

**CÓDIGO
HIA**

411

¿Realidad?

¡Tenemos
tu #!

DEFINICIÓN

411: sustantivo; (jerga)
Información o conocimiento.

Ílicito/Ílicita:
adjetivo;
prohibido por la
ley o las reglas.

**¡LAS DROGAS
Y TÚ!**



DE FRENTE A LA VERDAD

Cuando son recetadas por un médico y tomadas como se indica, las drogas producen cosas asombrosas. Salvan vidas. Controlan la presión arterial, la diabetes y el asma y curan una amplia gama de enfermedades. También mejoran el estado de ánimo, alivian el dolor y ayudan a las personas a vivir muchos años.

Pero hay un inconveniente. A diferencia de las medicinas recetadas, las drogas ilegales no curan nada ni ayudan a las personas a vivir más tiempo. Por el contrario, crean problemas, dañan el organismo, destruyen vidas.

Los médicos, enfermeras y farmacéuticos tienen que asistir durante muchos años a la universidad y pasar por rigurosos entrenamientos para aprender a administrar las drogas de manera correcta. Si no tienes ese conocimiento de base y estás usando drogas...

PODRÍAS NECESITAR AYUDA.

Nota legal Este libro proporciona información general sobre temas relacionados con las drogas. Esta información no debe tomarse como la única referencia sobre el tema y no debe usarse para el diagnóstico o tratamiento de un problema de salud o como sustituto de la consulta con un profesional licenciado. Consulte con un médico o profesional de la salud calificado para discutir problemas personales de salud y para tratar profesionalmente problemas o preocupaciones personales, emocionales o físicos.

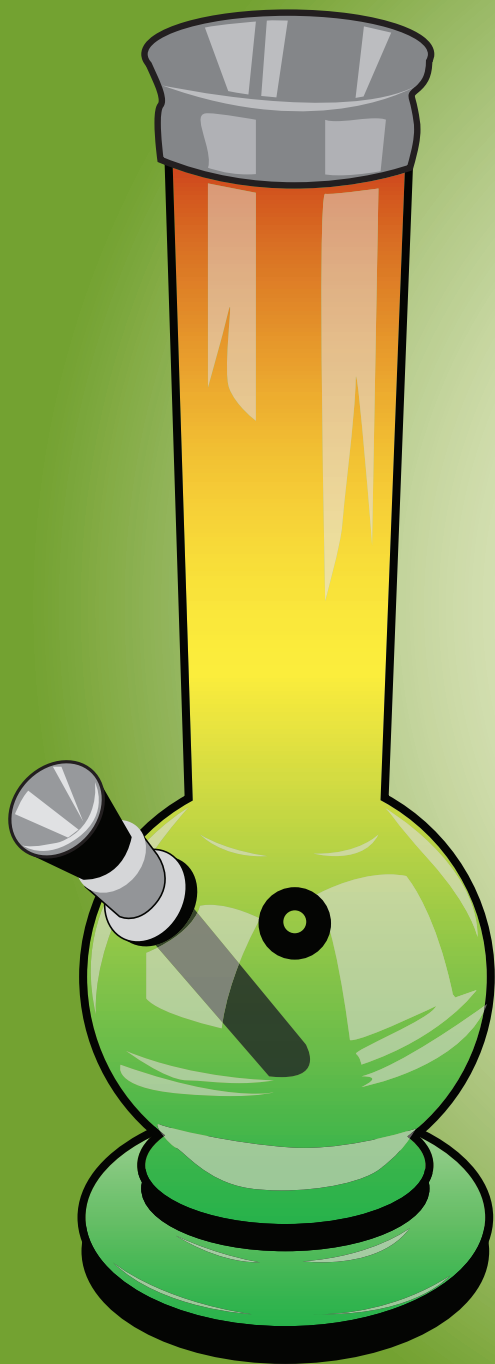




TABLA DE CONTENIDO

- 2 PALABRA CLAVE: *ILÍCITO*
- 4 LAS DROGAS Y CÓMO SE LLEGA A ELLAS: Una breve historia
- 7 ENFRENTAR LOS HECHOS
- 8 MAL USO DE LAS DROGAS
- 10 LA ADICCIÓN: Alimentar la necesidad
- 13 EL TIGRE DETRÁS DE LA PUERTA: Tomar la decisión segura
- 16 TU CEREBRO BAJO EL EFECTO DE LAS DROGAS
- 18 ROMPER EL MITO DE LA DROGA
- 20 LA MARIHUANA: La verdad sin rodeos
- 22 LAS ANFETAMINAS
- 24 LOS HONGOS ALUCINÓGENOS: El hongo entre nosotros
- 26 LA COCAÍNA: El polvo blanco mortal

- 28 LA METANFETAMINA: El peligro del cristal blanco
- 30 LA HEROÍNA: Próxima parada: Villa Adicción
- 32 LSD: Letal. Grave. Peligroso.
- 34 OTRAS DROGAS PELIGROSAS
- 40 MEZCLAR LAS DROGAS CON EL ALCOHOL
- 42 LAS CONSECUENCIAS DE LAS DROGAS
- 43 LAS DROGAS ILÍCITAS Y LA LEY
- 44 CÓMO DECIR "NO" A LAS DROGAS
- 45 ENCONTRAR AYUDA
- 46 MIS PREGUNTAS
- 47 MI TRAYECTO

RECURSOS



PALABRA CLAVE: ILÍCITO

Definir la palabra **droga** no es tarea fácil. No existe una definición única. Se manejan significados diferentes en las esferas de la salud, la lucha contra las drogas, las regulaciones gubernamentales y en la jerga callejera.

En su acepción más general, una **droga** es:

Gualquier sustancia que, al ser absorbida por un organismo vivo, cambia su forma de pensar, actuar o sentir.

En la medicina, una **droga** es:

Una sustancia química utilizada en el tratamiento, la curación, la prevención o el diagnóstico de una enfermedad; se utiliza para mejorar el bienestar físico o mental.

Para las agencias de orden público, una droga es:

Una sustancia vendida ilegalmente y utilizada para alterar el estado de ánimo, por ejemplo, para energizarse o calmarse.

Esta última definición es el foco de este libro. Mientras que las drogas hacen maravillas cuando son recetadas por un profesional de la salud y son tomadas como se prescribe, las drogas obtenidas e ingeridas ilegalmente hacen mucho más daño que bien.

ILÍCITO = ILEGAL



Las drogas ilícitas son las que su producción, venta o uso es ilegal, por ejemplo:

**CRACK • COCAÍNA • ANFETAMINA • METANFETAMINA
MARIHUANA • OPIO • HEROÍNA • ÉXTASIS • ALUCINÓGENOS**

Las drogas ilícitas de este tipo han existido por mucho tiempo. No solo dañan a quienes las consumen, también afectan a la sociedad:

- **Convierten a las personas en adictas.**
- **Reducen la esperanza de vida.**
- **Cambian la forma de interactuar con otras personas.**
- **Aumentan el costo de la salud.**
- **Encarecen la aplicación de las leyes.**

Muchas drogas ilícitas pueden ser altamente adictivas. A menudo, el uso de estas sustancias se inicia por curiosidad o para experimentar. Otras veces, puede comenzar con el consumo de medicamentos contra el dolor que han sido recetados para tratar una enfermedad o lesión.

HECHOS Y ESTADÍSTICAS

Aproximadamente, 1 de cada 10 estadounidenses mayor de 12 años (cerca de toda la población de Texas) es adicto a las drogas y al alcohol. Pero solo el 11 por ciento de los adictos recibe tratamiento médico.

DEFINICIÓN

Adicción: *sustantivo*; condición de dependencia de una sustancia, con poca o ninguna capacidad para funcionar sin ella.

**¡más
411!**

Oficina de las Naciones
Unidas contra la
Droga y el Delito:
Información sobre Drogas:
[unodc.org/unodc/en/
illicit-drugs/definitions/](http://unodc.org/unodc/en/illicit-drugs/definitions/)

LAS DROGAS Y CÓMO SE LLEGA A ELLAS: UNA BREVE HISTORIA

LA HISTORIA

Las drogas no son nuevas. Si pensabas que fueron descubiertas recientemente o creadas en un laboratorio durante la última década, ignoras cerca de 7.000 años de historia.

- ! Los sumerios consumían opio y tenían una representación gráfica para esta droga.
- ! El primer uso de la marihuana como droga medicinal que se registra tuvo lugar en 2737 a.n.e. El emperador chino Shen Nung reconoció la capacidad de esta droga para atenuar el dolor causado por la gota y el reumatismo.
- ! La evidencia histórica más temprana de que la gente consumía semillas de amapola para drogarse se remonta a los habitantes del Lago Dwellers, en Suiza, en el año 2500 a.n.e.
- ! Napoleón llevó la marihuana de Egipto a Francia en 1800.
- ! La cocaína se aisló por primera vez en su forma pura en 1844.

NÚMEROS CRÍTICOS

1792

Año en que China prohibió por primera vez las tiendas de opio. El castigo para los dueños de estas tiendas era la estrangulación.



MIENTRAS TANTO, DE VUELTA A LOS EE.UU.

Tus bisabuelos sabían de los efectos y peligros de las drogas cuando eran adolescentes. Y eso no fue en la década pasada.

En 1914, la Ley de Narcóticos Harrison ilegalizó el uso de la cocaína en Estados Unidos. Su uso se redujo entre 1940 y la década de 1960, pero esta droga se volvió popular en la década de 1970.

Las drogas siempre han acarreado serias consecuencias para quienes las consumen, así como para la sociedad en su conjunto.



**CUANDO SE INTRODUIERON LAS DROGAS EN
ESTADOS UNIDOS, SE CREÓ EL PROBLEMA DE LAS
DROGAS EN EL PAÍS.**



Aunque pueda parecer que las drogas pertenecen a la era moderna, en verdad se han utilizado a lo largo de la historia de la civilización humana para tratar el dolor y activar centros de placer en el cerebro. Los adultos pueden experimentar estas sensaciones legalmente a través del uso de una amplia gama de drogas que incluye el alcohol, la cafeína y la nicotina; o ilegalmente con una gama de drogas ilícitas que es también amplia.

**¡más
411!**

GDG: Sobre las drogas y la adicción:
GDG.gov/pwid/addiction.html

Antes de adentrarte en este libro, ¿qué opinas sobre las drogas?



¿Por qué crees que es bueno que ciertas drogas sean ilegales y no estén fácilmente disponibles para todos?



¿Cómo describirías las diferencias entre los medicamentos recetados por un médico para tratar una enfermedad y las drogas ilegales?



ENFRENTAR LOS HECHOS

CONSIDERAR LA FUENTE

Mucho de lo que escuchas sobre las drogas puede venir de fuentes poco fiables. Es probable que escuches hablar de las drogas en programas de televisión o radio, o leas sobre ellas en libros, revistas e Internet. También puedes obtener información sobre las drogas a través de conversaciones con tus amigos. Parte de esa información puede ser cierta. Pero hay muchas posibilidades de que gran parte no lo sea.

Estas son algunas realidades que debes tener en cuenta:



No puedes predecir qué efecto tendrá una droga en ti. Eso es así lo mismo si es la primera o la décima vez que la consumes. El cerebro y la química del cuerpo de cada persona son diferentes. La tolerancia de cada persona a las drogas es también diferente. Incluso, la reacción a una pequeña cantidad o dosis es impredecible.



El uso de drogas puede crear:

- Daño en las relaciones interpersonales
- Problemas de dinero
- Problemas con la ley
- Graves problemas de salud
- Muerte
- Adicción

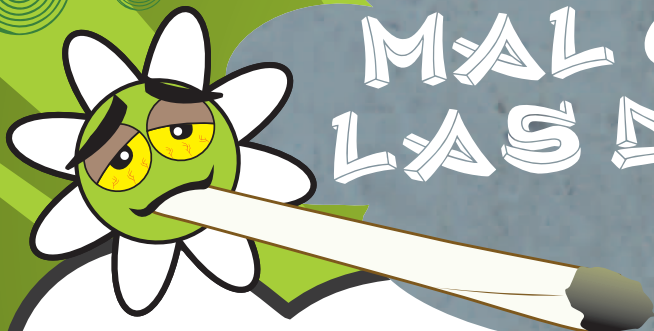


Los medicamentos recetados y de venta libre pueden ser tan peligrosos como las drogas ilegales.

¿De dónde crees que proviene la mayor parte de la información que posees sobre las drogas?



MAL USO DE LAS DROGAS



¡Ay, ay!



EFECTO CONTRARIO

Un médico puede recetar medicamentos por un tiempo limitado o puede prescribirlos con regularidad para trastornos de larga duración. Si seguimos las instrucciones de los médicos sobre cómo debemos tomar los medicamentos, nuestra salud puede mejorar. Esa es la ventaja de las drogas.

Pero muchas personas usan drogas sin el conocimiento de un médico. Green que tienen un efecto positivo en su personalidad, comportamiento, estado de ánimo o forma en que ven el mundo. Esto se conoce como mal uso de las drogas. Las drogas son sustancias químicas que afectan el sistema nervioso central, por ejemplo, los opioides y los alucinógenos. Algunos medicamentos pueden causar adicción.

NÚMEROS CRÍTICOS

113

Número de personas que mueren cada día en Estados Unidos como resultado de sobredosis de drogas.

6.748

Número de personas que son tratadas a diario en salas de emergencia por mal uso de drogas.

Las formas más frecuentes de ingerir drogas son:

- Tragándolas
- Esnifándolas
- Inyectándose las
- Fumándolas

Cualquiera que sea la forma en que se tomen, las drogas se abren camino en el torrente sanguíneo. Luego llegan al cerebro y a otras partes del cuerpo. Allí, pueden intensificar o entorpecer los sentidos, cambiar cuán alerta o cansado te sientes y, a veces, aliviar el dolor.

El uso indebido de drogas conduce a decisiones y elecciones poco saludables. La incapacidad de pensar y razonar claramente debido al consumo de drogas o alcohol puede resultar en decisiones riesgosas como conducir mientras estás bajo su influencia o tener relaciones sexuales sin protección.



La forma en que las drogas afectan a las personas depende de diferentes factores:

- El tipo de droga
- La cantidad de droga
- La frecuencia con que se consume la droga
- La forma en que se consume la droga
- Si se han tomado otras drogas al mismo tiempo
- Si se han consumido alimentos, bebidas u otras sustancias al mismo tiempo
- El tamaño corporal, la forma y la química de cada organismo

Estas sustancias pueden hacer sentir bien al principio, pero dañan el cerebro y el cuerpo. El mal uso de los medicamentos, las drogas ilegales, el alcohol y el tabaquismo dañan el cuerpo humano.

**¡más
411!**

Oficinas de Salud del
Adolescente: Uso lícito e
ilícito de drogas:
[hhs.gov/ash/oah/
adolescent-health-topics/
substance-abuse/illicit-and-
non-drug-use.html](https://hhs.gov/ash/oah/adolescent-health-topics/substance-abuse/illicit-and-non-drug-use.html)

ADICCIÓN: ALIMENTAR LA NECESIDAD

ENGANCHADO

La adicción no es una debilidad o elección. Es una **enfermedad crónica** que hace que la gente busque recompensa o alivio a través del consumo de sustancias. Con el tiempo, una persona puede habituarse a los efectos mentales o físicos de las drogas. Entonces, necesita más droga para obtener los mismos efectos. Si no recibe ayuda, un adicto a las drogas pondrá en peligro su salud y su seguridad.

P & R

P: *Las personas que consumen drogas carecen de moral o fuerza de voluntad y podrían dejar de hacerlo si lo decidieran. ¿Cierto?*

R: No. La adicción a las drogas es una enfermedad compleja. Dejar las drogas requiere más que voluntad. Las drogas cambian el cerebro y hacen que dejarlas sea muy difícil, incluso para aquellos que realmente lo desean.

LAS BUENAS NOTICIAS:

Los especialistas de la salud saben más que nunca sobre las drogas y sus efectos en el cerebro. Han encontrado maneras de tratar la adicción que ayudan a las personas a recuperarse y llevar una vida normal y productiva.

¿QUÉ ES LA ADICCIÓN A LAS DROGAS?

Muchas veces, las personas saben que las drogas tienen consecuencias perjudiciales, pero continúan consumiéndolas. Eso se llama adicción. Si bien la decisión de empezar a tomar drogas es voluntaria, su uso repetido conduce a cambios cerebrales que hacen que sea muy difícil resistirse a tomarlas.

DEFINICIÓN

Recaída: *sustantivo*; un retroceso en el estado de salud o en la enfermedad de alguien después de una mejoría temporal.

La adicción a las drogas se considera una enfermedad “reincidente”. Los cambios que las drogas producen en el cerebro hacen que la persona adicta las necesite. Las personas que se están recuperando de la adicción a las drogas tienen un mayor riesgo de usarlas nuevamente, incluso después de permanecer lejos de ellas durante años.

Una recaída no significa que el tratamiento no funcionó. El tratamiento siempre está en curso. A veces, debe ajustarse en función de cómo el paciente está respondiendo. Sus necesidades cambiantes a menudo requieren cambios en el tratamiento.

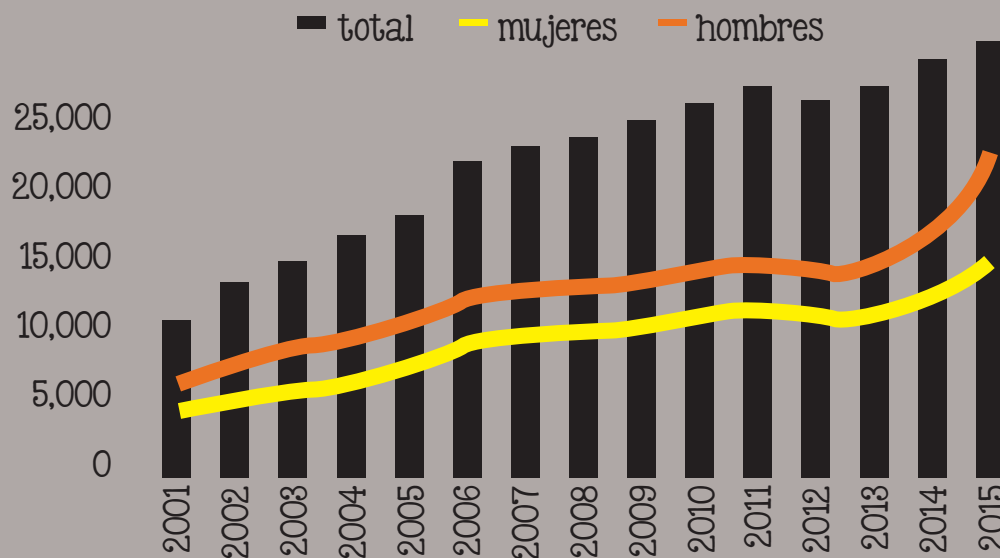
P & R

P: ¿Puedo morir si uso drogas?

R: Por supuesto. Alrededor de 113 personas mueren cada día en Estados Unidos a consecuencia de sobredosis de drogas.

LAS MALAS NOTICIAS:

Las muertes por sobredosis de drogas han aumentado de manera constante durante la última década.



Fuente: NIH: Instituto Nacional de Abuso de Drogas

SEÑALES DE ADICCIÓN

No importa cómo se toman las drogas, hay ciertos comportamientos que indican adicción. Debes estar atento a estas señales si te preocupa algún amigo o familiar:

- Cambios inusuales, repentinos o drásticos en los niveles de energía
- Comportamiento agresivo o cambios de humor violentos
- Obsesión por conseguir y usar drogas
- Aislamiento de amigos y familiares
- Nuevas amistades con personas que consumen drogas
- Asistencia a eventos sociales donde se consumen drogas
- Problemas crónicos de salud o uso continuado de drogas a pesar de los riesgos físicos que suponen
- Comportamiento que subordina la moral a la obtención de drogas
- Arrestos
- Pérdida del trabajo



LAS BUENAS NOTICIAS:

La adicción a las drogas ilícitas puede ser tratada.

PERO...

Se trata de un proceso duro, tanto física como emocionalmente. Las personas con adicción a menudo dicen que nunca se "curan". Más bien, aprenden a lidiar con su enfermedad. Por eso es importante desarrollar un sólido sistema de apoyo que incluya a personas sobrias capaces de ayudar al paciente a recuperarse a largo plazo.

NÚMEROS CRÍTICOS

\$11 MIL MILLONES

Cantidad de dólares gastados cada año en Estados Unidos para el tratamiento de problemas de salud relacionados con el consumo de drogas ilícitas.

¡más
411!

Instituto Nacional
de Abuso de Drogas:
Entendiendo el uso de
drogas y la adicción:
[drugabuse.gov/
publications/drugfacts/
understanding-drug-use-
addiction](http://drugabuse.gov/publications/drugfacts/understanding-drug-use-addiction)

EL TIGRE DETRÁS DE LA PUERTA

TOMAR LA DECISIÓN SEGURA



EL CUENTO DEL TIGRE

En el famoso cuento “La dama o el tigre”, de Frank R. Stockton, las personas acusadas de un crimen eran llevadas a una habitación donde debían elegir entre dos puertas. Detrás de una puerta estaba la mujer con quien se casarían. Detrás de la otra, un tigre que los devoraría. Una elección ciega podía traerles felicidad o destrucción.

La vida es una serie de elecciones. Tomar la decisión correcta puede llevarte al éxito. Tomar malas decisiones puede ponerte cara a cara con los tigres del destino que se comen a los hombres. ¿Cómo vas a elegir?

LAS TRES LETRAS DE LA TOMA DE DECISIONES SANAS: “DOC”

Enfrentamos decenas, quizá cientos de decisiones cada día. Muchas veces, ni siquiera nos damos cuenta. Cuando esperamos el autobús y cuando estudiamos el menú de nuestro restaurante favorito de comida rápida, estamos tomando decisiones. ¿Pero, tomamos nuestras decisiones de manera correcta?

La mejor manera de tomar decisiones es:

Primero: Identificar el problema (¿qué comería hoy?)

Segundo: Pensar en las opciones disponibles (hamburguesa, ensalada, sándwich, pasta, pollo)

Tercero: Pensar en lo que podría suceder con cada elección (la pasta sería la más satisfactoria hoy, pero la ensalada sería buena para mí.)

¡Acabas de descubrir las **TRES LETRAS DE LA TOMA DE DECISIONES!**

DESAFÍO: El problema o la situación actual

OPCIONES: Las opciones disponibles

CONSECUENCIAS: Lo que sucedería con cada elección

Ninguna decisión debe tomarse a la ligera, ya sea los zapatos que usaremos para ir a la escuela o si probaremos las drogas que un amigo nos ofrece.

Así funcionan las Tres Letras “DOG”:

DESAFÍO

Es por la noche y estás de visita en casa de tu amigo. Su hermano mayor también recibe a sus amigos. Uno de ellos tiene una bolsa llena de pastillas y te ofrece una. “Son realmente geniales”, dice, “no pasará nada malo”.

OPCIONES

¿Cedes a la tentación y aceptas la pastilla? ¿Esperas a ver si tu amigo decide consumirla? ¿Dices que no? ¿Regresas a tu casa? ¿Le dices a tus padres o a los padres de tus amigos lo que sucedió?

CONSECUENCIAS

Si tomo esta pildora, ¿me gustará? ¿Me hará sentir extraño? ¿Me hará sentir bien? ¿Me enfermará? ¿Me expondré a una situación insegura? ¿Me descubrirán? ¿Me meteré en problemas? ¿Cuántos problemas? ¿Me arrestarán si viene la policía? ¿Perderé a mi amigo si no lo intento? ¿Greerá mi amigo que soy poco divertido si digo que no? ¿Podré encontrar algo más que hacer si me voy?

Es más fácil tomar una decisión si uno se detiene y piensa. Ante los retos, usa las Tres Letras “DOG” para decidir. Las decisiones precipitadas, tomadas sin detenernos a pensar, a menudo son malas y conducen al arrepentimiento.

ENTONCES, PARA RESUMIR:

PASO 1: DESAFÍO

Nombra el problema. Valora el desafío que enfrentas. ¿Qué decisión tienes que tomar?

PASO 2: OPCIONES

Piensa en las opciones que tienes para enfrentar el desafío. Haz una lista de ellas.

PASO 3: CONSECUENCIAS

Pregúntate cuáles serán las consecuencias de cada opción. Piensa en lo que sucederá y enumera los pros y los contras.

TU CEREBRO. ÚSALO O PIÉRDELO

¿Sabías que el cerebro sigue desarrollándose hasta pasados los 20 años? A veces, debemos tomar decisiones de adultos sin que nuestros cerebros hayan madurado lo suficientemente.

Un adolescente puede tomar decisiones más riesgosas que alguien que tiene 27 años debido, en parte, a la falta de experiencia pero, principalmente, debido a que su cerebro no está completamente desarrollado.

Utiliza las Tres Letras “DOC” de la toma de decisiones y saca provecho de las opciones que tienes.

ALERTA ANTICIPADA: Si eliges consumir drogas, cada vez que lo hagas estarás eligiendo la puerta que tiene el tigre detrás.



Describe una “elección” saludable que tomaste y cuáles fueron las “consecuencias” graves que impediste.



TU CEREBRO BAJO EL EFECTO DE LAS DROGAS

LA MENTE DROGADA

El cerebro funciona como un “circuito de gratificación” que permite al cuerpo sentir placer. Las drogas inundan el circuito de gratificación con dopamina, un mensajero químico. Cuando se sobrecarga el circuito de gratificación con una droga, se produce un estado de “exaltación” agradable que hace que las personas quieran tomar esa droga una y otra vez. Las drogas engañan al cerebro con una falsa sensación de placer.

Si se continúa usando la droga, el cerebro se ajustará a la dopamina extra que recibe y producirá menos dopamina o impedirá que las células del circuito de gratificación respondan a esta sustancia. Como resultado, se sentirá una exaltación menor que la que se sintió cuando se consumió la droga por primera vez. Este efecto se conoce como tolerancia. De modo que habrá que consumir más cantidad de droga para obtener los mismos resultados.

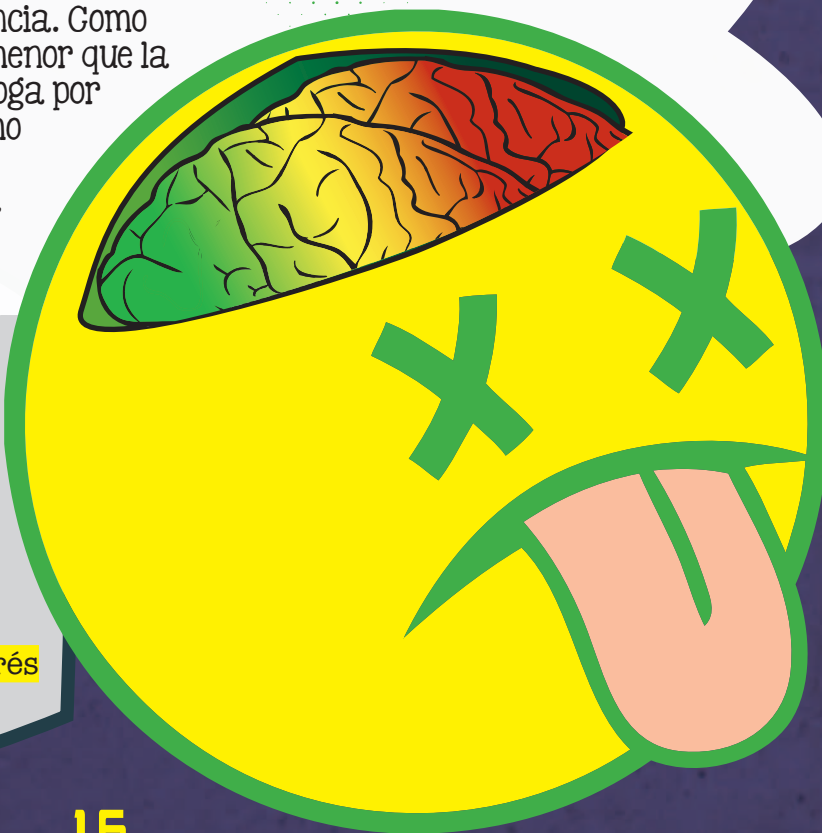
CAMBIO CEREBRAL

El uso prolongado de drogas causa cambios en los circuitos y sistemas químicos cerebrales. Estos cambios afectan funciones tales como:

- El aprendizaje
- El juicio
- La toma de decisiones
- La capacidad para manejar el estrés
- La memoria
- El comportamiento

DEFINICIÓN

Dopamina (do-pa-MI-na):
sustantivo; compuesto formado en el cerebro que transmite señales a las células nerviosas y desempeña un papel importante en el comportamiento motivado por gratificaciones.



DE CONSUMIDOR DE DROGAS A ADICTO A LAS DROGAS

Aun cuando se conocen los riesgos dañinos que las drogas traen aparejadas, es posible que se sigan consumiendo. Esa es la naturaleza de la adicción.

Una persona que consume drogas no recetadas por el médico comenzará a sentirse, deprimida e incapaz de disfrutar de las cosas que una vez encontró placenteras. Él o ella necesitará consumir drogas una y otra vez para tratar de llevar la función de la dopamina a la normalidad. Y eso solo empeora las cosas. Es un círculo vicioso de abuso cerebral.

El consumo continuo de drogas cambia el cerebro de manera básica y duradera. Los cambios duraderos son parte de la adicción. Imagina que tu cerebro funciona como un interruptor de luz. Cuando consumes drogas, en algún momento ese interruptor se enciende. Cuando eso ocurre, dejas de ser un consumidor de drogas para convertirte en un adicto a las drogas.

¿Alguna vez has visto a alguien drogado? ¿Cómo actuaba? ¿Cómo te hizo sentir?



**¡más
411!**

Datos del cerebro: La
química de la adicción:
[brainfacts.org/
diseases-and-disorders/
addiction/2015/the-
chemistry-of-addiction](http://brainfacts.org/diseases-and-disorders/addiction/2015/the-chemistry-of-addiction)



Los mitos y las falsedades sobre las drogas abundan. Lo único totalmente cierto es que no puedes creer todo lo que escuchas. Analiza estos mitos y descubre cuántos de ellos pensaste que eran ciertos.

MITO	¡ENGAÑADO!
La adicción a las drogas es una opción.	<i>El consumo de drogas es una opción. Sin embargo, con el tiempo las drogas cambian el cuerpo y la química del cerebro y su consumo deja de ser una opción para convertirse en adicción.</i>
Es más seguro ponerse eufórico con las drogas legales que las ilegales.	<i>Las Nuevas Sustancias Psicoactivas (NPS, por sus siglas en inglés), comúnmente conocidas como “euforizantes legales” o “sintéticos”, no son más seguras que otras drogas. Tienen los mismos efectos secundarios. El hecho de que puedas comprarlas en una tienda no significa que no sean dañinas.</i>
Los efectos de la marihuana cambian, dependiendo de cómo la consumas.	<i>Lleva más tiempo absorber la marihuana en la sangre cuando se come que cuando se fuma. Debido a eso, se pudiera pensar que no está haciendo efecto y consumir más. Cuando, finalmente, la droga entra en acción, ya será tarde para detener sus efectos negativos.</i>
Las drogas recetadas son más seguras que otras drogas.	<i>Depende de cómo se consuman. Las drogas recetadas pueden aliviar síntomas cuando se toman como el médico indica. Pero causan daño y crean dependencia cuando no se consumen como son prescritas.</i>

MITO	¡ENGAÑADO!
Las drogas “naturales” son más seguras que las sintéticas.	Ni por asomo. Que algo crezca en el suelo no lo hace seguro. La marihuana, las setas y otras drogas “naturales” también alteran el cerebro y producen efectos secundarios perjudiciales. Crecen en el suelo, pero hacen daño.
La moda de la heroína ha pasado.	Equivocado. Las drogas de moda no desaparecen. Algunas, como la heroína, se vuelven más populares y disponibles y luego la moda parece desaparecer, pero siempre será una amenaza.
La marihuana no es adictiva.	Falso. La marihuana puede ser adictiva. Muchos adolescentes que consumen marihuana se vuelven adictos a ella cuando llegan a la edad adulta o, incluso, antes. La marihuana puede causar también problemas de salud como ansiedad, pérdida de memoria y problemas para pensar y dormir, por solo nombrar algunos.
Los adictos son gente mala.	Los adictos no deben ser vistos como “malas” personas tratando de ser “buenas”. Son personas enfermas tratando de recuperarse. De todos los tamaños, edades, colores y posiciones sociales, las personas adictas sufren a diario las consecuencias de la drogadicción. La drogadicción no discrimina. La buena noticia es que tampoco discrimina la recuperación.

Describe un “mito” que pensaste que era cierto acerca de las drogas. ¿Cómo dejaste de creer en ese mito?



**¡más
411!**

**Instituto Nacional de
Abuso de Drogas: Drogas:
rompiendo los mitos:**
[http://drugabuse.gov/
sites/default/files/nida-
shatterthemyths.508-
final.pdf](http://drugabuse.gov/sites/default/files/nida-shatterthemyths.508-final.pdf)

LA MARIHUANA

LA VERDAD SIN RODEOS

HECHOS Y ESTADÍSTICAS

En 2013, los estudiantes de último año de escuela secundaria consumieron más marihuana que cigarrillos regulares.

HOJA INFORMATIVA

DROGA	Marihuana (ma-ri-HUA-na)
NOMBRES COMUNES	caño, María, grifa, hierba, yerba, mota, porro, canuto, chute, toque María Juana, huiro, sinsemilla, zorrillo, chino, yuyo
NOMBRE CIENTÍFICO	Cannabis
CÓMO SE CONSUME	Se fuma, se traga, se vaporiza
CÓMO SE PRODUCE	Se muelen las hojas, tallos, flores y semillas de la planta de cannabis.
QUÉ DEBES SABER	Es la droga ilegal más comúnmente usada en Estados Unidos. Tiene un ingrediente activo llamado THC y más de 400 productos químicos. Es, generalmente, de color marrón, verde o grisáceo.
QUIENES LA CONSUMEN PUEDEN EXPERIMENTAR	• Cambios en los sentidos (ver, oír o sentir las cosas de manera diferente) • Mareos • Problemas para caminar o estar de pie • Risa incontrolable y encuentran todo divertido • Ojos rojos • Pensamiento lento • Reflejos lentos • Discurso lento • Sequedad en la boca y sed • Incremento del apetito • Ansiedad y paranoia
RIESGOS PARA LA SALUD	• Problemas en la memoria y el aprendizaje • Dificultad para pensar • Aumento de la frecuencia cardíaca • Mayor riesgo de desarrollar algún tipo de cáncer • Mayor riesgo de enfermarse de neumonía • Tos, respiración sibilante y problemas respiratorios • Mayor riesgo de adquirir resfriados e infecciones

DEFINICIÓN

Paranoico: *adjetivo*; sospechoso, desconfiado o temeroso de otras personas.

NÚMEROS CRÍTICOS

33

Porcentaje de adolescentes que viven en estados donde es legal el uso de la marihuana medicinal y que adquieren esta droga con las recetas de otras personas.

PREGUNTAS CANDENTES

P: *¿No es legal la marihuana en algunos lugares?*

R: Si bien algunos estados han legalizado el uso de la marihuana y la marihuana medicinal se acepta con más frecuencia, es importante saber que la policía y el sistema legal toman muy en serio su consumo. Ser descubierto portando, cultivando o vendiendo marihuana puede acarrear consecuencias severas en muchas partes del país.

P: *¿Qué hay sobre la “exaltación” que la marihuana proporciona?*

R: La marihuana afecta a las personas de la misma manera que el alcohol. Nubla el buen juicio, ralentiza los reflejos y puede afectar la visión. Esa “exaltación” es tan perjudicial que es incluso ilegal conducir un coche mientras se está bajo la influencia de la hierba, al igual que del alcohol.

P: *¿Puede el uso de la marihuana afectar mi futuro?*

R: Esta droga puede drenar tu energía y tus aspiraciones. Cuanto más enganchado estés con ella, menos impulso tendrás para conducirte en la vida. Se ha descubierto una mayor tasa de abandono escolar entre los consumidores de marihuana en comparación con los que no la utilizan.

HECHOS Y ESTADÍSTICAS

Los estudios y registros policiales demuestran que los adolescentes que consumen marihuana tienen nueve veces más probabilidades de consumir otras drogas, cinco veces más probabilidades de robar y cuatro veces más probabilidades de convertirse en personas violentas.

**¡más
411!**

Instituto Nacional de
Abuso de Drogas: Hechos
sobre Drogas: Marihuana
[drugabuse.gov/
publications/drugfacts/
marijuana](http://drugabuse.gov/publications/drugfacts/marijuana)

LAS ANFETAMINAS

HECHOS Y ESTADÍSTICAS

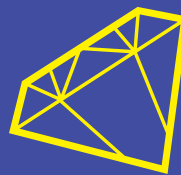
El uso de anfetaminas puede causar adicción. Con solo usarlas una vez nos arriesgamos a convertirnos en adictos a las drogas.

HOJA INFORMATIVA	
DROGA	Anfetamina (am-fe-ta-MI-na)
NOMBRES COMUNES	Anfetamina, Billy, zumbido
NOMBRE CIENTÍFICO	Alphamethylphenethylamine
CÓMO SE CONSUME	Se traga, se esnifa
CÓMO SE PRODUCE	Se fabrica bajo condiciones de laboratorio.
QUÉ DEBES SABER	Esta droga hace que quienes la consumen se sientan energizados e impulsados. Debido a que suprime el apetito, algunas personas la utilizan para hacer dieta.
QUIENES LA CONSUMEN PUEDEN EXPERIMENTAR	• Cambios de humor • Dificultad para dormir • Cansancio • Baja energía
RIESGOS PARA LA SALUD	• Adicción • Depresión • Paranoia • Ansiedad

DEFINICIÓN

tomar una sobredosis: verbo; consumir una cantidad excesiva de droga poniendo en riesgo la salud y la vida.

ENTÉRATE



Las anfetaminas se usan para tratar enfermedades tales como el Trastorno de déficit de atención con hiperactividad (ADHD, por sus siglas en inglés). Pero, debido a los peligros que supone el uso continuado de esta droga, las anfetaminas solo pueden consumirse, de manera restringida, cuando son recetadas por los médicos.

PELIGRO

El consumo indebido de anfetaminas puede causar ataques cardíacos. Una de las razones por las que esta droga es popular entre los estudiantes universitarios y los conductores de camiones es porque los ayuda a permanecer despiertos, debido a sus efectos estimulantes. La anfetamina hace que la frecuencia cardíaca y la presión arterial aumenten. También causa espasmos arteriales y disminuye el flujo de sangre en el corazón. El resultado puede ser un mayor riesgo de ataques cardíacos.

HECHOS Y ESTADÍSTICAS

Debido a que las anfetaminas son prescritas cada vez más para el tratamiento de ADHD y otras enfermedades, muchas de las píldoras terminan en la calle, donde son consumidas de manera ilegal.

**¡más
411!**

Adicción a las anfetaminas:
amphetamines.com/
[amphetamine-abuse/
addiction/](http://amphetamine-abuse/addiction/)



LOS HONGOS ALUCINÓGENOS EL HONGO ENTRE NOSOTROS

HOJA INFORMATIVA

DROGA	Seta	
NOMBRES COMUNES	Hongos, setas mágicas, pasión púrpura	
NOMBRE CIENTÍFICO	Hongos de Psilocibina	
CÓMO SE CONSUME	Se traga (se come, se prepara como té o se añade a otros alimentos)	
CÓMO SE PRODUCE	Los hongos que contienen las sustancias psicodélicas psilocibina y psilocina crecen naturalmente en América del Sur, México y Estados Unidos.	
QUÉ DEBES SABER	Cuando se come, el hongo se descompone y se produce la psilocina, que produce efectos alucinógenos.	
QUIENES LA CONSUMEN PUEDEN EXPERIMENTAR	• Visiones y revelaciones • Alucinaciones • Percepción errónea del tiempo • Pánico • Relajación o debilidad muscular • Problemas de movimiento • Pupilas dilatadas • Náuseas y vómitos • Somnolencia	
RIESGOS PARA LA SALUD	• Depresión • Paranoia • Ansiedad • Recuerdos recurrentes y problemas de memoria • Envenenamiento	

NÚMEROS CRÍTICOS

180+

Número de especies de hongos alrededor del mundo que contienen el ingrediente psicoactivo psilocibina.

HONGOS PARA UNO MÁS

Las setas mágicas contienen compuestos clasificados como psicodélicos que causan un efecto similar a un “viaje” de LSD. Las alucinaciones -ver y oír cosas que no están presentes- son efectos comunes que se producen al ingerir “hongos”. Un “mal viaje” produce ansiedad severa y paranoia.

HECHOS Y ESTADÍSTICAS

Recientemente, los investigadores han realizado experimentos con la psilocibina, un alucinógeno que contienen las setas mágicas, para el posible tratamiento de la depresión, la ansiedad y otros desórdenes mentales. Estas investigaciones son difícil de continuar porque la psilocibina está clasificada por la Administración para el Control y Drogas (DEA, por sus siglas en inglés) como una sustancia sin valor médico y con alta probabilidad de crear adicción.

**¡más
411!**

Narconon: Información sobre la seta mágica
narconon.org/drug-information/magic-mushroom.html

LA COCAÍNA

EL POLVO BLANCO MORTAL

HECHOS Y ESTADÍSTICAS

A pesar de los muchos peligros de la cocaína, su uso aumenta. Es muy probable que ello se deba a lo difícil que resulta escapar de la adicción a esta droga.

HOJA INFORMATIVA	
DROGA	Gocaína (co-ca-I-na)
NOMBRES COMUNES	Goca, G, caramelo para la nariz, merca, falopa, perico, bocinazo
NOMBRE CIENTÍFICO	Gocaína
CÓMO SE CONSUME	Por lo general, se esnifa, pero también se puede comer, frotar en las encías o inyectar.
CÓMO SE PRODUCE	Se extrae de las hojas de la planta de coca, que se cultiva en Sudamérica. Se procesan y se convierten en polvo.
QUÉ DEBES SABER	La cocaína es altamente adictiva debido a su circuito de gratificación en el cerebro. Los que consumen esta droga pueden volverse dependientes de ella en muy poco tiempo.
QUIENES LA CONSUMEN PUEDEN EXPERIMENTAR	• Aceleración de los latidos del corazón • Sudoración • Pérdida del contacto con la realidad • Fuerte sensación de felicidad • Agitación • Pupilas dilatadas
RIESGOS PARA LA SALUD	• Muerte por insuficiencia respiratoria • Ataque cerebral fulminante • Hemorragia cerebral • Ataque al corazón • Infecciones en la sangre • Adicción

En forma de polvo, se llama **cocaína**. En forma cristalina, se llama **cocaína crack**.

HECHOS Y ESTADÍSTICAS

El proceso de fabricación de la cocaína ocurre en apartados laboratorios en la selva, donde el producto bruto experimenta una serie de transformaciones químicas. Luego se embala y se envía ilegalmente a Estados Unidos a través de México.

P & R

P: *¿Cómo es la cocaína?*

R: La cocaína es un polvo blanco. A menudo, se diluye con otras sustancias como azúcares y talco para aumentar la cantidad de polvo y ganar más dinero con su venta. La cocaína crack luce como pequeños pedazos de roca de material blanco sólido.

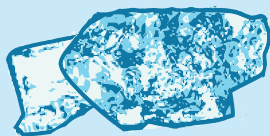
NÚMEROS CRÍTICOS

90

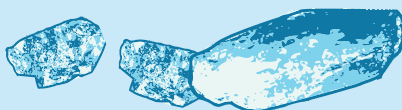
Por ciento aproximado de la cocaína que se consume en Estados Unidos que es producida en Colombia.

**¡más
411!**

Instituto Nacional de Abuso de Drogas: Hechos sobre las drogas:
¿Qué es la cocaína?
drugabuse.gov/publications/drugfacts/cocaine



LA METANFETAMINA EL PELIGRO DEL CRISTAL BLANCO



HECHOS Y ESTADÍSTICAS

La metanfetamina luce como un polvo o píldora blanca. La metanfetamina cristalina parece pedazos de cristal o roca azul-blanco brillantes, de diferentes tamaños.

HOJA INFORMATIVA

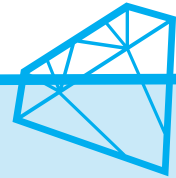
DROGA	Metanfetamina (me-tan-fe-ta-MI-na)	
NOMBRES COMUNES	Crank, tiza, cristal, fuego, vidrio, hielo, metanfetamina	
NOMBRE CIENTÍFICO	Methamphetamine	
CÓMO SE CONSUME	Se traga, se esnifa, se fuma, se inyecta	
CÓMO SE PRODUCE	Se fabrica en laboratorios, utilizando varios productos químicos.	
QUÉ DEBES SABER	La metanfetamina es una droga estimulante extremadamente adictiva. Activa el sistema nervioso central.	
QUIENES LA CONSUMEN PUEDEN EXPERIMENTAR	• Estado de alerta • Aumento de la actividad física • Disminución del apetito • Aumento de la frecuencia cardíaca, temperatura y presión arterial	
RIESGOS PARA LA SALUD	• Adicción y paranoia • Ansiedad • Problemas de humor • Alucinaciones • Pérdida de peso	• Problemas dentales severos • Picazón intensa y heridas en la piel producidas al rascarse

PERO, ESPERA... SE PONE PEOR

Las mujeres que consumen metanfetamina durante el embarazo pueden experimentar:

- Parto prematuro
- Separación de la placenta del útero
- Bebés con bajo peso al nacer
- Bebés inactivos y letárgicos
- Bebés con problemas cardíacos y cerebrales

El riesgo de contraer VIH, hepatitis u otras enfermedades infecciosas debido el uso de agujas compartidas es una realidad que afecta a los consumidores de metanfetamina.



NÚMEROS CRÍTICOS

1893

Año en que se descubrió la metanfetamina.



No hay medicamentos aprobados para tratar la adicción a la metanfetamina.



¡más
411!

Instituto Nacional de Abuso de Drogas: Hechos sobre las drogas:
Metanfetamina
drugabuse.gov/publications/drugfacts/methamphetamine

LA HEROÍNA

PRÓXIMA PARADA: VILLA ADICCIÓN



HECHOS Y ESTADÍSTICAS

La heroína es un analgésico opioide. Suele estar relacionada con los analgésicos que se adquieren con receta médica.

Según las investigaciones, casi la mitad de los jóvenes que se inyectan heroína han abusado antes de opiáceos recetados. Algunos se cambian a la heroína porque es más barata y más fácil de conseguir que los opiáceos recetados. La sobredosis de heroína constituye un riesgo serio debido a que la heroína común suele mezclarse con otras sustancias.

Puede conducir al coma o incluso la muerte.

DEFINICIÓN

Abstinencia: sustantivo; sensaciones físicas dolorosas e inquietantes experimentadas cuando se deja de usar una droga de la que se es adicto. Los síntomas de abstinencia pueden parecerse a los de la gripe, con sudoración, temblores y vómitos.

Opiode: sustantivo; sustancia extraída del opio que se prescribe para tratar el dolor.

HOJA INFORMATIVA

DROGA	Heroína
NOMBRES COMUNES	Ghiva, caballo, jaco, avispa, yonk, H
NOMBRE CIENTÍFICO	Heroína
CÓMO SE CONSUME	Se fuma, se inyecta, se esnifa
CÓMO SE PRODUCE	Como el opio y la morfina, la heroína se extrae de la planta de amapola, que se refina para producir esta droga.
QUÉ DEBES SABER	La heroína es altamente adictiva. Millones de adictos en todo el mundo son incapaces de resistir el impulso de seguir usando a diario esta droga. Saben que, si dejan de consumirla, sufrirán dolores y los síntomas de la abstinencia.

QUIENES LA CONSUMEN PUEDEN EXPERIMENTAR	• Alivio del dolor físico y emocional • Sensación de calor y somnolencia	• Estreñimiento • Náuseas
RIESGOS PARA LA SALUD	• Adicción • Sobredosis	• Síntomas de abstinencia • Muerte

LA HEROÍNA = RIESGOS PARA LA SALUD

Antes de que alguien fume, se inyecte o esnife heroína, debe conocer los serios riesgos para la salud asociados con el consumo de esta droga ilegal. La sobredosis es uno de los riesgos principales, pero no es el único.

El consumo de heroína daña:

- El corazón
- Los pulmones
- El cerebro
- Los intestinos
- Los riñones

SIGNOS QUE DELATAN EL CONSUMO DE HEROÍNA

- Somnolencia
- Períodos de alegría y actividad seguidos repentinamente por cansancio severo
- Confusión, desorientación
- Incumplimiento de las responsabilidades laborales y/o escolares
- Uso de mangas largas y pantalones aun cuando no hay frío
- Mentiras
- Robos, actividades criminales, sustracción de dinero
- Patrones de sueño irregulares
- Pérdida de peso
- Costras y llagas en la piel
- Congestión o comezón en la nariz
- Discurso mal articulado



Jeringuillas, cucharas, pequeñas bolsas plásticas o de envoltura y tuberías son algunos de los instrumentos que se emplean para consumir heroína.



Instituto Nacional de Abuso de Drogas:
 Hechos sobre las drogas: Heroína
drugabuse.gov/publications/drugfacts/heroin

LSD

LEATAL. GRAVE.
PELIGROSO.



HOJA INFORMATIVA

DROGA	LSD	
NOMBRES COMUNES	Ácido, trip, chapita, pestaña, lengüeta, etiqueta, lisérgica	
NOMBRE CIENTÍFICO	Dietilamida de ácido lisérgico	
CÓMO SE CONSUME	Se traga	
CÓMO SE PRODUCE	Los cristales de esta droga se fabrican en laboratorios ilegales, luego se disuelven y se untan en un papel.	
QUÉ DEBES SABER	El LSD se vende a menudo en forma de pequeños cuadrados de papel con diseños de dibujos animados. El consumidor se traga el papel y experimenta un “viaje” que puede durar hasta 12 horas.	
QUIENES LA CONSUMEN PUEDEN EXPERIMENTAR	• Desconexión de la realidad • Cambio en la forma en que se ven y se oyen las cosas • Mayor conciencia de uno mismo	• Alucinaciones • Sudoración y escalofríos • Cambios en la temperatura corporal, presión arterial y frecuencia cardíaca
RIESGOS PARA LA SALUD	• Ansiedad • Mayor riesgo de accidentes • Incapacidad para dormir	• Temblores • Depresión severa • Episodios psicóticos

DEFINICIÓN

Sintetizar: verbo; fabricar una droga mezclando productos químicos.

NÚMEROS CRÍTICOS

1938

Año en que el LSD fue sintetizado en un laboratorio por primera vez.

1967

El año en que el gobierno estadounidense prohibió el consumo de LSD.

PRUEBA DE ACIDEZ

El LSD es un alucinógeno, es decir, una droga que distorsiona la realidad y hace que quienes la consumen vean y oigan cosas que no existen. Sus efectos son totalmente impredecibles. Puede producir un “viaje” salvaje, a gran velocidad y distorsionado, o un “viaje” paranoide, en dependencia de la cantidad de droga que se ingiere, el estado de ánimo y la personalidad de quien la consume y el entorno donde se consume.

Como si los “viajes” malos no fueran suficientemente malos, algunos consumidores de LSD tienen recurrencias del “viaje” mucho después de que han consumido esta droga. El LSD se acumula en el organismo y, cada vez que se consume, se necesita una dosis mayor para sentir sus efectos. El consumo de LSD produce también estados psicóticos y depresión severa.

**más
411!**

Instituto Nacional de Abuso de Drogas:
Hechos sobre las drogas: Alucinógenos
drugabuse.gov/publications/drugfacts/hallucinogens

OTRAS DROGAS PELIGROSAS

MEDICAMENTOS RECETADOS



Los medicamentos recetados son un problema creciente entre los adolescentes, quienes los toman para sentirse eufóricos, para detener el dolor o porque piensan que les ayudará con el trabajo escolar.

HECHOS Y ESTADÍSTICAS

Las drogas recetadas matan más adolescentes que la heroína y cocaína combinadas.

Las drogas más consumidas por los estadounidenses mayores de 14 años son:

1. Alcohol
2. Marihuana
3. Tabaco o cigarrillos electrónicos
4. Medicamentos recetados

Se consume indebidamente una droga recetada cuando se ingiere un medicamento que fue recetado a otra persona o cuando se toma una medicina prescrita por el médico de una manera diferente a como fue indicada por este.

NÚMEROS CRÍTICOS

60

Por ciento de adolescentes que abusa de medicamentos que fueron recetados a amigos o familiares, a veces sin que estos lo sepan.

P & R

P: ¿No son seguros los medicamentos recetados?

R: Hay una razón por la cual los medicamentos recetados deben ser prescritos por el médico: son muy fuertes y pueden ser perjudiciales si no se toman de manera correcta. Cuando son mal utilizados, estos medicamentos pueden ser tan peligrosos como las drogas ilegales.

P: ¿Puede una persona volverse adicta a una medicina recetada?

R: Sí. Las medicinas que se utilizan como analgésico, estimulantes o ansiolíticos pueden afectar el cerebro y causar dependencia y adicción.

P: ¿Se puede morir por el uso indebido de medicamentos recetados?

R: Sí. Esta estadística asusta: Los medicamentos recetados causan más de la mitad de las sobredosis de drogas registradas cada año en Estados Unidos. Estas han aumentado significativamente en los últimos 10 años.

**NÚMEROS
CRÍTICOS 1.700+**

Número de jóvenes que murieron en el año 2014 en Estados Unidos a causa de una sobredosis de medicamentos recetados.

LOS MEDICAMENTOS DE VENTA LIBRE



Los medicamentos de venta libre (OTC, por sus siglas en inglés) son los que se pueden comprar sin receta. Estos fármacos, a la venta en los pasillos de las farmacias, son generalmente seguros cuando se ingiere la dosis recomendada en la etiqueta. Sirven para aliviar el dolor y los síntomas de los resfriados y la gripe, como la tos, el mareo y otros síntomas menores.

SIN EMBARGO...

El mal uso de los medicamentos de venta libre puede causar problemas de salud, tales como:

- Pérdida de memoria
- Problemas del corazón
- Alucinaciones
- Muerte
- Insuficiencia renal

OTC = (Over the Counter, en inglés; Medicamentos de venta libre, en español): medicamentos que se pueden comprar sin receta médica.

VAPORES/INHALANTES



Las sustancias químicas utilizadas en productos para el hogar tales como aerosoles y líquidos de limpieza, pegamento, pintura, diluyentes de pintura, removedores de esmalte de uñas y combustible para encendedores se consideran **inhalantes**. Se les inhala -respira o esnifa- para alcanzar una especie de euforia. El acto de absorber estos vapores peligrosos se llama **inhalar**.

DEFINICIÓN

Tóxico: *adjetivo*; venenoso.

Estos inhalantes actúan sobre el cerebro cuando se inhalan por la boca o la nariz. Pueden producir daño mental y físico permanente. Estas sustancias privan al cuerpo de oxígeno y hacen que el corazón lata fuera de ritmo. La inhalación de estos vapores puede causar:

- Pérdida del sentido del olfato
- Náuseas y vómitos
- Hemorragias nasales
- Trastornos en el hígado, los pulmones y los riñones
- Disminución de la masa muscular y de la fuerza
- Incapacidad para caminar, hablar y pensar normalmente
- Estornudos repentinos
- Muerte



¡Los inhalantes pueden ser mortales! Pueden producir ataques al corazón o sofocación. Sus vapores tóxicos reducen la cantidad de oxígeno en los pulmones.



BEBIDAS DE COLOR PÚRPURA



Esta bebida produce:

- Pupilas contraídas
- Voz áspera y ronca
- Lenguaje lento y dificultoso
- Movimiento ocular incontrolado
- Ojos caídos
- Frecuencia cardíaca lenta
- Somnolencia
- Pérdida del equilibrio
- Pérdida de coordinación
- Palidez
- Estreñimiento
- Infección del tracto urinario
- Problemas dentales
- Adicción

Se trata de una mezcla de jarabe contra la tos -con codeína y prometazina- con ingredientes como soda y un trozo de caramelo duro para darle sabor y dulzor. A veces se agrega alcohol. Los colorantes en el jarabe para la tos dan a la mezcla un color púrpura.

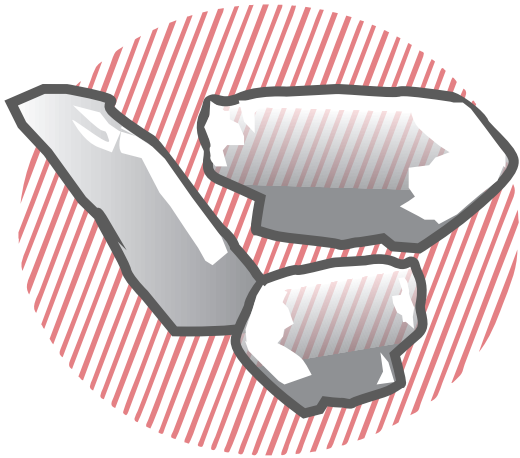
La cantidad de jarabe contra la tos utilizado en esta mezcla suele ser hasta 25 veces la dosis recomendada.

HECHOS Y ESTADÍSTICAS

Algunos raperos y jugadores de fútbol profesional han sido arrestados o han muerto como resultado del consumo de bebidas púrpuras.

La naturaleza adictiva de esta bebida produce síntomas de abstinencia al tratar de dejar de consumirla. Esta sensación se ha descrito como “muerte en el estómago”.

SALES DE BAÑO



Las sales de baño no son sales y no tienen ningún propósito en una bañera.

Los nombres comunes de las sales de baño incluyen Gapa blanca, Nube nueve, Flaca, Cielo de vainilla, Relámpago blanco y Caracortada.

Por lo general, son de color blanco o marrón y se comercializan en forma de cristal o polvo. Se venden en pequeños paquetes de plástico o papel de aluminio etiquetados como “No aptos para el consumo humano”. A veces, se etiquetan como alimento para plantas, limpiador de prendas o de pantallas de teléfono. Se venden en línea y en tiendas de productos farmacéuticos. Los nombres comerciales no tienen nada que ver con el producto real. Son parte de la estrategia de quienes producen estas sales para evadir a la Agencia para el Control de Drogas (DEA, por sus siglas en inglés) o a la policía local.

El consumo de sales de baño puede causar:

- Aumento de la presión sanguínea
- Dolores en el pecho
- Frecuencia cardíaca más rápida
- Agitación
- Alucinaciones
- Dolor en los riñones
- Aumento en la temperatura corporal o escalofríos
- Tensión muscular
- Náusea
- Confusión
- Disminución del apetito o del sueño
- Paranoia
- Ideas suicidas



No todas las drogas ilegales que circulan en la calle aparecen reseñadas en este libro.
Comprender sus peligros puede ayudarte a evitarlas.

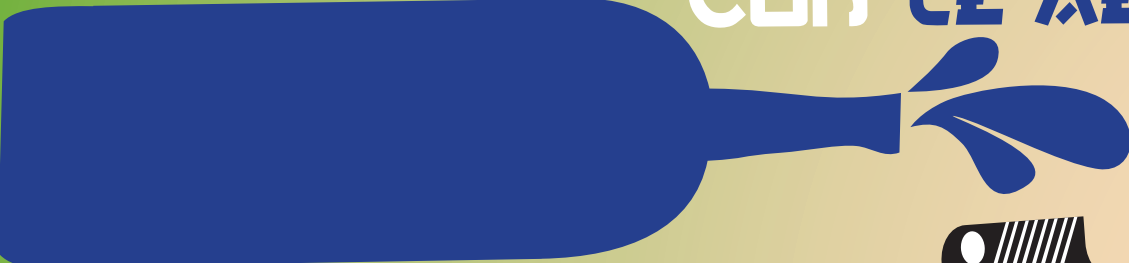


**¡más
411!**

Todas las drogas, de la A a la Z:
drugabuse.com/library/drugs-a-z



MEZCLAR LAS DROGAS CON EL ALCOHOL



ASALTO 1: DEPRESIVOS VS. ESTIMULANTES

El alcohol es un depresivo. Las drogas como la cocaína son estimulantes. Al mezclarlas, las dos sustancias compiten entre sí. El depresivo trata de ralentizar el cerebro y el sistema nervioso central. El estimulante trata de acelerarlo. Como consecuencia, el cerebro y el sistema nervioso se someten a una gran presión.

ASALTO 2: DEPRESIVOS VS. DEPRESIVOS

Al mezclar el alcohol con una droga depresiva como la heroína, el efecto de freno del sistema nervioso central de cada uno de ellos se multiplica. El cuerpo puede incluso dejar de funcionar.

DEFINICIÓN

Depresivo: sustantivo; sustancia que actúa para ralentizar o sedar uno o más de los sistemas del organismo.

Estimulante: sustantivo; sustancia que actúa para despertar, energizar o acelerar uno o más de los sistemas del organismo.



HECHOS Y ESTADÍSTICAS

La mezcla de alcohol y cocaína puede ser fatal hasta 12 horas después de haberlos consumido.



DUPLICAR EL PELIGRO

El alcohol mata a más adolescentes que todas las otras drogas combinadas. Esta sustancia influye, además, en las tres principales causas de muerte entre jóvenes de 15 a 24 años: accidentes, homicidios y suicidios. Al mezclar el alcohol con las drogas ilegales, se multiplican los efectos y aumenta el peligro.

MEZCLA	RIESGOS
Alcohol y marihuana	• Mareos • Náuseas y vómitos • Pánico • Ansiedad o paranoia
Alcohol y cocaína	• Ataque al corazón • Daño hepático • Muerte súbita
Alcohol y anfetaminas	• Aumento de la temperatura corporal • Deshidratación • Estrés en el corazón • Intensificación de las emociones • Agresión • Ansiedad y paranoia
Alcohol y heroína	• Mayor riesgo de sobredosis • Disminución del ritmo cardíaco y respiratorio • Muerte
Alcohol y sales de baño	• Náusea y vómitos • Goma • Muerte

También es peligroso mezclar la metanfetamina, los hongos, el LSD, el éxtasis, el PCP y la cafeína con el alcohol.



Instituto Nacional de Abuso de Drogas: Alcohol:
drugabuse.gov/drugs-abuse/alcohol

LAS CONSECUENCIAS DE LAS DROGAS

MÁS ALLÁ DEL DAÑO CORPORAL

Ya hemos mencionado algunos de los daños graves que las drogas ilegales pueden causar al organismo. Los cementerios están llenos de tumbas de personas famosas y anónimas que perdieron la vida por consumir estas sustancias. Pero el consumo de drogas provoca también otras consecuencias.

NÚMEROS
CRÍTICOS

200 MIL MILLONES

Costo aproximado en dólares de las drogas ilegales a la sociedad estadounidense.

OTRAS CONSECUENCIAS SON

La pérdida del trabajo, expulsión de la escuela, pérdida del hogar, contagio y/o propagación de enfermedades infecciosas, crimen, accidentes de tráfico y prisión.

ENTÉRATE

Ningún estudio, estadística o encuesta puede transmitir el sufrimiento y la angustia que supone el que un ser querido se hunda en la adicción.

**¡más
411!**

Perfil del uso de drogas en Estados Unidos:
Consecuencias del uso ilícito de drogas:

ncjrs.gov/ondcppubs/publications/policy/99ndcs/li-b.html

LAS DROGAS ILÍCITAS Y LA LEY



ESTABLECER LAS LEYES

Las leyes nacionales y estatales consideran ilegal el poseer, producir, sembrar o vender ciertas sustancias controladas. Ello incluye drogas como la marihuana, la metanfetamina, el LSD, la cocaína y la heroína, entre otras. Las personas condenadas por posesión de drogas enfrentan una amplia gama de castigos cuando son sentenciadas por un tribunal. Estas sentencias pueden variar de estado a estado. En un estado, una simple condena por posesión podría resultar en multa de \$100 y algunos días en la cárcel. En otro, la sentencia podría ser una multa de miles de dólares y varios años en prisión.

Las sentencias por vender y fabricar drogas ilegales son más graves que las relacionadas con la posesión. Ello no significa que tener y usar drogas esté bien, sino que venderlas y fabricarlas es mucho peor.

Los delitos más graves relacionados con las drogas ilícitas son:

- Producción de drogas
- Venta, distribución o “tráfico” de drogas
- Posesión de drogas con la intención de venderlas

La mayoría de las penas mínimas de prisión varían de uno a tres años para quienes delinquen por primera vez. La pena mínima para reincidentes es de tres a 12 años de prisión.

P & R

P: ¿Iré a la cárcel por producir drogas?

R: Si vas a la cárcel, y por cuánto tiempo, depende del tipo de droga y la cantidad que produzcas, el estado en que vives, las leyes federales y si tienes antecedentes penales. Para los menores de 18, la detención juvenil es una consecuencia.

más
411!

FindLaw®: Leyes estatales
sobre la posesión de drogas
statelaws.findlaw.com/criminal-laws/drug-possession.html

CÓMO DECIR NO A LAS DROGAS

"Las drogas no son buenas para mí".

"Las drogas son para los perdedores".

"Ya me siento bien y no quiero dejar de sentirme así".

"Tú me gustas, lo que no me gustan son las drogas".

"No vale la pena el riesgo".

"Mi cuerpo es demasiado importante para envenenarlo con drogas".

"¿No puedes pensar en algo más original que hacer?".

"Las drogas no molan".

"Conozco a alguien que se enfermó terriblemente por usarlas, ¿por qué querría eso para mí?".

"No necesito ese tipo de problemas".

"No, gracias, necesito todo el cerebro que tengo".

"Si mis padres lo descubrieran, no tendría más vida social".

"No me interesan las cosas ilegales".

"No, luciría muy mal en uniforme de preso".

"Lo intenté una vez y vomité todo, no fue bonito".

"¡Créenme, mi vida es ya bastante complicada sin tener que añadirle ese problema!".

¿Cómo dirías que no si alguien te ofrece drogas?



5

ENCONTRAR AYUDA

¡Puedes contar con ayuda si la necesitas! Si no te sientes cómodo hablando con tus padres o parientes, dirígete a un maestro de confianza, un entrenador o un amigo de la familia. La adicción a las drogas es un asunto serio.

FRENTE A LAS CRISIS...

Si tú, tu amigo(a) o tu hermano(a) están atravesando una crisis y necesitan hablar con alguien, por favor llama a:

Línea segura nacional para la prevención del suicidio 1-800-273-TALK

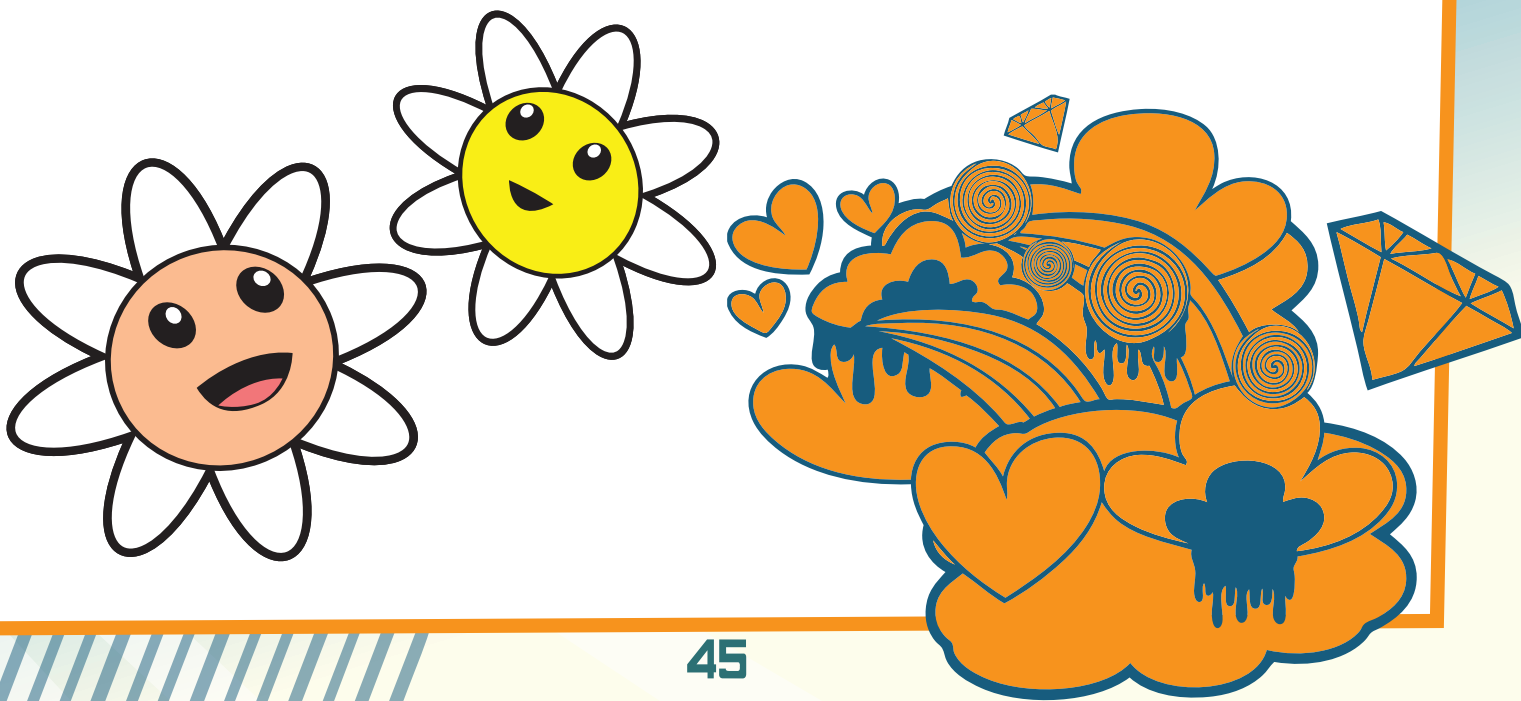
Estos especialistas no solo tratan el suicidio. Cubren una gran cantidad de problemas y te pondrán en contacto con especialistas en tu comunidad.

Si necesitas información sobre tratamientos y los lugares donde se ofrecen, puedes llamar a:

Localizador de instalaciones para el tratamiento del abuso de sustancias

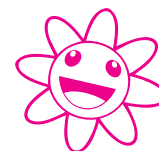
1-800-662-HELP o visitar
findtreatment.samhsa.gov.

NO DEJES QUE LAS DROGAS DEFINAN QUIÉN TÚ ERES.



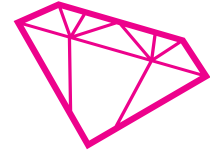


MIS PREGUNTAS

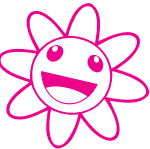




MI TRAYECTO

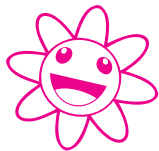
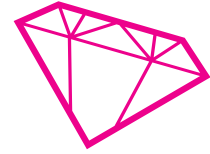


Utiliza estas páginas para anotar tus puntos de vista sobre las drogas después de haber leído este libro. ¿Qué sabes ahora que no sabías antes?
¿Ha cambiado tu opinión sobre las drogas?





MI TRAYECTO



RECURSOS

NCADA: El lugar a dónde ir
ncada-stl.org

Alianza para niños libres de drogas
drugfree.org

CDC: Sobre las drogas y la adicción
CDC.gov/pwid/addiction.html

**Línea segura nacional para la
prevención del suicidio**
1-800-273-TALK

**Localizador de instalaciones para el
tratamiento del abuso de sustancias**
1-800-662-HELP
findtreatment.samhsa.gov

Educación sobre las adicciones
addictioneducationociety.org

© 2018 Gentene Corporation. Todos los derechos reservados. Todos los materiales son propiedad exclusiva de Gentene Corporation y están protegidos por las leyes de derecho de autor internacionales y de Estados Unidos. Ninguna parte de esta publicación puede reproducirse, distribuirse, exhibirse, guardarse en un sistema de recuperación automática ni transmitirse de ninguna manera ni por ningún medio, sea electrónico, mecánico, por fotocopia o grabaciones, ni de ninguna otra manera, sin permiso previo por escrito de Gentene Corporation. Tampoco se puede alterar o quitar ninguna marca registrada, declaración de derechos de autor, ni ninguna otra nota.



Desde que hay drogas en Estados Unidos,
ha habido problemas con las drogas.

ÁCIDO ANFETAMINA ÁRBOLES AZÚCAR PRIETA BELLEZA
BLANCA BLOQUE BOCINAZO BOFETADA CABALLO
CABALLO BLANCO CÁÑAMO CAÑO CANUTO CARAMELO CHARLIE
CHINA BLANCA CHOCOLATE CHURRO CIELO AZUL
CIELO DE VANILLA CONEJO BLANCO COPO CRANK CRUZ
CUBOS DISPARO DOPA ESTIMULANTE FLOR FUEGO GANADOR
GANJA GOLPE GOMA H HACHÍS HIELO HIERBA HONGO
HONGOS MÁGICOS HUIRO MALA HIERBA MARÍA JUANA
MARIHUANA MATERIA NEGRA MICROPUNTO MOTA NIEVE
PASIÓN PÚRPURA POLVO POLVO DE ÁNGEL PORRO ROCK
SEMILLAS SEÑORA SOL AMARILLO SOPLO VELOCIDAD
VERDE VIDRIO VUELO YERBA YONKI ZORRILLO

Estas drogas tienen nombres diferentes, pero
comparten algo en común: son ilegales.

En este libro aprenderás sobre las drogas ilegales,
cómo se consumen, qué le hacen a tu cuerpo y cómo
pueden arruinar tu vida.

El conocimiento es poder. Y el poder de decir
“no” es la principal fuerza que existe.



¿QUIÉN?
¿QUÉ?
¿DÓNDE?
¿CUÁNDO?
¿POR QUÉ?



CENTENE[®]
Corporation

ISBN: 978-0-9993645-1-2



HECHO EN EE.UU.

Este libro fue impreso en papel reciclado,
porque Where's It @ Media apoya la
protección del medio ambiente.

CREADO Y ESCRITO POR MICHELLE BAIN
DISEÑO DE DMITRI JACKSON

