

DROGAS
O TÚ

docentes



Dirección General de Salud Pública
CONSEJERÍA DE SANIDAD

Comunidad de Madrid

SITUACIÓN DE PARTIDA DEL CONSUMO DE DROGAS ENTRE JÓVENES ADOLESCENTES DE LA COMUNIDAD DE MADRID

Los principales resultados de la Encuesta sobre el Uso de Drogas en Enseñanzas Secundarias (ESTUDES), realizada cada dos años en la Comunidad de Madrid, revelan que el alcohol, el tabaco y el cánnabis son las sustancias más consumidas por los adolescentes y jóvenes madrileños de 14 a 18 años.

El alcohol, el tabaco y el cánnabis son las drogas a las que más fácilmente acceden los adolescentes.

Consulte los últimos datos de ESTUDES:

[**ESTUDES Comunidad de Madrid**](#)

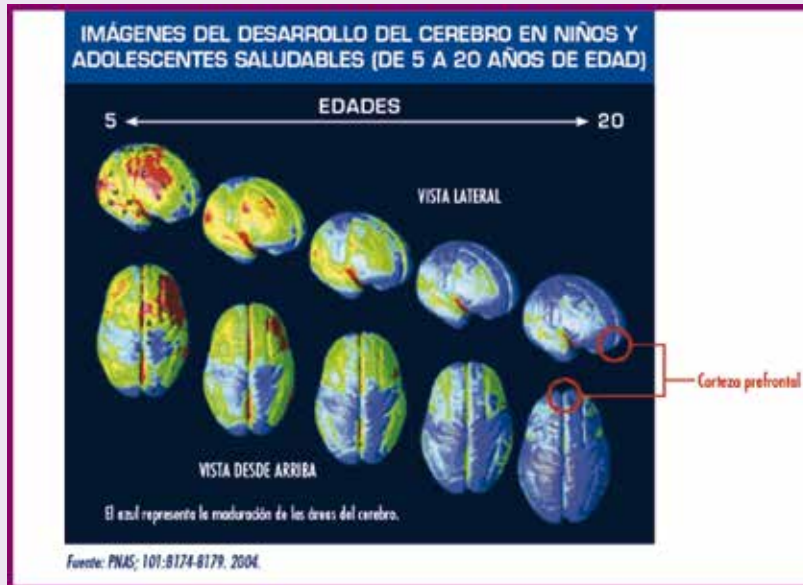
DROGAS: DEFINICIÓN, TIPOS Y EFECTOS EN EL ORGANISMO

Una droga es una sustancia que puede modificar el pensamiento y la conducta de la persona que la introduce en su organismo y, por tanto, la capacidad de modificar el comportamiento y a la larga, conlleva el modo de ser.

Las drogas comportan siempre un riesgo muy importante que puede variar según el tipo de sustancia, la manera de consumirla y las características personales de quien las toma.

Para los adolescentes, tomar drogas es muy peligroso. Cuando el cerebro se acostumbra a funcionar bajo los efectos de una determinada sustancia, la persona termina desarrollando una dependencia que no le permite vivir libremente su vida.

El cerebro es una de las partes más complejas y delicadas del cuerpo. Del cerebro dependen los sentimientos, la forma de pensar, nuestro mundo interior y la capacidad de relacionarnos con otras personas. Las drogas inciden en él de manera directa e interfieren en sus mecanismos de funcionamiento.



El cerebro continúa desarrollándose hasta la edad adulta y sufre cambios estructurales durante la adolescencia.

Una de las áreas del cerebro que continúa madurando en la adolescencia es la corteza prefrontal, es decir, la parte del cerebro que nos permite evaluar las situaciones, tomar decisiones juiciosas y mantener nuestras emociones y deseos bajo control. El hecho de que esta parte crítica del cerebro adolescente aún es una obra sin completar, aumenta el riesgo de tomar decisiones equivocadas, como experimentar con drogas o continuar consumiéndolas. Es por esto que si se consumen drogas cuando el cerebro está aún desarrollándose, puede haber consecuencias negativas y de larga duración.

El consumo de drogas interrumpe el funcionamiento normal y saludable del cerebro, tiene serias consecuencias para la salud que pueden durar toda la vida, especialmente en la personas con inestabilidad psíquica o las que se encuentran en proceso de crecimiento como son los adolescentes y jóvenes.

Además, las consecuencias del consumo y abuso de drogas son amplias y con repercusiones no solamente en la salud sino en la vida social (relación con la familia), económicas, laborales y delictivas en todas las edades.



EFFECTOS Y CONSECUENCIAS DEL CONSUMO DE DROGAS EN EL ORGANISMO

Conozcamos a continuación los efectos de algunas de ellas:

Alcohol: su consumo puede causar daño al cerebro y a la mayoría de los órganos del cuerpo.

Las zonas del cerebro más sensibles a los daños causados por el alcohol son: la **corteza cerebral**: principal responsable de nuestras funciones cerebrales superiores como son la solución de problemas y la toma de decisiones, **el hipocampo**: fundamental para la ejercitación de la memoria y el aprendizaje; y **el cerebelo**: esencial para la coordinación de todos nuestros movimientos.

El alcohol es la sustancia psicoactiva más consumida en España, tanto por la población general como por los jóvenes. Su consumo se relaciona con más de 60 enfermedades.

Tabaco: contiene nicotina que es un estimulante adictivo que se encuentra en los cigarrillos y otras formas de tabaco.

Además, el humo del tabaco aumenta el riesgo del fumador de desarrollar cáncer, trastornos de los bronquios y pulmones y de enfermedades de corazón y vasos sanguíneos.

La tasa de mortalidad asociada con la adicción al tabaco es alarmante. Se ha constatado que el consumo de tabaco ha causado la muerte de aproximadamente 100 millones de personas en el siglo XX y, si las tendencias actuales de tabaquismo continúan, se prevé que el total de muertes en el siglo actual llegará a los mil millones.



Medicamentos están siendo consumidos cada vez más para propósitos no médicos. Esta práctica, no sólo puede causar adicción sino que en algunos casos también puede ser mortal.

Las sustancias adictivas que incluyen los medicamentos más comunes son los analgésicos, los sedantes y los estimulantes y por ello, tienen la capacidad de alterar el pensamiento y el comportamiento de quienes los consumen.

Es preocupante la tendencia emergente de su consumo entre los adolescentes y los jóvenes, que nace de la idea equivocada de considerarles medicamentos benignos por el hecho de ser recetados por el médico, excluyendo toda peligrosidad y que se ve considerablemente aumentada cuando se ingieren sin receta.

Cánnabis: es la sustancia ilegal más consumida después del alcohol y el tabaco en nuestro país. También en la Comunidad de Madrid.

Su consumo provoca el deterioro de la memoria a corto plazo, el aprendizaje, la habilidad de concentración y la coordinación motora. También aumenta la frecuencia cardíaca, puede causar daño a los pulmones, y en algunas personas, puede provocar enfermedades mentales.

Para saber más sobre cómo afecta a la salud de los adolescentes el consumo de alcohol y de cánnabis acceda a los siguientes enlaces:

[Los padres frente al cánnabis](#)

[Los padres frente al “botellón”](#)

[El cánnabis y los jóvenes](#)

[Jóvenes y alcohol. Una mala compañía](#)

Inhalantes: son sustancias volátiles que se encuentran en muchos productos de uso común, como los limpiadores de horno, la gasolina, las pinturas pulverizadas y otros aerosoles, que producen efectos que alteran la mente.

Los inhalantes son sumamente tóxicos y pueden causar daños al corazón, los riñones, los pulmones y el cerebro. Incluso en el caso de ser una persona sana se puede sufrir un fallo cardíaco a los pocos minutos de abuso repetido de un inhalante.

Cocaína: es un estimulante de corta duración que hace que las personas que la consumen tomen la droga muchas veces en un corto periodo de tiempo. El abuso de la cocaína puede tener consecuencias médicas graves e irreversibles relacionadas con el corazón y con los sistemas respiratorio, nervioso y digestivo.

Es una de las sustancias de mayor capacidad adictiva y el tratamiento de su adicción es complejo y duradero en el tiempo.

Anfetaminas: son estimulantes poderosos que producen sensaciones de euforia y agudeza mental. Los efectos de la metanfetamina, en particular, son sumamente duraderos y perjudiciales para el cerebro.

Las anfetaminas pueden elevar la temperatura del cuerpo a niveles peligrosos (lo que se conoce como “golpe de calor”) y puede llevar a graves problemas de corazón y convulsiones.

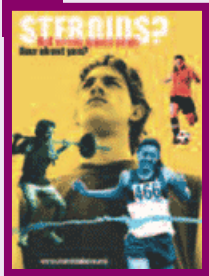


Éxtasis (MDMA): su consumo produce efectos tanto estimulantes como de alteración de la mente. Puede aumentar la temperatura corporal, la frecuencia cardiaca, la presión arterial y provocar estrés. El éxtasis también puede ser tóxico para las células nerviosas eliminándolas y deteriorándolas de forma irreversible.

LSD: es uno de los alucinógenos más potentes y como tal causa alucinaciones, es decir, alteran la percepción de la realidad. Sus efectos son imprevisibles y los consumidores pueden ver imágenes y colores vívidos, oír sonidos y sentir sensaciones aunque parecen reales, no lo son. También es posible que quienes lo consumen tengan emociones o experiencias traumáticas que duren muchas horas. Entre los efectos de corto plazo se incluyen la elevación de la temperatura corporal, la frecuencia cardiaca y la presión arterial, sudoración, pérdida de apetito, falta de sueño, boca seca y temblores.

Heroína: es un opiode de gran capacidad adictiva que produce euforia y una sensación de relajación. Entre sus efectos destacan la disminución de la respiración y el riesgo de contraer enfermedades infecciosas graves, especialmente cuando se inyecta.

Esteroides: se pueden recetar para ciertos problemas médicos, pero se consumen con fines ajenos a la medicina para aumentar la masa muscular y mejorar el rendimiento atlético o la apariencia física. Entre las consecuencias graves de su consumo están el acné severo, enfermedades de corazón, problemas de hígado, apoplejía o ataques cerebrovasculares, enfermedades infecciosas, depresión y suicidio.



Las mezclas de drogas: es una práctica especialmente peligrosa y generalizada entre los adolescentes y jóvenes. La mezcla va desde el consumo conjunto de drogas legales, como el alcohol y el tabaco, hasta las más peligrosas de medicamentos, o la combinación a veces letal, de heroína o cocaína con otras drogas. No importa el contexto del consumo. Lo verdaderamente esencial es conocer que, debido a las interacciones de una droga con otra, estas prácticas crean riesgos significativamente mayores que los ya peligrosos de cada droga individual.

Para saber más sobre las drogas y sus efectos en la salud acceda a los siguientes enlaces:

[*Los padres y las drogas de síntesis*](#)

[*Los padres frente a la cocaína*](#)

[*Los jóvenes y la cocaína*](#)

[*Los jóvenes y las drogas de síntesis*](#)

[*Medicamentos*](#)

[*Inhalantes*](#)

[*LSD*](#)

[*Heroína*](#)

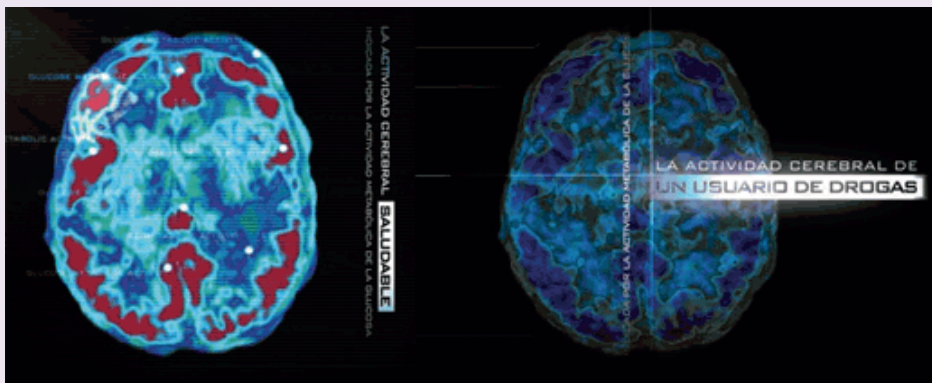
[*Esteroides*](#)

¿QUIERE SABER CÓMO LA CIENCIA HA REVOLUCIONADO NUESTRO CONOCIMIENTO SOBRE LAS ADICCIONES?

A lo largo del siglo pasado, los científicos que estudiaban el abuso de drogas trabajaban bajo la sombra de mitos y conceptos equivocados sobre la naturaleza de la adicción.

Cuando la ciencia comenzó a estudiar el comportamiento adictivo en la década de los treinta del pasado siglo, se pensó que las personas adictas a las drogas tenían una deficiencia moral y falta de fuerza de voluntad. Estos puntos de vista motivaron que la respuesta de la sociedad, ante quienes consumían drogas, fuera entendida como una dificultad ética en su comportamiento y estilo de vida, más que como un problema de salud. Todo ello dirigió el “combate” de las drogas hacia acciones punitivas en lugar de otras de carácter preventivo y terapéutico.

Hoy, gracias a la ciencia, nuestros puntos de vista y respuestas al consumo y abuso de drogas han cambiado sustancialmente. Los descubrimientos innovadores sobre el cerebro han revolucionado el conocimiento de las adicciones y nos permite responder con mayor efectividad al problema.



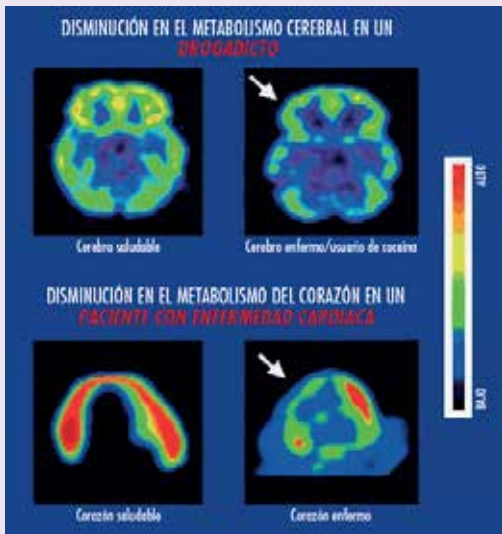
“La drogadicción es una enfermedad del cerebro que se puede tratar”.

Nora D. Volkow, M.D. Directora

Instituto Nacional sobre el Abuso de Drogas

Como resultado de las investigaciones científicas, se sabe que la adicción es una enfermedad que afecta tanto al cerebro como al comportamiento. Se han identificado muchos de los factores biológicos y ambientales, que inciden directamente en la aparición de una adicción y se comienza a investigar sobre aquellos otros de carácter genético que contribuyen al desarrollo y evolución de esta enfermedad.

A pesar de estos avances todavía hay un gran sector social que no comprende por qué algunas personas se vuelven adictas a las drogas ni cómo éstas cambian el cerebro para fomentar su abuso compulsivo.



Para saber más consulte el siguiente enlace:

[Las drogas el cerebro y el comportamiento:](#)

[La ciencia de la adicción](#)

¿Sabe lo que son los “raves” y los eventos de “trance”?

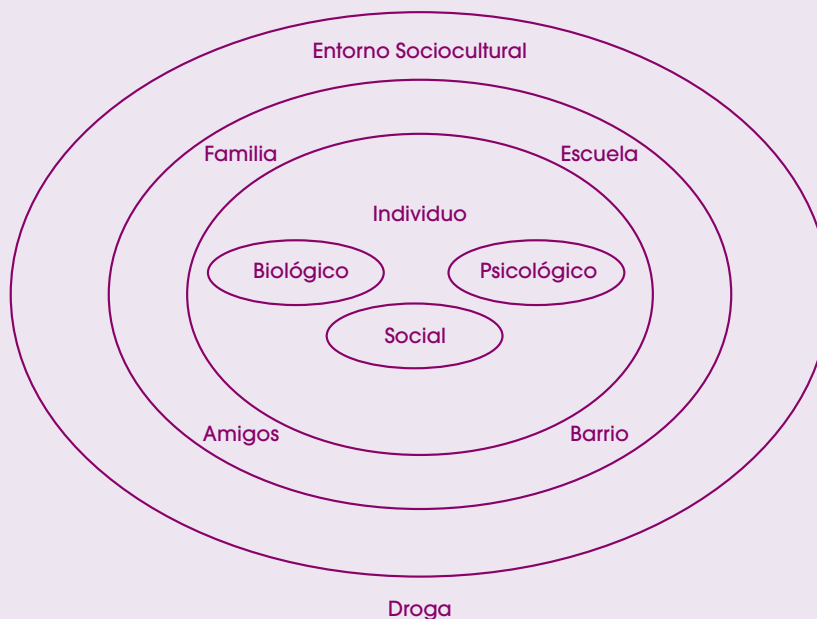
Los “raves” y los eventos de “trance” por lo general son fiestas de baile que duran toda la noche e incluso varios días. Hay personas que en estos eventos consumen las drogas de club porque pueden verse atraídos por su precio generalmente bajo y los efectos embriagantes, que profundizan la experiencia del “rave” o del “trance”. Si quiere conocer cómo afectan estas drogas a los jóvenes que las consumen puede consultar el siguiente enlace:

[DrugFacts: Las drogas de club \(GHB, ketamina y Rohipnol\)](#)



Las investigaciones en prevención se han dirigido sobre todo a identificar qué factores se relacionan con el consumo de drogas, si bien, no hay un solo factor que determine que alguien se vaya a convertir en un adicto. El riesgo de convertirse en una persona adicta tiene que ver con su constitución biológica, su sexo y la etapa del desarrollo en la que se encuentra, además de aspectos psicológicos como la historia de aprendizaje, así como por el entorno sociocultural, es decir, las condiciones familiares, las circunstancias del proceso de escolarización o la comunidad en la que vive. Conocer estos factores nos permite prevenir el uso temprano de drogas que, a su vez, puede reducir el riesgo de que en el futuro se progrese al abuso y a la adicción. De hecho, la prevención persigue básicamente contrarrestar el efecto de los factores de riesgo y potenciar los de protección frente al consumo de drogas.

Relación entre los distintos factores relacionados con el consumo de drogas



Diseñar programas de prevención partiendo del conocimiento que nos aporta la investigación es hoy una realidad. La progresiva incorporación de criterios con base en la evidencia científica, nos permite generar programas preventivos con una selección de componentes que han demostrado ser efectivos a través de la misma.

La escuela es el lugar donde transcurre una importante parte de los primeros años de vida. Junto con la familia, es el ámbito donde el individuo va creciendo, tanto a nivel individual como social, y adquiere conocimientos y habilidades básicas para su desarrollo.

La Dirección General de Salud Pública de la Comunidad de Madrid oferta programas y servicios de prevención dirigidos al ámbito educativo, familiar, comunitario y de ocio y tiempo libre, que puede consultar accediendo a la página http://www.madrid.org/cs/Satellite?c=CM_Agrupador_FP&cid=1142439320383&idConsejeria=1109266187266&idListConsj=1109265444710&idOrganismo=1142439320383&language=es&pagename=ComunidadMadrid%2FEstructura&pid=1109265444699

http://www.madrid.org/cs/Satellite?c=CM_Agrupador_FP&cid=1142439320383&idConsejeria=1109266187266&idListConsj=1109265444710&idOrganismo=1142439320383&language=es&pagename=ComunidadMadrid%2FEstructura&pid=1109265444699

El Servicio Itinerante de Prevención de las Adicciones “Drogas o Tú” constituye uno de los ejemplos, entre otros, de esta oferta.

Además, la Dirección General de Salud Pública de la Comunidad de Madrid desarrolla el Programa de Prevención de Drogodependencias “Protegiéndote” en coordinación con la Consejería de Educación, que se dirige a alumnos, padres y profesores de centros educativos de segundo ciclo de educación infantil, educación primaria, educación secundaria obligatoria y formación profesional básica (hasta los 16 años) de la Comunidad de Madrid. Trabaja sobre aquellos factores de riesgo y protección, recomendados por organismos internacionales como el National Institute on Drug Abuse (NIDA) y tiene como fin reducir el uso temprano del tabaco, alcohol y drogas ilegales. Para conocer el programa puede visitar la página web www.madrid.org/protegiendote

El Programa de Prevención de las Drogodependencias “Protegiéndote” se puede solicitar desde los Centros Educativos, dirigiéndose al siguiente teléfono de información:

Dirección General de Salud Pública

Servicio de Prevención Tfno.: 91 573 47 60 • 91 370 22 08/07

Puede solicitar información sobre drogas en docudrogas.agad@salud.madrid.org



DROGAS
O TÚ



La Suma de Todos

 **Comunidad de Madrid**

www.madrid.org

docentes