**EL CONSUMO DE DROGAS**

Objetivos didácticos:

* Proporcionar las bases teóricas para la clasificación de las drogas “legales”, “ilegales” y de “uso medico”.
* Dar a conocer los distintos tipos de usuarios de drogas y las razones que llevan a su consumo
* Mencionar la importancia “social” del problema del consumo de drogas.
* Explicar la importancia que tienen los medios de comunicación y el grupo de pertenencia, en el inicio del consumo de drogas.

Objetivos de aprendizaje:

Al finalizar la sesión de los jóvenes serán capaces de:

* Explicar el significado social de las drogas “legales”, “ilegales” y de “uso medico”.
* Identificar los distintos tipos de usuarios de drogas y las motivaciones correspondientes a sus usos.
* Comentar la importancia que tiene el aspecto “social” en el problema del abuso de drogas.
* Identificar la influencia que tienen los medios masivos de comunicación y el grupo de pertenencia en el consumo de drogas.

**Premisas y contenido**

Consideraciones iníciales

El concepto “droga” será entendido como cualquier sustancia química o natural que afecta a una persona, de manera tal que le origina cambios fisiológicos, emocionales y/o de comportamiento.

Este termino ha sido utilizado por algunas personas – no especializadas en el tema- para referirse exclusivamente a aquellas sustancias que no son socialmente aceptadas o “ilegales” (marihuana, inhalables, cocaína, heroína, etc.), creando un perjuicio mayor hacia este tipo de consumidores que hacia aquellos que consumen drogas con “utilidad medica” (tranquilizantes, estimulantes, etc.) o de carácter “legal” (alcohol y tabaco).

El consumo de drogas legales es el permitido por las leyes de una sociedad, por lo que su utilización no amerita un castigo, mas aún, su uso es fomentado por algunas instancias sociales, como los medios masivos de comunicación que regulan algunos vínculos interpersonales, como por ejemplo, la convivencia en fiestas y reuniones. Dentro de esta categoría se encuentran el alcohol y el tabaco.

Las drogas ilegales se caracterizan porque su consumo viola las leyes establecidas por la sociedad y es por eso que enfrentan el riesgo de ser sancionado. Algunas de las drogas que entran en esta categoría son: **la marihuana, la cocaína, la heroína y el LSD**. Es importante señalar que aun cuando los **inhalables** no son drogas ilegales en tanto su venta no es sancionada (se venden en cualquier tlapalería) su consumo es mal visto socialmente, lo cual justifica el que sea integrado en este rubro.

Finalmente las drogas de uso medico son aquellas sustancias que se pueden conseguir en las farmacias, previa receta medica, y su uso adecuado debe darse bajo prescripción medica. Su utilización puede ser peligrosa cuando se da la automedicación o para fines completamente diferentes del tratamiento de una enfermedad. Las drogas mas utilizadas dentro de esta categoría son los estimulantes y los tranquilizantes.

La importancia de categorizar los distintos tipos de droga en tres grandes rubros: legales, ilegales, y de uso medico, se sustenta en que las personas también basan sus creencias y actitudes hacia los consumidores de drogas a partir de dicha categorización.

Esta idea se puede ejemplificar de la siguiente manera:

\_ El hecho de que una mujer tenga que tomar tranquilizantes (sin previa prescripción medica) para poder dormir o sentirse tranquila, generalmente no es considerado como un problema de dependencia de drogas, cuando en realidad si lo es.

Quizás la idea de estar consumiendo una droga que puede adquirirse en las farmacias y que es recetada por los médicos, hace que ésta no sea considerada tan dañina.

A este respecto valdría mencionar que en México el tipo de droga mas consumida por las mujeres es la de “uso medico”, destacándose el consumo de estimulantes y tranquilizantes. (Dirección General de Epidemiologia, 1990).

La categorización de drogas en “legales”, “ilegales” y de “uso medico” se va a mantener a lo largo de todas las sesiones, relativas a esta temática, ya que detrás de cada una de estas categorías existen prejuicios y creencias que deberán aclararse. A este respecto, vale mencionar que el daño físico y psicológico de las distintas categorías de drogas no es lo que esta en discusión, ya que el daño existe en cualquiera de las tres categorías de drogas, variando de un tipo de droga a otro.

El termino “droga” se ha venido asociando con el consumo de drogas “ilegales”, lo cual hace que exista una representación negativa que se expresa en actitudes de rechazo y marginación hacia aquellos que las consumen.

La idea de retomar el término “droga” – en este libro – cobra importancia en tanto es utilizado cotidianamente por la mayoría de las personas, mientras que el empleo de ciertos términos o conceptos demasiados técnicos o académicos pueden llegar a encubrir la realidad cotidiana que se desea representar.

**El consumo de drogas: problema social**

El consumo de drogas se convierte en un problema social en el momento en que afecta la salud física y/o mental de una parte importante de la población, sin ser una condición exclusiva de algún sector social en particular.

Las investigaciones epidemiológicas realizadas en México han mostrado que el consumo de drogas se manifiesta con mayor frecuencia en el grupo de jóvenes, quienes se constituyen en una población de alto riesgo para iniciar el consumo de drogas (Dirección General de Epidemiologia, 1990).

Cuando una persona inicia el consumo de drogas, esta haciendo uso de la droga, pero a medida que su consumo empieza a ser habitual y posteriormente “necesario”, generando una dependencia física y/o psicológica, es cuando se puede hablar de una situación de abuso de drogas.

Algunos de los conceptos que entran en juego para entender el abuso de las drogas son los siguientes:

**Tolerancia**: Es la necesidad que experimentan los consumidores de drogas, de ingerir dosis mayores, con el propósito de obtener el mismo efecto inicial.

**Dependencia**: Es la adaptación psicológica o física a una droga que resulta de su uso periódico o continuo. Las características específicas de la dependencia generalmente varían según la droga consumida.

**Dependencia física**: Estado de adaptación fisiológica al uso continúo de una droga.

**Dependencia psicológica**: Condición en la cual la persona requiere de la droga para sentir satisfacción o bienestar. Por ejemplo: Una persona que requiere de la droga para sentirse segura y poder hacer vínculos sociales y amistosos.

**Síndrome de abstinencia**: Hace referencia al conjunto de síntomas físicos que se presentan cuando ya se ha desarrollado la dependencia física y se suspende bruscamente el consumo de la droga. Las características de la abstinencia varían según las diferentes drogas y según los patrones de consumo desarrollados. Los casos graves de síntomas de abstinencia pueden ser mortales.

**Los distintos grados de consumo de drogas**

Existen distintos tipos de consumo definidos a partir de la frecuencia de uso y del grado de dependencia física y/o psicológica que genera en los sujetos.

Se trata de tres tipos: *el experimental, el ocasional y el problemático.*

**Experimental**: Son usuarios que consumen la droga por curiosidad, es decir, para probar sus efectos. En esta etapa aun no es posible hablar de abuso, sino de un uso de la droga.

Las razones para experimentar pueden ser varias, por ejemplo:

* **Presión de grupo**, que influye en los jóvenes en su afán de pertenecer a un grupo y así poder diferenciarse de otros grupos o jóvenes. Esta situación es importante para la construcción de identidad en los jóvenes.
* **Ejemplo de los adultos** que toman alcohol, tabaco, tranquilizantes, etcétera.
* **Para sentirse grandes** y acceder a los “beneficios” atribuidos al mundo adulto.
* **Curiosidad** sobre los efectos de la droga.
* **Para divertirse**, para tener algo que hacer.
* **Por la gran oferta** que existe en la actualidad.

Es importante mencionar que la experimentación no necesariamente lleva al abuso de drogas.

**Ocasional**: Son aquellos que consumen la droga solo cuando están en un grupo o realizando alguna actividad social y es posible que lo hagan para tratar de:

* **Reducir la ansiedad y la tensión** de la vida cotidiana.
* **Seguir una moda** en términos de adquirir estatus social.
* **Para rebelarse** contra las normas, valores y autoridad de los padres.

Este tipo de consumo se caracteriza por ser el límite entre el uso y el abuso de drogas.

**Problemático**: Son los usuarios que necesitan consumir drogas para poder realizar alguna actividad o interactuar socialmente. Se trata de personas que han creado una dependencia física y psicológica tal que no son capaces de realizar ninguna actividad si no la consumen. Este tipo de consumo presenta las características de abuso.

Bajo esta perspectiva, el consumo problemático se presenta como un medio para evadir realidades o situaciones adversas ante las cuales el sujeto consumidor no cuenta con una capacidad de control y manejo.

**Material de apoyo**

* Pizarrón y grises
* Ejercicios:

Póster, lámina o afiche

* Ejercicio opcional:
  + Los medios de comunicación y el consumo de drogas “legales” e “ilegales”
* Sección de apoyo didáctico
* Sección ¿Es verdad que…? Sobre conceptos básicos para entender el problema del consumo de drogas, una copia para cada alumno(a)

**Distribución del tiempo**

Ejercicio Póster, Lámina o afiche. (45 minutos)

Exposición de los conceptos básicos para entender

El problema del consumo de drogas con base en los objetivos

Señalados al inicio de la sesión. (35 minutos)

Análisis de la sección ¿Es verdad que…? Sobre conceptos

Básicos para entender el problema del consumo de drogas. (15 minutos)

**Procedimiento**

1.- Fomentar la participación de los jóvenes respecto a las opiniones que tienen de las drogas y sus usuarios. En función de ello tratar de transformar los prejuicios en ideas claras que permitan ubicar el problema de las drogas desde una perspectiva social en la que todos estamos involucrados.

2.- Realizar el ejercicio Póster, Lámina o afiche.

3.- El educador integrara lo expresado por el grupo durante el ejercicio realizado y ampliara la información apoyándose en la sección de premisas y contenido.

4.- Leer y explicar los mitos sobre el tema, apoyándose en la sección ¿Es verdad que…? sobre conceptos básicos para entender el problema de consumo de drogas y distribuir a cada joven una copia de dicha sección.

**Sugerencias para la enseñanza**

* Fomentar la participación de los jóvenes respecto a las opiniones que tienen de las drogas y sus usuarios. En función de ello tratar de transformar los prejuicios en ideas claras que permitan ubicar el problema de las drogas desde una perspectiva social en la que todos estemos involucrados.
* Enfatizar que el consumo de drogas es un problema “social”, y evitar que se considere como un problema exclusivamente individual.
* Promover la participación critica de los adolecentes con respecto a la influencia que tienen los medios de comunicación en el consumo de drogas.

**EJERCICIOS**

**Poster, Lámina o afiche**

Objetivo:

Presentar en forma simbólica las opiniones y representaciones que los jóvenes tienen en relación al consumo de drogas y las motivaciones que llevan a su uso y abuso.

Duración:

45 minutos

Material:

Revistas, cartulinas, tijeras, pegamento, plumones o marcadores, periódicos, diurex, material de desecho (hojas de árbol, pedazos de cartón, tela, etc.).

**Desarrollo**

* El educador introducirá el ejercicio señalado que actualmente el uso de drogas es un problema social y que las personas sostienen diversas opiniones en relación a las causas que lo originan. Algunas opiniones contienen imágenes o estereotipos erróneos sobre el problema y mas que promover una solución han contribuido a hacerlo mas difícil.
* A continuación se pedirá al grupo que se organice en subgrupos de 4 participantes y se explicara que la finalidad del ejercicio, consiste en seleccionar imágenes que reflejan las opiniones que tienen en relación al consumo de drogas y los distintos motivos por los que se da el uso y abuso de drogas.
* Una vez seleccionadas las imágenes, se divide la cartulina en dos. En la primera división se pegan las imágenes que reflejen las opiniones relacionadas con el consumo de drogas y en la segunda, los distintos motivos por los que se da el uso y abuso de drogas.
* Cuando los participantes hayan elaborado el póster, lo pondrán a la vista de todos, ya sea en el pizarrón o en las paredes, y explicaran a los demás subgrupos el significado de las imágenes elegidas. Terminando la explicación de cada uno de los trabajos, se abrirá el debate en relación a dudas, comentarios y desacuerdos.
* Finalizar, el educador tomara los aspectos más significativos de la discusión para realizar una síntesis del tema, apoyándose en la sección de premisas y contenido.

**Los medios de comunicación y el consumo de drogas “legales” e “ilegales” (opcional)**

Objetivo:

Analizar los mensajes que transmiten los medios de comunicación respecto al consumo de drogas “legales” (alcohol y tabaco) e “ilegales”.

Duración:

35 minutos

Material:

Recortes de periódicos y revistas que promocionen el uso del alcohol y/o tabaco y recortes de noticias periodísticas que transmitan cualquier tipo de información sobre drogas “ilegales”.

(Ver sección de apoyo didáctico)

**Desarrollo**

* El educador señalara a los jóvenes que es importante tener una actitud critica frente a los mensajes que presentan los diferentes medios de comunicación para poder estar conscientes del comportamiento que se nos esta incitando a asumir y tomar una decisión responsable al respecto. También destacara la importancia de conocer las acciones que están tomando algunas instancias sociales para solucionar el problema.
* A continuación dividirá al grupo en equipos de 4 a 6 personas, dependiendo del numero de integrantes del grupo total, y se explicara que el ejercicio consiste en analizar un mensaje asignado, por el educador, a cada uno de los subgrupos.
* El educador escribirá en el pizarrón una serie de preguntas, las cuales se tendrán que responder en equipo, dependiendo de la información que le corresponda analizar a cada equipo (ver sección de apoyo didáctico).
* Al finalizar la discusión en subgrupos se reúne a todo el grupo para que cada equipo proporcione sus respuestas y presente las conclusiones a las que llegaron.

**Apoyo didáctico**

*Para el caso de los recortes que promocionen alcohol y/o tabaco se elaboraran las siguientes preguntas:*

* ¿Cuáles son las imágenes que se relacionan con el producto?
* ¿Qué conducta se esta induciendo a adoptar?
* ¿Qué valores se están manejando en el mensaje?
* ¿Cuál es el mensaje que se esta transmitiendo?
* ¿Cuáles son las alternativas para enfrentar, de manera crítica, la influencia ejercida por el mensaje?
* ¿A quien esta dirigido el mensaje?

*Para el caso de los recortes de noticias periodísticas referidas a las drogas ilegales se elaborarán las siguientes preguntas:*

* ¿Cuáles son las situaciones que se relacionan con el consumo de drogas?
* ¿Se proporcionan las soluciones al problema que se esta reportando en la noticia?
* ¿Cuáles son los organismos sociales encargados de dar soluciones al problema dentro de la noticia?
* ¿Quiénes son los principales protagonistas de la noticia?
* ¿A que tipo de droga se están refiriendo?
* ¿A quien esta dirigido el mensaje?

**¿Es verdad que….?**

**El consumo de drogas**

1.- ¿Es verdad que el alcohol y el tabaco son drogas?

* **Verdadero**. El alcohol y el tabaco son drogas socialmente aceptadas (“legales”) lo cual ha hecho que no se les llame “drogas”. El concepto “droga” se ha utilizado frecuentemente con una fuerte carga negativa, la cual generalmente hace referencia a las drogas ilegales, pero rara vez se utiliza para hablar del alcohol y tabaco. El concepto “droga” también se refiere al uso del alcohol y tabaco, ya que su significado incluye cualquier sustancia química o natural que afecta a una persona generándole cambios fisiológicos emocionales y/o de comportamiento.

2.- ¿Es verdad que el problema del abuso de drogas afecta solo a quien lo padece?

* **Falso**. El abuso de drogas es un problema social que afecta al individuo que las consume y a su familia. Se trata de un problema social y es por ello que su solución debe darse también en el ámbito de lo social, es decir, con la participación de toda la comunidad.

3.- ¿Es verdad que solo el uso de drogas ilegales como la marihuana, cocaína, heroína, etc., causan dependencia física y psicológica?

* **Falso**. Las drogas “ilegales” (alcohol y tabaco) y las de “uso medico” (tranquilizantes, estimulantes) también provocan dependencia física y psicológica. El hecho de que su uso sea aceptado socialmente dificulta, algunas veces, determinar el grado y tipo de dependencia del consumo.

4.- ¿Es verdad que solo los jóvenes usan drogas?

* **Falso**. El abuso de drogas no es exclusivo de los jóvenes. Afecta a las personas sin distinción de edad, sexo, nivel socioeconómico, religión, etc. Por eso se convierte en un problema de salud publica. Aunque las investigaciones en esta área han mostrado que los jóvenes presentan una mayor incidencia en el consumo de drogas, el uso y abuso se dan a cualquier edad.

5.- ¿Es verdad que todas las personas que usan drogas son delincuentes?

* **Falso**. El consumo de drogas se relaciona frecuentemente con prácticas delictivas como robos, crímenes, etc. En algunos casos estas actividades se vinculan con la necesidad de conseguir dinero para seguir consumiendo las drogas. Generalmente se trata de usuarios con un tipo de consumo problemático, ya que existe una transgresión de las normas sociales. Sin embargo, es importante señalar que no todas las personas que consumen drogas se involucran en actos delictivos.

6.- ¿Es verdad que la marihuana es la droga de entrada hacia el consumo de drogas mas fuertes?

* **No necesariamente.** Algunas investigaciones han mostrado que una parte importante de los consumidores de drogas fuertes como la cocaína, heroína y LSD iniciaron su consumo con marihuana. Por eso se dice que es una droga que puede llevar al consumo de otro tipo de drogas. Sin embargo, hay que recordad que cada sujeto tiene distintas problemáticas, por lo que no es posible generalizar. Es decir, no todos los consumidores de marihuana continúan consumiendo otro tipo de drogas.

7.- ¿Es verdad que una sola vez es suficiente para llegar a convertirse en dependiente de una droga?

* **No necesariamente**. Hay personas que han consumido alguna droga una sola vez y no han continuado consumiéndola, aunque también hay algunos que si han continuado el consumo. El hecho de que una persona abuse de las drogas tiene que ver con el tipo de droga que se elige y con el problema de dependencia física y/o psicológica que provoca, así como con los problemas que cada persona tiene que enfrentar y la capacidad o incapacidad para solucionarlos o enfrentarlos.

8.- ¿Es verdad que el consumo de tranquilizantes o estimulantes puede causar dependencia física y psicológica?

* **Verdadero.** Los tranquilizantes y estimulantes son drogas de “uso medico” que pueden causar dependencia física y psicológica. Cuando este tipo de drogas se consume bajo prescripción medica existe un menor riesgo de dependencia, pero cuando se empieza a dar la automedicación, se puede estar en riesgo de no poder controlar la dosis y dejarse llevar por las necesidades que el cuerpo va requiriendo como consecuencia de la dependencia (física o psicológica).

9.- ¿Es verdad que es peligroso consumir varias drogas combinadas?

* **Verdadero**. La combinación de diferentes sustancias, por ejemplo el alcohol y la cocaína, puede incrementar el efecto de cualquiera de ellas, produciendo consecuencias altamente peligrosas para la salud e incluso la muerte.

10.- ¿Es verdad que se puede dejar de consumir drogas en cualquier momento que se desee?

* **Algunas veces.** El hecho de que el sujeto tenga el deseo de abandonar el consumo de drogas es un paso importante para dejar de consumirlas. Sin embargo, si la droga causa dependencia física y/o psicológica, y además el consumo es frecuente y continuo, es probable que exista una fuerte adicción. Esta situación va a requerir de ayuda profesional, a fin de evitar o disminuir los síntomas del síndrome de abstinencia.

11.- ¿Es verdad que el consumo de anfetaminas es un método seguro para adelgazar?

* **Falso.** Durante la década de los 60 los médicos recetaron anfetaminas para inhibir el apetito; sin embargo se registraron problemas de adicción y malformaciones en los hijos de las mujeres que durante el embarazo las habían consumido. Por tal razón, actualmente no se considera como un método apropiado para adelgazar.

12.- ¿Es verdad que es peligroso usar drogas cuando se esta manejando u operando una maquina?

* **Verdadero.** Las drogas actúan sobre el sistema nervioso central provocando cambios en su capacidad de respuesta con respecto a lo que sucede a su alrededor. Aunque las reacciones que se den dependerán de la droga que se use, la persona responderá en forma lenta o exageradamente rápida y brusca, pudiendo ocasionar accidentes.

**Información para el educador**

El objetivo de este apartado es proporcionar la información relativa a los distintos tipos de droga y sus efectos. Deberá ser utilizada solo cuando los participantes del curso la soliciten o presenten inquietudes al respecto.

Es importante mencionar que la información que hace referencia a los efectos de las drogas no es suficiente para prevenir el consumo de drogas con los jóvenes; mas aun, es necesario información en la que se contextualice el problema dentro del ámbito social, familiar y ambiental en el que viven.

**CLASIFICACION DE DROGAS**

| **TIPO DE DROGA** | **NOMBRE** | **POSIBLES EFECTOS** |
| --- | --- | --- |
| Narcóticos | Opio, morfina y heroína | * Puede ocurrir apatía, perdida del juicio y del autocontrol * Puede desarrollarse tolerancia, dependencia física y psicológica * Su uso corre riesgo de desnutrición, euforia, sueño, contracción de las pupilas, nauseas, infección hepáticas y depresión respiratoria * Una sobredosis puede producir convulsiones coma y la muerte. |
| Alucinógenos | Mescalina, peyote y LSD | * Pueden presentarse alucinaciones y pánico. * Se desarrolla tolerancia. * Pueden repetirse los efectos (“flashbacks”) aun después de haberse suspendido la droga. * Posibles defectos de nacimiento en los hijos de los usuarios. |
| Cannabis | Marihuana y hachís | * Confusión, perdida de coordinación; rara vez se dan alucinaciones. * Su uso a largo plazo puede producir una tolerancia moderada, dependencia psicológica. * Su uso a largo plazo puede dañar el tejido pulmonar. |
| Estimulantes | Cocaína | * Puede darse confusión, depresión, alucinación. * Puede desarrollarse tolerancia y dependencia física. * Pueden destruirse las membranas nasales * Fumar puede producir lesiones en los pulmones |
| Anfetaminas | * Pueden ocurrir alucinaciones * Se desarrolla tolerancia, dependencia psicológica y a veces física. * Grandes dosis continuas pueden causar problemas cardiacos, desnutrición y muerte. |
| Depresivos | Barbitúricos y tranquilizantes | * Puede darse confusión y perdida de coordinación * Se desarrolla tolerancia, dependencia física y psicológica. * Una sobredosis puede causar un estado de coma y la muerte. * Los depresivos combinados con alcohol son especialmente peligrosos. |
| Alcohol | * Beber mucho y durante largo tiempo puede dañar el corazón y el hígado, causando otras enfermedades graves. Puede desarrollar tolerancia, dependencia física y psicológica. * Es muy frecuente que el consumo de alcohol se combine con drogas “legales” o de “uso medico”, cuando esto ocurre resulta ser muy peligroso, ya que se pueden aumentar considerablemente los efectos de alguna de las drogas combinadas. Este hecho puede provocar situaciones riesgosas para la salud e incluso la muerte. |
| Nicotina | * Fumar cigarrillos durante mucho tiempo ha sido asociado con el enfisema pulmonar, cáncer de pulmón y enfermedades de corazón. * Puede desarrollarse una dependencia física y psicológica. |
| Solventes orgánicos | Inhalantes | * Puede darse perdida de coordinación, confusión y alucinaciones. * Puede desarrollarse dependencia psicológica. * Pueden dañarse permanentemente los pulmones, el cerebro, hígado y medula ósea. * Cuando aparece el síndrome de abstinencia se produce un aumento de la frecuencia cardiaca, nauseas, irritabilidad, depresión e insomnio. |