

LO QUE DEBERÍAS SABER SOBRE LAS DROGAS

Estos días, las drogas están por todas partes y a veces parece que todo el mundo las usa. Muchos jóvenes están tentados por el entusiasmo y la evasión que las drogas parecen ofrecer. Pero obtener información puede ayudarte a ver la realidad de las drogas y ayudarte a alejarte de ellas. Sigue leyendo para aprender más.



La verdad sobre las drogas

Gracias a la investigación médica y farmacéutica, hay miles de drogas (fármacos) que ayudan a la gente. Los antibióticos y las vacunas han revolucionado el tratamiento de las infecciones. Hay medicamentos que disminuyen la presión arterial, tratan la diabetes y reducen el rechazo del cuerpo a órganos transplantados. Los medicamentos pueden curar, retrasar o prevenir enfermedades, ayudándonos a llevar una vida más feliz y saludable. Pero también existen muchas drogas ilegales y nocivas que algunas personas toman para que les ayuden a sentirse bien o divertirse.

¿Cómo actúan las drogas? Las drogas son sustancias o compuestos químicos que alteran la forma en que nuestro cuerpo trabaja. Cuando las haces entrar en tu organismo (a menudo tragándotelas o inyectándotelas), encuentran su camino al torrente sanguíneo y desde allí son transportadas a otras partes de tu cuerpo, como el cerebro. En el cerebro, las drogas pueden intensificar o entorpecer tus sentidos, alterar tu sentido de alerta y a veces disminuir el dolor físico. Una droga puede ser beneficiosa o nociva. Los efectos de las drogas pueden variar según

la clase de droga administrada, la cantidad que se toma, con cuánta frecuencia se utiliza, con cuánta rapidez llega al cerebro y qué otras drogas, alimentos o sustancias se toman a la vez.

Muchas sustancias pueden ser nocivas para tu cuerpo y tu cerebro. Beber alcohol, fumar tabaco, tomar drogas ilegales e inhalar pegamento puede causar daños graves en tu organismo. Algunas drogas alteran seriamente la capacidad de la persona para tomar decisiones y elegir cosas saludables. Los jóvenes que beben, por ejemplo, son más propensos a participar en situaciones peligrosas, como conducir bajo la influencia del alcohol o mantener relaciones sexuales sin protección.

Y al igual que hay muchas drogas disponibles, hay muchas razones por las que probar drogas o empezar a consumirlas.

Algunos adolescentes las toman sólo por el placer que creen puede producir. Es posible que a la larga alguien intentará convencerles de que las drogas pueden hacerles sentir bien o que puedan divertirse más si las toman.

Algunos jóvenes creen que las drogas les ayudarán a pensar mejor, a ser más populares, a mantenerse más activos o a ser mejores atletas. Otros simplemente sienten curiosidad y creen que probarlas no les hará daño. Otros quieren encajar en un grupo. Muchos jóvenes consumen drogas para ganarse la atención de sus padres o porque creen que las drogas les ayudarán a escapar de sus problemas. Pero la verdad es que las drogas no solucionan los problemas.

Simplemente ocultan los sentimientos y los problemas. Cuando desaparecen los efectos de las drogas, permanecen los sentimientos y los problemas -o empeoran. Las drogas pueden arruinar todos los aspectos de la vida de una persona.

¿Cuáles son las drogas comunes que consumen los jóvenes?

ALCOHOL

El alcohol, la droga más antigua y de mayor consumo en el mundo, es un depresivo que altera las percepciones, las emociones y los sentidos.

Cómo se consume: El alcohol es un líquido que se bebe.

Efectos y riesgos:

- El alcohol actúa primero como estimulante y luego hace que la persona se sienta relajada y somnolienta.

- Las dosis altas de alcohol afectan gravemente al juicio y la coordinación de las personas. Los bebedores pueden hablar de forma más lenta y sufrir confusión, depresión, pérdida de la memoria a corto plazo y tiempos de reacción lenta.
- Los grandes volúmenes de alcohol bebido en un breve periodo de tiempo pueden ocasionar una intoxicación etílica.

Adicción: Los jóvenes que consumen alcohol se pueden volver psicológicamente dependientes de la bebida para sentirse bien, enfrentarse a la vida o controlar el estrés. Además, su cuerpo podría exigir cada vez más cantidad de alcohol para lograr el mismo tipo de experiencia de euforia que al principio. Algunos jóvenes también corren el riesgo de desarrollar adicción física al alcohol. La abstinencia puede ser dolorosa e incluso suponer un riesgo para la vida. Los síntomas van desde temblores, sudoración, náuseas, ansiedad y depresión hasta alucinaciones, fiebre y convulsiones.

Anfetaminas

Las anfetaminas son estimulantes que aceleran las funciones del cerebro y del cuerpo. Su presentación es en píldoras o tabletas. Las pastillas para dietas de venta bajo receta también están incluidas en esta categoría.

Nombres comunes: speed, anfetam, pastillas, meta

Cómo se consumen: Las anfetaminas se ingieren, inhalan o inyectan.

Efectos y riesgos:

- ***Tanto si se ingieren como si se inhalan, estas drogas tienen un efecto rápido, haciéndoles sentir más poderosos, alertas y energéticos.***
- ***Estas drogas aumentan la frecuencia cardíaca, la respiración y la presión arterial y también pueden provocar sudoración, temblores, dolores de cabeza, insomnio y visión borrosa.***
- ***El uso prolongado puede causar alucinaciones y paranoia intensa.***

Adicción: Las anfetaminas crean una adicción psicológica. Los consumidores que dejan de usarlas informan que experimentan diversos problemas de estados de ánimo como agresión y ansiedad y ansias por tomar las drogas.

COCAÍNA Y CRACK

La cocaína es un polvo cristalino blanco fabricado a partir de hojas secas de la planta de coca. El crack, que recibe su nombre por el ruido que produce al calentarse, se hace a partir de la cocaína. Luce como bolitas blancas o color habano.

Nombres comunes: Coca, nieve, polvo, blanca

Nombres comunes: cocaína "crack" o cocinada

Cómo se consume: La cocaína se inhala por la nariz o se inyecta. El crack se fuma.

Efectos y riesgos:

- *La cocaína remece el sistema nervioso central, proporcionando a los que la consumen una sensación intensa y rápida de poder y energía. El efecto estimulante tras inhalarla dura entre 15 y 30 minutos; al fumarla, el efecto dura entre 5 y 10 minutos.*
- *La cocaína eleva también la frecuencia cardíaca, aumenta la respiración, la presión arterial y la temperatura corporal.*
- *Inyectarte cocaína puede hacer que te contagies de hepatitis o SIDA si compartes agujas con otros adictos. Inhalarla también puede hacer que se forme un orificio en el revestimiento interno de la nariz.*
- *Los que consumen cocaína y crack por primera vez - aún los adolescentes - pueden sufrir ataques cardíacos fatales o experimentar insuficiencia respiratoria. El uso de cualquiera de estas drogas, incluso una vez, puede matarte.*

Adicción: *Estas drogas son altamente adictivas y como resultado, la droga y no quien la usa, es quien manda. Incluso después de consumirla, la cocaína y el crack pueden crear ansias físicas y psicológicas que hacen muy difícil que se puedan dejar de consumir.*

DEPRESORES

Los depresores, como los tranquilizantes y los barbitúricos, calman los nervios y relajan los músculos. Están disponibles legalmente con receta (como el Valium y el Xanax) y vienen en cápsulas o comprimidos con colores brillantes.

Nombres comunes: depresores, pastillas para dormir

Cómo se consumen: Los depresores se ingieren.

Efectos y riesgos:

- **Cuando se utilizan del modo que ha indicado el médico y se toman en la dosis correcta, los depresores pueden ayudar a una persona a sentirse calma y a reducir sus sentimientos de ira.**
- **Las dosis más elevadas pueden causar confusión, dificultad para hablar, falta de coordinación y temblores.**

- *Las dosis muy grandes pueden causar insuficiencia respiratoria y causar la muerte.*
- *Los depresores no deberían mezclarse nunca con alcohol -esta combinación aumenta en gran medida el riesgo de sobredosis y muerte.*

Adicción: *Los depresores pueden causar tanto dependencia física como psicológica.*

Éxtasis (MDMA)

Esta es una de las más recientes drogas de moda creadas ilegalmente por químicos clandestinos. Tiene el aspecto de polvo blanco, pastillas o cápsulas. El éxtasis es una droga popular entre adolescentes en las discotecas porque es fácil de obtener en fiestas "rave", discotecas y conciertos.

Nombres comunes: *XTC, X, Adam, E*

Cómo se consume: *El éxtasis se ingiere y a veces se inhala.*

Efectos y riesgos:

- *Esta droga combina un alucinógeno con un efecto estimulante, haciendo que todas las emociones, tanto negativas como positivas, sean mucho más intensas.*
- *Los que lo consumen notan una especie de hormigueo en la piel y una mayor frecuencia cardíaca.*
- *También puede causar sequedad en la boca, calambres, visión borrosa, escalofríos, sudoración y náuseas.*
- *Muchos consumidores dicen también que sufren depresión, paranoia, ansiedad y confusión.*

Adicción: *Aunque se desconoce la adicción física del éxtasis, los jóvenes que la consumen se pueden volver psicológicamente dependientes de esta droga para sentirse bien, enfrentarse a la vida o al estrés.*

GHB

GHB, por las siglas del gamahidroxibutirato, a menudo se fabrica en laboratorios en sótanos caseros, usualmente como un líquido inodoro e incoloro. Su popularidad en clubes de baile y "raves" ha aumentado y para algunos adolescentes y adultos jóvenes es una alternativa popular del éxtasis. El número de personas que llegan a las salas de urgencias debido a los efectos

secundarios del GHB está aumentando rápidamente en los Estados Unidos. Y según la U.S. Drug Enforcement Agency - DEA (Administración para el Control de Drogas de los EE.UU.) desde 1995 el GHB ha matado a más consumidores de drogas que el éxtasis.

Nombres comunes: éxtasis líquido, G, "Georgia Home Boy"

Cómo se consume: El GHB se bebe cuando está en forma líquida o en polvo (mezclado con agua), y se ingiere cuando está en tabletas.

Efectos y riesgos:

- El GHB es una droga depresiva que puede causar efectos eufóricos (estimulación) y alucinógenos.
- La droga tiene varios efectos secundarios peligrosos, incluso náusea intensa, problemas respiratorios, disminución de la frecuencia cardíaca, y convulsiones.
- El GHB se ha usado para las violaciones que ocurren durante una cita, porque es incoloro e inodoro y se puede verter fácilmente en las bebidas.
- En dosis altas, los consumidores pueden perder la conciencia en pocos minutos.
- La sobredosis de GHB requiere atención de emergencia inmediata en un hospital. La sobredosis de GHB puede causar coma y paro respiratorio en el plazo de una hora, y causar la muerte.
- El GHB (incluso en dosis bajas) mezclada con alcohol es muy peligroso - te puede matar aun si lo usas *sólo una vez*.

Adicción: Cuando a los consumidores se les pasa el efecto del GHB pueden presentar síntomas de abstinencia como el insomnio y la ansiedad. Los adolescentes también pueden volverse dependientes de la droga para sentirse bien, enfrentar la vida, o manejar el estrés.

Heroína

La heroína se produce a partir de la leche seca de la adormidera, que también se usa para crear la clase de medicamentos contra el dolor llamados narcóticos - como la codeína y la morfina. La heroína puede variar desde polvo blanco o marrón oscuro hasta una sustancia pegajosa y parecida al alquitrán.

Nombres comunes: *Caballo, jaco, chino.*

Cómo se consume: *La heroína se inyecta, se fuma o se inhala (si es pura).*

Efectos y riesgos:

- *La heroína te da una sensación inmediata de euforia, especialmente si se inyecta. Este viaje a veces va seguido de somnolencia, náuseas, calambres estomacales y vómitos.*
- *Los usuarios sienten la necesidad de consumir más heroína tan pronto como sea posible para sentirse bien nuevamente.*
- *A largo plazo, la heroína destroza el cuerpo. Está asociada con el estreñimiento crónico, piel seca y problemas respiratorios.*
- *Los que se inyectan heroína sufren a menudo colapso de las venas y corren el riesgo de contraer infecciones letales como el VIH, hepatitis B ó C y la endocarditis bacteriana (inflamación del revestimiento del corazón) si comparten agujas con otros adictos.*

Adicción: La heroína es extremadamente adictiva y es fácil sufrir una sobredosis (que puede provocar la muerte). La abstinencia es intensa y los síntomas incluyen insomnio, vómitos y dolor muscular.

INHALANTES

Los inhalantes son unas sustancias que son "esnifadas" o inhaladas para proporcionar a quien las consume un bienestar o estímulo inmediato. Entre estos se incluyen los pegamentos, los disolventes de pintura, los líquidos para limpieza en seco, los rotuladores o marcadores, los líquidos correctores, los fijadores en aerosol para el cabello, los desodorantes en aerosol y la pintura en aerosol.

Cómo se consume: Los inhalantes se inhalan directamente desde su envase original ("esnifándolos"), de una bolsa de plástico o poniéndose una tela empapada con inhalante en la boca.

Efectos y riesgos:

- *Te hacen sentir mareado y confundido, como si estuvieras borracho. Los que los consumen desde hace mucho tiempo sufren dolores de cabeza, hemorragias nasales y podrían perder la audición y el sentido del olfato.*
- *Los inhalantes son las sustancias con mayor probabilidad de producir una reacción tóxica grave y la muerte. El uso de inhalantes, incluso una sola vez, podría matarte.*

Adicción: Los inhalantes pueden ser muy adictivos. Los adolescentes que usan inhalantes se pueden volver psicológicamente dependiente de ellos para sentirse bien, enfrentarse a la vida y al estrés.

KETAMINA

El clorhidrato de ketamina es un anestésico de acción rápida de uso legal en humanos (como sedante para cirugía menor) y animales. En dosis altas causa intoxicación y alucinaciones similares a las que causa el LSD.

Nombres comunes: K, K especial, Vitamina K, ácido estupendo, Valium del gato

Cómo se consume: En general, la ketamina se presenta en forma de polvo que se inhala. A menudo los usuarios lo inhalan junto con otras drogas como el éxtasis (esto se conoce como "kitty flipping") o la cocaína o lo rocían sobre canutos de marihuana.

Efectos y riesgos:

- Los usuarios pueden delirar, alucinar, o perder el sentido del tiempo y la realidad. El viaje - también llamado hoyo K - que resulta del uso de la ketamina dura hasta 2 horas.*
- Los usuarios pueden tener náuseas o vomitar, delirar, y tener dificultades para pensar o problemas de memoria.*
- A dosis más altas, la ketamina causa movimientos anormales, adormecimiento del cuerpo y respiración lenta.*
- la sobredosis de ketamina puede impedir que respire - y matarte.*

Adicción: Los adolescentes que toman Ketamina pueden volverse psicológicamente dependientes de la misma para sentirse bien, enfrentarse a la vida o al estrés.

LSD

La dietilamida de ácido lisérgico o LSD (por sus iniciales en inglés) es un alucinógeno preparado en el laboratorio y un compuesto químico que altera el estado de ánimo. El LSD es inodoro, incoloro e insípido.

Nombres comunes: ácido, tripis

Cómo se consume: El LSD se lame o chupa de pequeños cuadrados de papel secante. Las cápsulas y su forma líquida se ingieren. Los cuadrados de papel que contienen ácido pueden estar decorados con personajes bonitos de dibujos animados o diseños coloridos.

Efectos y riesgos:

- Las alucinaciones se producen entre los 30 y 90 minutos de usar el ácido. Los que lo toman afirman que se les agudizan y distorsionan*

los sentidos -ven colores o escuchan sonidos combinados con otras imágenes delirantes como paredes que se deshacen y la pérdida de la noción del tiempo. Pero los efectos son impredecibles, dependiendo de cuánto LSD se toma y quién lo consume.

- *Una vez que te lo tomas (experimentas "un viaje"), no puedes interrumpirlo hasta que la droga haya sido eliminada de tu cuerpo -jen aproximadamente 12 horas o más!*
- *Los viajes malos pueden causar ataques de pánico, confusión, depresión y alucinaciones aterradoras.*
- *Los riesgos físicos incluyen insomnio, habla dificultosa, aumento de la frecuencia cardíaca y coma.*
- *Los usuarios a menudo experimentan escenas retrospectivas ("flashbacks") en las que sienten algunos de los efectos del LSD posteriormente, sin que hayan usado la droga nuevamente.*

Adicción: Los adolescentes que toman LSD pueden volverse psicológicamente dependientes del él para sentirse bien, enfrentarse a la vida o al estrés.

MARIHUANA

La droga ilegal de mayor consumo en los Estados Unidos es la marihuana que se parece al perejil seco, verde, marrón o gris con tallo o semillas. Una forma más fuerte de marihuana es el hachís que luce como unas bolitas o tortitas marrones o negras. A menudo se dice que la marihuana es la droga que sirve de puerta de entrada a otras drogas porque su consumo frecuente a menudo lleva a consumir drogas más fuertes.

Nombres comunes: maría, hierba, canuto, caño, porro, pito.

Cómo se consume: La marihuana suele fumarse en un cigarrillo (también llamado porro), puro, pipa o pipa de agua. Algunas personas la mezclan con la comida o la preparan como si fuera té.

Efectos y riesgos:

- La marihuana puede afectar el estado de ánimo y la coordinación. Los que la consumen pueden experimentar cambios de humor que oscilan entre estar muy excitado o feliz a estar adormilado o deprimido.
- Eleva la frecuencia cardíaca y la presión arterial. A algunas personas se les enrojecen los ojos o tienen mucho sueño o tienen mucha hambre. La droga también puede causar paranoia o alucinaciones en algunas personas.

- La marihuana tiene un efecto tan fuerte en los pulmones como los cigarrillos: los fumadores habituales tienen tos, respiración sibilante y resfriados frecuentes.

Adicción: Los jóvenes que consumen marihuana se pueden volver psicológicamente dependientes de ella para sentirse bien, enfrentarse a la vida o al estrés. Además, su cuerpo puede exigirles cada vez más marihuana para lograr el mismo tipo de experiencia estimulante que tuvieron al principio.

METANFETAMINA

La metanfetamina es un estimulante poderoso.

Nombres comunes: meta, anfetás, cristal, tiza, fuego, vidrio, hielo

Cómo se consume: se puede ingerir, inhalar, inyectar, o fumar.

Efectos y riesgos:

- *La metanfetamina produce euforia en los usuarios, particularmente si se fuma o inyecta. Pero se puede desarrollar tolerancia rápidamente - y se tendrá que usar más meta durante periodos de tiempo más prolongados, resultando en falta de sueño, paranoia, y alucinaciones.*
- *Los usuarios a veces tienen ideas delirantes intensas como creer que hay insectos caminando debajo de su piel.*
- *El uso prolongado puede resultar en comportamiento violento y agresivo, psicosis y daño cerebral.*

Adicción: la metanfetamina es altamente adictiva.

Nicotina

La nicotina es un estimulante muy adictivo que se encuentra en el tabaco. Este fármaco se absorbe rápidamente en el torrente sanguíneo cuando se fuma.

Cómo se consume: Típicamente la nicotina se fuma en cigarrillos o puros. Algunas personas se ponen una pizca de tabaco (el llamado tabaco de mascar o sin humo) en la boca y absorben la nicotina a través del revestimiento de la boca.

Efectos y riesgos:

- Los efectos físicos incluyen latido cardíaco rápido, aumento de la presión arterial, falta de aliento y mayores probabilidades de sufrir resfriados y gripe.
- Los consumidores de nicotina tienen mayor riesgo de enfermedad pulmonar y cardíaca. Los fumadores también tienen mal aliento y dientes amarillos. Los consumidores de tabaco de mascar podrían desarrollar cáncer de boca y de cuello.
- Los síntomas de abstinencia pueden incluir ansiedad, malhumor, inquietud e insomnio.

Adicción: La nicotina es tan adictiva como la heroína o la cocaína, lo que la hace extremadamente difícil de dejar. Aquellas personas que empiezan a fumar antes de los 21 años son las que tienen más dificultades para dejar el hábito.

ROHIPNOL

El rohipnol es una droga de bajo costo cuya popularidad está aumentando. Puesto que a menudo viene en paquetes presellados con burbujas de PVC, muchos jóvenes creen que esta droga es segura.

Nombres comunes: primum, la pastilla del olvido, droga usada para violaciones que se producen durante una cita

Cómo se consume: Se ingiere, a veces con alcohol o con otras drogas.

Efectos y riesgos:

- El Rohipnol es un fármaco ansiolítico de venta con receta que es diez veces más potente que el Valium.
- Puede hacer que la presión arterial caiga y puede causar pérdida de la memoria, somnolencia, mareos y malestar estomacal.
- Aunque forma parte de la familia de los antidepresivos, hace que algunas personas estén sobreexcitadas o se comporten de manera muy agresiva.
- El Rohipnol ha recibido mucha atención recientemente debido a su asociación con las violaciones que se producen durante una cita. Muchas chicas y mujeres jóvenes han sido violadas después de que alguien les puso rohipnol en sus bebidas.

Adicción: Los que consumen esta droga se pueden volver físicamente adictos al rohipnol, de modo que puede causar síntomas extremos de abstinencia cuando se deja de tomar.

Revisado por: [Steven Dowshen, MD](#)

Fecha de revisión: julio de 2008

Revisado inicialmente por: [Michele Van Vranken, MD](#)