



GUÍA **INFORMATIVA** para jóvenes y adolescentes

Prevención del consumo de drogas
y otras adicciones

 **centre**
COORDINADOR
DROGODEPENDENCIES



**Govern
de les Illes Balears**

Conselleria de Salut i Consum



The background features a large, solid blue area on the left. On the right, there are abstract, organic shapes in a lighter blue and a dark navy blue, creating a layered, graphic effect.

Edita: Conselleria de Salut i Consum. Govern de les Illes Balears

Autor: Dr. Bartolomé Jaume

Traducciones: Xisco Salvà

Asesoramiento y normalización lingüística: M^{re} Paula Riutort Mir

Diseño y maquetación: Zarco Consulting S.L.

Impresión: Jorvich S.L.

Deposito Legal: PM -

Estimados jóvenes,

A lo largo de vuestra formación escolar y académica estáis conociendo que uno de los principales anhelos del ser humano es gozar de buena salud, física y mental, a lo largo de toda su vida y que esta buena salud le permita desarrollar su propio proyecto integral de persona con autonomía y total libertad. En la mayor parte de los casos esta calidad de vida saludable le es innata, pero también es cierto que a lo largo de los años un individuo debe ir adquiriendo y desarrollando unos hábitos de vida saludables.

En los últimos tiempos, el uso y abuso de las drogas se ha convertido en uno de los fenómenos más complejos de nuestra sociedad. Las drogodependencias requieren un abordaje multidisciplinar (familia, escuela, comunidad...) en el que, desde la corresponsabilidad social, todos tenemos algo que aportar para lograr su paulatina erradicación. Porque es así, desde una actitud comprometida, activa y serena como debemos hacer frente a esta problemática sociosanitaria. Por vuestra juventud sabéis que las personas sólo deben tener miedo de aquello que se desconoce.

Por ello creo que es importante a lo largo de vuestra etapa formativa y educativa que ante el problema del consumo de drogas y otras adicciones sepáis por vosotros mismos todo lo relacionado con esta temática: qué son las drogas, cuántos tipos existen, cuáles son sus efectos físicos y psíquicos a corto, medio o largo plazo, etc.

Esta Guía informativa para jóvenes y adolescentes editada desde la Conselleria de Salut y Consum desea ser una herramienta complementaria a toda la sólida información que vais adquiriendo a través de vuestros profesores y tutores, así como mediante las charlas informativas que desde diferentes instituciones y ONGs recibís a lo largo del curso escolar. Nunca será de más cualquier información objetiva sobre este importante tema de la sociedad de nuestros días.

Os invito a leer y dialogar sobre esta Guía y todos sus aspectos con vuestros profesores, padres y madres para que vayáis adquiriendo buenos y adecuados hábitos de vida.

Aina M. Castillo Ferrer
Consellera de Salut y Consum

índice

1. Introducción	03
2. ¿Qué son las drogas?	04
3. Clasificación de las drogas.....	05
4. ¿Cómo se consumen?.....	06
5. ¿Qué tipos de dependencia crean?.....	07
6. ¿Cuáles son los riesgos de tomar drogas?	08
7. ¿Por qué la gente toma drogas?	09
8. Tipos de Drogas y Adicciones.	
a. Alcohol.....	11
a.a. Alcohol y accidentes de circulación.....	14
b. Tabaco	17
c. Tranquilizantes-Barbitúricos-Hipnóticos. (Fármacos depresores)	20
d. Inhalables.....	22
e. Cánnabis.....	23
f. Alucinógenos	25
g. Cocaína	27
h. Anfetaminas-Speed (Fármacos estimulantes)	29
i. Opiáceos.....	31
j. Drogas de síntesis	33
k. Ketamina	35
l. GHB.....	37
m. Poppers.	39
n. Óxido nitroso.....	40
o. DXM (Dextrometorfano).....	41
p. Adicciones no químicas (adicciones psicológicas) ..	42
9. ¡Qué no te deslumbren las drogas!.....	44
10. Información adicional. Bibliografía recomendada.....	47

1. Introducción

El consumo de drogas no es un fenómeno nuevo. El ser humano las ha empleado desde tiempos inmemoriales con distintos fines: rituales mágicos, rituales religiosos, técnicas curativas...

Con el devenir de la historia el tipo de drogas y las formas en las que éstas se consumen han ido cambiando. Hoy en día, el incremento de su consumo y la incorporación de otro tipo de sustancias, hasta hace muy poco desconocidas en nuestro entorno cultural, han contribuido a que el abuso de sustancias, especialmente entre los jóvenes, se haya convertido en un fenómeno que debe ponernos en alerta y que se debe, sin caer en alarmismos, tratar y vigilar desde diferentes puntos de vista para lograr un objetivo común: buenos y correctos hábitos saludables en nuestra sociedad.

Esta Guía para Jóvenes y Adolescentes trata de ofrecer una información general con un contenido claro, conciso y concreto sobre las drogodependencias y otras adicciones que puede ser útil para afrontar esta tan importante problemática sociosanitaria de la sociedad del siglo XXI.

2. ¿Qué son las drogas?

Se conocen como “drogas” todas aquellas sustancias que reúnen las siguientes características:

- a) una vez dentro de nuestro organismo, se dirigen a través de la sangre hacia nuestro cerebro, cuyo funcionamiento habitual modifican de manera variable.
- b) su uso regular puede generar procesos conocidos como:
 - Tolerancia: a medida que el organismo se va adaptando a la presencia regular de la sustancia, se necesita una mayor cantidad para producir los mismos efectos.
 - Dependencia: tras un uso habitual más o menos prolongado, la persona necesita consumir la sustancia:
 - para no experimentar síntomas de abstinencia (dependencia física).
 - para afrontar su vida cotidiana (dependencia psicológica).
- c) su abuso puede provocar diferentes tipos de trastornos:
 - Físicos: cuando, como consecuencia de su toxicidad dañan el organismo de la persona consumidora (por ejemplo: una bronquitis crónica causada por el consumo habitual de tabaco).
 - Psicológicos: cuando inciden negativamente sobre la relación de la persona consigo misma o con su entorno afectivo, como ocurre por ejemplo en conflictos de pareja por el abuso de alcohol.
 - Sociales: cuando impactan sobre la comunidad, como ocurre con los accidentes de tráfico provocados por conductores bajo los efectos del alcohol o drogas ilegales.

3. Clasificación de las drogas

Las drogas no constituyen una realidad única, sino que están caracterizadas por una notable diversidad siendo su principal característica común la denominada "psicoactividad": la capacidad de estas sustancias para llegar al cerebro y alterar su normal funcionamiento. De esta forma, atendiendo a su principal efecto sobre el cerebro humano las drogas pueden clasificarse en:

a) Drogas o sustancias depresoras del Sistema Nervioso Central.

Familia de sustancias que tienen en común su capacidad para entorpecer el funcionamiento habitual del cerebro, provocando reacciones que pueden ir desde la desinhibición hasta el coma, en un proceso progresivo de adormecimiento cerebral. Las más importantes de este grupo son:

- Alcohol.
- Opiáceos: heroína, morfina, metadona...
- Tranquilizantes: pastillas para calmar la ansiedad.
- Hipnóticos: pastillas para dormir.

b) Drogas o sustancias estimulantes del Sistema Nervioso Central.

Grupo de sustancias que aceleran el funcionamiento habitual del cerebro, provocando un estado de activación que puede ir desde una mayor dificultad para dormir tras el consumo de café, hasta un estado de hiperactividad tras el consumo de cocaína o anfetaminas. Entre estas sustancias, podemos destacar por su relevancia las siguientes:

- Estimulantes mayores: anfetaminas y cocaína.
- Estimulantes menores: nicotina.
- Xantinas: cafeína, teína, teobromina...

c) Drogas o sustancias perturbadoras del Sistema Nervioso Central.

Sustancias que trastocan el funcionamiento del cerebro, dando lugar a distorsiones perceptivas, alucinaciones...

- Alucinógenos: LSD, mescalina...
- Derivados del cánnabis: hachís, marihuana...
- Drogas de síntesis: éxtasis...

06

4. ¿Cómo se consumen?

- Fumada (como ocurre con el hachís o el tabaco).
- Ingerida por vía oral (como el alcohol o las drogas de síntesis).
- Aspirada (como la cocaína o el speed).
- Inhalada (como los pegamentos).
- Inyectada (como en ocasiones, la heroína).

5. ¿Qué tipos de dependencia crean?

Seguindo los criterios de la Organización Mundial de la Salud (OMS), podemos entender la dependencia como aquella pauta de comportamiento en la que se prioriza el uso de una sustancia psicoactiva frente a otras consideradas antes como más importantes. El consumo de drogas, que quizás empezó como una experiencia esporádica sin aparente trascendencia (“tontear con las drogas”, “no me pasará nada”, “lo puedo controlar”, “por uno no pasa nada”...) pasa a convertirse así en una conducta en torno a la cual se organiza la vida del sujeto. Este dedicará la mayor parte de su tiempo a pensar en el consumo de las drogas u otras sustancias, a buscarlas, a obtener financiación para comprarlas, a consumirlas, a recuperarse de sus efectos, etc.

Así, el concepto genérico de dependencia integra dos ámbitos:

· Dependencia física:

En este caso, el organismo se ha habituado a la presencia constante de la sustancia, de tal manera que necesita mantener un determinado nivel en sangre para funcionar con normalidad. Cuando este nivel desciende por debajo de cierto límite aparece el síndrome de abstinencia característico de cada droga. La dependencia física es relativamente fácil de superar tras un período de desintoxicación que, en función de cada droga, puede prolongarse como máximo durante 15 días.

· Dependencia psíquica:

Compulsión por consumir periódicamente la droga de que se trate, para experimentar un estado afectivo agradable (placer, bienestar, euforia, sociabilidad...) o librarse de un estado afectivo desagradable (aburrimiento, timidez, estrés...). La dependencia psíquica, es más difícil de desactivar, ya que requiere introducir cambios en la conducta y en las emociones del sujeto que le permitan funcionar psíquicamente (obtener satisfacción, superar el aburrimiento, afrontar la ansiedad, tolerar la frustración, establecer relaciones...) sin necesidad de recurrir a las drogas.

6. ¿Cuáles son los riesgos de tomar drogas?

Básicamente, la ingesta de drogas supone un riesgo para la salud de los individuos que las consumen, para su entorno sociolaboral y para su desarrollo personal. Si bien todos los riesgos son importantes, destaca el perjuicio para la salud del propio individuo y para su normal desarrollo ya que, especialmente los jóvenes y adolescentes, al recurrir a las drogas como forma de evadir problemas (para "disfrutar de la vida" o para enfrentarse a sus exigencias) lo que hacen es limitar la oportunidad de demostrar y desarrollar sus propios recursos y capacidades.

Además bajo el efecto de las drogas se llega a comportamientos descontrolados, conductas, muchas veces, en las que no se miden los riesgos ni las consecuencias de lo que se ha probado.

Uno de los riesgos adicionales de las drogas, entre otros, aunque quizá el más importante, es la dependencia, que es el conjunto de comportamientos y de reacciones que comprenden el impulso y la necesidad de tomar la sustancia de forma continua y regular, ya sea para sentir sus efectos o para evitar el malestar que produce la no ingesta de dicha sustancia. Y, sin lugar a dudas, todas las drogas producen dependencia psíquica y la mayoría también física.

7. ¿Por qué la gente toma drogas?

Es una pregunta de respuesta compleja y aunque la mayoría de las familias están convencidas de que sólo las consumen quienes tienen problemas que no pueden controlar en casa, en la escuela (malas notas, fracaso escolar, falta de motivación...), con los amigos, etc., la realidad es bien distinta ya que cada individuo es diferente y, por ello, cada uno tiene un distinto motivo: experimentar nuevas sensaciones, diversión, relajación, porque les agradan sus efectos inmediatos, olvidar problemas, aliviar la angustia o la tristeza, transgredir las normas, etc.

Lo que sí es cierto es que existen los llamados factores de riesgo, que son aquellas circunstancias que relacionadas con la propia sustancia, con las características de la persona consumidora o con su entorno, aumentan o disminuyen la probabilidad de que esa persona consuma drogas.

Como factores de riesgo vinculados a las sustancias, se hallan sus propias características farmacológicas, sus efectos y su mayor o menor capacidad para generar dependencia. Entre los factores personales, aunque son muy variados, destacaríamos, la baja autoestima, la búsqueda de sensaciones nuevas, el mal uso del ocio o del tiempo libre del individuo y por último, el fracaso escolar.

Finalmente, como factores de riesgo vinculados al ambiente son importantes y decisivos la presión del grupo de amigos, la aprobación social del consumo de ciertas drogas o adicciones y la mayor o menor tolerancia de la familia hacia este tipo de conductas. No podemos saber quién consumirá y quién no lo hará. Pero sí sabemos cuáles son los factores que hacen que dicho consumo sea más probable. Por ello, la prevención de esta conducta es fundamental y si bien **TODOS** tenemos algo que aportar, el papel de la familia sigue siendo decisivo.

8. Tipos de drogas y adicciones



- El alcohol es la sustancia más consumida en nuestro entorno sociocultural y cuyo abuso es la que más problemas sociales y sanitarios causa (accidentes de tráfico y laborales, malos tratos, problemas de salud, alcoholismo...).

- Es un depresor del Sistema Nervioso Central (SNC) que adormece progresivamente el funcionamiento de los centros cerebrales superiores produciendo desinhibición conductual y emocional. No es un estimulante, como a veces se cree; la euforia inicial que provoca se debe a que su primera acción inhibitoria se produce sobre los centros cerebrales del autocontrol.

- Las bebidas alcohólicas se clasifican básicamente en dos grupos en función de su proceso de elaboración:

a) Bebidas fermentadas: proceden de la fermentación de los azúcares contenidos en diferentes frutas (uva, manzana...) siendo características de este grupo la cerveza, la sidra y el vino. Su graduación alcohólica oscila entre 4º y 12º.

b) Bebidas destiladas: resultan de la depuración de las bebidas fermentadas para obtener mayores concentraciones de alcohol. Se trata de bebidas como el vodka, la ginebra o el ron oscilando su graduación entre 40º y 50º.

alcohol

12

- En los años 90 aparecieron en el Reino Unido unas nuevas bebidas conocidas como *alcopops* o *easydrinks*, consistentes en refrescos a los que se ha añadido alcohol variando su contenido alcohólico de los 4º a los 15º y ya se han extendido por toda Europa.

- En España mueren cada año 12.000 personas a causa de enfermedades o accidentes ocasionados o favorecidos por el uso indebido o abusivo de bebidas alcohólicas. En Europa, el abuso de alcohol es responsable de una de cada cuatro muertes entre jóvenes de 15 a 29 años, fundamentalmente en accidentes de tráfico ocasionados por personas que conducen bajo los efectos del alcohol. Por esta causa mueren en Europa cada año una media de 57.000 jóvenes.

Otras denominaciones

Priva, litrona, katxis.

¿Qué aspecto tiene?

Líquido, de varios colores, sabores y texturas.

¿Cómo se toma?

Se bebe.

¿Qué tipo de dependencia produce?

Física y psíquica. Produce tolerancia.

¿Qué efectos suele producir?

Relaja, disminuye el dolor y la ansiedad, desinhibe. Provoca descoordinación y torpeza y altera la atención y el rendimiento intelectual, lo que está directamente relacionado con todo tipo de accidentes ya sean laborales o quizá los más vinculados a la adolescencia y a la ingesta de alcohol: los accidentes de tráfico.



Los efectos del alcohol dependen de varios factores:

- La edad (beber alcohol mientras el organismo se encuentre madurando es especialmente nocivo).
- El peso (afecta de modo más severo a las personas con menor masa corporal).
- El sexo (por factores fisiológicos, la tolerancia femenina es, en general, menor que la masculina).
- La cantidad y rapidez de la ingesta (a más alcohol en menos tiempo, mayor intoxicación).
- La combinación con bebidas carbónicas (tónica, coca-cola,...) que aceleran la intoxicación.
- El grado alcohólico de la bebida: la velocidad de absorción es mayor para las bebidas de mayor graduación (licores, aguardientes...) que para las bebidas con menor grado alcohólico (cerveza, vino...).

Efectos del consumo en dosis elevadas

Acidez de estómago, vómitos, diarrea, dolor de cabeza, deshidratación, descenso de la temperatura corporal, etc.; En caso de intoxicación aguda puede darse depresión respiratoria y coma. El abuso de la ingesta de alcohol puede ser un factor que provoque situaciones de malos tratos y violencia. Además el alcohol debilita las inhibiciones y puede llevar a la práctica de sexo sin protección lo que supone un incremento muy importante del riesgo de contraer no sólo el VIH/SIDA sino otras enfermedades de transmisión sexual así como los embarazos no deseados.

Riesgo de un consumo continuado

Alteraciones en el aparato digestivo (estómago, hígado y páncreas); inflamaciones, úlceras y degeneraciones del sistema circulatorio: infartos y arterioesclerosis. Alteraciones mentales: delirios y demencia alcohólica.

Síndrome de abstinencia

Temblores, náuseas, ansiedad, delirios, alucinaciones, agitación, convulsiones. Puede ser muy grave.

Intoxicación aguda:

Embriaguez, agitación.

alcohol

14

Alcohol y accidentes de circulación

Actualmente es indiscutible que si hablamos de seguridad en la conducción, uno de los factores determinantes de la siniestralidad del tráfico es el consumo de alcohol y de drogas asociado a la conducción de cualquier tipo de vehículos. Es de sobras conocido que no existe ningún nivel de ingestión alcohólica ni de drogas que no suponga riesgo alguno (por los efectos que estas sustancias psicoactivas producen) para nuestra seguridad y la del resto de personas (ocupantes de nuestro o de otros vehículos, peatones...). Por ello, no hay recomendación más sensata que, en el caso de conducir cualquier tipo de vehículo (coche, moto..) no beber en absoluto, y por supuesto, no consumir droga ni sustancia psicoactiva alguna. Entre todos debemos crear esta concienciación social en la prevención de los accidentes de tráfico (y no olvidar tampoco los accidentes laborales) que producen la ingesta de alcohol y drogas. Es importante recordar que de lo publicado en la "Encuesta sobre actitudes frente al riesgo vital", realizada en 15 países europeos, en España tan sólo el 17% de las personas que beben "no conducen nunca después de beber": de ahí, la necesaria y obligada concienciación social de la frase tan conocida: **SI BEBES, NO CONDUZCAS**

Así, si nos detenemos por unos instantes en las estadísticas veremos la importancia de lo dicho hasta ahora:

- Uno de cada cuatro muertos en accidente de tráfico es menor de 25 años.
- Los accidentes de tráfico suponen la primera causa de mortalidad entre los jóvenes de 18 a 24 años.

- El 50% de los jóvenes fallecidos los fines de semana en nuestras carreteras tenían un nivel de alcoholemia (alcohol en sangre) superior al legalmente permitido.
- El alcohol está directamente relacionado con alrededor de 1/3 de los accidentes mortales de la carretera y 1/5 de los accidentes domésticos.
- De cada tres jóvenes muertos en accidentes de tráfico debidos a la influencia del alcohol, dos eran acompañantes.
- Se estima que a nivel mundial 300.000 personas mueren cada año y entre 10 y 15 millones sufren graves heridas o discapacidades como consecuencia de los accidentes de tráfico.

¿Existen factores de riesgo en los accidentes de tráfico?

Habitualmente al describir los factores de riesgo en los accidentes de tráfico, se citan el factor humano, el vehículo y el medioambiental. De los tres, el factor humano es hoy por hoy el dominante, siendo el responsable de las $\frac{3}{4}$ partes de los accidentes de tráfico. De hecho, conducir en estado de intoxicación por alcohol y/o drogas y no utilizar los dispositivos de protección para los ocupantes (cinturones de seguridad, sillines para niños, cascos para motocicletas...) son dos de los factores de riesgo más importantes para las lesiones o muertes por accidentes de tráfico.

¿Cuáles son los principales efectos del alcohol en la conducción?

- Perturba el sentido del equilibrio.
- Disminuye el campo visual (menor observación de cruces...)
- Reduce la precisión de los movimientos.
- Aumenta la fatiga.
- Dificulta la percepción del color rojo (frenado de coches, semáforos, señalizaciones de obras...).
- Hace apreciar inexacta o equivocadamente las distancias (adelantamientos, entradas o salidas de curvas, no respeto de distancias de seguridad...).



alcohol

- Dificulta la acomodación de la vista a los cambios de luz y oscuridad (autopistas, cruces, túneles...).
- Aumenta el tiempo de reacción entre la percepción de la señal hasta la reacción sobre los mandos del vehículo...
- Incrementa los sentimientos de impaciencia y de agresividad.
- Hace subestimar el riesgo.
- Crea sentimientos de invulnerabilidad.
- Disminuye la capacidad de atención.

16

Comentarios

- 1.** Bajo ningún concepto hay que conducir ni un automóvil ni una motocicleta habiendo ingerido alcohol.
- 2.** Aunque se trata de la sustancia que genera más problemas sociales y de salud en nuestra sociedad es objeto de una gran tolerancia social por motivos eminentemente socioculturales. En estas condiciones, no es de extrañar los altos niveles de consumo y la precocidad de inicio del mismo (de forma habitual).
- 3.** Impulsar la prevención desde edades tempranas y reducir la tolerancia hacia su uso abusivo y compulsivo deben de ser tareas prioritarias para la familia, la escuela y el conjunto de la sociedad.

b tabaco

- Se obtiene de la transformación de las hojas de la planta *Nicotiana tabacum*.

- En el humo del tabaco se han identificado alrededor de 4.000 componentes tóxicos, de los cuáles los más importantes son:

1. La nicotina, que es la responsable de los efectos psicoactivos de la sustancia y de la intensa dependencia física que el tabaco provoca.
2. El monóxido de carbono, sustancia que se adhiere fuertemente a la hemoglobina y que impide que el oxígeno puro se distribuya correctamente a través de la sangre, lo que origina las sensaciones de fatiga, ahogo y la dificultad de respirar.
3. Los alquitranes, sustancias probadamente cancerígenas.
4. Los irritantes, tóxicos responsables de la irritación del sistema respiratorio ocasionada por el consumo de tabaco (tos, faringitis, mucosidad).

Otras denominaciones:

Cigarrillo, pita, pitillo.

¿Qué aspecto tiene?

Hojas secas en forma de hebras de color marrón.

tabaco

18

¿Cómo se toma?

Se fuma.

¿Qué tipo de dependencia produce?

Física y psicológica. Produce tolerancia.

¿Qué efectos suele producir?

Estimula y favorece el estado de vigila. Puede funcionar como un hábito relajante y tranquilizador.

Efectos del consumo en dosis elevadas

Aceleración del ritmo cardíaco, dificultad respiratoria, sensación de embotamiento y dolor de cabeza.

Riesgo de un consumo continuado

Alteraciones en el sistema respiratorio: bronquitis, enfisema, cáncer.
Alteraciones del sistema circulatorio: infarto y arterioesclerosis.

Síndrome de abstinencia

Nerviosismo, irritabilidad, deseos de fumar, dificultades de concentración, etc.

Intoxicación aguda:

Tos, dolor de cabeza, faringitis.

Recomendación-Motivos para no fumar o dejar de fumar:

- 1.** Prevención de enfermedades: el tabaco es el responsable del 90% de la mortalidad por cáncer de pulmón, del 95% de la enfermedad pulmonar obstructiva crónica, del 50% de la mortalidad cardiovascular, de úlcera gástrica...
- 2.** Mejorar la salud (tos y catarros recurrentes, dolor de garganta, acidez, cansancio, dificultad de respiración...).
- 3.** Mayor capacidad de ejercicio físico.
- 4.** Motivos estéticos: mal aliento, dientes amarillentos, mal olor del cabello, envejecimiento prematuro de la piel.
- 5.** Mayor longevidad: un fumador vive entre 5 y 8 años menos que un no fumador.





tranquilizantes barbitúricos hipnóticos

(fármacos depresores)

- Son medicamentos en forma de pastillas utilizados para el insomnio y los trastornos de ansiedad (uso médico).

- Tienen efectos depresores.

20

¿Qué aspecto tiene?

Cápsulas, comprimidos o ampollas inyectables.

¿Cómo se toma?

Se tragan o se inyectan.

¿Qué tipo de dependencia produce?

Física y psicológica. Tolerancia moderada.

¿Qué efectos suele producir?

Inductores del sueño, reducción de la ansiedad y la angustia, relajación muscular (alto riesgo de accidentes –laborales, tráfico–).

Efectos del consumo en dosis elevadas

Disminuyen los reflejos y provocan enlentecimiento respiratorio que puede llevar hasta el coma y la muerte.

tranquilizantes
barbitúricos
hipnóticos

Riesgo de un consumo continuado

Alteraciones psíquicas y neurológicas: temblores, vértigo. Alteraciones mentales: irritabilidad, depresión, deterioro psicológico grave.

Síndrome de abstinencia

Insomnio, ansiedad, cansancio, irritabilidad, temblores.

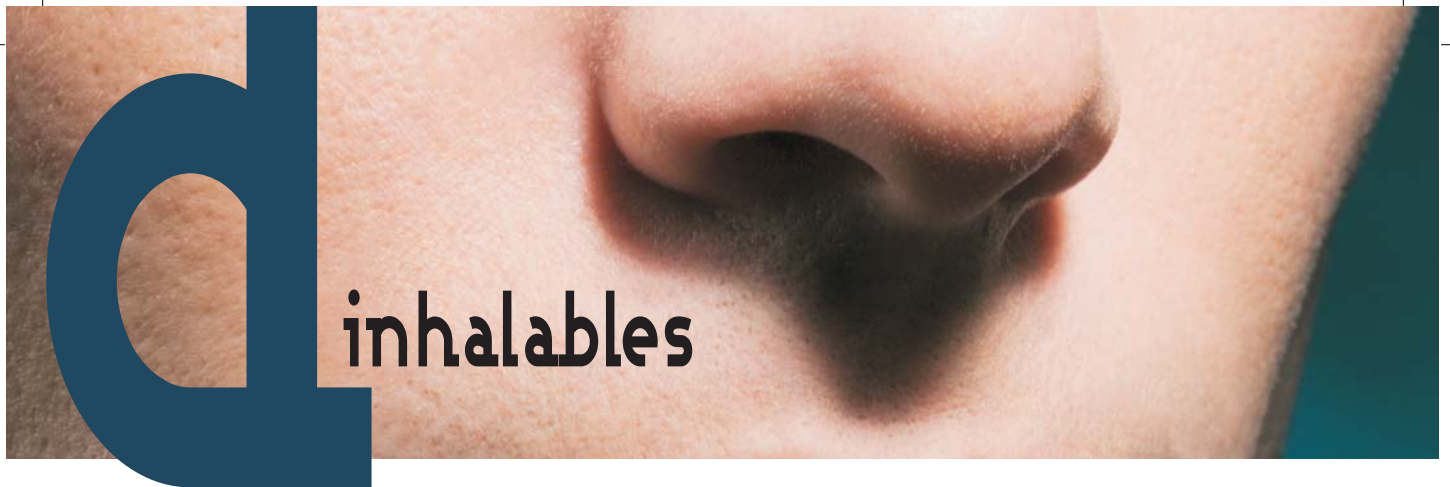
Intoxicación aguda:

Tos, dolor de cabeza, faringitis.

21

Recomendación:

1. Nunca automedicarse
(sin control médico puede aparecer una dependencia más grave).



22

- Se consumen aspirando los vapores de diversos productos industriales (colas, disolventes, gasolina, aerosoles...).

¿Cómo se toman?

Se inhalan.

¿Qué tipo de dependencia produce?

Física y psíquica. Producen tolerancia.

¿Qué efectos suele producir?

Euforia, trastornos de la percepción y del juicio que pueden llegar a ser alucinaciones. Sensación de vértigo, embriaguez, confusión y desorientación, dificultad de coordinar los movimientos. Somnolencia.

Efectos del consumo en dosis elevadas

Convulsiones y deterioro progresivo de la personalidad.

Riesgo de un consumo continuado

Lesiones cerebrales, hepáticas y renales. Enfermedades respiratorias graves.

Síndrome de abstinencia

Decaimiento, depresión, irritabilidad.

Intoxicación aguda:

Embriaguez, ilusiones, riesgo de muerte debido a accidentes conductuales.



e cánnabis

- Se trata de una planta, la *Cannabis sativa*, de la cual se pueden utilizar las hojas secas (marihuana, hierba) o bien una resina compacta denominada "hachís" o "chocolate". Su principio activo, responsable de los efectos psicoactivos es el THC o tetrahidrocannabinol.

- Produce alteraciones de las percepciones del tiempo y del espacio y altera la actividad cerebral. Los efectos dependen mucho de las expectativas de la persona consumidora y del ambiente en el lugar de consumo.

23

Otras denominaciones:

Costo, chocolate, maría, hierba, mierda, tate, marihuana, porro.

¿Qué aspecto tiene?

Bolas o planchas como barro prensado color marrón oscuro, hojas secas o aspecto aceitoso (parecido al alquitrán).

¿Cómo se toma?

Se fuma mezclado con tabaco ("porro", "canuto"). En ocasiones se come.

¿Qué tipo de dependencia produce?

Sobretudo psicológica. Produce tolerancia.

cánnabis

24

¿Qué efectos suele producir?

Euforia, desinhibición y cierta confusión. Puede servir de facilitador de relaciones sociales. Disminución de la atención, de los reflejos y de la coordinación psicomotora (alto riesgo de accidentes). Sequedad de la boca, enrojecimiento de los ojos.

Efectos del consumo en dosis elevadas

Percepción alterada de la realidad y de manera más inusual, estados de pánico.

Riesgo de un consumo continuado

Trastornos asociados al tabaco (bronquitis, cáncer de pulmón...).

Síndrome de abstinencia

Ansiedad, irritabilidad, ganas de consumir.

Intoxicación aguda:

Tos, dolor de cabeza, faringitis.



alucinógenos

- El más conocido es el LSD o ácido -dietilamida del ácido lisérgico-. La sustancia se traga impregnada en pequeños trozos de papel secante que lleva dibujados logotipos con diseños actuales.

- Son sustancias que alteran la percepción de la realidad objetiva.

25

Otras denominaciones:

Acido, tripa, bicho, secantes. Las dosis impregnadas en papel son conocidas por su nombre de diseño: Batman, Smiley, Conan...

¿Qué aspecto tiene?

Pastillas, trozos de papel secante, estrellitas, polvos...

¿Cómo se toma?

Se tragan.

¿Qué tipo de dependencia produce?

Psicológica. Produce tolerancia.

¿Qué efectos suele producir?

Sensación de bienestar acompañada de alteraciones de las percepciones del tiempo, visuales, sensitivas... que pueden llegar a ser verdaderas alucinaciones (sentir o ver cosas que no son reales).

alucinógenos

26

Efectos del consumo en dosis elevadas

Alucinaciones paranoicas y reacciones de pánico de consecuencias imprevisibles ("mal viaje"). Síndrome catatónico (la persona se queda muda, desorientada y de forma repetida hace movimientos sin sentido).

Riesgo de un consumo continuado

Alteraciones mentales: insomnio, delirios, alucinaciones, trastornos del estado de ánimo, irritabilidad; Fenómeno del *flashback*: revivir la experiencia sin tomar la sustancia.

Síndrome de abstinencia

Nerviosismo, ansiedad.

Intoxicación aguda:

Midriasis, sudor, espasmos, delirio paranoide.



- Es un derivado que se obtiene de la coca, planta originaria de América del Sur y cultivada actualmente en dicho continente, Indonesia y el este de África.

- En las sociedades precolombinas, la coca se usaba como planta medicinal, droga estimulante, objeto ritual y tasa impositiva.

- En los países andinos, las hojas de coca se mastican durante largas horas. El aparato digestivo se anestesia y el consumidor deja de sentir hambre.

- Es un estimulante de la actividad del sistema nervioso.

Otras denominaciones

Coca, perico, farlopa, nieve, blanca.

¿Qué aspecto tiene?

Polvo blanco cristalino.

¿Cómo se toma?

Normalmente se esnifa, aunque también se inyecta y puede fumarse mezclado con tabaco.

¿Qué tipo de dependencia produce?

Psíquica y física. Tolerancia intensa por vía intravenosa y fumada.

cocaína

28

¿Qué efectos suele producir?

Estimulante general del organismo con disminución de la sensación de fatiga, hambre y sueño. Sensación de lucidez mental. Euforia. Aceleración del ritmo cardíaco. Hipertensión arterial. Excitabilidad.

Efectos del consumo en dosis elevadas

Insomnio, agitación, ansiedad intensa, agresividad, ilusiones, alucinaciones, temblores y movimientos convulsivos.

Riesgo de un consumo continuado

Alteraciones cardiocirculatorias: infartos, hemorragias cerebrales. Alteraciones mentales: delirios, depresión de rebote ("bajada"). Lesiones locales de la mucosa nasal.

Síndrome de abstinencia

Estado de ánimo deprimido, fatiga, deseo obsesivo de volver a consumir.

Intoxicación aguda

Miosis, espasmos, sudor, convulsiones, crisis hipertensivas...



- Son compuestos sintéticos.
- Las anfetaminas se utilizan en medicina para reducir el apetito y el cansancio.

Otras denominaciones:

Anfetas, pastillas, ice.

29

¿Qué aspecto tiene?

Cápsulas, comprimidos o ampollas inyectables.

¿Cómo se toma?

Se tragan o se inyectan.

¿Qué tipo de dependencia produce?

Física y psíquica. Producen tolerancia.

¿Qué efectos suele producir?

Estimulación general del organismo con disminución del sueño, el apetito y el cansancio. Euforia, ansiedad, agitación.

Efectos del consumo en dosis elevadas

Aumento de la temperatura corporal, inquietud, irritabilidad, alucinaciones que pueden llevar a una psicosis tóxica anfetamínica.

anfetaminas
speed

30

Riesgo de un consumo continuado

Alteraciones mentales, trastornos de la concentración. Alteraciones cardiocirculatorias: hipertensión, taquicardias, infartos.

Síndrome de abstinencia

Fatiga, depresión, insomnio, irritabilidad.

Intoxicación aguda:

Accidentes cardiovasculares, convulsiones...



opiáceos

(heroína...)

- El opio se obtiene de la planta *Papaver somniferum*; sus derivados más conocidos son la heroína, la morfina y la codeína.

- La heroína es ilegal mientras que la morfina se utiliza en medicina para calmar el dolor y la codeína para calmar la tos.

- Son depresores de las funciones del sistema nervioso.

Otras denominaciones:

Caballo, potro, jaco.

¿Qué aspecto tiene?

Polvo de color blanco (parecido a la harina) o de color marrón (parecido al azúcar moreno).

¿Cómo se toma?

Se inyecta, se fuma o se inhala.

¿Qué tipo de dependencia produce?

Física y psicológica intensa. Produce rápidamente tolerancia.

opiáceos

32

¿Qué efectos suele producir?

Euforia, sensación de bienestar, disminución del dolor y de la ansiedad. Somnolencia y apatía.

Efectos del consumo en dosis elevadas

En dosis elevadas puede producir la muerte por depresión respiratoria.

Riesgo de un consumo continuado

Alteraciones digestivas: falta de apetito, estreñimiento. Alteraciones cardiocirculatorias: hipotensión. Alteraciones del sistema nervioso: trastornos de memoria y atención. Alteraciones metabólicas.

Síndrome de abstinencia

Se conoce como el "mono" y se caracteriza por el nerviosismo, inquietud, bostezos, dolores musculares, insomnio, mucosidad nasal, lagrimeo, pupilas dilatadas, sudoración. No representa un peligro vital para la persona. Produce síndrome de abstinencia en el recién nacido (en el caso de una consumición durante el embarazo).

Intoxicación aguda:

Miosis, edemas, shock, espasmos.



1 drogas de síntesis

(éxtasis, venus, nexus, 2-CB...)

- Se fabrican en laboratorios químicos clandestinos y su contenido exacto es difícil de determinar.

Otras denominaciones:

Todas las sustancias incluidas en esta categoría son conocidas genéricamente como pastillas, pilulas o por el nombre de la marca de la pastilla (pájaros, fidodidos...).

¿Qué aspecto tienen?

Pastillas en diferentes formas, tamaños y colores.

¿Cómo se toma?

Se tragan.

¿Qué tipo de dependencia producen?

Sobretudo psíquica. Producen tolerancia.

¿Qué efectos suele producir?

Euforia. Mejora de la capacidad de comunicación interpersonal (verborrea).

Efectos del consumo en dosis elevadas

Ansiedad, confusión, pánico, insomnio; alucinaciones visuales y auditivas y episodios de pánico. Temblores y contracción mandibular.

drogas de síntesis

34

Riesgo de un consumo continuado

Alteraciones mentales: depresión de rebote, delirios. Alteraciones hepáticas y cardíacas. Riesgo de shock: golpe de calor (aumento brusco de temperatura corporal, deshidratación).

Síndrome de abstinencia

Ansiedad, nerviosismo, angustia.

Intoxicación aguda:

Náuseas, vómitos, accidentes cardiovasculares.



ketamina

(clorhidrato de ketamina)

- Es un anestésico general con propiedades analgésicas.
- Se utiliza sanitariamente en medicina y veterinaria.

¿Qué aspecto tiene?

En polvo, líquida o comprimidos.

¿Cómo se toma?

Vía oral o nasal.

¿Qué tipo de dependencia produce?

Psíquica y produce tolerancia.

¿Qué efectos suele producir?

Produce un estado disociativo (sensación de separación entre el cuerpo y la mente). Alucinaciones.

Efectos del consumo en dosis elevadas

Náuseas, vómitos, pérdida del apetito. Sensaciones de paz y de claridad de ideas.

ketamina

36

Riesgo de un consumo continuado

Aumento de la tensión arterial y de las pulsaciones. Crisis de pánico.
Alteraciones del sistema nervioso.

Síndrome de abstinencia

Nerviosismo, angustia.

Intoxicación aguda:

Angustia, pánico, pérdida del control de los movimientos.



GHB

(gamma-hidroxibutírico)

- Se trata de una sustancia anestésica.
- Es un depresor del sistema nervioso.
- No se debe confundir nunca con el éxtasis (comprimido).
- En medicina se ha dejado de utilizar por sus efectos secundarios.
- Si se mezcla con alcohol, tranquilizantes o derivados opiáceos el riesgo de intoxicación se multiplica.

¿Qué aspecto tiene?

Líquido (incolore, inodoro, insípido).

¿Cómo se toma?

Se bebe solo o mezclado con otros líquidos (alcohólicos y no alcohólicos).

¿Qué tipo de dependencia produce?

Psíquica y psicológica. Produce tolerancia.

¿Qué efectos suele producir?

A dosis bajas tiene efectos parecidos al alcohol: euforia, desinhibición, relajación...



GHB

Efectos del consumo en dosis elevadas

Mayor sensibilidad en la piel, somnolencia, disminución de pulsaciones, ansiedad, pérdida del conocimiento.

Síndrome de abstinencia

Ansiedad, nerviosismo.

Intoxicación aguda

Golpe de calor.

38



- Sustancias vasodilatadoras utilizadas en medicina para tratar ciertas enfermedades cardíacas.

- Contienen nitritos de amilo, butilo y pentilo.

¿Qué aspecto tiene?

Son líquidos incoloros e inodoros (se presentan en botes de cristal).

39

¿Cómo se toma?

Inhalados (nunca ingeridos).

¿Qué tipo de dependencia produce?

Dependencia física y genera tolerancia.

¿Qué efectos suele producir?

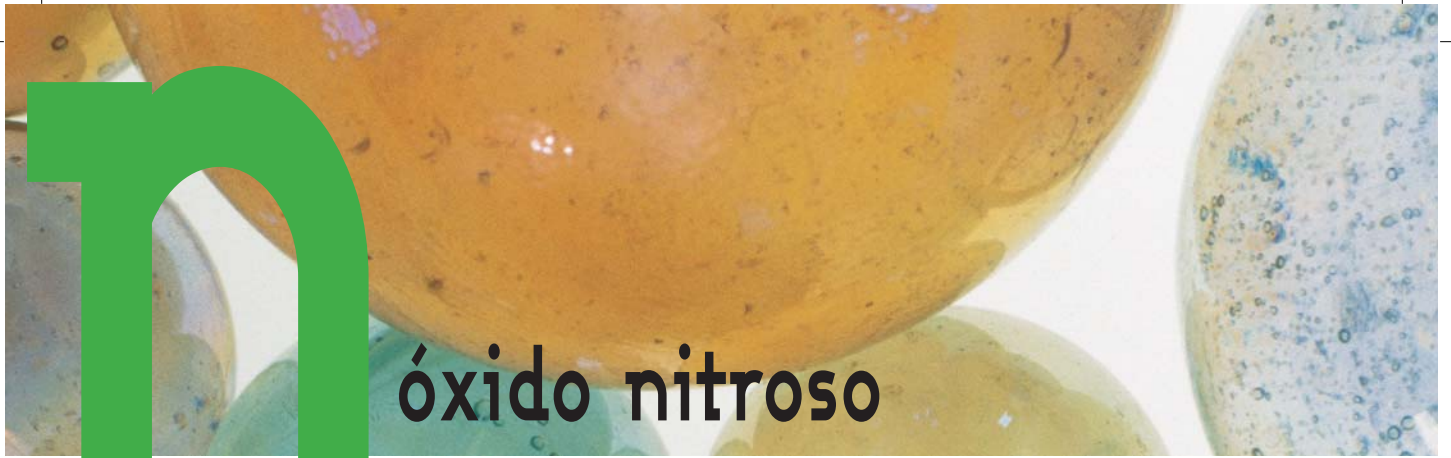
Estimula y vasodilata. Sus efectos se perciben a los pocos instantes: un breve sofoco vertiginoso. En escaso minutos de la inhalación se nota euforia, deseo sexual,...

Efectos del consumo en dosis elevadas

Aparición de placas rojizas en la piel, vértigos, dolores de cabeza, hipertensión y aumenta la presión interna del ojo.

Intoxicación aguda:

Anemias graves, problemas pasajeros de erección, hinchazón de la cara.



40

- Conocido como gas hilarante.
- Es utilizado industrialmente como gas de compresión para los aerosoles alimentarios.
- También se utiliza como anestésico en odontología.

¿Qué aspecto tiene? ¿Cómo se toma?

Es un gas que se suministra a través de cartuchos metálicos conectados a un globo desde el que se inhala el producto.

¿Qué efectos suele producir?

Sus efectos son rápidos y fugaces. Consisten en modificaciones de conciencia, euforia, distorsiones visuales y auditivas, vértigos, trastornos digestivos (náuseas y vómitos), intensificación del placer sexual.

Efectos del consumo en dosis elevadas

Su utilización crónica (diaria) puede producir trastornos neurológicos y descoordinación de movimientos (riesgo de accidentes).



¿Qué aspecto tiene?

Es un fármaco antitusígeno contenido en los jarabes para el resfriado o la gripe.

¿Cómo se toma?

Se consume directamente de los jarabes para la tos o resfriados.

¿Qué efectos suele producir?

Efectos disociativos parecidos a los de la ketamina. Aparición de efectos psicodélicos.

Efectos del consumo en dosis elevadas.

En caso de intoxicación aparece inestabilidad cefálica, náuseas, astenia, asfíxia o puede sobrevenir el coma –si se ingiere con otras sustancias–.

P

adicciones no químicas (adicciones psicológicas)

42

Dentro de las dependencias sin sustancia (adicciones psicológicas), diferentes de las dependencias con sustancia, de las que hemos estado hablando hasta ahora (adicciones químicas), la única que reconoce la Organización Mundial de la Salud, es la ludopatía o juego patológico, si bien existe un rasgo diferenciador entre las adicciones químicas y las psicológicas: en la práctica totalidad de los casos de los adictos a sustancias químicas, éstos son policonsumistas (varios tipos de consumo: alcohol, cannabis, tabaco, cocaína...) mientras que en las adicciones psicológicas, los adictos son monoconsumistas (habitualmente sólo un tipo de adicción). Sin embargo, incluimos en esta Guía algunos comentarios al respecto ya que la mayor parte de este tipo de adicciones aparece o se desarrolla a partir de la adolescencia.

Los rasgos básicos de los adictos psicológicos son básicamente cuatro:

- Pierden el control cuando desarrollan la actividad que les agrada.
- Sufren síndrome de abstinencia si no pueden practicarla.
- Su dependencia es cada vez más fuerte.
- El enfermo no tiene interés por lo que le rodea, sólo por el objeto de su adicción.

No se trata de atribuir rasgos patológicos a conductas habituales o saludables, ni de psicopatologizar la vida cotidiana sino de señalar cómo algunas conductas normales pueden llevarse a cabo de manera no saludable, según la intensidad con que se haga, la frecuencia, la cantidad de tiempo y de dinero invertido y, sobre todo, en función del grado de interferencia en las relaciones familiares, sociales y laborales de las personas.

Tipos:

- Adicción a la ingesta: se caracteriza por la voracidad de la ingesta, la existencia de "alimentos prohibidos" (que normalmente no se comen, pero que se abusa de ellos en la ingesta compulsiva).

- Adicción al sexo: consiste en practicar el sexo de forma mecánica y breve con personas anónimas, de forma placentera y seguido de sentimientos de culpa. Los síntomas alertadores de una posible adicción al sexo son: fantasías sexuales abundantes y no controladas, sexualidad comprada...

- Adicción a las compras: podría definirse como una conducta no planificada, irreflexiva y repentina que se lleva a cabo sin una adecuada evaluación de las características del producto o de las consecuencias futuras de la compra, en la que predomina la emocionalidad frente a la racionalidad. Existen tres niveles: las personas cuyo eje central de sus vidas es ir de compras, las que tienen necesidad constante de comprar cosas nuevas y las que están enganchadas al crédito financiero. La gratificación personal no está en lo adquirido sino en el mero hecho de comprar.

- Adicción al trabajo: lo que distingue al adicto en este caso no es el número de horas dedicadas al trabajo sino la actitud con que se implica en las tareas. El adicto al trabajo no se valora ni se recrea con la libertad que proporcionan los fines de semana o las vacaciones, no sabe ocupar su tiempo libre. Dilata de forma desproporcionada sus jornadas laborales y se vuelve adicto a las tareas.

- Adicciones tecnológicas: pueden ser pasivas (televisión) o activas (como los juegos de ordenador o internet). Lo que diferencia el uso normal del patológico del ordenador son: privación del sueño, descuidar o abandonar otras actividades importantes a nivel familiar, social y laboral, recibir quejas por el excesivo uso de la red, pensar en la red cuando no se está conectado, inhabilidad para desconectarse de la red, comprobar el correo electrónico varias veces seguidas, tiempos de conexión anormalmente altos, disminución de la actividad física...

Según los expertos se debe hacer prevención de este tipo de adicción a partir de los 5 años, aunque el mayor riesgo de adicción se encuentra en las edades situadas entre los 13 y 18 años.

- Adicción al juego, ludopatía o juego patológico: es un desorden adictivo caracterizado por la conducta descontrolada en relación al juego de azar (se la conoce también como "la adicción invisible"). Es una enfermedad adictiva que no tiene síntomas físicos: el jugador compulsivo se enamora de la sensación de ganar. La adicción al juego afecta aproximadamente a algo más del 3% de la población adulta y supone un gran motivo de demanda de inicio de tratamiento en el caso de jóvenes y adolescentes (tragaperras, máquinas de azar-juego, casinos virtuales por Internet...). El juego compulsivo tiene muchas consecuencias negativas: puede afectar al funcionamiento normal de la persona, pone en peligro la relación con su pareja, en algunos casos puede ser el origen de violencia en el hogar, el adicto arriesga su empleo y, en su caso, la formación escolar y académica. Aparecen grandes tensiones emocionales en el individuo afecto ya que al seguir perdiendo dinero, empiezan a sentir mucha presión financiera, social y personal, siendo la adicción al juego la más relacionada con los intentos de suicidio.



9. ¡Que no te deslumbren las drogas!

Estas son algunas de las muchas recomendaciones que se deben hacer, además de no olvidar sobre el falso brillo y resplandor de las drogas...

Que droga es cualquier sustancia que, una vez introducida en el organismo a través de distintas vías (esnifada, inyectada, fumada o tragada), tiene capacidad para alterar o modificar las funciones corporales, las sensaciones, el estado de ánimo o los diferentes sentidos (vista, oído, tacto, olfato).

Que todas las drogas presentan una característica común: al ingerirlas –sea cual sea la forma- pasan a la sangre y de ahí al cerebro, lo que supone la aparición de los efectos que producen: relajación, excitación, sedación, excitabilidad, distorsión de la realidad...

Que sea cual sea la droga o sustancia ingerida y tengas la edad que tengas, las drogas afectan e implican un deterioro progresivo a corto o largo plazo, tanto a nivel físico como en el desarrollo personal.

Que el gran riesgo, además de afectar a tu salud, es su capacidad para crear dependencia y aunque algunos afirman lo contrario, debes saber que nadie, absolutamente nadie controla a las drogas, sino al contrario, ellas pueden llegar a controlar toda tu vida y tu destino... y llevarte al sometimiento de tu propia libertad y capacidad de decisión.

Que existen muchas clases de drogas y sustancias adictivas (cánnabis, cocaína, alcohol, tabaco, tranquilizantes, ketamina...). Infórmate bien, no dudes en consultar cualquier duda o aclaración que quieras tener sobre estas peligrosas y nocivas sustancias. La vida, el don más preciado que tendrás, puede irte en ello.

Que conducir en estado de intoxicación por alcohol o drogas –pérdida de autocontrol, pérdida de reflejos, narcosis...- y no utilizar los dispositivos de protección en motos o coches (cinturones de seguridad, cascos, asientos infantiles...) aumenta espectacularmente el riesgo de sufrir un grave accidente de tráfico y hacerte daño a tí mismo y a quiénes te rodean con posibilidad de muerte o graves lesiones de por vida. La mejor recomendación: muévete en autobús, tren o taxi y nunca subas a un vehículo conducido por alguien que ha tomado drogas o alcohol.

Que una sola experiencia con las drogas, una sola, te puede producir un grave problema para toda la vida y un camino sin retorno.

Que no debes hacer tonterías..., que eres una persona adulta y desde esta responsabilidad debes tomar conciencia de que tomar drogas no te ayuda a escapar de tus problemas, sino al contrario, te produce más... a tí y a todos los que quieres (a tus padres, amigos, escuela...).

Que debes ser solidario: si conoces a alguien con un problema con las drogas, participa en su solución animándole a buscar ayuda. Aunque no lo quiera aceptar, la necesita.

Que nunca, bajo ningún concepto, debes mezclar alcohol y otras drogas: es una mezcla letal y puede irte la vida en ello.

Que las drogas no te ayudarán a divertirte ni a pasártelo mejor, que no te dan más "glamour", que consumirlas no es símbolo de éxito ni de madurez, que no tendrás relaciones sexuales más satisfactorias,, que no se "liga" más, que consumir drogas no es indicativo de modernidad, que no son inócuas,...

Que si por cualquier circunstancia, a pesar de estas recomendaciones, crees tener una intoxicación por alcohol o drogas, ante cualquier sensación de aumento de calor repentino, sudoración excesiva, vómitos, mareos, paranoia, temblores,..., debes parar de bailar, descansar, salir al exterior de la sala de baile o discoteca para respirar mejor, debes beber agua o zumos –para evitar deshidratación- y contactar con los responsables del establecimiento para avisar al servicio de urgencia más próximo.

Por todas estas razones y por muchas más... **no te dejes deslumbrar por las drogas!**

10. Información adicional. Bibliografía recomendada

La Conselleria de Salut i Consum ha creado el Centro de Respuesta Inmediata sobre Drogodependencias y Adicciones (CRIDA). Se trata de un servicio telefónico y vía Internet formado por médicos, psicólogos, enfermeros, trabajadores y educadores sociales y otros profesionales, que quiere ir más allá de la mera información puntual sobre drogas, adicciones o recursos sociosanitarios de las Illes Balears en dicha materia.

Así, sus características específicas:

- fácil accesibilidad
- inmediatez de la respuesta
- confidencialidad
- atención personalizada

lo convierten en un eficaz mecanismo de intervención y prevención directa e instantánea.

CRIDA (Centro de Respuesta Inmediata sobre Drogodependencias y Adicciones).
Información vía teléfono: 902.075.727

Otras web de interés:

- <http://www.lasdrogas.net>
- <http://www.lasdrogas.info>
- <http://www.noalasdrogas.com>
- <http://www.drogomedia.com>
- <http://www.atenciontabaquismo.com>
- <http://www.sedet.es>
- <http://www.cnpt.es>
- <http://www.separ.es>
- <http://www.sotox.org>
- <http://www.spsiquiatria.org>

Bibliografía recomendada

- Ley 4/2005, de Drogodependencias y otras Adicciones de las Islas Baleares (BOIB nº 71).
- Comité Nacional para la prevención del tabaquismo. Libro blanco sobre el tabaquismo en España. Glosa Ediciones. Barcelona, 1998.
- El alcohol y su abuso: impacto socioeconómico. Portella, E. y cols..Ed. Panamericana. Madrid, 1998.
- FAD. Los valores de la sociedad española y su relación con las drogas. Fundación La Caixa, 2000.
- FAD. La percepción social de los problemas de drogas en España. Fundación Caja de Madrid, 2005.
- PNSD. Estrategia Nacional sobre Drogas 2000-2008. Delegación del Gobierno para el Plan Nacional sobre Drogas. Madrid, 2000.
- ¿Y si mi hijo se droga? Claves prácticas para prevenir, saber y actuar. Pueyo, B. y Perales, A. Grijalbo Ediciones. Barcelona, 2005.

qué efectos tienen las drogas?

	Efectos Efectes	Sobre el organismo	Sobre l'organisme	Sobre el comportamiento	Sobre el comportament
ALCOHOL	<i>A corto plazo A curt termini</i>	Irritación de la mucosa estomacal. Trastornos de la visión, de los reflejos. Trastornos del equilibrio y del pensamiento. Intoxicación aguda: embriaguez, agitación...	<i>Irritació de la mucosa estomacal. Trastorns de la visió, dels reflexes. Trastorns de l'equilibri i del pensament. Intoxicació aguda: embriaguesa, agitació...</i>	Sensación de euforia y/o tristeza. Disminución de la habilidad de conducir. Posibilidad de actos violentos.	<i>Sensació d'eufòria i / o tristor. Disminució de l'habilitat de conduir. Possibilitat d'actes violents.</i>
ALCOHOL	<i>A largo plazo A llarg termini</i>	Psicosis, encefalopatías, polineuritis... Dependencia física.	<i>Psicosi, encefalopaties, polineuritis... Dependència física.</i>	Disminución del rendimiento laboral. Agresividad, irritabilidad Conducta violenta.	<i>Disminució del rendiment laboral. Agressivitat, irritabilitat. Conducta violenta.</i>
TABACO	<i>A corto plazo A curt termini</i>	Aumento del ritmo cardíaco y presión arterial. Intoxicación aguda: tos, faringitis, dolor de cabeza.	<i>Augment del ritme cardíac i pressió arterial. Intoxicació aguda: tos, faringitis, mal de cap.</i>	Disminución de la memoria y dolor de cabeza. Posibilidad de cáncer de pulmón, laringe... Disminución del rendimiento deportivo. Dependencia física.	<i>Disminució de la memòria i mal de cap. Possibilitat de càncer de pulmó, laringe... Disminució del rendiment esportiu. Dependència física.</i>
TABAC	<i>A largo plazo A llarg termini</i>	Disminución de la memoria y dolor de cabeza. Posibilidad de cáncer de pulmón, laringe... Disminución del rendimiento deportivo. Dependencia física.	<i>Disminució de la memòria i mal de cap. Possibilitat de càncer de pulmó, laringe... Disminució del rendiment esportiu. Dependència física.</i>	Dependencia psíquica. Irritabilidad, ansiedad.	<i>Dependència psíquica. Irritabilitat, ansietat.</i>
CÁNNABIS (y derivados)	<i>A corto plazo A curt termini</i>	Aliento característico. Aumento de las pulsaciones. Enrojecimiento de los ojos. Sequedad de la boca. Disminución de la fuerza muscular. Intoxicación aguda: tos, faringitis, dolor de cabeza.	<i>Alè característic. Augment de les pulsacions. Enroigiment dels ulls. Sequedat de la boca. Disminució de la força muscular. Intoxicació aguda: tos, faringitis, mal de cap.</i>	Dosis pequeñas: alegría, habla, risa... Dosis altas: confusión mental, ansiedad..	<i>Dosis petites: alegria, rialles... Dosis altes: confusió mental, ansietat...</i>
CÁNNABIS (i derivats)	<i>A largo plazo A llarg termini</i>	Alteraciones de la respuesta inmunitaria. Bronquitis, cáncer de pulmón. Dependencia física moderada. Dependencia psicológica.	<i>Alteracions de la resposta immunitària. Bronquitis, càncer de pulmó. Dependència física moderada. Dependència psicològica.</i>	Estado psicótico. Pérdida progresiva de memoria. Síndrome emotivo-funcional.	<i>Estat psicòtic. Pèrdua progressiva de memòria. Síndrome emotivo-funcional.</i>

	Efectos Efectes	Sobre el organismo	Sobre l'organisme	Sobre el comportamiento	Sobre el comportament
ANFETAMINAS Y COCAÍNA	<i>A corto plazo A curt termini</i>	Estimulantes: disminución del cansancio y del hambre . Intoxicación aguda: midriasis, sequedad, sudor, temblores, espasmos, convulsiones... Delirio paranoide. Crisis hipertensivas, accidentes cardiovasculares.	<i>Estimulants: disminució del cansament i de la gana. Intoxicació aguda: midriasi, sequera, suor, tremolors, espasmes, convulsions... Deliri paranoide. Crisis hipertensives, accidents cardiovasculars.</i>	Euforizantes: sensaciones de claridad y agilidad mental. Fuga de ideas. Verborrea.	<i>Euforitzants: sensacions de claredat i agilitat mental. Fuga d'idees. Xerrameca.</i>
	<i>A largo plazo A llarg termini</i>	Enfermedades pulmonares, cardiovasculares... Síndrome de abstinencia con ansiedad.	<i>Malalties pulmonars, cardiovasculars... Síndrome d'abstinència amb ansietat.</i>	Depresiones al dejar el producto.	<i>Depressions en deixar el producte.</i>
DROGAS DE SÍNTESIS (Éxtasis, venus, 2-CB...)	<i>A corto plazo A curt termini</i>	Excitación del SNC similar a las anfetaminas. Intoxicación aguda: náusea, sudor, ataxia... Posibles complicaciones cardiovasculares... Desaparición de la autocrítica y fatiga. Confusión mental y manías persecutorias.	<i>Excitació del SNC similar a les amfetamines. Intoxicació aguda: nàusees, suor, atàxia... Possibles complicacions cardiovasculars... Desaparició de l'autocrítica i fatiga. Confusió mental i manies persecutòries.</i>	Euforia y excitación, desvelo. Aumento transitorio satisfacción sexual. Sensaciones de omnipotencia.	<i>Eufòria i excitació, desvetllament. Augment transitori, satisfacció sexual. Sensacions d'omnipotència.</i>
	<i>A largo plazo A llarg termini</i>	Lesiones neurológicas y cardíacas. Lesiones hepáticas y renales. Efectos sobre la inmunidad. Deterioro de las relaciones sexuales. Deterioro rendimiento intelectual.	<i>Lesions neurològiques i cardíacs. Lesions hepàtiques i renales. Efectes sobre la immunitat. Deteriorament de les relacions sexuals. Deteriorament del rendiment intel·lectual.</i>	Irritabilidad, agresividad. Posibilidad cuadro psicótico paranoide. Depresión y apatía.	<i>Irritabilitat, agressivitat. Possibilitat de quadre psicòtic paranoide. Depressió i apatia.</i>
LSD	<i>A corto plazo A curt termini</i>	Hiperactividad autonómica, excitación SNS. Intoxicación aguda: midriasis, sudor, espasmos, delirio paranoide...	<i>Hiperactivitat autonòmica, excitació del SNS. Intoxicació aguda: midriasi, suor, espasmes, deliri paranoide...</i>	Alucinaciones, distorsión realidad. Despersonalización corporal ("viaje").	<i>Al·lucinacions, distorsió de la realitat. Despersonalització corporal ("viatge").</i>
	<i>A largo plazo A llarg termini</i>	Crea tolerancia.	<i>Crea tolerància.</i>	Experiencias de flashback.	<i>Experiències de flashback.</i>

	Efectos Efectes	Sobre el organismo	Sobre l'organisme	Sobre el comportamiento	Sobre el comportament
OPIÁCEOS (morfina, heroína)	A corto plazo <i>A curt termini</i>	Indiferencia al dolor. Supresión de los impulsos vitales. Respuestas con ira. Intoxicación aguda: Miosis, espasmos, edema, choque, convulsiones...	<i>Indiferència al dolor.</i> <i>Supressió dels impulsos vitals.</i> <i>Respostes amb ira.</i> <i>Intoxicació aguda: miosi,</i> <i>espasmes, edema, xoc,</i> <i>convulsions...</i>	Saciamiento total de los impulsos. Sensación de flotación. Instauración muy rápida dependencia.	<i>Saciament total dels impulsos.</i> <i>Sensació de flotació.</i> <i>Instauració de dependència molt ràpida.</i>
	A largo plazo <i>A llarg termini</i>	Pérdida del hambre, estreñimiento, impotencia. Amenorrea, endocarditis bacteriana. Hepatitis, abscesos. Dependencia física (muy rápidamente).	<i>Pèrdua de la gana,</i> <i>estreñiment, impotència.</i> <i>Amenorrea, endocarditis bacteriana.</i> <i>Hepatitis, abscessos.</i> <i>Dependència física (molt ràpidament).</i>	Dependen de personalidad del adicto. Cambios de amigos, hurtos, prostitución...	<i>Depenen de la personalitat de l'addicte.</i> <i>Canvis d'amics, furts,</i> <i>prostitució...</i>
BARBI-TÚRICOS (Tranquili- zantes)	A corto plazo <i>A curt termini</i>	Depresor del SNC. Intoxicación aguda: carece de coordinación, coma...	<i>Depressor del SNC.</i> <i>Intoxicació aguda: manca de coordinació, coma...</i>	Disminuyen la ansiedad. Desinhibición. Afectan la conducción.	<i>Disminueixen l'ansietat.</i> <i>Desinhibició.</i> <i>Afecten la conducció.</i>
	A largo plazo <i>A llarg termini</i>	Dependencia física. Tolerancia mezclada con el alcohol. Síndrome de abstinencia importante.	<i>Dependència física.</i> <i>Tolerància barrejada amb l'alcohol.</i> <i>Síndrome d'abstinència important.</i>	Ansiedad, irritabilidad. Riesgo de suicidio. Dependencia psíquica muy importante. Deteriora psicológico.	<i>Ansietat, irritabilitat.</i> <i>Risc de suïcidi.</i> <i>Dependència psíquica molt important.</i> <i>Deteriorament psicològic.</i>
GHB (gamma-hidroxi- butirato: anestésico depresor) (gamma-hidroxi- butirato: anestèsic depresor)	A corto plazo <i>A curt termini</i>	Euforia, bienestar, relajación.	<i>Eufòria, benestar,</i> <i>relaxació.</i>	Verborrea.	<i>Xerrameca.</i>
	A largo plazo <i>A llarg termini</i>	Somnolencia, temblores, vómitos.	<i>Somnolència, tremolors,</i> <i>vòmits.</i>		

quins efectes tenen les drogues?

	Efectos Efectes	Sobre el organismo	Sobre l'organisme	Sobre el comportamiento	Sobre el comportament
KETAMINA (clorhidrato de ketamina: anestésico disociativo) (Clorhidrat de ketamina: anestèsic dissociatiu)	A corto plazo <i>A curt termini</i>	Disociación (separación de la mente y el cuerpo).	<i>Dissociació (separació de la ment i el cos).</i>	Alucinaciones.	<i>Al·lucinacions.</i>
	A largo plazo <i>A llarg termini</i>	Pérdida control movimientos, pánico, angustia.	<i>Pèrdua del control de moviments, pànic, angoixa.</i>	Pérdida de conciencia.	<i>Pèrdua de consciència.</i>
DISOL- VENTES Y PEGA- MENTOS DISSOL- VENTS I COLES	A corto plazo <i>A curt termini</i>	Vértigo, embriaguez, euforia, confusión. Intoxicación aguda: Embriaguez, ilusiones, diplopía. Riesgos de muerte por accidentes conductuales.	<i>Vertigen, embriaguesa, eufòria, confusió. Intoxicació aguda: embriaguesa, il·lusions, diplopia. Risc de mort per accidents conductuals.</i>	Trastornos de la percepción y del juicio. Dificultad del habla.	<i>Trastorns de la percepció i del seny. Dificultat de parla.</i>
	A largo plazo <i>A llarg termini</i>	Enf. hepáticas, cerebrales, renales y hemáticas. Gran tolerancia. Letargo, depresión e irritabilidad.	<i>Malalties hepàtiques, cerebrals, renals i hemàtiques. Gran tolerància. Letargia, depressió i irritabilitat.</i>	Dependencia psíquica. Deterioro de la personalidad.	<i>Dependència psíquica. Deteriorament de la personalitat.</i>