

LA VERDAD SOBRE LAS

DROGAS

Las drogas destruyen
y arruinan millones
de vidas cada año.
¿Qué deberías saber
TÚ sobre ellas?

Éxtasis
LSD Heroína
Cocaína
Marihuana

vidasindrogas.org



POR QUÉ SE HIZO ESTE FOLLETO

En el mundo se habla mucho acerca de las drogas; en las calles, en la escuela, en Internet y en la TV. Algunas cosas de las que se dicen son ciertas y otras no.

Mucho de lo que escuchas acerca de las drogas en realidad proviene de aquellos que las venden. Traficantes de droga reformados han confesado que hubieran dicho lo que fuera con tal de que otros compraran la droga.

Que no te engañen. Necesitas los hechos para evitar caer en drogas y para ayudar a tus amigos a permanecer fuera de ellas. Esto es por lo que nosotros hemos preparado este folleto para ti.

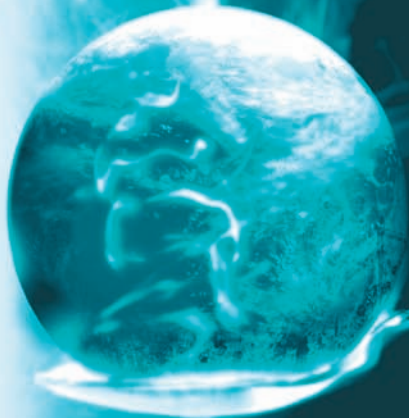
Tu opinión es muy importante para nosotros, así que esperamos tener noticias tuyas más adelante. Puedes visitarnos en la web en: **vidasindrogas.org** y enviarnos un e-mail a: **info@vidasindrogas.org**

NUESTRA CULTURA DE DROGAS

Las drogas han sido parte de nuestra cultura desde mediados del siglo pasado. La música y los medios de difusión las popularizaron en la década de los 60, invadiendo todos los aspectos de la sociedad.

Internacionalmente se estima que 208 millones de personas consumen drogas ilícitas. Una encuesta hecha en México en 2008 reveló que aproximadamente 4.5 millones de personas han usado drogas, esto significa un aumento del 29% desde la última encuesta de este tipo realizada en el 2002. Se estima que México tiene 465,000 adictos a la droga.

Probablemente conoces a alguien que ha sido afectado directa o indirectamente por las drogas.



El alcohol es una de las principales causas de accidentes automovilísticos, homicidios, violencia doméstica, abuso infantil, muertes por intoxicación, incendios y otros daños. En Latinoamérica el 5.5% de todas las muertes en el 2002 fueron atribuidas al alcohol.

La droga ilegal que se consume más comúnmente es la marihuana. Según el Informe Mundial 2008 de las Naciones Unidas sobre Drogas, casi el 3.9% de la población mundial entre las edades de 15 y 64 años, consumen marihuana.

Hoy día los jóvenes son expuestos a las drogas a una edad más temprana. De acuerdo a la Encuesta Nacional sobre Adicciones en el 2008, la marihuana

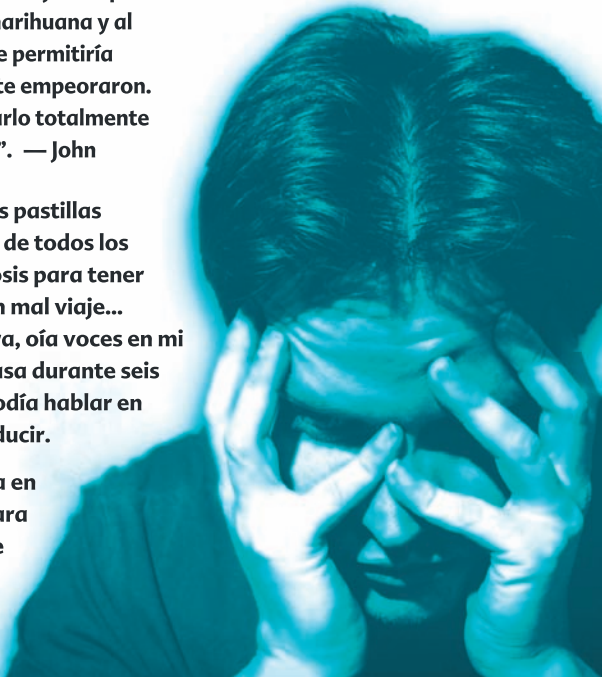
fue la droga preferida, usada por 4.4% de los mexicanos. El uso de la cocaína aumentó de 1.3% a 2.5% desde el 2002. El uso de las Metanfetaminas se quintuplicó, hasta un 0.5 por ciento de la población, más alto que los alucinógenos (0.4%) y la heroína (0.2%).

En Europa, estudios recientes entre jóvenes (15 y 16 años), muestran que el uso de marihuana varía de 10% a más del 40%, con los porcentajes más altos en la República Checa (44%), seguida por Irlanda (39%), el Reino Unido (38%) y Francia (38%). En España y Reino Unido, el uso de la cocaína entre jóvenes de 15 a 16 años es de 4% a 6%. El uso de la cocaína se ha elevado en Dinamarca, Italia, España, Reino Unido, Noruega y Francia.

Mi meta en la vida no era vivir... era tener un “viaje”. Al pasar los años, me hice adicto a la cocaína, a la marihuana y al alcohol bajo la falsa creencia de que eso me permitiría escapar de mis problemas. Las cosas simplemente empeoraron. Me mantenía diciéndome a mí mismo, voy a dejarlo totalmente después de usarlo la última vez. Y nunca ocurrió”. — John

Esto comenzó con la marihuana, después las pastillas (Éxtasis) y ácido, haciendo combinaciones de todos los tipos de drogas, hasta el punto de sobredosis para tener viajes más rápidos y largos. Una noche tuve un mal viaje... rezaba y lloraba para que lo que sentía se fuera, oía voces en mi cabeza, sentía escalofríos y no pude salir de casa durante seis meses. Pensaba que todos me vigilaban. No podía hablar en lugares públicos. ¡Vaya! Ni siquiera podía conducir.

“Acabé sin hogar y viviendo en la calle, dormía en una caja de cartón, mendigando y luchando para encontrar la manera de conseguir mi siguiente comida”. —Ben



¿POR QUÉ LA GENTE CONSUME DROGAS?

La gente consume drogas porque quieren cambiar algo en su vida.

Aquí están algunas de las razones que los jóvenes han dado para consumir drogas:

- Para encajar en un medio
- Para evadir o relajarse
- Para disipar el aburrimiento
- Para parecer mayores
- Para rebelarse
- Para experimentar

Piensan que las drogas son una solución. Pero, con el tiempo, las drogas se convierten en el problema.

Por difícil que sea para alguien hacer frente a sus problemas, las consecuencias del consumo de drogas siempre serán peores que el problema que está tratando de resolver con ellas. La verdadera respuesta es obtener los hechos y no consumir drogas en primer lugar.

¿CÓMO FUNCIONAN LAS DROGAS?

Las drogas son esencialmente venenos. La cantidad consumida determina el efecto.

Una pequeña cantidad actúa como un estimulante (te acelera). Una cantidad mayor, actúa como un sedante (te entorpece). Una cantidad aun mayor puede envenenar y matar a la persona.

Esto ocurre con cualquier droga. Sólo varía la cantidad requerida para producir el efecto.

Pero muchas drogas presentan otro riesgo: afectan directamente la mente. Pueden distorsionar la percepción del consumidor acerca de lo que está sucediendo a su alrededor. Como resultado, las acciones de la persona pueden ser extrañas, irracionales, inadecuadas e incluso destructivas.

Las drogas bloquean todas las sensaciones, tanto las deseadas como las no deseadas. Así que, mientras proporcionan a corto plazo ayuda aliviando el dolor, también anulan la habilidad y el estado de alerta y confunden los pensamientos.

Los medicamentos son drogas que pretenden acelerar, desacelerar o cambiar la manera en que el cuerpo está funcionando, tratando de hacerlo funcionar mejor. Algunas veces son necesarios. Pero aun así, no dejan de ser drogas; actúan como estimulantes o sedantes y demasiada cantidad puede matarte. Así que, de acuerdo a lo anterior, si no usas los medicamentos como se supone que deben ser usados, pueden ser tan peligrosos como las drogas ilegales.

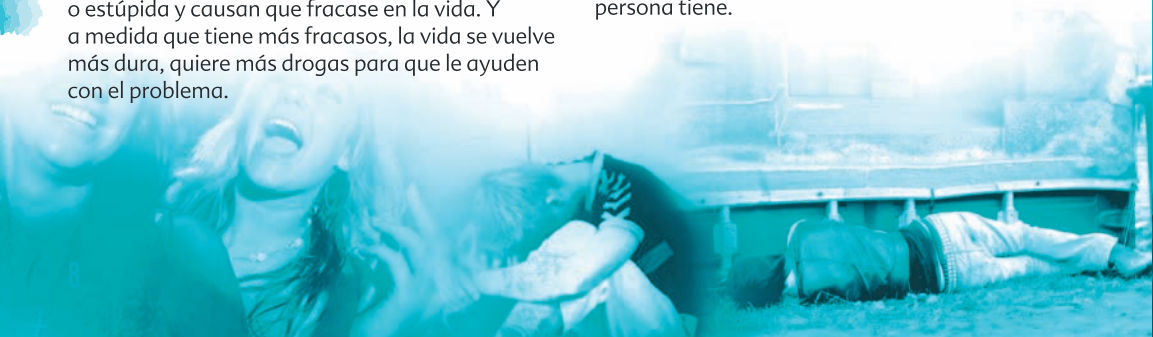
LAS DROGAS AFECTAN LA MENTE

Normalmente, cuando una persona recuerda alguna cosa, la mente es muy rápida y da la información rápidamente. Pero las drogas entorpecen tu memoria, causando espacios en blanco. Cuando una persona intenta obtener información a través de esta confusión en su mente, no la consigue. Las drogas hacen que una persona se sienta lenta o estúpida y causan que fracase en la vida. Y a medida que tiene más fracasos, la vida se vuelve más dura, quiere más drogas para que le ayuden con el problema.

Las Drogas Destruyen La Creatividad

Una mentira que se ha dicho acerca de las drogas es que ayudan a que una persona sea más creativa. La verdad es bastante diferente.

Alguien que está triste podría usar las drogas para sentirse feliz, pero eso no funciona. Las drogas pueden elevar a una persona a una falsa alegría, pero cuando el efecto de la droga desaparece, él o ella caen incluso más abajo que antes. Y cada vez, el hundimiento emocional es más y más profundo. Finalmente, las drogas podrían destruir completamente toda la creatividad que una persona tiene.



Todo el tiempo que estuve en drogas pensaba que tenía control sobre mi vida y que lo había hecho bien. Pero destruí todo lo que había construido y por lo que había luchado en mi vida. Corté toda relación con mis amigos que no estaban en drogas y con mi familia, sólo tenía a los que consumían drogas. Cada día giraba en torno a una sola cosa: mi plan para conseguir lo que necesitaba para drogas. Hacía lo que fuera para conseguir mi anfetamina, esa era la única cosa en mi vida”. —Pat

Sentía que era más divertido cuando me emborrachaba. (Yo comencé bebiendo) Eso me llevó a la marihuana... Después, estaba en casa de un amigo fumando marihuana cuando alguien sacó una bolsa de cocaína. Inhale la cocaína y rápidamente se transformó en un hábito diario. Comencé a robar dinero del negocio de mis padres y a mis abuelos diariamente, para sostener mis hábitos diarios de alcohol, cocaína, marihuana y LSD. Luego, me pasé al OxyContin y lo comencé a usar como rutina. Para cuando me di cuenta era una adicta, inhalando OxyContin como parte de mi rutina diaria. Necesitaba algo más fuerte y así es como pasé a la heroína. Nada podía detenerme de drogarme. Mi adicción fue ganando. Y cada vez que trataba de dejarla, la compulsión física me obligaba a conseguir más”. —Edith

HECHOS BÁSICOS SOBRE LAS DROGAS QUE SE CONSUMEN HABITUALMENTE

Los hechos sobre estas drogas que se consumen habitualmente se han seleccionado a partir de las referencias que aparecen al final de este folleto. Estos están incluidos aquí para proporcionarte la verdad acerca de lo que estas drogas son y lo que hacen.

* MARIHUANA	PÁGINA 12
* ALCOHOL.....	PÁGINA 14
* ÉXTASIS	PÁGINA 16
* COCAÍNA CRACK Y CRACK	PÁGINA 18
* METANFETAMINA DE CRISTAL Y METANFETAMINA	PÁGINA 20
* INHALANTES	PÁGINA 22
* HEROÍNA.....	PÁGINA 24
* LSD	PÁGINA 26
* ABUSO DE FÁRMACOS RECETADOS.....	PÁGINA 28

MARIHUANA



La marihuana usualmente se enrolla en un cigarro llamado porro o canuto. También puede beberse como un té o mezclarse con comida, o fumarse con una pipa de agua conocida como arguila o bong.

En el año 2008 el Informe Mundial de las Naciones Unidas sobre Drogas reveló que hubo un gran incremento en el consumo de narcóticos

NOMBRES CALLEJEROS:

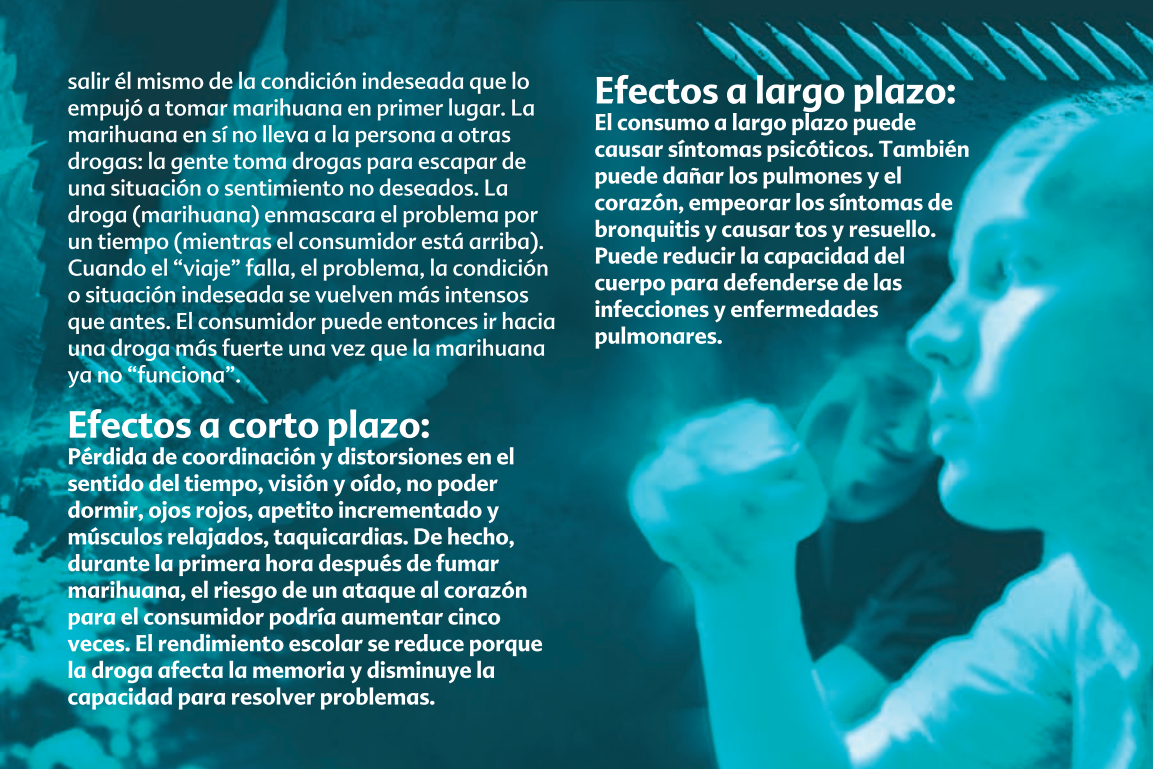
- Canuto
- Carrujo
- Porro
- Mota
- Mafú
- Grifa
- Hierba
- Monte
- Soñadora
- Doña Juana
- María
- Juanita
- Cucaracha
- Gallo
- Cábano
- Joint
- Pasto
- Mandanga
- Yerba

en Latinoamérica, específicamente cocaína, marihuana y Éxtasis. El número de nuevos pacientes en centros de tratamiento por drogas en México subió más de cuatro veces entre el 2000 y 2008, de 13,270 a 57,173.

La marihuana es hoy mucho más potente de lo que era antes. Las técnicas de selección usadas con las semillas han producido una droga más poderosa. Como resultado, han aumentado significativamente el número de servicios de urgencias en relación con la marihuana y el número de jóvenes que la fuman.

Según se incrementa la tolerancia, la marihuana puede llevar a los consumidores a usar drogas más fuertes para alcanzar el mismo viaje. Cuando los efectos comienzan a disminuir, la persona cambia a una droga más fuerte para

* Cannabis: cualquiera de las diferentes drogas que vienen del cáñamo de la India, incluyendo la marihuana y el hachís.



salir él mismo de la condición indeseada que lo empujó a tomar marihuana en primer lugar. La marihuana en sí no lleva a la persona a otras drogas: la gente toma drogas para escapar de una situación o sentimiento no deseados. La droga (marihuana) enmascara el problema por un tiempo (mientras el consumidor está arriba). Cuando el “viaje” falla, el problema, la condición o situación indeseada se vuelven más intensos que antes. El consumidor puede entonces ir hacia una droga más fuerte una vez que la marihuana ya no “funciona”.

Efectos a corto plazo:

Pérdida de coordinación y distorsiones en el sentido del tiempo, visión y oído, no poder dormir, ojos rojos, apetito incrementado y músculos relajados, taquicardias. De hecho, durante la primera hora después de fumar marihuana, el riesgo de un ataque al corazón para el consumidor podría aumentar cinco veces. El rendimiento escolar se reduce porque la droga afecta la memoria y disminuye la capacidad para resolver problemas.

Efectos a largo plazo:

El consumo a largo plazo puede causar síntomas psicóticos. También puede dañar los pulmones y el corazón, empeorar los síntomas de bronquitis y causar tos y resuello. Puede reducir la capacidad del cuerpo para defenderse de las infecciones y enfermedades pulmonares.

ALCOHOL



NOMBRES

CALLEJEROS:

- Ron
- Chupe
- Trago
- Bebida
- Botella
- Copa
- Licor
- Chela

El alcohol deprime el sistema nervioso central (cerebro y médula espinal), reduce inhibiciones* y daña la capacidad de razonar. Beberlo en grandes cantidades puede llevar a un estado de coma e incluso la muerte. Mezclar el alcohol con medicamentos o drogas de la calle es extremadamente peligroso y puede ser fatal. El alcohol influye en tu cerebro y te ocasiona falta de coordinación, reflejos más lentos, visión distorsionada, lagunas de memoria y periodos en blanco. Los cuerpos de los jóvenes aun están creciendo y por eso el alcohol tiene aun más impacto sobre la gente joven a nivel físico y mental que en la gente mayor.

Efectos a corto plazo:

Sensaciones de ardor, piel enrojecida, juicio debilitado, falta de coordinación, balbuceo de palabras, pérdida de comprensión y de memoria. Beber demasiado usualmente resulta en una “cruda”, dolor de cabeza, náusea, ansiedad, debilidad, temblores y a veces vomitar.

Efectos a largo plazo:

El habituarse a muchos de los efectos desagradables del alcohol resulta en una mayor capacidad para beber aun más. Esto lleva a un deterioro físico que puede incluir que el hígado se dañe y que aumente el riesgo de enfermedades cardíacas. Una mujer embarazada puede dar a luz a un bebé con defectos que afecten su corazón, cerebro y otros órganos importantes. Una persona se puede volver dependiente del alcohol. Y si parase de beber de repente, comenzaría con los síntomas de abstinencia. Y van desde nerviosismo, no poder dormir, sudores y pérdida del apetito a convulsiones y a veces la muerte. El abuso del alcohol también puede causar violencia y conflictos en las relaciones personales.

* inhibiciones: ideas o reglas que tienden a parar a una persona de hacer algo.



ÉXTASIS

NOMBRES CALLEJEROS:

- Tacha
- XTC
- X
- Adán
- Abrazo
- Roca
- Ruedas
- Frijoles
- Droga del amor

El Éxtasis es tomado usualmente en forma de pastilla, en tabletas o en forma de cápsula. Cuando tomas más de una a la vez se llama “sacudida”.

El Éxtasis es una droga hecha sintéticamente (fabricada) en un laboratorio. Los que la hacen pueden añadir cualquier cosa que ellos escojan para la droga, tal como la cafeína, anfetamina* e incluso cocaína. El Éxtasis es ilegal y tiene efectos similares a los alucinógenos y estimulantes. Estas pastillas tienen colores diferentes y en algunas hay dibujados muñecos como imágenes. Mezclar Éxtasis con alcohol es extremadamente peligroso y puede ser fatal.

Los efectos estimulantes de las drogas tales como el Éxtasis permiten al consumidor bailar durante largos períodos de tiempo, y cuando se combina con el calor, y las condiciones de aglomeración de personas como en las fiestas “rave”, pueden causar la deshidratación extrema y problemas cardíacos o renales.



Efectos a corto plazo:

- Nivel de alerta disminuido
- Sentido falso de afecto
- Confusión
- Depresión
- Problemas para dormir
- Ansiedad Severa
- Paranoia[†]
- Deseo irresistible por la droga
- Tensión muscular
- Castañetear los dientes involuntariamente
- Náuseas
- Visión borrosa
- Desmayos
- Escalofríos o sudores



Efectos a largo plazo:

- El consumo prolongado puede causar daño cerebral a largo plazo o quizá permanente, afectando la cordura de la persona y su habilidad para pensar.

* anfetamina: un estimulante del sistema nervioso central, frecuentemente llamado “speed”.

† paranoia: sospecha, desconfianza o miedo de otra gente.

El Éxtasis me volvió loca. Un día mordí un trozo de cristal, simplemente como si le hubiera dado un mordisco a una manzana. Cuando tuve la boca llena de pedazos de cristal, fue cuando me di cuenta de lo que me estaba ocurriendo. Otra vez rasgué trapos con mis dientes durante una hora”. — Ann





COCAÍNA Y COCAÍNA CRACK

La Cocaína y la cocaína crack se pueden tomar oralmente o por la nariz (inhalaado), inyectada con jeringa o, en el caso del crack por inhalación del humo al calentarla.

Los términos que se usan para describir la ingestión incluyen masticar, inhalar, picarse (inyectarla en una vena grande) y fumarla.

La palabra *cocaína* se refiere a la droga en forma de polvo (cocaína) y en forma de cristal (crack). Es

NOMBRES CALLEJEROS:

- Coca
- Crack
- Blanca
- Roca
- Nieve
- Basuco
- Perico

hecha de la planta de coca y junto con la metanfetamina*, crean la mayor dependencia psicológica de todas las drogas.



Efectos a corto plazo:

La cocaína causa un corto e intenso “viaje” que es seguido inmediatamente por un opuesto e intenso sentimiento depresivo y estado de nerviosismo con un deseo de consumir más droga. La gente que la consume frecuentemente no come o duerme adecuadamente. Pueden experimentar un gran aumento del ritmo cardiaco, espasmos y convulsiones musculares. La droga puede hacer que la gente sienta paranoia, irritación, hostilidad y ansiedad, incluso cuando no están bajo su influencia.

* metanfetamina: un estimulante del sistema nervioso central altamente adictivo.



Efectos a largo plazo:

Además de los efectos ya mencionados, la cocaína puede causar irritabilidad, cambios de humor, ansiedad, paranoia y alucinaciones auditivas. Se desarrolla una tolerancia a la droga, lo que hace que se necesite más para lograr el mismo “viaje”.

El bajón después de la euforia causa depresión severa, la cual se vuelve más y más profunda cada vez que se usa la droga. Esto puede llegar a ser tan grave que la persona podría hacer casi cualquier cosa para conseguirla hasta asesinar. Y si él o ella no puede conseguir cocaína la depresión puede ser tan intensa que puede conducir al adicto al suicidio.

METANFETAMINAS Y METANFETAMINAS DE CRISTAL

La metanfetamina de cristal y la metanfetamina se inhalan, se fuman o se inyectan. Las dosis pequeñas vienen en pastillas.

La metanfetamina de cristal es una forma de metanfetamina que parecen pequeños fragmentos de cristal o pequeñas piedras relucientes de color blanco azulado. En la calle, se conoce como “Hielo”, “cristal”, “tina” y otros nombres. Esta es tan altamente poderosa y adictiva que hace que la persona se estimule y causa agresividad, violencia o comportamiento psicótico. Muchos consumidores informan que se volvieron adictos desde la primera vez que la usaron. Esta es una de las drogas más difíciles de tratar.

NOMBRES CALLEJEROS:

- Speed
- Met
- Cristina
- Tiza
- Vidrio
- Zip
- Cruz Blanca
- Ventana
- Tina
- Cristy

Efectos a corto plazo:

Los efectos negativos pueden incluir trastornos en los hábitos de dormir, hiperactividad, náusea, delirios de poder, aumento en la agresividad e irritabilidad. Pueden causar disminución del apetito y pérdida de peso. En altas dosis causan una gran “euforia”, seguido de agitación y a veces violencia. Otros efectos pueden incluir insomnio, confusión, alucinaciones, ansiedad y paranoia. Pueden causar convulsiones que llevan a la muerte.

Efectos a largo plazo:

Aumento del ritmo cardíaco y de la presión sanguínea, daño a los vasos sanguíneos del cerebro, llevando a apoplejías o palpitaciones irregulares del corazón y a colapsos cardiovasculares (implica el corazón y los vasos capilares) o muerte. Pueden hacer que el riñón, el hígado y los pulmones se dañen. Los consumidores pueden sufrir daño cerebral, incluyendo trastornos de la memoria y una incapacidad cada vez mayor para comprender pensamientos abstractos. Los que se recuperan están sujetos usualmente a lagunas mentales y cambios de humor repentinos.

La metanfetamina de cristal era mi droga favorita, pero había otras drogas, eran baratas, fáciles de conseguir, fácil de volverse adicto a ellas, y por supuesto, fáciles de usar. Probé la droga una vez y ¡PUM! Me volví adicto. Una de las cosas principales por las que esto me afectó fue por mi carrera musical. Tenía una banda fenomenal, tocaba una música fenomenal y tenía buenos miembros que no sólo eran parte de la banda sino además mis mejores amigos. Todo esto cambió cuando comencé a consumir metanfetamina”. —Brad



INHALANTES

NOMBRES CALLEJEROS:

- Poppers
- Pega
- Gas de la risa
- Laca
- Gasolina
- Aerosol
- Pintura
- Pegamento
- Mona
- Activo

Los Inhalantes incluyen sustancias químicas como las que se encuentran en el hogar tales como aerosoles para la limpieza, pegamento, pintura, disolvente, acetona, nitrato de almidón* y gasolina o gas para los encendedores. Estos son inhalados o “aspirados” (la acción de inhalar vapores).

Los inhalantes afectan al cerebro. Cuando las sustancias o el humo son inhalados a través de la nariz o por la boca, pueden causar daños físicos y psíquicos permanentes. Dejan al cuerpo sin oxígeno y fuerzan al corazón a bombear la sangre de forma más rápida e irregular. La gente que usa inhalantes puede perder su sentido del olfato, sufrir náuseas y sangrar por la nariz y puede desarrollar problemas en el hígado, los pulmones y el riñón. El consumo continuo puede llevar a una reducción de la masa, del tono y de la fuerza muscular. Los inhalantes pueden hacer que la



gente sea incapaz de caminar, hablar y pensar normalmente. Muchos de los daños en el tejido cerebral están causados por los humos tóxicos inhalados que van directamente a las fosas nasales†.

Efectos a corto plazo:

Además de lo anterior, los inhalantes pueden matar a una persona de un ataque al corazón o de asfixia ya que el humo inhalado toma el lugar del oxígeno en los pulmones y en el sistema nervioso central. Alguien bajo los efectos de inhalantes puede también repentinamente reaccionar con extrema violencia.

Efectos a largo plazo:

Puede conducir a atrofia muscular, reducir el tono muscular y la fuerza. Puede dañar permanente el cuerpo y el cerebro.

* nitrato de almidón: un líquido amarillo pálido usado para abrir o ampliar los vasos sanguíneos, consumido como un estimulante.

† fosas nasales: uno de los espacios abiertos en la parte delantera del cráneo por donde la persona pasa aire a través de la nariz.



HEROÍNA

La heroína es usualmente inyectada, inhalada o fumada. Es altamente adictiva. La heroína entra en el cerebro rápidamente pero hace que la gente piense y reaccione lentamente, y que su habilidad para tomar decisiones sea debilitada. Esto causa dificultad para recordar cosas.

NOMBRES CALLEJEROS:

- Caballo
- Chiva
- H
- Calbo
- Brea
- Goma

Si la droga se inyecta, puede existir el riesgo de SIDA, hepatitis (enfermedad del hígado) y otros, causados por las jeringas infectadas. Estos problemas de salud pueden ser transmitidos a los compañeros sexuales y a niños recién nacidos. La heroína es una de las tres drogas más frecuentemente envuelta en las muertes ocasionadas por el consumo de drogas. Existen vínculos entre su uso y la violencia y el crimen.

Efectos a corto plazo:

Los consumidores de drogas experimentan un nebuloso funcionamiento mental, náuseas y vómitos. La conciencia del dolor puede ser suprimida. Las mujeres embarazadas pueden sufrir abortos naturales. La función cardiaca (corazón) disminuida y la respiración más lenta, en algunos momentos al punto de la muerte.

Efectos a largo plazo:

Venas llenas de cicatrices y/o colapsadas, infecciones por bacterias en los vasos sanguíneos, las válvulas del corazón, abscesos y otras infecciones en los tejidos subcutáneos, y trastornos en el riñón o el hígado. Pueden resultar complicaciones pulmonares. Compartir jeringas o fluidos puede resultar en hepatitis, SIDA y otras enfermedades virales que se transmiten por la sangre.

LSD

NOMBRES CALLEJEROS:

- Ácido
- Tripis
- Bicho
- Planetas
- Micropunto
- Secantes
- Soles
- Puntos
- Ajos

El LSD se vende en pastillas, cápsulas o en forma líquida. Comúnmente se añade a un papel absorbente y se divide en pequeños cuadrados decorados. Cada cuadrado es una dosis.

El LSD es aún uno de los químicos más potentes que cambian el estado de ánimo y se obtiene de un hongo extremadamente venenoso que crece en el centeno y otras semillas. Sus efectos son impredecibles. Una pequeña cantidad puede producir 12 horas o más de efecto.

Efectos a corto plazo:



Pupilas dilatadas, temperatura corporal alta, incremento del ritmo cardiaco y presión alta, sudores, pérdida del apetito, insomnio, boca seca y temblores. Con el uso del LSD, pueden experimentarse pensamientos y sensaciones terribles y severas, temor a perder el control, temor a la locura y la muerte, sensación de desesperación.



Efectos a largo plazo:

Se pueden re-experimentar escenas retrospectivas o repeticiones de un “viaje” de LSD mucho tiempo después de que la droga se tomó y cuando su efecto aparentemente se terminó. El “viaje” en sí mismo, por lo general comienza a desvanecerse después de unas 12 horas, pero algunos consumidores manifiestan psicosis a largo plazo.

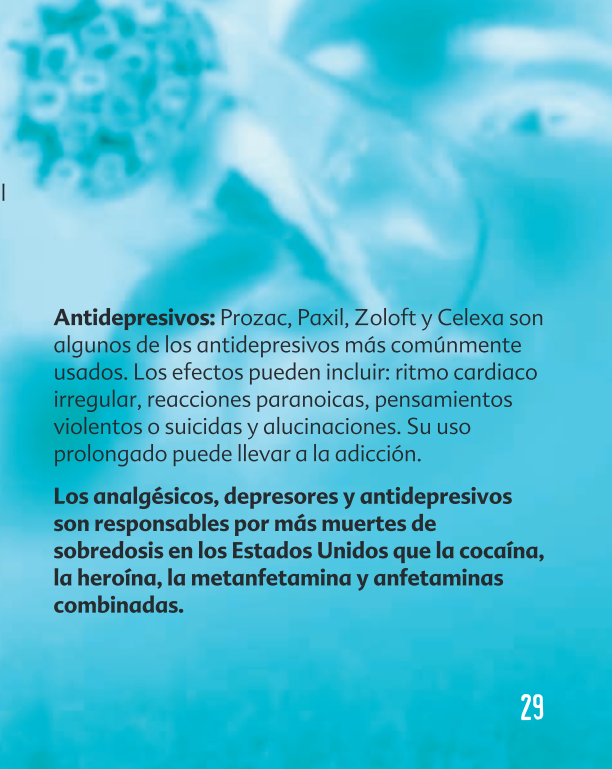
CONSUMO DE FÁRMACOS RECETADOS

El consumo de fármacos recetados se ha vuelto un problema más serio que el de las drogas callejeras. Los analgésicos, tranquilizantes, antidepresivos, las pastillas para dormir y los estimulantes pueden parecer “seguros” debido a que han sido recetados por los médicos, pero pueden ser tan adictivos y potentes como la heroína o la cocaína que se vende en la calle. EL analgésico OxyContin, por ejemplo, es tan

potente como la heroína y afecta al cuerpo de la misma manera. El uso continuo de analgésicos, depresores (“tranquilizantes”), estimulantes o antidepresivos puede llevar a la adicción, y a los síntomas dolorosos de la retirada para los que intentan dejarlos.

Aquí se dan sólo algunos de los efectos de estas drogas.





Analgésicos: OxyContin, Fentanyl, morfina, Percodan, Demerol son unos pocos de una larga lista de analgésicos. Los efectos pueden incluir respiración disminuida, náusea e inconsciencia. El uso continuo puede llevar a la adicción.

Depresores: Estas drogas, que disminuyen la actividad cerebral, y las funciones del sistema nervioso incluyen: Xanax, Zyprexa, Amytal, Seconal, Valium y muchos otros. Los efectos pueden incluir problemas cardiacos, aumento de peso, fatiga* y palabras murmuradas. El uso continuo puede llevar a la adicción.

Estimulantes: Estas drogas aceleran el ritmo cardiaco y la respiración, parecido al “speed” o a la cocaína. Incluyen: Ritalin, Rubifen, Adderall, Concerta, son drogas conocidas como “bennies”. Los efectos incluyen: una presión mayor en la sangre y el corazón, hostilidad y paranoia.

Antidepresivos: Prozac, Paxil, Zoloft y Celexa son algunos de los antidepresivos más comúnmente usados. Los efectos pueden incluir: ritmo cardiaco irregular, reacciones paranoicas, pensamientos violentos o suicidas y alucinaciones. Su uso prolongado puede llevar a la adicción.

Los analgésicos, depresores y antidepresivos son responsables por más muertes de sobredosis en los Estados Unidos que la cocaína, la heroína, la metanfetamina y anfetaminas combinadas.

* fatiga: cansancio físico o mental, extremo.

Lo que te dirán los traficantes

Cuando se realizaron encuestas con adolescentes para averiguar por qué empezaron a usar drogas en primer lugar, el 55% respondió que la razón fue la presión de sus amigos. Querían ser aceptados y populares. Los traficantes lo saben.

Ellos se aproximan a ti como un amigo y te ofrecen “ayuda” con “algo para animarte”. La droga podrá “ayudarte a adaptarte” o “hacerte sentir bien”.

Los traficantes, motivados por el beneficio que tendrán, podrán decir cualquier cosa para hacer que compres su droga.

Ellos te dirán que “la cocaína hará de tu vida una fiesta” y que “la heroína es un arma blanca”, que si tomas Éxtasis, “podrás estar con una cantidad de chicas”.

A ellos no les importa si las drogas arruinan tu vida, siempre y cuando les pagues. Todo lo que ellos quieren es el dinero. Ex traficantes reformados han admitido que ellos veían a sus compradores como “peones en un juego de ajedrez”.

Descubre los hechos relacionados con las drogas. Toma tus propias decisiones.

Millones de ejemplares de folletos como este se han distribuido a personas en todo el mundo en 22 idiomas. A medida que aparecen nuevas drogas en las calles y se tiene más información sobre sus efectos, los folletos que existen se actualizan y se crean otros nuevos.

Los folletos son publicados por la Foundation for a Drug-Free World (Fundación por un Mundo Libre de Drogas), una organización sin fines de lucro creada para el beneficio del público y cuya sede se encuentra en Los Angeles, California.

La Fundación proporciona materiales educativos, asesoría y coordinación para su red internacional de prevención de drogas. Trabaja con los jóvenes, los padres, los educadores, las organizaciones de voluntariado y con organismos gubernamentales, cualquiera que tenga interés en ayudar a la gente a vivir su vida libre del abuso de las drogas.

REFERENCIAS

Informe anual del Centro Europeo de Observación sobre Drogas y Drogadicción de 2007

“Hechos sobre las Drogas, ¿Los conoces?”. Drugs and the Environment, octubre de 2004

“Incremento de la adicción a las drogas en México”, USA Today, 22 de julio de 2008

“México y EE.UU. en la lucha contra las Drogas y la Violencia”, mexidata.info, 29 de septiembre de 2008

AlcoholScreening.org

Oficina Nacional de Vigilancia y Control de Drogas

“Nueva Iniciativa para Emplear el Poder de los Jóvenes, Padres para Detener el Consumo de Drogas en los adolescentes”, Media Campaign, News Room, 29 de enero de 2004

Office of National Drug Control Policy, National Youth Anti-Drug Media Campaign, 3 de octubre de 2004

“Ayuda para los Padres: ¿Está tu hijo consumiendo Drogas? ¿Cómo

averiguarlo?”, Partnership for a Drug-Free America, 12 de octubre de 2004

Substance Abuse and Mental Health Services Administrations, U.S. El consumo de sustancias y la salud mental

Informe de 2008 de la Oficina de Naciones Unidas Contra la Droga y el Delito

Centro Europeo de Monitoreo de Drogas y Adicciones. Boletín Estadístico de 2008

“Treatment Episode Data Set (TEDS) Highlights, 2006”

“Encuesta CDC: Cómo Muchos Adolescentes Fuman Marihuana como Cigarrillos, Disminuir Más Rápido el uso de Cigarrillos”, 05 de junio de 2008

CRÉDITOS FOTOGRÁFICOS:
Página 8: Alamy (izquierda);
Página 15: istockphoto.com/Lisa Young;
Página 26: Luke Peters

HECHOS QUE NECESITAS SABER

Este folleto forma parte de una serie de publicaciones que presentan los hechos reales acerca de la marihuana, el alcohol, el Éxtasis, la cocaína, la cocaína crack, la metanfetamina de cristal y las metanfetaminas, los inhalantes, la heroína, el LSD y el abuso de los fármacos recetados. Armado con esta información, el lector puede tomar la decisión de vivir una vida libre de drogas.

Para más información o para obtener más ejemplares de este u otros folletos de la serie, ponte en contacto con nosotros:



Foundation for a Drug-Free World

1626 N. Wilcox Avenue, #1297

Los Angeles, CA 90028 USA

drugfreeworld.org

info@drugfreeworld.org

1-818-952-5260

Por un Mundo Libre de Drogas A.C.

Calle Sur 73-B #416

Col. Sinatel, C.P. 09470

Delegación Iztapalapa

México D.F.

vidasindrogas.org

info@vidasindrogas.org

Teléfono: (52) (55) 5672-6919