

LAS DROGAS

INTRODUCCIÓN:

Las drogas han existido siempre. Nuestros más remotos antepasados, al probar plantas, hongos, semillas y otras sustancias con el objeto de saber si eran alimentos comestibles descubrieron muchas de ellas.

A lo largo de la historia los intereses culturales y otras circunstancias (moda) han favorecido épocas en que prevaleciera el consumo de una u otra droga. Actualmente el problema de la dependencia de drogas es epidémico. Y el uso (y quizás el abuso) es normativo sociológicamente. Lo que hoy está sucediendo no es solo de mayor volumen; es también nuevo y distinto. Y nuestra sociedad, nuestra cultura occidental, nuestro saber tradicional han quedado perplejos y sin saber que hacer.

Actualmente, los medios de producción, comercialización y distribución de drogas son infinitamente mayores que en el pasado. Se producen nuevas drogas continuamente.

En esta época se producen, comercializan y distribuyen drogas **legales** como nunca se hizo: desde el vino a los psicofármacos. El resultado es que todo el mundo ha probado o consume drogas: bebidas alcohólicas, tabaco...También algunos drogas **ilegales**.

Con los nuevos tipos de consumidores y de drogas ha surgido otro problema: *la identificación*. Cuando yo era residente en cirugía en Bellevue, entre 1953 y 1960, era facil reconocer a los adictos que tenían que inyectarse heroína. Pero actualmente es difícil reconocer al ama de casa que se toma 10 o 15 mg de *valium* cuando se siente tensa, o al hombre que aspira 2 o 3 líneas de cocaína varias veces al día.

¿ Por qué se consumen drogas?

Las drogas dan respuesta parcial a loa anhelos fundamentales del hombre, y estos han cambiado muy poco a lo largo del tiempo. Un claro ejemplo podemos encontrarlo el el poema del británico Victoriano Matthew Arnold:

Ah, amor, seamos leales

El uno con el otro... Porque el mundo, que parece

Extenderse ante nosotros como una tierra de ensueños, tan variados, tan maravillosos, tan nuevos, no ofrece en realidad ni alegría, ni amor, ni luz,

Ni certeza, ni paz, ni auxilio en dolor.

Las drogas responden de alguna forma a esas necesidades. Si no proporcionan verdadera felicidad, ofrecen sensaciones tan placenteras, aparentemente, que son un verdadero obstáculo para disminuir el consumo o para suprimirlo. En el amor, las drogas exaltan el sentido de la intimidad, disminuyen las inhibiciones y laa ansiedad. Infunden una especie de luz, y muchos adictos intentan defender la validez de las experiencias y revelaciones obtenidas bajo el efecto de las drogas.

Los estudios entre 1960 y 1970 mostraron que 2 de cada 5 consumidores se deprimían o se encontraban mal tra fumarr porros, y muchos admitieron tener sentimientos de inseguridad.

- La presión de los compañeros juega un papel muy importante para en introducir a mucha gente joven

en las drogas y en promover un consumo continuo.

- Las drogas pueden ser el precio de admisión a un grupo social o a una pandilla, y algunos investigadores afirman que puede constituir una forma de rito de la pubertad, celebrando la entrada de la adolescencia.
- Aunque los motivos de los jóvenes para el consumo de drogas son diferentes de los de los adultos, tanto unos como otros utilizan las drogas de la misma forma. Encuentran placer y sensaciones agradables, sentimientos de euforia y varios niveles de intoxicación.

¿ el coste del consumo de drogas?

Los costes se asignan con una gran parcialidad. Cuando aparecen efectos indeseables, un pequeño porcentaje será particularmente vulnerable, dice Tiklenberg, y otros serán relativamente inmunes. Todas las drogas implican un precio, un conjunto de perjuicios físicos, psíquicos y sociales que hay que pagar en algún momento. Para nosotros es útil categorizar esos costes, y aunque unos son más característicos que otros para una droga determinada, en general son aplicables a todas las drogas.

- Efectos tóxicos agudos.
- Peligros físicos a largo plazo.
- Efectos psicológicos.
- Toxicidad conductual.
- Efectos sobre el desarrollo.
- Costes interpersonales.
- Dependencia de drogas...

Test de consumo de drogas

1º ¿ Consume drogas cuando está solo?

2º ¿ Puede rechazar un porro o una línea de coca si se los ofrecen?.

3º ¿ Se coloca antes de ir a ver a un amigo que no toma drogas?

4º ¿ Necesita tomar algo (una copa, un porro o algo más fuerte) antes de ir a dormir?

5º ¿ Toma siempre algo al levantarse por la mañana (una copa, un porro o un estimulante) ?

6º...

7º...

8º...

9º...

Test de impacto de las drogas

1º ¿ Tiene muchos amigos que no tomen drogas?

2º ¿ Han bajado sus calificaciones?

3º ¿ Consigue la erección y el orgasmo?

4º ¿ Ha de leer dos veces la misma página para enterarse?

5º ¿ Cómo se siente al respecto?

6º...

7º...

CLASIFICACIÓN CLÍNICA

Drogas depresoras:

- Alcohol.
- Barbitúricos.
- Benzodiazepitas.
- Opiáceos (heroína).

Drogas estimulantes:

- **MAYORES:** Anfetaminas y cocaína.
- **MENORES :** Xantinas y nicotina.

Alucinógenos:

- Lsd.
- Mescalina.
- Cannabis.
- Disolventes.

*** De todas ellas, vamos a desarrollar un poquito a una droga de un gran riesgo estando en la clasificación de drogas estimulantes mayores y es : LA COCAÍNA.**

COCAÍNA

En la actualidad ha cambiado radicalmente sus formas de consumo y de difusión. Hace veinte años era poco consumida, limitándose su uso a un pequeño número de artistas, músicos, personas adineradas. Hoy se ha extendido por casi todos los estratos sociales y económicos. Unos veinte millones de estadounidenses la han probado, y según los resultados de una encuesta llevada a cabo por todos los Estados Unidos uno de cada cuatro adultos conoce a una persona próxima a ellos que aha consumido cocaína.

Los expertos en drogodependencias coinciden en que se trata de una droga muy peligrosa, aunque mantengan dudas respecto al tipo de dependencia y de tolerancia que produce. Es una droga que produce adicción. La adicción es compulsión, pérdida de control. Varios expertos coinciden en que **la cocaína es la droga más difícil de manejar**. Un clarísimo ejemplo está en la figura del jugador de fútbol americano Don Reese, el cual, admite que la cocaína dominó en él durante toda su vida de una u otra forma. Llegó a tomar el control y casi me mata (en los 70). Mientras su compañero Mercury Morris de la Liga Nacional distribuía coca para poder pagarse su hábito; actualmente cumple una condena de veinte años.

Origen y tendencias actuales

Cuando el explorador italiano Américo Vespucio llegó al Nuevo Mundo, pisándole los talones a Cristóbal Colón, descubrió que los nativos de Sudamérica obtenían una gran satisfacción al masticar hojas obtenidas de

la planta ***Erythroxylon coca***, que crecía en la cuenca alta del Amazonas y en las Mesetas Andinas. La cocaína fue utilizada para la fiebre del *heno*, como antiinflamatorio y para el resfriado común.

El propio Sigmund Freud estuvo interesado en la nueva droga por sus propiedades estimulantes, concibiéndola como un remedio para la depresión, la adicción a la morfina y el alcoholismo.

La cocaína pronto llegó a formar parte de medicamentos y licores (al papa León 13 se le administraba una mezcla de vino de Angelo Mariani y de cocaína) y hacia el 1886 el refresco Coca Cola , utilizó un jarabe hecho con cocaína y cafeína, pero esto duraría hasta el año 1903 debido a la presión política del sur.

Muchos médicos continuaron con la cocaína en el ámbito de la medicina siendo básica para la cura de enfermedades, aunque aquí en España esta totalmente ilegal.

La cocaína tiene tres vías de infusión:

- Por vía inyectada.
- Por inhalación (vías olfatorias).
- Fumada. (es muy popular).

Reacciones adversas

- Tienden a convertirse personas desconfiadas.
- Síntomas de paranoias: celos, sospechas...
- Temblores, sudor frío y rechinar de dientes. (a dosis menores)
- Náuseas, vomitos, dolores musculares, vértigo, desorientación y en algunos casos convulsiones. (a dosis mayores).
- La inhalación de coca abrasa el tejido cartilaginoso de la nariz.
- La sobredosis acarrea la tormenta adrenérgica, es decir, síntomas de coma y muerte.
- La inyección intravenosa y la freebase son las más peligrosas, aunque las de menor riesgo no estén exentas de estos peligros.

Test de implicación con la droga

1º ¿ Fuma o se inyecta cocaína? Si no

2º ¿ Consume semanalmente más de 4000pts en cocaína? Si no

3º ¿ Consume cocaína más de tres veces por semana? Si no

4º En los días que consume, ¿ está bajo sus efectos durante cuatro horas o más? Si no

5º ¿ Va de juerga con cocaína tres o más veces mensualmente? Si no

6º ¿ Consume otra droga o alcohol en combinación con la coca o para compensar sus efectos? Si no

7º ¿ Ha aumentado significativamente el consumo de cocaína en los tres últimos meses?

8º

- Responder SI a la pregunta 1 o a la 2, o a un total de cinco o más preguntas, indica una implicación **profunda con la droga.**

Esfuerzos individuales

Algunos individuos dicen que la cocaína es una droga blanda y que no implica dependencia y que por tanto el dejársela o el no hacerlo depende del mismo individuo sin el por qué de asistir a un plan de drogodependencia. Aquí tenemos algunos consejos que le ayudarán durante ese tiempo:

- 1° Pase algún tiempo fuera; al menos una semana.
- 2° Rompa con todo y desconecte durante algún tiempo.
- 3° No esté solo.
- 4° Detenga el consumo fría y bruscamente.
- 5° Haga limpieza.
- 6° No se proponga objetivos.
- 7° Exprese sus sentimientos.
- 8° Recuerde los malos tiempos.
- 9° Haga lo que le apetezca.
- 10° Gratifíquese por sus logros.
- 11° No se confíe por lo conseguido.

ALGUNAS CONSIDERACIONES FINALES SOBRE CÓMO ABANDONAR LAS DROGAS.

Abandonar las Drogas y permanecer sin ellas no es fácil. Requiere esfuerzo y suele suponer cierto malestar físico y psicológico. Sin embargo, no es difícil encontrar ayuda.

Pero en definitiva, dejar las drogas significa eso precisamente: dejar de tomarlas. Y solamente usted puede hacerlo. El tratamiento puede ayudarle, disminuyendo su sufrimiento y su malestar en la fase inicial. Puede ofrecerle apoyo y asistencia en los días difíciles del comienzo, facilitando que permanezca en abstinencia. Pero el trabajo fundamental depende de usted. Independientemente del tratamiento que haya escogido, deberá esforzarse todo lo posible.

Dejar las drogas, con o sin ayuda, significa hacer cambios en su vida; cambios que le permitan establecer nuevos valores y nuevas actitudes, superar su condicionamiento y romper el modelo de estímulo-respuesta que le induce al consumo de drogas.

Dichos cambios deben consistir en lo siguiente: refortalecer su organismo; encontrar actividades alternativas, nuevos intereses y nuevas asociaciones; aprender a manejar sin droga su ansiedad y su depresión; restaurar aquellas relaciones que se han deteriorado por el consumo de drogas, y posteriormente por la abstinencia.

No importa quien sea usted, ni las drogas que haya tomado; para dejarlas deberá seguir siempre los mismos cuatro pasos:

- 1° Reconocer que tiene un problema y que debe decidir hacer algo para solucionarlo.

2º Dejar de tomar la droga y mantener la abstinencia.

3º Hacer los cambios necesarios en su vida para permanecer sin drogas.

4º Enfrentarse a los problemas que puedan surgir posteriormente.

CONCLUSIÓN

- Las drogas imponen un precio a todos los consumidores. Antes o después hay que pagarlo, y puede ser elevado: lesiones físicas permanentes, alteraciones emocionales, disfunción social y dependencia. A algunas personas el precio puede parecerles pequeño, pero lo cierto es que cuando uno está bajo la influencia de la droga no le es posible darse cuenta del valor de lo que está perdiendo.
- Usted no es el primer individuo que adquiere dependencia de las drogas ni el primero que las abandona con éxito. Tampoco será el último. Esta idea debe animarle. Necesita ayuda, y solo de los profesionales; también de las personas que ama.
- Cuando decida dejar la droga debe consultar con un médico que tenga experiencia en drogodependencias.
- La abstinencia puede ser desagradable, pero casi siempre resulta serlo bastante menos de lo que se esperaba. Si espera pasarlo muy mal, posiblemente será así. Lo importante viene después.
- El aburrimiento resulta nefasto. Una vez que haya dejado las drogas debe moverse, encontrar nuevos intereses, nuevas actividades y nuevas relaciones. La inactividad le hace vulnerable a la depresión y al deseo de drogas. Es el camino hacia la recaída.
- En resumen, independientemente del tipo de profesional que le asesore o de la ayuda que reciba de sus amigos y parientes, dejar las drogas ha de ser principalmente obra suya. Usted se introdujo en el consumo y es usted quien debe liberarse. La recompensa le llegará cuando en el futuro vaya recibiendo los beneficios de una vida sin drogas.
- **La solución está en decir no, no y NO.**