboratorio se descubrió que provoca la destrucción de un tipo de neuronas y de terminaciones nerviosas cerebrales.

Consecuencias en la comunidad

El grupo social también se ve afectado por quienes se intoxican con éxtasis, ya que impacta en la seguridad y el bienestar de la comunidad.

Por una parte, al afectarse la coordinación del individuo que está bajo los efectos de la droga, éste no puede reaccionar adecuadamente y se presentan más accidentes, en especial de tránsito, tanto si el mismo consumidor maneja un vehículo como si se encuentra caminando en la calle. Además, la producción de esta sustancia en laboratorios clandestinos y su comercialización a través de vías ilícitas incrementan los problemas de seguridad pública. alcohol alucinógenos anfetaminas éxtasis inhalantes marihuana cocaína tabaco.

## **INHALABLES**

¿Qué son los inhalables?

Son vapores que provienen de líquidos volátiles o productos en aerosol; también puede tratarse de gases que al ser inhalados e introducidos por las vías respiratorias producen alteración de las funciones mentales. Su consumo frecuente produce adicción. Los utilizados con mayor frecuencia en México son los solventes orgánicos, compuestos derivados del carbón o del petróleo, que se producen para dar apoyo a la actividad diaria en la industria y en el hogar. Con fines de alteración mental se utilizan distintos productos: combustibles como gasolina y líquido de encendedores; aerosoles; pegamentos; removedores de pintura; esmaltes; quitamanchas; tiner, y otros conocidos como PBC, activo y cemento. También son sustancias inhalables los anestésicos, en forma de gases, como el óxido nítrico y el etileno; o líquidos volátiles, como el

cloroformo, éter, fluroxeno y halotano. que provocan relajación y dilatan los vasos sanguíneos. Se usan en medicina para aliviar dolores o anestesiarse; pero algunos consumidores los usan por sus efectos de euforia y confusión.

¿Cuáles son los efectos inmediatos de la inhalación de solventes?

Las sensaciones que se perciben son semejantes a las de una borrachera: la coordinación física y el discernimiento se debilitan, por lo que los consumidores sufren con frecuencia caídas y accidentes; asimismo, su comportamiento puede ser violento. Los inhalables inhiben la actividad del sistema nervioso central que controla la respiración y por la falta de oxígeno en los pulmones se pueden provocar desmayos, estado de coma o muerte por asfixia. El peligro aumenta si se combina la inhalación con la ingestión de bebidas alcohólicas y otras drogas. Desde la primera vez que se consume, los efectos en el aparato respiratorio y en el corazón, que propician un paro cardíaco, pueden causar la muerte.

¿Cuáles son las consecuencias del consumo frecuente de solventes?

La inhalación frecuente de solventes aumenta la tolerancia, lo que hace necesario usar cantidades mayores para obtener los efectos esperados. Al aumentar la dosis se incrementa el riesgo de daño cerebral permanente y de alteraciones del ritmo del corazón, cambios marcados de humor, temblores y convulsiones. También se incrementa el riesgo de problemas respiratorios.

El uso prolongado, además, provoca trastornos en todo el sistema nervioso y causa daños irreversibles en el hígado y los riñones, debido a que en ellos se acumula el efecto de los compuestos, por ser los órganos encargados de procesarlos y eliminarlos.

¿Qué señales de inhalación se presentan en los consumidores?

Olor a solventes en la ropa y el cuerpo.

Inflamación e irritación de la nariz, hemorragias y salpullido de la nariz y la boca.

Pérdida de apetito y de peso.

Rostro pálido y azulado.

Ojos vidriosos, enrojecidos y pupilas dilatadas.

Problemas para hablar, lentitud y mala dicción.

Actitud semejante a la de un borracho.

Pérdida de la memoria del pasado lejano.

¿Qué consecuencias se presentan en la comunidad?

El grupo social también se ve afectado por la inhalación de estas sustancias, ya que impacta en la seguridad y el bienestar de la comunidad, porque las personas intoxicadas presentan un deterioro de la capacidad de coordinación y provocan accidentes; asimismo, con frecuencia se ven envueltas en actos de violencia o vandalismo y riñas callejeras.

Además, aunque en México está prohibida la venta a menores de cualquier tipo de estas sustancias, resulta difícil controlar la aplicación de esta reglamentación, puesto que los puntos de venta son numerosos: tlalperías, tiendas de abarrotes y de autoservicio y otros comercios.

Adicionalmente, la situación de bienestar de la familia y la comunidad puede alterarse, debido a que los inhaladores crónicos, sobre todo aquéllos que iniciaron el consumo en la niñez y la adolescencia, sufren daños irreversibles en su salud y no alcanzan un desarrollo pleno.

alcohol alucinógenos anfetaminas éxtasis inhalantes marihuana cocaína tabaco

## **MARIHUANA / MARIGUANA**

¿Qué es la Marihuana?

Es la droga que se comercializa de manera ilícita de mayor consumo en México. Se obtiene de la planta de cáñamo *Cannabis sativa*, la que contiene más de 400 componentes, entre los que destaca el principio activo THC (delta-9 tetrahidrocannabinol), que es el que determina la potencia de la droga y el efecto en el sistema nervioso. La proporción de THC que contiene un cigarro de marihuana depende del tipo de planta, del clima y terreno en que crece, el tiempo de cosecha y de la parte que se utiliza (brotes, hojas, flores); pero se ha observado que la que se vende actualmente es de mayor potencia que la de hace diez años.

La modalidad más popular de marihuana se llama sin semilla y la preparación sólo incluye los botones y las flores de la planta hembra, con un contenido promedio de THC entre el 7.5% y el 24%.

¿Qué es el hachis?

Se trata de una preparación obtenida de la resina gomosa de las flores de las plantas hembra de la *Cannabis*, que tiene un alto contenido de THC, pudiendo llegar éste al 43%, en el caso del aceite de hachis.

¿Cuáles son los efectos inmediatos del consumo?

La marihuana es un alucinógeno leve, que tiene algunas propiedades depresoras sobre el control de las inhibiciones, semejantes a las del alcohol.

Algunas personas reportan que no sintieron nada la primera vez que la probaron.

Usualmente, casi de inmediato, el consumidor puede sentir la boca y garganta resacas, latidos acelerados del corazón, torpeza en la coordinación de movimientos y del equilibrio, así como lentitud en los reflejos. Los vasos sanguíneos de los ojos se expanden, por lo que se ven enrojecidos.

La distorsión que provoca la marihuana en la percepción de tiempo y distancia aumenta la probabilidad de accidentes si se maneja un vehículo o se opera una máquina.

Luego de un tiempo de estar utilizándola pueden percibirse sensaciones que se relacionan con las experiencias pasadas. Dependiendo de las características del usuario y del contenido de THC, así como de la dosis y frecuencia de consumo, puede presentarse pánico, fallas en la memoria y en la capacidad de incorporar, organizar y retener información, alucinaciones intensas y otros problemas mentales como la psicosis tóxica, aun en la primera experimentación.

El THC se absorbe, pasa a depositarse y permanece por periodos prolongados en los tejidos grasos de varios órganos, como el hígado, los pulmones y los testículos, por lo que puede detectarse hasta cuatro semanas después de haber consumido marihuana.

**¿Cuáles son las consecuencias del consumo reiterado?**

Un cigarrillo de marihuana contiene la misma proporción de ingredientes tóxicos que cinco cigarrillos de trabajo, por eso fumarla con cierta frecuencia se asocia con trastornos como catarrros, bronquitis, efisema, asma bronquial, daño pulmonar y en las vías respiratorias, así como aumento en el riesgo de cáncer.

Los consumidores crónicos evidencian, con frecuencia, problemas de memoria, falta de destreza verbal y dificultades en el aprendizaje.

También hay evidencia de que se restringe la capacidad del sistema inmunológico para combatir infecciones y enfermedades.

La marihuana afecta las hormonas. El uso regular puede retrasar el comienzo de la pubertad y reducir la producción de esperma.

En las mujeres, puede interrumpir el ciclo menstrual e inhibir la ovulación.

Los bebés de consumidoras de marihuana presentan con frecuencia bajo peso y, en consecuencia, son propensos a enfermarse.

**¿Cuáles son las consecuencias en la comunidad?**

El grupo social también se ve afectado por el consumo de marihuana, ya que se impacta la seguridad y el bienestar de la comunidad.

Los efectos de esta droga provocan que el consumidor descuide el respeto a las normas y cometa imprudencias o se vea envuelto en accidentes, actos de violencia, vandalismo y riñas callejeras. Además, como se trata de una sustancia comercializada por las redes de tráfico ilegal, se favorecen estas actividades ilícitas.

Adicionalmente, la situación de bienestar de la familia puede alterarse, por el gasto que implica el consumo y el riesgo de tener problemas legales. Por otra parte, las personas intoxicadas olvidan las precauciones necesarias y, si tienen relaciones sexuales, se aumentan las posibilidades de un embarazo no deseado o de contraer enfermedades transmitidas sexualmente.

Alcohol, alucinógenos, anfetaminas, éxtasis, inhalantes, marihuana, cocaína y tabaco.

## **MARIHUANA. TUS HIJOS Y LAS DROGAS. LECTURA DE SEGUIMIENTO 3**

El inicio de la drogadicción

¿Qué es la marihuana?

La marihuana es una planta (*Cannabis indica*) cuyas propiedades sobre la conducta humana se conocen desde la antigüedad, se fuma en pipa o en cigarrillos hechos a mano y es relativamente fácil de conseguir aún para los niños y adolescentes.

Actualmente la marihuana es 25 veces más potente de la que se producía hace 30 años, pues contiene más tetrahidrocanabinal (THC), el ingrediente principal de la marihuana. Entre más consuma una persona, más THC se queda en su cuerpo y se tarda hasta varias semanas en eliminarlo. Además del THC, la marihuana contiene más de 400 sustancias químicas que también pueden causar daños a la salud.

¿Cuánta marihuana se consume?

Un estudio realizado por la División de Investigaciones Epidemiológicas y Sociales del Instituto Mexicano de Psiquiatría, en 1996, en el DF y área metropolitana, reveló que, entre los encuestados, 60 por ciento había usado marihuana por lo menos una vez en su vida y 56 por ciento lo había hecho en los últimos 30 días.

El consumo de marihuana ha aumentado 13 por ciento de 1992 a 1996, ha disminuido a 12 años la edad en que se inicia su uso y es la primera droga ("droga de inicio"), en 47 por ciento de los casos que después utilizan drogas cada vez más potentes.

¿Cuáles son los efectos de la marihuana?

Fumar marihuana puede provocar la sensación de relajamiento, el sujeto se siente adormilado, aumenta el apetito, ojos rojos, garganta y boca seca, aumentan los latidos del corazón, hay poca retención mental, ansiedad, ataques de pánico o paranoia, alteraciones en los sentidos de distancia y tiempo, disminución de las inhibiciones y aumento de la sugestibilidad.

El uso continuo de marihuana produce en los niños y adolescentes, disminución en la cantidad de esperma y niveles bajos de testosterona (hormona masculina), periodos de menstruación y ovulación irregulares que pueden conducir a la infertilidad, daño a los pulmones y al corazón, cáncer, problemas de memoria, dependencia psicológica a la droga, cuadros psicóticos y alucinaciones, entre otras. La persona que fuma marihuana puede tener dificultad para pensar, oír, hablar, recordar cosas, resolver problemas y

establecer ideas claras; además, manejar en automóvil o cualquier máquina, o practicar deporte bajo su efecto es sumamente peligroso.

En la adolescencia, los sentimientos acerca de la sexualidad son ambiguos y el fumar marihuana puede confundirlos y llevarlos a embarazos no deseados o enfermedades de transmisión sexual, incluyendo al SIDA.

### **¿Por qué los niños y adolescentes fuman marihuana?**

Existen muchas razones, algunas de las más comunes son: para ser parte de su grupo de amigos, para evadir problemas o fuertes emociones, por curiosidad, por rebeldía, para ser diferente, por diversión, porque algunas personas piensan que usar drogas es "estar en onda" o es normal y no tiene efectos secundarios y por sentirse adultos.

El fumar marihuana no es parte del proceso de crecimiento del adolescente, como algunas personas lo creen y lo dicen; el desarrollo normal no requiere de droga alguna.

### **¿Cuáles son las etapas en el uso de marihuana?**

Uso poco frecuente. Existe una gran presión por parte de su grupo de amigos, fuma ocasionalmente sólo por diversión y generalmente no pasa a las otras etapas.

Uso frecuente. Se inicia la tolerancia a la marihuana, es decir, necesita mayor cantidad para sentir los mismos efectos, se instalan cambios de conducta y baja en el rendimiento escolar; los problemas causados por su uso pueden llevar al adolescente a consumir más drogas.

Dependencia. En esta etapa se pierde el control total sobre las drogas; el usuario necesita de la marihuana para todo, sin ella se siente enojado o deprimido; para costearse su hábito pueden mentir o robar.

### **¿Cómo puedo saber si mi hijo usa marihuana?**

Tiene los ojos rojos y usa gotas con frecuencia, está hambriento y gana peso con facilidad, está poco motivado y tiene una actitud indiferente, se aparta de la familia y pasa más tiempo en su cuarto o fuera de casa, se le olvidan las cosas, le cuesta trabajo poner atención, compra objetos y playeras con mensajes o símbolos alusivos a la marihuana, falta a la escuela, tiene nuevos amigos e intereses, se aleja de sus antiguos pasatiempos, deportes u otras actividades, puede mostrar las pupilas dilatadas y resequedad en la boca.

### **¿Cómo ayudar a nuestros hijos a decir no a la marihuana?**

Manténte informado sobre el tema, habla con ellos acerca del peligro de las drogas, ayúdalo a manejar la presión que recibe del exterior, escucha con atención lo que te platican, sé el mejor amigo de tu hijo, refuerza constantemente sus valores, sirve de

ejemplo, no utilizando drogas, enséñale que existen diversas formas de diversión que no incluyen las drogas.

Si sospechas que tu hijo consume marihuana, consulta de inmediato a tu médico o acude a los Centros de Integración Juvenil o dirígete a cualquier persona o institución con experiencia y seriedad en esta materia.

## **Tabaco**

¿Qué es el tabaquismo?

El tabaquismo es la adicción a la nicotina; esta sustancia es 20 veces más adictiva que cualquier otra droga. Produce mal aliento, náuseas, sensación de ansiedad; temor, preocupación, mareo, dientes amarillos, arrugas en la piel, mal olor en el cabello y la ropa., enfermedades leves de las vías respiratorias o de serias consecuencias como el enfisema pulmonar, daño gastrointestinal, gastritis, daño en el aparato cardiovascular y neurológico, así como disfunción erectil.

El tabaco contiene más de cuatro mil sustancias cancerígenas, siendo común el cáncer en vías respiratorias, laringe, boca, esófago, estómago, páncreas, vejiga, próstata, matriz y glándulas mamarias; en todos los casos puede provocar la muerte.

En los adolescentes altera el crecimiento (los adolescentes disminuyen su crecimiento de 7 a 12 cm y las adolescentes 10 cm), el peso, modifica la apariencia y cambios sexuales secundarios, disminuye significativamente su rendimiento intelectual hasta en 10 puntos.

Se afecta directamente a los familiares, convirtiéndolos en fumadores pasivos y poniendo en riesgo su salud.

¿Qué es el tabaco?

Es una planta originaria de América, cuyo uso ha perdido la finalidad curativa y ceremonial para lo que antiguamente era utilizada.

Su principio activo más significativo es la nicotina, descrita desde el siglo XIX y estudiaba con detalle, por lo que se ha descubierto que tiene una gran variedad de efectos complejos y, a veces impredecibles, tanto en la mente como en el cuerpo, así como que es la responsable de la adicción al tabaco.

Además de la nicotina, el humo del tabaco contiene más de 4000 compuestos químicos, entre los que se encuentran el alquitrán y el monóxido de carbono, que puedan actuar como reforzadores de la adicción, además de causar diversos problemas en el organismo.

¿Cómo se consume?

La forma de consumo del tabaco más difundida en la actualidad es fumarlo en cigarrillos. También se fuma en puros o pipa, y puede ser masticado y aspirado, aunque estos tipos de consumo son menos frecuentes.

¿Cuáles son los efectos inmediatos del consumo?

Al fumar tabaco la nicotina se distribuye con rapidez en el organismo, llegando al cerebro 10 segundos después de la inhalación: Inmediatamente después de la exposición a la nicotina, se estimula la producción de adrenalina por las glándulas suprarrenales, provocando una descarga de glucosa que incrementa la presión sanguínea, la respiración y el ritmo cardíaco.

Además, la nicotina causa una descarga de dopamina en las áreas del cerebro que controlan el placer y la motivación. Esta reacción es similar a la observada con otras drogas, como la cocaína y la heroína, y se considera una de las causas de las sensaciones placenteras que experimenta el usuario.

En contraste, la nicotina también puede producir efectos sedantes, dependiendo de la dosis consumida y del nivel de excitación del sistema nervioso del fumador.

¿Cuáles son las consecuencias del consumo reiterado?

El consumo reiterado de nicotina lleva a la adicción, caracterizada por una búsqueda y uso compulsivos de la droga, aún con el conocimiento de las consecuencias negativas en la salud. Con la adicción se presenta la tolerancia, es decir, se requieren dosis mayores de la sustancia para producir el mismo efecto inicial de estimulación, lo que es un reforzador del hábito tabáquico.

Las consecuencias en la salud de la exposición continua al tabaco resultan del conjunto de efectos de la propia sustancia y la forma en que se consume. El tabaquismo se asocia estrechamente con una gran diversidad de enfermedades como son:

El cáncer, en diferentes manifestaciones como el pulmón, boca, faringe, laringe, esófago, estómago, páncreas, cérvico/uterino, renal, y vesícula.

- Enfermedades del sistema respiratorio como bronquitis crónica y enfisema.
- Enfermedades del corazón como deficiencia coronaria e infarto.
- Enfermedades cerebrovasculares, como aneurisma y problemas circulatorios e hipertensión.

Asimismo, se deben tomar en cuenta los daños ocasionados a los fumadores pasivos, es decir, aquellas personas que están expuestas involuntariamente al humo de tabaco, tanto en el hogar como en el ámbito laboral.

Diversas investigaciones han comprobado que la aspiración involuntaria en niños incrementa gravedad en los casos de asma y la posibilidad del síndrome de muerte súbita.

Por lo que se refiere al hábito de fumar tabaco en mujeres embarazadas, cabe señalar algunas de las posibles consecuencias:

Eleva el riesgo de un parto prematuro y de problemas de desarrollo del feto. La nicotina disminuye el apetito de la mujer durante la etapa en que debe subir de peso. El feto, privado de suficiente alimento, tiene mayores dificultades para formarse y desarrollarse normalmente, por lo que puede presentarse con bajo peso al nacer.

Fumar reduce la capacidad de los pulmones para absorber oxígeno. Sin suficiente oxigenación el desarrollo del feto puede ser deficiente.

Existe un alto riesgo de aborto espontáneo.

### **¿Cuáles son las consecuencias en la comunidad?**

El tabaquismo es la causa número uno de muertes y enfermedades que se podrían prevenir, por lo que se considera un grave problema de salud pública. Se estima que alrededor de 118 personas mueren diariamente en México por causas vinculadas con el tabaco.

Algunas de las enfermedades asociadas con este hábito producen invalidez, lo que implica un alto costo social y económico.

Por otra parte, los problemas ocasionados por el tabaquismo no se hacen evidentes en forma inmediata, por lo que pasan muchos años antes de que el fumador comience a registrar los signos y síntomas del padecimiento y, frecuentemente, acude a los servicios de salud cuando ya es demasiado tarde y los costos de los servicios se elevan considerablemente.

Como puede verse, las enfermedades asociadas son de carácter crónico, irreversible, incapacitante y mortal, lo que da lugar al deterioro en la calidad de vida de los fumadores y sus familias, así como la pérdida de años potenciales de vida saludable, incidiendo en la disminución de la productividad, el incremento del ausentismo laboral, la sobreutilización de los servicios de salud lo que representa un elevado costo social al que habrá de hacer frente la comunidad.

### **¿CÓMO PUEDO SABER SI MI HIJO USA DROGAS?**

Muchos de los indicativos y síntomas del uso y abuso de drogas y alcohol no son evidentes y pueden confundirse con otro tipo de manifestaciones de la conducta de los adolescentes.

Antes que nada, es importante que no exageres tu reacción al notar algunos o todos los síntomas del uso de las drogas.

Permanece alerta y consulta a un profesional si encuentras que tu hijo

➤ Tiende a estar solitario más de lo acostumbrado.

- Ha cambiado sensiblemente su personalidad habitual y/o su estado de ánimo: ¿Es dado a abruptos cambios de humor? ¿Es ahora imprevisible su conducta? ¿Es agresivo?
- Se está volviendo repentinamente indiferente, desubicado o difícilmente asume sus responsabilidades.
- Ha disminuido su interés o rendimiento en la escuela, los deportes, sus actividades sociales o si hay ausentismo en la escuela.
- Está perdiendo a sus amigos de siempre y ahora sale con adolescentes que beben o de apariencia estrafalaria.
- Le es imposible decir en que gasta su dinero, o tiene ahora el hábito de robar.
- Defiende el derecho a beber, argumentando que "todos" lo hacen, que es la "onda" ir a antros y videobares donde hay barra libre.
- Se ha vuelto mentiroso o evita contestar cuando se le pregunta en donde ha estado.
- Presenta síntomas físicos como: ojos rojos, tos, aumento o pérdida de apetito, insomnio o exceso de dormir, ansiedad.
- Ha perdido interés en apariencia y aseo personal.
- Hay señales obvias de uso de alcohol o drogas en su habitación, en la cochera, en el auto, en el estéreo, o en las bocinas. Por ejemplo, colillas raras, papelitos enrollados o doblados como pequeños sobres, bolsitas con restos de polvo blanco o con mal olor, pastillas o cápsulas extrañas, cucharitas, clips doblados, gotas para los ojos, etc

Si has encontrado tres o más de estos indicativos, es tiempo de que recurras a un asesoramiento profesional. Sin embargo, recuerda que los cambios de conducta son propios de la adolescencia y algunas de las características señaladas no significan necesariamente que tu hijo tenga problemas de alcohol o drogas. En cualquier caso es mejor prevenir que lamentar.

### ¿Qué debo hacer al saber con certeza que mi hijo usa drogas?

Aceptar esta realidad no es fácil. Debes armarte de valor para enfrentarla y luchar **JUNTO A TU HIJO PARA GANAR ESTA DURA BATALLA NUNCA DIGAS: ¿MI HIJO? ¡JAMÁS!**

**Negar la realidad no soluciona el problema.**

Es posible que el dolor, la vergüenza y el sentimiento de culpa te invadan y, como mecanismo de defensa, prefieras ocultarte la realidad.

Debes tener en cuenta que si tu hijo usa drogas o alcohol no es el fin del mundo: muchas familias honorables han pasado por esto y lo han resuelto, fortaleciéndose y uniéndose más en el proceso.

Para empezar, habla con tu cónyuge y pláticale lo que has descubierto. Ya que ambos acepten la existencia del problema, pidan asesoramiento y cambien su actitud. Si esperan que su hijo cambie, es necesario que ustedes como padres también lo hagan.

### **Enfrenten la droga con conocimiento**

Es importante conocer los estragos físicos y psicológicos que produce la droga y el alcohol.

Consulten libros, asesorándose y hablen con el adolescente en forma objetiva, sin dramatizar, sermonear, pegar o regañar, ya que esto es contraproducente.

Transmitanle confianza y logren un acercamiento con él. Inmediatamente después, acudan a un profesional especializado en el abuso del alcohol y las drogas para que realice una evaluación sobre su estado físico y emotivo, estableciendo además el grado de su dependencia que tiene. Con esto determinará el mejor procedimiento a seguir para su recuperación.

## **UNIDOS PARA LA PREVENCIÓN DE ADICCIONES, ¿QUÉ ES LA ADICCIÓN A LAS DROGAS?**

### **¿ QUE ES LA ADICCION A LAS DROGAS ?**

La drogadicción, drogodependencia o también llamada dependencia a sustancias psicoactivas es la IMPERIOSA NECESIDAD que una persona tiene por consumir bebidas con contenido alcohólico u otra clase de droga ( mariguana, cocaína, inhalantes, tranquilizantes, alucinógenos, etc.)

Esta necesidad no desaparece a pesar de que la persona consumidora o usuaria sufra las consecuencias negativas producidas al momento de consumirlas o después de dejar de usarlas. Por norma general, se trata más de una necesidad Psicológica que Física.

En nuestro País es un problema que va en aumento cada día, involucrando a menores de edad y a más mujeres de las que uno pueda imaginarse. Se dice que de 10 a 15 de cada 100 Mexicanos tienen problemas con su manera de beber o debido a su consumo de drogas ilegales o de las de prescripción médica obtenidas por algún método inadecuado. También se dice que de esos 10 ó 15 de cada 100

Mexicanos, al menos 2 ó 3 son mujeres. Claro está que no estamos hablando de todos los Mexicanos sino solamente de aquellos que están comprendidos en el rango de los 14 a los 60 años de edad, es decir las edades más productivas en la vida de cualquier persona.

La adicción al alcohol y a las drogas es una enfermedad primaria, progresiva y mortal.

Y esto ¿qué significa realmente ? Vamos a analizar por partes este novedoso concepto .

**PRIMARIA** : esta palabra significa "primera" o que aparece en primer lugar, como el ciclo de Educación Primaria en nuestro país que es anterior al de la Secundaria.

Muchas personas piensan que la adicción a las drogas aparece después o es consecuencia de algún problema como lo es alguna enfermedad mental, un "trauma" sufrido durante la niñez o cosas similares. Si así fuera diríamos entonces que es una enfermedad "secundaria", esto es, que es una consecuencia directa de otro problema mental o emocional, o sea que primero apareció el problema mental y después, como resultado, vino la adicción a las drogas. Esta es una idea algo anacrónica y no completamente cierta. La ciencia contemporánea ya corrigió este punto de vista. La realidad es que la adicción al alcohol o a las drogas puede padecerla cualquier persona, tenga o no tenga enfermedad mental alguna, y debe ser tratada primeramente, esto es : antes que cualquier otro problema mental o emocional y esto quiere decir sencillamente que la persona tiene que aceptar que está enfermo (a) y que debe abstenerse de seguir consumiendo drogas o alcohol, además de pedir ayuda a los expertos en la materia.

Algunos investigadores científicos afirman que es posible saber con mucho tiempo de anticipación si una persona va a ser adicta o no en alguna etapa de su vida. Estos eruditos aseguran que desde temprana edad un niño o niña se comporta de tal manera que se va preparando el terreno para que desarrolle la adicción al alcohol o a las drogas algunos años después.

Ellos hablan de los niños que son muy nerviosos, hiperactivos e inestables. Esta idea no es nueva. Pero también tenemos que decir que esos niños pueden cambiar su manera de comportarse al ser presionados por el medio familiar o social o, sencillamente, al llegar a la pubertad pueden sufrir cambios en su manera de ser que se deban más a las crisis propias de esta etapa de la vida y, por lo tanto, esa supuesta personalidad " predictiva " (riesgo de convertirse en adictos) desaparece para siempre.

Desde otra perspectiva, algunos expertos afirman que los niños o niñas muy inseguros y que son extremadamente dependientes de alguno de sus padres, al llegar a determinada edad (pubertad o adolescencia) y para vencer esa inseguridad y lograr cierta autonomía respecto a su progenitores, usarán el alcohol o las drogas debido a que el efecto de estas sustancias les permitirá aumentar la seguridad personal y olvidarse de los lazos que los atan a sus padres. Este tipo de niños o niñas que padecen de inseguridad o dependencia emocional muy marcadas, al llegar a la pubertad pueden modificar sus sentimientos y convertirse en otro tipo de personas, y esto sin necesidad de recurrir a las drogas, cualesquiera que estas sean.

**PROGRESIVA.** quiere decir simplemente que las cosas van a ir empeorándose cada vez más mientras la persona no se atiende. Muchos adictos, sus familiares, amigos o patrones piensan que con sostener una buena platicada con la persona problema, dándole algunos consejos o regaños, ésta va a dejar de consumir las drogas o de abusar de las bebidas alcohólicas y las cosas van a cambiar. Desgraciadamente esto no es así en el caso de los verdaderos alcohólicos y adictos. Se requiere de ayuda especializada. Es muy probable que después de esa plática o serie de pláticas interesantes e intensas en las que se invirtieron tiempo, energías e inteligencia, tanto la persona adicta como el voluntario o voluntaria que se prestó para ayudar, salgan convencidos ambos de que algo bueno va a suceder próximamente, pero al cabo de pocos días u horas las cosas van a regresar a como estaban antes o peor. . .

Algunas personas suponen que el hecho de dejar de consumir por algún tiempo su droga de preferencia, alejarse de ella por semanas o por meses, se convertirá en el mejor argumento para demostrarse a sí mismo y a los demás que no tienen ningún problema y que pueden dejar de beber o de drogarse cuando así lo deseen y se lo propongan. La realidad es que, en lo más profundo de su interior, estará contando las horas y minutos en los que este plazo se termina para volver a consumir la droga de manera ilimitada.

Durante el periodo de abstinencia en el que la persona no se involucró con el uso del alcohol o las drogas, su deseo por hacerlo no disminuyó, por lo contrario se vio acrecentado y toda la energía contenida de ese deseo se desbocará a la hora de regresar a beber o a usar drogas

**MORTAL :** Esto parece fácil de entenderse : a medida que la persona adicta consume más drogas o alcohol, tiene más riesgo de morir por una sobredosis. Pero este punto no es el único que hace mortal a esta enfermedad. Hay otros muy importantes.

También se puede morir en un accidente vial por ir manejando intoxicado(a) ; del mismo modo puede perderse la vida en algún pleito a golpes o por lesiones producidas por arma blanca o arma de fuego, situaciones que se presentan comúnmente cuando las personas se encuentran intoxicadas por el alcohol o las drogas, o incluso pueden morir al no ingerir alimentos o líquidos vitales ya que la mayoría de las drogas quitan el hambre y en ocasiones hasta la sed; del mismo modo se puede sucumbir sencillamente porque mientras se abusa del alcohol o de las drogas se pierde el sentido de la vida y se llega al suicidio y esto es algo que le sucede a gran cantidad de alcohólicos y adictos ; finalmente se puede perecer por la sencilla razón de que a la mayoría de los adictos les resulta muy difícil parar de consumir el alcohol o drogas y esto va a provocar un deterioro progresivo de las funciones vitales del organismo hasta que este deje de funcionar. A pesar de todo, esta enfermedad se puede tratar y detener a tiempo. Hay mucha gente que lo está intentando con buenos resultados en la actualidad.

## ¿QUÉ DICE LA CIENCIA MÉDICA ?

Durante la Década de los años 50's, una de las organizaciones de médicos más grande e importante del mundo, la Asociación Médica Norteamericana, misma que congrega a casi todos los médicos de ese país vecino, acordó reconocer el alcoholismo como una enfermedad. Años más tarde, la Organización Mundial de la Salud (OMS) también estuvo de acuerdo en tratar al alcoholismo como una enfermedad médicamente manejable.

Este concepto se amplió y se aplica también a la dependencia de drogas ilegales o las de prescripción médica que alteran el estado de ánimo del que abusa de ellas. Esto es, la Adicción a las Drogas, al igual que la Adicción al Alcohol, es una ENFERMEDAD, y esto porque se encontró que los alcohólicos y los adictos a drogas tienen muchas cosas en común, entre otras la de perder el control sobre sí mismos cuando inician ingiriendo su "droga" favorita (alcohol, marihuana, tranquilizantes, inhalantes, cocaína, etc.), además de que tanto los consumidores "fuertes" de bebidas alcohólicas como los de drogas ilegales o los de inhalantes pueden perder la razón y terminar sus días en un Hospital Psiquiátrico o también acabar con su vida por una sobredosis.

### **¿CÓMO COMPRENDER EL CONCEPTO DE ENFERMEDAD?**

Para poder entender la razón por la cual la Adicción al alcohol y/o las drogas es una enfermedad, hay que definir primeramente y con mucha precisión qué es una enfermedad. Así la Ciencia Médica la define como un fenómeno que presenta, al menos, estas tres características

Primera : existen síntomas, mismos que son un conjunto de señales de alarma que el organismo "emite" con la finalidad de indicar algún desperfecto en su estructura o en su funcionamiento ;

Segunda : existe una progresión en cualquier enfermedad, esto es, las cosas tienden a empeorar si no se atiende el problema.

Tercera : puede hacerse un pronóstico de cuáles son los resultados cuando la enfermedad sigue su curso natural.

La adicción al alcohol y/o a otras drogas. Es una enfermedad porque presenta síntomas claros y definidos como lo son los que explicó el Dr. Jellineck (1960) en su ya famoso texto "El Concepto de Enfermedad en el Alcoholismo" presentado ante diferentes grupos de médicos, que en esa época ya reclamaban un punto de vista diferente para tratar el problema, mismo que no debería ser enfocado ni como una degradación moral o "vicio" ni como un problema similar o idéntico al que sufrían todos los pacientes internos en un Hospital Psiquiátrico. En su ya célebre escala de Alcoholomanía, el Dr. Jellineck propone 4 grandes fases del proceso de la enfermedad y una serie de 45 síntomas que se van presentando en cada una de las etapas y que terminan con la muerte del Alcohólico si este no es atendido a tiempo.

Actualmente se han hecho varias revisiones y algunas modificaciones a esta Escala y sigue teniendo validez en muchos aspectos, sobre todo porque también se puede aplicar a los casos de adicción a otro tipo de drogas. Veamos algunos ejemplos de estos síntomas : presentar olvidos de lo que la persona hacía mientras estaba intoxicada ("lagunas mentales"), mentir para poder seguir consumiendo, robar objetos o dinero de la casa para conseguir alcohol o droga, justificar su manera de beber ("yo no amanezco tirado en las calles, me puedo controlar" o "es parte de mi trabajo") defender el efecto "positivo" ( ?) de usar drogas (" me sirven para estudiar o mejorar mis calificaciones en la escuela " ), usar excusas irracionales( "nadie me quiere"), sentimientos de culpa, ilusión de grandeza, conducta hostil para intimidar y tratar de controlar a la familia, períodos de abstinencia para demostrar que sí puede dejar el alcohol o las drogas, ("yo puedo dejar de usar cuando quiera"), apatía progresiva hacia otras cosas que no sean el alcohol y/o las drogas de su preferencia, múltiples resentimientos y temores, hospitalizaciones para desintoxicación o desintoxicaciones caseras, minimizar el efecto ("la marihuana no hace daño, es un producto natural", "la cerveza no contiene tanto alcohol"), etc., etc.

### **¿COMO PRINCIPIA LA GENTE A TENER ESTE PROBLEMA ?**

Bueno, ya vimos que no necesariamente porque tenga complicados problemas emocionales crónicos que requieran de tratamiento Psiquiátrico. Aunque hay que reconocer que el hecho de que una persona tenga serias dificultades afectivas o de adaptación, esto mismo puede facilitar el inicio en el consumo pero no necesariamente ser la causa principal de la enfermedad.

Las razones por las que la mayoría se inicia en el consumo son más sencillas de entender. A continuación se revisan algunas de ellas.

#### **Primera razón : La curiosidad**

Quizás se trata de la razón más frecuente, la curiosidad, esto es, el querer saber qué es lo que se siente al consumirlas ya que hay tanta información errónea o distorsionada sobre el alcohol y sobre las drogas y también existe tanta desinformación que algunas personas , especialmente adolescentes (hombres y mujeres) desean saber qué les puede pasar si las prueban y aceptan hacerlo desconociendo tanto los efectos inmediatos como las consecuencias a corto o mediano plazos (las consecuencias a largo plazo son pocas y fáciles de entender : daños irreversibles en la salud, la locura y/o la muerte).

#### **Segunda razón : La Presión de los "Pares" Conocidos o amigos del barrio).**

En ocasiones es muy importante sentirse aceptado(a) en un grupo de amigos de la escuela o del barrio y por desgracia en algunas de esas camarillas o pandillas se ha puesto de moda el consumir bebidas alcohólicas sin control alguno o también el ingerir alguna droga ilegal o algún medicamento de los que requieren receta médica especial pero que se consiguen de otras maneras. Para pertenecer a estos grupos o para permanecer en ellos hay que hacer lo que los demás hacen y algunas personas tienen gran necesidad de pertenencia por lo que aceptan lo que les pidan aún y cuando saben que se están arriesgando a sufrir algunas consecuencias negativas. A esta

presión de los pares es difícil contrarrestarla con regaños o "sermones" o señalando las terribles consecuencias del consumo de drogas. Existen otras maneras más efectivas. .

**Tercera razón:** la necesidad de imitar a otros cuando una persona quiere conseguir su propio y personal estilo de ser y de actuar, primero trata de imitar a sus semejantes que admira o que le agrada cómo se comportan y después adquiere para sí mismo (a) algo de esos estilos de ser, convirtiéndolos en parte de su personalidad. Muchas personas se inician en el abuso del alcohol o de drogas por imitación, porque han visto que otros lo hacen y, aparentemente, no les ha pasado nada malo, al contrario, parece ser que son exitosos y esto último invita a seguir su ejemplo. Este fenómeno, el de la necesidad de imitar a alguien especial, es algo natural que se presenta en algunas etapas de la vida, sobre todo durante la pubertad y la adolescencia. El problema reside en el hecho de querer imitar a alguien que consume alcohol o medicamentos en exceso o algún tipo de droga ilegal.

Hay que señalar que la mayoría de los adictos al alcohol o a las drogas se inició consumiendo bebidas con contenido alcohólico durante su pubertad o adolescencia y bajo la "autorización" o invitación de alguien de mayor edad (familiar o amigo de la familia) al que le pareció que ya era oportuno que la persona inexperta aprendiera a sentir lo que sucede cuando se consume alcohol. A nuestras sociedades altamente tecnificadas y "civilizadas" les parece normal el hecho de que un adolescente demuestre que ya es hombre consumiendo fuertes cantidades de bebidas alcohólicas.

**Cuarta Razón :** alivio de dolencias. Por el efecto obtenido (alivio o disminución del dolor físico o emocional, evitar el cansancio, el hambre o las tensiones) prescrito por algún médico durante un tiempo limitado y que la persona usuaria en cuestión decide continuar con el uso bajo su propio riesgo. En muchas ocasiones estos medicamentos se obtienen en el "mercado negro" o también utilizando falsos recetarios.

### **¿PORQUÉ ALGUNOS SÍ Y OTROS NO ?**

La pregunta es simple : ¿por qué algunas personas pueden beber y no convertirse en alcohólicas y otras, con el paso del tiempo, se convierten en bebedores problema? Y la misma pregunta puede hacerse respecto a algún tipo de drogas : ¿Por qué algunas personas que en alguna ocasión probaron alguna droga ilegal como la marihuana o la cocaína o algún otro tipo de droga como los inhalantes ya no lo vuelven a hacer mientras que otras personas las usan con relativa frecuencia o casi a diario ?

**La respuesta no es sencilla.** Hasta el día de hoy es un misterio al que la Ciencia dedica muchos esfuerzos con el intento de obtener una respuesta clara que le permita comunicársela a la gente para que esta sepa cómo prevenir el problema.

Mientras esto sucede, se presentan algunas de las conclusiones que los investigadores científicos han obtenido en su lucha por ayudar a las personas.

#### **1. Es una cuestión Hereditaria.**

Esta idea es la más popular en muchas partes, sobre todo en países como los Estados Unidos de Norteamérica, donde los investigadores han estudiado algunos hermanos gemelos hijos de padre alcohólico o madre alcohólica que posteriormente fueron adoptados por otros adultos. Los gemelos estudiados viven en hogares distintos y distantes el uno del otro y para sorpresa de los investigadores, se encontró que estos gemelos también eran alcohólicos a pesar de que recibieron una educación diferente cada uno de ellos. Los casos de este tipo que han sido sometidos a estudios ya son muchos en la actualidad y con estos ejemplos los científicos concluyen que el ser alcohólico se hereda. La persona nace con la propensión a convertirse en manera diferente al de las demás personas cada vez que tenga contacto con alguna bebida alcohólica o con alguna droga de las que alteran el estado de ánimo. Se dice que la persona que tenga esta propensión heredada, tendrá dificultades severas para detener su consumo de alcohol o de drogas ya que se le presentará una necesidad imperiosa de seguir consumiendo de manera ilimitada y sin control alguno porque su organismo así se lo exige. De esta manera se explica el porqué el verdadero alcohólico y el adicto a drogas desarrollan una compulsión a la hora de estar bebiendo o drogándose, es decir que no pueden detenerse a pesar de las consecuencias negativas del consumo.

## **2. Se presenta solamente en familias muy especiales**

Esta idea sugiere que el alcoholismo y la adicción a drogas no se manifiesta en cualquier tipo de familia sino solamente en aquellas que tienen ciertas características muy particulares, que pueden ser las siguientes : se trata de familias donde ha habido suicidios, homicidios, problemas psiquiátricos, apostadores, adictos al sexo, bebedores fuertes, alcohólicos y drogadictos. Estas familias no solamente sufren los problemas del abuso del alcohol y las drogas, sino que además tienen una historia de conductas violentas o problemas mentales serios que pueden facilitar que siga existiendo el alcoholismo o la drogadicción en las siguientes generaciones.

Además, en la actualidad se habla mucho del papel que juegan las familias en las que alguno de los padres ya no vive en casa (por muerte, abandono, separación o divorcio), o aquellas denominadas "Disfuncionales", que son las que no funcionan como se espera que deberían de hacerlo, es decir las que no cumplen con sus funciones básicas.

Aún no se ha comprobado con precisión la relación que guarda este tipo de sistemas familiares con la aparición de la adicción, pero podemos decir con seguridad que posibilitan de muchas maneras el que el problema crezca y se complique.

## **3. Se aprende en casa**

Muchas personas en la actualidad piensan que esta es la razón principal por la que la gente se inicia en este tipo de actividades tan destructivas. Para algunos educadores que creen que lo más importante en la vida de un ser humano no es lo que hereda genéticamente sino lo que aprende en el seno de su propia familia, la respuesta es clara: el abuso de alcohol y drogas es producto de lo que se asimila en el propio hogar.

Algunos especialistas han llegado a afirmar que todo adicto proviene de algún hogar en el que se consumían o se consumen grandes cantidades de alcohol, o se ingieren aquellos psicofármacos que tranquilizan a las personas nerviosas,

incluyéndoles sus niveles de angustia, o los inductores del sueño, desafortunadamente tan "de moda" entre muchos individuos que tienen dificultades para conciliar el sueño.

Por supuesto que también se incluyen aquí aquellas familias donde se han consumido o se consumen drogas ilegales como la mariguana, de la que llegan a pensar que "no hace tanto daño como las demás".

También se incluyen en este apartado aquellas familias donde se consumen muchos medicamentos de todos tipos y para todas las ocasiones y en las que se acostumbra la auto-medicación.

### **¿ Cuáles son las consecuencias del consumo?**

Antes que cualquier otro comentario aparezca, hay que hacer una aclaración importantísima : del abuso de las bebidas con contenido alcohólico o del uso y abuso de las drogas ilegales, legales o aquellas como los inhalantes y solventes industriales, NUNCA SE OBTIENE NADA BUENO PARA LAS PERSONAS.

Esto quiere decir que es completamente falso cualquier comentario o cualesquiera opinión de persona (incluyendo a los profesionistas de la salud humana) o de medio de comunicación alguno que afirme que alguna de las drogas aquí mencionadas produce algún tipo de beneficios en la persona que las consume.

Excepción de esto son las Drogas prescritas y bajo control de un Médico autorizado y facultado para sugerir al paciente que las ingiera y de acuerdo a un programa especial y bajo absoluto control.

No existe droga alguna sobre este planeta que provoque felicidad ni tranquilidad, ni un aumento o mejoría de la Inteligencia o de las habilidades personales.

Las Drogas no producen Genios ni Artistas ni mejores Hombres ni mejores Mujeres ; solamente los destruyen. . . Todas las drogas, sin excepción alguna, afectan directamente al Sistema Nervioso de las personas que las consumen. Unas en mayor proporción que otras, la destrucción causada normalmente es irreversible ya que las células nerviosas afectadas se mueren y ya no tienen capacidad para regenerarse.

Por todo lo anterior, la persona adicta al alcohol o a las drogas presentará una disminución notoria en su capacidad para prestar atención en algunas situaciones como en el salón de clases o en el trabajo, tendrá dificultades con la memoria pues llegará a desatender eventos importantes de su vida personal o familiar al grado de olvidar por completo el sistema de valores que le inculcó la familia cuando era niño(a); su capacidad para diferenciar entre lo que es bueno y lo que es malo o nocivo se verá seriamente dañada con el paso del tiempo y a medida que aumentan las intoxicaciones; su lenguaje se vuelve cada vez más pobre respecto a la cantidad de palabras utilizadas y en la calidad de las mismas , su capacidad para pensar se deteriora notoriamente y va "llenando su cabeza" con ideas referentes a como conseguir más drogas o alcohol y como provocarse daño o causarlo a los demás o, por lo contrario, llega a pensar que todo mundo se está confabulando para dañarle, o que la vida no tiene sentido alguno.

También se ven afectados su Sistema Respiratorio (catarros frecuentes, tabique nasal perforado, enfisema pulmonar, etc.,) el Digestivo (sangrados, úlceras, cirrosis hepática, pancreatitis, etc.,) y el Sistema Inmunológico (una baja generalizada de las defensas del organismo que lo debilita y lo hace presa fácil de enfermedades contagiosas).

En resumen, como todas las drogas son sustancias extrañas al organismo, al ingresar al mismo van a provocar un daño cuya magnitud en un principio es difícil de precisar, pero con el paso del tiempo va a ser más notorio especialmente para aquellas personas que están cerca del adicto y que le brindan su cariño o su amistad.

### **¿Y cuál es la consecuencia más importante ?**

Pues desgraciadamente no existe una sola, sino que por lo contrario son varias y muy complejas, pero para aquellos y aquellas que han estado o que actualmente están cerca de ese huracán destructor en que se convierte todo adicto, hombre o mujer, existen algunas consecuencias aún más trascendentales que las anteriores que padece el cuerpo, y estas son las Emocionales, las Familiares, las Sociales y las Espirituales.

#### **1. La vida de los afectos**

Entre las consecuencias de tipo emocional nos encontramos con que el abuso del alcohol y de drogas produce una baja notoria en la auto-estima del usuario y este efecto, en bastantes casos, se produce inmediatamente después de realizar el primer consumo ; se provoca una confusión de sentimientos muy importante ya que la persona usuaria muchas veces no sabrá con certeza qué es lo que siente realmente por sus seres queridos, prefiriendo negar u olvidar estos sentimientos con el objeto de evitar al máximo esta desagradable confusión. Y ya que usamos el verbo negar, sobre este hay que advertir enfáticamente que se refiere a la actitud favorita del verdadero Adicto o de la Adicta : la de negar que está consumiendo en exceso las bebidas alcohólicas o las drogas, la de negar que lo que hace le está afectando en su manera de ser, de vestir, de hablar, de estudiar o trabajar, o sea que usa la negación como su principal defensa no sólo para no enfrentar su realidad sino también para poder seguir hagan comentario alguno al respecto. Esta actitud, al inicio pasiva y aparentemente inofensiva, con el paso del tiempo se transforma en una negación activa y hostil, ya que el Adicto se va a enojar cuando se le quiera hablar sobre el tema, no permitiendo el más mínimo comentario al respecto por parte de persona alguna.

El usuario frecuente de Alcohol o Drogas va a desarrollar una capacidad especial para resentirse con todos y cada uno de sus seres queridos y esto sucede desde las primeras veces que consume, pero con el transcurrir del tiempo se resentirá con todo lo que sea posible hacerlo, real o irreal, humano o Divino, material o inmaterial.

Esto quiere decir que un Adicto, casi todos los días anda de muy mal humor porque siente que todo mundo le ha hecho algún tipo de daño o se lo puede hacer gente y a buscar culpables para tener una explicación del porqué se ha convertido en un ser tan solitario y de tan difícil trato.

Sus estados de ánimo son muy cambiantes y eso confunde a sus seres queridos, además de que se frustra con mucha facilidad cuando las cosas no son como quisiera que fueran. Para evitar las constantes frustraciones, se vuelve una persona hábil para manipular a los demás, llegando a mentir con tal de obtener lo que quiere, cuando y donde lo quiere, es decir que se vuelve una persona inmadura e irracional y esto cada vez resulta más evidente para las personas que le rodean.

Casi todos los adictos son muy sensibles a las reacciones que los demás tengan respecto a ellos y, por lo general, los familiares cercanos o amigos prefieren rechazarlos debido a las acciones arriesgadas que emprenden cuando se encuentran intoxicados y estos desaires les afectan demasiado, pero no son sensibles exclusivamente al rechazo de los demás sino también a la indiferencia o inclusive a la aceptación. Una de las principales dificultades del adicto reside en que no puede le rechazan o por aquellos que no le toman en cuenta), y desconfía de las personas que le estiman alejándose de ellos porque sabe que tarde o temprano le van a pedir que abandone su consumo irresponsable de alcohol o drogas y esto no lo va a aceptar tan fácilmente. Es por todo esto que el adicto se queja con mucha frecuencia de sentimientos fuertes de soledad, pero normalmente esta soledad es un producto de sus propias actitudes irresponsables.

Y para no quedarse solo (a) completamente, se vale de artimañas, mentiras y chantajes con el objeto de tener cercanos a sus seres más queridos, desarrollando el egocentrismo como rasgo de carácter predominante, mismo que consiste en tener un mínimo de dos personas (normalmente son más) siempre a su alrededor, cuidándole y protegiéndole o, al menos, preocupándose por él (ella), lo que hace pensar al Adicto que a mucha gente le interesa su situación, lo cual es cierto.

## **2. La Vida Familiar**

El hogar donde reside la persona Adicta se va a desorganizar de tal manera que ya no va a cumplir con los sueños de quienes lo formaron ni con las expectativas de aquellos o aquellas a quienes les tocó nacer ahí. La confusión va a hacer presa de todos los miembros de la Familia y les va a provocar daños a veces irreparables por la profundidad de los sentimientos que se vieron lesionados. Los familiares de todos los adictos intentan, de todas las maneras conocidas, cambiar las actitudes destructivas del usuario de las drogas, ya que les duele mucho lo que sucede y les provoca vergüenza que otras personas se enteren del problema. Por lo tanto, más temprano que tarde, van a caer en el juego de negar el problema o restarle importancia, ya que desconocen la manera más efectiva de enfrentar la realidad que están viviendo y todos sus esfuerzos se basan exclusivamente en lo que la sociedad piensa que debe hacerse en esos casos, ignorando que hay otras vías para hacer frente al problema y para solucionarlo de la mejor manera.

Como toda Adicción al Alcohol o las Drogas es sinónimo de Destrucción, muchas familias llegan a perecer, a desintegrarse debido a que no entendieron qué era lo que les estaba pasando, además de que se resistieron a solicitar ayuda porque el

mismo hecho de hacerlo implicaba aceptar que había un problema delicado dentro del hogar y que estaba afectando a todos. O sea que la Familia cae en el juego de la negación, tal y como lo hace el adicto y este juego peligroso no beneficia a nadie, aunque pareciera que el adicto sale ganando porque puede seguir consumiendo drogas libremente y sin pagar las consecuencias de sus actos destructivos ya que la familia, erróneamente, absorbe todas estas secuelas.

La paz y la tranquilidad que requiere todo hogar para ofrecer a sus integrantes el ambiente adecuado en el que van a desarrollar sus potencialidades personales, se vuelve un medio amenazante y angustiante en exceso. Los hábitos saludables que facilitan que cualquier persona funcione normalmente en la vida, como lo son la buena alimentación y una cantidad adecuada de horas destinadas al descanso nocturno, se verán seriamente alterados. Todos los miembros de la familia, incluyendo al adicto, presentarán problemas graves en estos hábitos, es decir que o tendrán dificultades con los alimentos (comer mucho o casi nada) y con su sueño (insomnio crónico) o con ambas actividades. Y la explicación de esto es sencilla : la angustia que produce el vivir con alguien así, tan difícil, puede quitar las ganas de comer o, por lo contrario, despertar un apetito insaciable. Esta misma angustia puede quitar el sueño, además de que como casi todo adicto prefiere la vida "nocturna", la familia toda, o algunos de sus miembros, se dedicarán a vigilar la hora en la que el adicto llega a su casa a dormir, alterando así las horas destinadas a su descanso.

También hay que señalar que siempre o casi siempre la Adicción genera que en un Hogar se presente la violencia verbal (gritos, amenazas, groserías) debido a que los familiares se desesperan porque el adicto no les hace caso, también la violencia física (golpes, empujones, romper objetos), pérdida de objetos valiosos o ropa, que el adicto sustrae de la casa para venderlos y conseguir más alcohol o drogas, separaciones de pareja, divorcio, infidelidades, problemas serios en la comunicación, maltrato a los hijos, abusos de todos tipos, etc., y la lista puede ser interminable ya que el amor de la familia obliga a no abandonar al adicto hasta el momento en que se solucione su problema.

Es importante señalar que un Adicto manipula a la Familia undiéndoles miedo o terror, de tal manera que los que se le acercan saben que NO se puede hablar, ni siquiera sugerir el tema del abuso del Alcohol o de las Drogas ya que el Adicto se va a enojar, va a amenazar con intentar suicidarse o irse de la casa, quitarles el dinero, etc., lo que pone a temblar a más de un familiar, por lo que mejor optan por el silencio absoluto.

### **3. La vida social**

Una persona adicta muy intoxicada se convierte en una amenaza pública. Las personas que se encuentran cerca corren algunos riesgos graves, entre ellos el de perder la vida, sus propiedades o al menos el de sufrir algunas lesiones físicas o psicológicas importantes.

El Adicto, hombre o mujer, causa daños a sus vecinos cuando escandaliza en el barrio o en la vía pública, al enfrentarse a golpes con otra persona, cuando maneja un

automóvil y provoca accidentes, al cometer errores en sus tareas asignadas, mismos que le cuestan mucho dinero a la Empresa, o cuando llega tarde o no asiste a su lugar de trabajo por encontrarse intoxicado o bajo los efectos de la "cruda" ; también puede cometer infracciones leves a las leyes o delitos graves que requieren encarcelamiento.

El adicto que consume drogas es la razón de existir del complejo fenómeno del narcotráfico, problema inmenso que está consumiendo a nuestras sociedades, en otras épocas sólidas y predecibles.

Nunca serán suficientes los esfuerzos emprendidos por las autoridades o las organizaciones civiles mientras no se atienda también al consumidor :

- ✓ al que aún no las consume (prevención primaria),
- ✓ al que ya se está iniciando (prevención secundaria) o,
- ✓ al que por desgracia ya se encuentra atrapado en sus mortales redes (prevención terciaria o tratamiento).

#### **4. La Vida Espiritual**

Esta es la parte más sensible y la más afectada en la persona que abusa de las bebidas alcohólicas y de las drogas.

Desgraciadamente, esta porción de la vida de la persona, la Espiritual, es a la que menos atención se le presta a la hora de hacer una evaluación de los daños ocasionados. Por costumbre, tanto el usuario como sus más allegados, inmediatamente se preocupan por los efectos físicos o los emocionales. Es indudable que tanto el organismo como la mente de la persona se ven seriamente dañados, pero la parte Espiritual es la primera en sufrir el fuerte impacto del abuso de las bebidas Alcohólicas o de las Drogas.

Pero, ¿cuál es esa parte Espiritual ?

Bueno, pues hay que hacer una descripción breve ya que este documento no lleva la intención de construir un análisis detallado de esta importantísima porción de la vida de una persona. Y simplificando mucho las cosas, podemos decir que la vida Espiritual incluye no solamente las creencias de tipo religioso, sino todo aquello que sirve a una persona para frenar su impulsividad y que además le da valor y sentido a su vida . Así tenemos como ejemplo de esto los frenos morales y éticos, el sistema de creencias personales y el grupo de valores que la persona ha adquirido tanto mediante la educación familiar como por el aprendizaje en la sociedad y cultura a la que pertenece. El ejercicio de estos valores implica que la persona sea responsable de sus actos y decisiones.

Es precisamente todo esto lo que primeramente se debilita cuando la persona entra en relación con cualquier tipo de droga y sucede mediante un sólo y exclusivo contacto, por lo que si se llegan a presentar más intoxicaciones, el deterioro de esta parte será cada vez mayor.

Esto puede explicar el porqué el adicto, hombre o mujer, comete tantos actos de mal juicio y llega a presentarse ante los demás como una persona amoral, irresponsable y cínica. Lo que realmente sucede es que sus frenos interiores se debilitan cada vez más y a medida que pasa el tiempo va perdiendo su valor como persona. Llegando a sentir, muchas veces, que su vida no tiene sentido alguno. Para poder recuperarse de la adicción, cualquier persona va a tener no solamente que atender su organismo dañado y arreglar su mente confusa, sino y sobre todo hacerse cargo de su parte Espiritual, misma sin la cual no puede existir rehabilitación alguna.

### **¿Cuánto tiempo se necesita para convertirse en Alcohólico (a) o en Drogadicto (a)?**

La respuesta no es simple. Cada persona es única porque su organismo y su manera de pensar y actuar es diferente al de todas las demás. Por lo tanto, la respuesta frente al consumo de bebidas alcohólicas o de otras drogas es variable y depende de algunos factores, por ejemplo de la edad que se tenga, del sexo, de la calidad en la alimentación, del estado emocional, etc.,

Aunque... hay casos de personas que tardan muchos años, diez, veinte o treinta en dar problemas a los demás como lo son algunos alcohólicos, mientras que otros necesitan de muy poco tiempo, a veces solamente algunas semanas o meses para transformarse en un problema serio para sus Familias, para la Sociedad y, sobre todo, para sí mismos.

Muchos consumidores de Cocaína e Inhalantes solo han necesitado de algunos días para convertirse en drogadictos, mientras otros comentan que desde el primer contacto sintieron que su vida se les escapaba de las manos y que ya no volverían a ser los mismos de antes.

A menor edad de la persona que consume, más breve es el camino que va a recorrer para destruir su vida y la de los suyos. También se afirma que hay diferencias entre un hombre y una mujer, y la diferencia radica en que la mujer tarda más tiempo para recibir ayuda por la vergüenza que le produce a la familia el aceptar que un miembro femenino tenga este problema.

## QUE ES LO QUE PUEDE HACERSE PARA . . .

### 1. AYUDAR A QUIEN PADECE EL PROBLEMA

Si un miembro de la familia, la pareja o un buen amigo desea auxiliar a algún adicto, puede seguir una serie de sugerencias que le permitan realmente ayudar evitando un desgaste inútil. A continuación se exponen algunas de ellas.

**Primera:** no intente convencer a un adicto de que abandone el alcohol o las drogas. Mucho menos cuando está intoxicado (a). Esta sugerencia no pretende confundir más a la familia, de ninguna manera. Su propósito es que se comprenda que las ganas de seguir consumiendo por parte de un adicto, van a ser más fuertes ( siempre o casi siempre) que los regaños, súplicas o lágrimas de alguno de sus seres queridos que infructuosamente intenta convencerle de que abandone este mal camino. Por norma general, el adicto llega a vislumbrar que sus intoxicaciones dañan a algunos de sus seres queridos y a medida que más le solicitan que no consuma, se va a rebelar y a continuar consumiendo para demostrarles que él (ella) sabe lo que hace y que va a dejar de consumir cuando quiera y no cuando se lo digan. Si se puede negarle la entrada a la casa cuando está intoxicado (a) y prohibirle que tenga las drogas o que las consuma dentro del hogar.

**Segunda:** no le diga mentiras.

Es mejor enfrentar los hechos con honestidad. Si háblele de que usted está enterado(a) del consumo de las drogas y el alcohol, de las consecuencias negativas y de que existen algunas soluciones, mismas de las que usted ya está informado(a).

**Tercera:** no le califique de vicioso (a) o de persona débil, sin fuerza de voluntad.

Si háblele de que tiene una enfermedad que puede ser atendida a tiempo. A la mayoría de los adictos les causan culpa y vergüenza los actos de mal juicio que cometen intoxicados y si se les insiste en que lo que padecen es una enfermedad, se sentirán menos incómodos y probablemente soliciten ayuda.

**Cuarta:** no le sobreproteja. Permítale que enfrente y arregle las consecuencias negativas de sus actos. Si usted le soluciona todo los embrollos en los ue acostumbra involucrarse, nunca solicitará la ayuda que requiere.

**Quinta:** no le amenace con algo que no va a cumplirle o que solamente le cumplirá de modo momentáneo.

Si va a castigarle, piense bien antes de hablar sobre la sanción para que esta dé resultados. Muchos adictos siguen consumiendo y creando problemas dentro de la casa ya que saben que sus seres queridos no les van a cumplir sus amenazas o que solamente lo harán por un corto período de tiempo.

Si póngale límites a su capacidad destructiva y haga que respete el hogar, sus bienes materiales, sus reglas y tradiciones.

**Sexta:** procure no discutir ningún tema importante cuando se encuentre intoxicado (a). Los sentimientos de culpa que traen los impulsan a tratar de arreglar o manipular todo a su favor y así evitar las consecuencias de sus actos de mal juicio. Si procure hablarle cuando observe que ya pasaron los efectos del alcohol o las drogas y preferentemente méncionele lo que sucedió durante la intoxicación, señalándole que necesita ayuda y animándole a que la reciba cuanto antes.

## 2. AYUDAR A LA FAMILIA

Si usted es la persona más preocupada por el problema de su familiar adicto (a), lo mejor sería que dejara solamente de preocuparse y pasara a ocuparse, es decir, a hacer algo de inmediato para recibir ayuda usted mismo(a).

La mayoría de los familiares de los alcohólicos y los adictos niegan que les haya afectado y afecte el problema de la adicción de un miembro de la familia. Este tipo de pensamientos provocan una gran confusión no solamente en el efectos directos del abuso de alcohol y drogas sobre la familia son el de la desintegración y el de la a desaparecer como grupo unido y por el otro la incapacidad creciente para cumplir sus objetivos humanos básicos, como lo son el cuidado y la protección de sus integrantes así como el de ser un espacio para el ejercicio sano de la vida afectiva y de relación.

La adicción al alcohol y las drogas debe ser visto como un problema que afecta no sólo al que se intoxica con esas sustancias sino como un conflicto de todo el grupo familiar al que pertenece el adicto. La rehabilitación de este último debe estar en estrecha relación con la de todos los miembros de la familia, y por todo lo anterior, he aquí algunas sugerencias.

**Primera:** infórmese todo lo que sea posible sobre la naturaleza exacta de esta enfermedad. Mientras más información obtenga, más armas tendrá para enfrentar y resolver el problema.

**Segunda:** procure hablar de este asunto con los demás miembros de la familia. El silencio es uno de los peores enemigos que la familia tiene que vencer para poder sobrevivir a las grandes crisis que provoca un adicto en el seno del hogar.

**Tercera:** procure tener a la mano una guía con teléfonos y direcciones de los centros especializados que existen en su comunidad donde puedan recibir ayuda tanto el adicto como los demás miembros de la familia (hospitales, clínicas, centros de Rehabilitación).

**Cuarta :** también anote las direcciones de los grupos de Auto-ayuda como los de Alcohólicos Anónimos y Narcóticos Anónimos, que son los que pueden auxiliar al adicto, así como los que brindan ayuda a los familiares, tales como Al-Anon y Familias Anónima. Estos grupos no cobran por los servicios que prestan a los que asisten a sus juntas.

**Quinta :** manténgase en contacto con alguna persona externa a la familia que pueda observar los hechos y opinar con objetividad (Psicólogos, Médicos, Sacerdotes, Ministros del Culto). Las opiniones de personas expertas en dar consejos resultan muy útiles cuando las crisis arrecian.

**Sexta :** considere muy en serio la posibilidad de que usted, como familiar o pareja, sea la persona que va a iniciar el cambio que tanto se necesita y que si usted no se arriesga, nadie lo va a hacer, por lo que las cosas van a seguir igual en la familia. Algunos adictos llegan a corregir sus estilos de conducta tan destructivos si alguien de su misma familia les da el ejemplo de cómo hacerlo.

**Séptima :** no se quede con dudas. Pregunte a los expertos.

### **3. PREVENIR EL PROBLEMA**

A pesar de lo complicado que pudiera parecer, existen maneras de prevenir este grave problema que está afectando a muchas familias y a comunidades enteras. Hay ciertas cosas que usted puede hacer al respecto. . .

**Primera:** infórmese ampliamente sobre las drogas, sus efectos y sobre las de mayor consumo en su comunidad.

**Segunda:** hable con su familia y amistades sobre este tema cuantas veces sea necesario. Negar la existencia de esta realidad o minimizar sus consecuencias, no ayuda a nadie.

**Tercera:** si usted está consumiendo alguna de las drogas mencionadas, absténgase de hacerlo y solicite ayuda. En el caso de algunas drogas prescritas por su médico (tranquilizantes), pregunte sus efectos, sus riesgos y durante cuánto tiempo las va a consumir.

**Cuarta :** involúcrese en los grupos y actividades preventivas que haya en su comunidad, y si estos no existen, proponga su creación en las escuelas, iglesias y hospitales o en las juntas de vecinos.

**Quinta:** como las actividades de prevención también deben ofrecer alternativas saludables al consumo de drogas y alcohol, comprométase en las luchas comunitarias por la creación y preservación de zonas verdes destinadas a la recreación de las familias, así como a la formación de grupos que fomentan las actividades ecológicas y las de servicio a los demás.

**Sexta:** fortalezca su vida Espiritual y la de los suyos, de los modos y maneras que usted conozca y prefiera.

**Séptima:** Empiece las actividades preventivas con los de su propia casa.