

Alcohol

El alcoholismo es una enfermedad crónica, caracterizada por una conducta anormal de búsqueda de alcohol y que siempre lleva a perder el control para poder moderar la forma en que se bebe. Tiene severos efectos en la salud en el ámbito familiar y social.

Los efectos del uso de alcohol en el corto plazo incluyen:

- Disminución de las inhibiciones (sensación de mayor libertad y confianza).
- Menor coordinación de los movimientos y lentitud de los reflejos (torpeza motora).
- Lenguaje farfullante (poco claro, "se traba la lengua").
- Menor capacidad para concentrarse en un tema.
- Cambios importantes en el estado de ánimo (pasa de la alegría al llanto o a la agresión).
- Alteraciones en la percepción (escucha voces y ve cosas y personas que no están ahí).
- Alteración de la capacidad de juicio (se le dificulta valorar una situación y lo hace mal).

Los efectos a largo plazo incluyen:

- Malestares gastrointestinales (agruras, inflamación, diarrea).
- Pérdida del apetito (no tiene hambre).
- Deficiencias vitamínicas.
- Problemas en la piel.
- Impotencia sexual.
- Daño al hígado.
- Daños cerebrales.
- Alteraciones en la memoria ("lagunas", no recuerda lo que sucedió).
- Alteraciones en el corazón, pulmones, músculos, sangre, páncreas, etc.

Embarazo. Las mujeres embarazadas que consumen alcohol pueden dar a luz a niños con un síndrome feto-alcohólico; es decir, recién nacidos, con diversos problemas como retardo mental y otras anormalidades físicas irreversibles. Los hijos de padres alcohólicos tienen un alto riesgo de ser alcohólicos también.

Marihuana

La marihuana es una planta ampliamente difundida en las zonas tropicales y templadas. Su nombre científico es *cannabis sativa* y existen dos variedades más, la índica y la americana. La marihuana recibe también otros nombres: hashish, bhang, ganja y dogga. La marihuana es una mezcla de hojas y flores; el hashish o hachís, es la resina de la planta y tiene efectos más fuertes.

Nombres populares:

Pasto, yerba, mota, toque, sin semilla, faso, porro, etc.

Los efectos del uso de la marihuana en el corto plazo incluyen:

- Sensación de relajamiento (tranquilidad).
- Disminución de las inhibiciones (sensación de mayor libertad y confianza).
- Dependencia psicológica.
- Aumento del apetito.
- Aumento en la percepción de los colores, sonidos y otras sensaciones; puede alterar la visión y percepción del tiempo y espacio.
- Menor coordinación de los movimientos (torpeza motora).

- Alteraciones en la memoria para hechos recientes.
- Disminución de la habilidad para realizar tareas que implican concentración y coordinación.
- Aumento de la frecuencia cardíaca.
- Probable riesgo de alteraciones cardíacas.
- Resequedad de la mucosa oral.
- Alucinaciones y psicosis – "locura" – paranoide (escucha voces y ve personas y cosas que los demás no ven y siente que lo vigilan o persiguen).

Los efectos a largo plazo incluyen:

- Enfermedades respiratorias y pulmonares: cáncer de los bronquios y bronquitis crónica.
- Disminución de los niveles de testosterona (hormona masculina) con menor número de espermatozoides y dificultad para la fecundación en varones.
- Aumento de los niveles de testosterona y mayor riesgo de esterilidad en las mujeres.
- Disminución del placer sexual.
- Dependencia psicológica.
- Psicosis paranoide (cuadro de "locura" con sintomatología semejante a la esquizofrenia).
- Síndrome amotivacional (falta de ganas y desinterés para realizar sus actividades).

Embarazo. Los efectos de la marihuana durante el embarazo pueden dar como resultado un recién nacido de menor tamaño y peso que otros niños. También existe evidencia de que el uso de marihuana durante el embarazo puede provocar un trastorno semejante al síndrome feto–alcohólico, caracterizado por dificultades para el aprendizaje en edades más tardías.

Cocaína y Crack

Erythxylon coca es el nombre científico de la planta de la que se extrae la cocaína. Es una planta que crece en las regiones húmedas de los Andes que incluyen al Perú, Ecuador y Bolivia. El arbusto crece lentamente hasta adquirir una altura que va de los 2 mts. a 2.5 mts. Las hojas se maceran hasta formar una pasta que, por medio de su refinamiento, dan como resultado un polvo blanco y cristalino: la cocaína.

El crack se obtiene a partir del procesamiento de la cocaína utilizando solventes volátiles que hacen que la droga pueda ser fumada; de esta manera se obtienen efectos más intensos y es la manera más directa en que la droga llega al cerebro.

Nombres populares:

Baseball (base libre), dama blanca, blancanieves, champagne, speedball (heroína y cocaína), azúcar.

Los efectos del uso de la cocaína en el corto plazo incluyen:

- Aumento de la temperatura corporal y de la frecuencia cardíaca.
- Euforia (sensación de confianza bienestar y alegría).
- Ansiedad.
- Disminución del apetito.
- Estados de pánico (miedo muy intenso).
- Alteraciones en la capacidad de concentración y de juicio (para mantener la atención y valorar situaciones).
- Indiferencia al dolor y a la fatiga.
- Sentimientos de mayor resistencia física y capacidad mental.
- Pupilas dilatadas y conducta impredecible que puede incluir un comportamiento violento.

Los efectos a largo plazo incluyen:

- Inquietud.
- Náuseas.
- Insomnio.
- Pérdida de peso.
- Psicosis y alucinaciones de tipo paranoide ("locura" con sensaciones de ser perseguido y visiones).
- Anhedonia (incapacidad para experimentar placer) y depresión.
- Infartos cardíacos, accidentes vasculares cerebrales y enfermedades infecciosas.
- Hepatitis e infección por VIH cuando la droga se usa inyectada.
- Los adictos a la cocaína y al crack llegan a tener convulsiones e impotencia sexual.

Es importante comentar que también se presentan riesgos psicológicos como dependencia, conductas violentas, erráticas o paranoides. De igual forma se manifiestan zoopsias (sensación imaginaria de que gran cantidad de insectos se encuentran debajo de la piel), que es característica del uso crónico de cocaína.

Embarazo. Los resultados de diversas investigaciones indican que los efectos de la cocaína durante la gestación pueden ocasionar abortos, niños prematuros y muerte fetal. Debido a que la cocaína provoca una estrechez de los vasos sanguíneos, la cantidad de sangre y oxígeno que requiere el producto está disminuida, y puede dar lugar a niños de menor tamaño, y crecimiento lento después del nacimiento. Si la cocaína se sigue utilizando antes del nacimiento, el niño puede nacer con síntomas de intoxicación como hiperactividad (movimientos excesivos) y agitación; también pueden presentarse síntomas de abstinencia que incluyen insomnio y disminución de respuesta a los estímulos.

Inhalables

Los inhalables son sustancias químicas tóxicas, volátiles, utilizadas a través de inhalación por la nariz o aspiración por la boca con el fin de producir depresión del sistema nervioso central. Existen más de 1.000 productos comerciales disponibles en tiendas, ferreterías, supermercados y farmacias y están a disposición de niños y jóvenes. Los jóvenes suelen abusar de los inhalables por la fácil obtención de estas sustancias, ya que muchos de estos artículos se usan rutinariamente en el hogar, escuela y trabajo y tienen un gran potencial de convertirse en sustancias de abuso.

Nombres populares

Chemo, cemento, mona, activo, pvc, goma, thinner, gasolina.

Los efectos del uso de inhalables en el corto plazo que incluyen:

- Excitación y risas motivadas.
- Euforia (sensación de confianza bienestar y alegría).
- Mareos, náuseas, diarrea.
- Desorientación e incoordinación motora (incapacidad para moverse a voluntad y en forma armónica).
- Ojos vidriosos y rojizos, tos, flujo y sangrado nasal.
- Conductas riesgosas y accidentes.
- Palpitaciones, dolor de cabeza, dificultades para respirar.

Los efectos a largo plazo incluyen:

- Dolores de cabeza, debilidad muscular y dolores abdominales.
- Disminución paulatina del olfato.
- Náusea y sangrados nasales.
- Conductas violentas.
- Dificultad para el control de esfínteres (orina y defecación involuntaria).
- Hepatitis y daño pulmonar y renal.

- Daño cerebral irreversible.

Anfetaminas y Metanfetaminas

Las anfetaminas y las metanfetaminas pertenecen a un grupo de drogas que estimulan el Sistema Nervioso Central y se utilizan indiscriminadamente para adelgazar, reducir el cansancio y aumentar el rendimiento físico. La mayoría de estas sustancias se producen en laboratorios clandestinos y sus efectos pueden ser impredecibles; se venden de manera ilegal.

Las anfetaminas pueden ser utilizadas por vía oral, fumadas, inhaladas y también se disuelven en agua para inyectarse.

Nombres populares:

Anfetas, corazones, elevadores, hielo, tacha, píldora del amor, éxtasis.

Los efectos del uso de anfetaminas y metanfetaminas en el corto plazo incluyen:

- Aumento de la frecuencia cardíaca, de la respiración y de la presión arterial.
- Sudoración y dilatación pupilar (agrandamiento de la pupila).
- Sensación de energía y confianza. Inquietud, excitación y dificultad para conciliar el sueño.
- Disminución del apetito.
- Irritabilidad, ansiedad (desasosiego), hostilidad y agresión.
- Mareos, visión borrosa, dolores abdominales y disminución de la coordinación motora.

En el caso del éxtasis los efectos son variables, dependen del ambiente en el que se utilice; por ejemplo, en las fiestas de baile o en las fiestas rave, los efectos estimulantes se incrementan de modo tal que la persona puede soportar mucho tiempo en la pista de baile o en constante movimiento. La sensación de confianza promueve sentimientos de cercanía y manifestaciones de afecto con conocidos y extraños. Sudoración importante, alucinaciones, sensación de estar flotando y una conducta irracional y extraña.

Los efectos a largo plazo son:

- Estados de desnutrición debidos a la pérdida del apetito.
- Irritabilidad, confusión (estado mental de desorientación) y temblores.
- Ansiedad, paranoia ("locura" caracterizada por sensaciones de ser perseguido) y conductas violentas.
- Pueden presentarse accidentes vasculares cerebrales: ruptura de los vasos sanguíneos.
- Hepatitis e infección por VIH, cuando se usan inyectadas.
- Cambios en el estado de ánimo: depresión y euforia (sensación de confianza bienestar y alegría).
- Dependencia psicológica importante (fuerte necesidad de consumirla).

Embarazo. Las anfetaminas y metanfetaminas pueden aumentar el riesgo de abortos, parto prematuro y complicaciones del producto al momento del nacimiento. Los efectos no son muy bien conocidos, por ello es más seguro no utilizar estas sustancias durante el embarazo.

Tranquilizantes (drogas de uso médico)

La mayoría de los tranquilizantes pertenecen al grupo de drogas llamadas "*benzodicepinas*". Estos medicamentos se prescriben en nuestro país con relativa facilidad por médicos no especialistas, para combatir el **estrés** (estado fuerte de tensión), la ansiedad y como auxiliares para conciliar el sueño. Muchos de ellos también se utilizan de manera secundaria para el tratamiento de la epilepsia, como relajantes musculares y para el manejo de la abstinencia al alcohol y de otras drogas adictivas.

Nombres populares:

Pastas, roche, pastillas, rufis.

Los efectos del uso de tranquilizantes en el corto plazo incluyen:

- Reducción de las reacciones emocionales: relajamiento muscular, tranquilidad y disminución de la tensión y la ansiedad.
- Somnolencia, cansancio y letargia (sensación y estado de pereza).
- Aislamiento (ocasional).
- Lenguaje farfullante (balbuceo apresurado).
- Escasa coordinación motora, confusión, alteraciones del juicio (dificultad para valorar correctamente una situación).
- Visión doble y ocasionalmente pérdida de la memoria (olvidos).
- Cambios en el estado de ánimo caracterizados por agresividad.
- Dosis elevadas pueden ocasionar pérdida del estado de la conciencia o coma.

Los efectos a largo plazo incluyen:

- Somnolencia constante.
- Disminución de la motivación (no siente deseos de hacer alguna actividad).
- Alteraciones en la memoria.
- Cambios en las respuestas emocionales.
- Ansiedad, irritabilidad, agresión.
- Dificultad para conciliar el sueño o sueños displacenteros (terroríficos).
- Náuseas, erupciones en la piel, dolores de cabeza.
- Alteraciones en los períodos menstruales, problemas sexuales.
- Aumento del apetito y de peso.
- Dependencia física y psicológica. (necesidad urgente de consumir la droga).

Embarazo. Se recomienda no utilizar estos medicamentos durante el embarazo ya que tienen la capacidad de cruzar la barrera placentaria y tener efectos sobre el producto afectando el desarrollo y crecimiento del feto. El recién nacido puede tener dificultad para respirar y debilidad para succionar el pecho materno; también pueden tener trastornos de aprendizaje durante su etapa escolar. Al igual que el alcohol estas sustancias son responsables de accidentes automovilísticos.

Heroína

Es una de las múltiples drogas clasificadas como opiáceos y se derivan del opio. La palabra opio deriva del término griego "*opus*" que significa jugo. El opio, que es el polvo seco extraído de la cápsula de la amapola, puede ser tratado a través de procesos químicos para obtener derivados como la morfina, codeína, metadona y meperidina, entre otros. La heroína es un analgésico muy potente, tiene la apariencia de gránulos blancos, cafés o rosáceos y su sabor es amargo. Se utiliza por vía intravenosa, aspiración nasal y fumada; la inyección de esta sustancia produce una sensación de calor y placer profundo e intenso.

Nombres populares:

Reina, jinete del Apocalipsis, azúcar morena, dama blanca, nieve, poderosa, H (hache).

Los efectos del uso de heroína a corto plazo incluyen:

- Placer intenso y una poderosa sensación de bienestar.
- Disminución de las sensaciones dolorosas y de la apetencia sexual.
- Retardo en las funciones corporales como frecuencia respiratoria, presión arterial y pulso.
- Náuseas y vómito.
- Imaginación exaltada.

- Somnolencia y torpeza motora.
- Disminución de la temperatura corporal.
- Estrechamiento de las pupilas (como cabeza de alfiler).
- Sensación de calor.

Los efectos a largo plazo incluyen:

- Estreñimiento, alteraciones en los períodos menstruales y pérdida del impulso sexual.
- Riesgo de hepatitis o infección por VIH, debido al intercambio de jeringas.
- Depresión respiratoria, cianosis labial (labios azules).
- Edema pulmonar (líquido en los pulmones), caracterizado por respiración irregular y superficial.
- Arritmias cardíacas (ritmo cardíaco irregular).
- Abscesos (acumulación de pus) e infecciones en la piel, venas y músculos.
- Endocarditis (infección del corazón y válvulas cardíacas: puede conducir a la ruptura de las válvulas, infarto y muerte).
- Infecciones de las articulaciones y de los huesos.
- Neumonía.
- Falla renal por infecciones.
- Manifestaciones asmáticas (semejantes al asma y posteriores a la inhalación de vapores de la droga).
- Muertes por sobredosis o por impureza de la droga.
- Dependencia psicológica.

Embarazo. El uso de la heroína durante el embarazo puede ocasionar daños al feto, nacimientos prematuros o bien, niños de menor talla y peso.

La heroína atraviesa la barrera placentaria por lo que el bebé puede nacer con dependencia a la droga o con un síndrome de abstinencia de ella.

Alucinógenos

Son sustancias que pueden generar depresión o estimulación del sistema nervioso central. Los alucinógenos se han utilizado desde la antigüedad por varias culturas alrededor del mundo y sus efectos eran considerados como una experiencia mística o religiosa. Pueden producir cambios significativos en el estado de conciencia. Estas drogas se ingieren por vía oral (es la forma más común de uso), inyectada o fumada. Es una sustancia muy potente y en cantidades pequeñas puede producir efectos muy potentes.

Nombres populares:

Acido lisérgico: *LSD*, *cubo de azúcar*, *ácidos*, *cielo azul*, *rayo blanco*, *botones*. Hongos: *hongos mágicos* o *alucinógenos*. Dentro de esta categoría también se incluye al *PCP* o *polvo de ángel* (un anestésico) y el *éxtasis* o "*tacha*" (MDMA: metilenedioximetanfetamina).

Los efectos del uso de alucinógenos a corto plazo incluyen:

- Alteraciones en la percepción auditiva, del tacto, olfato, gusto y del tiempo.
- Alteraciones cardíacas y vasculares: taquicardia, arritmias (ritmo cardíaco irregular) y disminución de la presión arterial.
- Inestabilidad emocional: ansiedad, euforia, agresividad e ideas suicidas.
- Delirios y alucinaciones visuales o auditivas de tipo paranoide (visiones e ideas de ser perseguido).
- Gastritis (inflamación del estómago), náuseas, vómitos, mareos.
- Temperatura corporal elevada, pérdida del apetito, insomnio y temblores.
- Problemas en la coordinación motora, rigidez y calambres musculares.
- Eventualmente pueden presentarse convulsiones o estados de coma.

- Visión borrosa por dilatación pupilar, escalofríos.
- Estados de pánico agudo (mal "viaje").

Los efectos a largo plazo incluyen:

- "Flashbacks" (repetición): días, semanas o años después de haber utilizado la droga, se pueden volver a presentar los efectos. El usuario parece ver colores intensos más alucinaciones.
- Dependencia física y psicológica (necesidad urgente de consumirla).

Embarazo: El uso del LSD tiene relación con el aborto; también se sugiere una mayor incidencia de defectos al nacimiento cuando las madres han utilizado esta sustancia durante el embarazo