

NO DESTRUYAS TU VIDA

NI
CONTAMINES
LA
NUESTRA

CUIDA
TU
SALUD



Consejería de Sanidad,
Consumo y Servicios Sociales
COMUNIDAD AUTONOMA
DE LA REGION DE MURCIA

¿Qué son las drogas?



CUIDA TU
SALUD





Editado por la Consejería de Sanidad,
Consumo y Servicios Sociales
de la Comunidad Autónoma
de Murcia para su difusión gratuita.

Diseño y realización:
EKIPO Publicidad,
Lepanto, 1. Murcia.
Impreso en Selegráfica.
Carretera de Madrid.
Molina de Segura.
D. L. MU- 48/84



¿QUÉ SON LAS DROGAS?

Si alguien nos pregunta por el nombre de una droga en concreto, citaríamos la marihuana, el hachis, la heroína, la cocaína..., pero sin acordarnos para nada del café, del tabaco y de las bebidas alcohólicas. ¿Por qué?. Pues porque no consideramos que estos productos sean drogas, ya que su consumo es normal en nuestra vida. Y sin embargo, lo son.

La definición que la Organización Mundial de la Salud da al concepto DROGA, es: *"toda aquella sustancia que se utiliza voluntariamente para experimentar sensaciones nuevas, o modificar el estado psíquico"*.

Existen dos tipos de drogas en toda sociedad:

Las legales: que se consumen con toda normalidad y que son, incluso, fomentadas. Café, tabaco y alcohol en nuestro país.

Las ilegales: su consumo no está permitido. En España son ilegales la heroína, la cocaína, el L.S.D., etc. Por otra parte, recientemente ha sido despenalizado el consumo de drogas tales como la marihuana, el hachis, la griffa, pero sigue siendo un delito el comercio y venta de estas drogas.

Lo que ocurre en España con respecto a las drogas, ya sean legales o ilegales, no ocurre en el resto del mundo. Por ejemplo, en los países árabes, es normal el uso y consumo del cannabis, y en cambio está absolutamente prohibido el alcohol. En algunas tribus de América Central y del Sur, consumen "alucinógenos" con toda normalidad y otras mastican hojas de cocaína desde tiempo inmemorial.

EL ALCOHOL

En España hay más de 2.500.000 alcohólicos. El 40% de las personas ingresadas en hospitales psiquiátricos, son alcohólicas.

El 35% de los accidentes de tráfico, se deben a los efectos nocivos del alcohol. El 40% de los niños españoles con edades comprendidas entre los 4 y 10 años, toman alguna bebida alcohólica; serán futuros bebedores y sus padres son los responsables de que se acostumbren a su uso.

Y, caso curioso, la sociedad de consumo nos incita a beber, a que seamos adictos de este terrible mal, por medio de diferentes frentes como la radio, la televisión, la prensa, las vallas publicitarias. Nos va creando la necesidad, errónea, de beber. El alcohol produce dependencia física y psíquica. Crea síndrome de abstinencia y puede llegar a matar. Es, por lo tanto, una de las drogas más peligrosas.

Existe un folleto de esta misma campaña dedicado completamente al alcohol y cuya lectura recomendamos.

LOS OPIÁCEOS

El opio se obtiene de una variedad de la amapola. Es el jugo lechoso del fruto inmaduro de una planta llamada "pavaver somniferum". Es una droga natural que no cuenta con muchos adictos en España.

Del opio se extraen otras dos drogas que

producen efectos muy perjudiciales para la salud. Estas son: la morfina y la heroína. La morfina se fabricó por primera vez en 1806 para aplicar a enfermos que sufren grandes dolores. Muchos adictos a la morfina, son antiguos enfermos tratados con esta droga durante tiempo prolongado. Y, fíjate qué cosa: cuando los científicos se dieron cuenta del grave problema causado por la morfina, fabricaron otro producto para curar con él a los morfinómanos. Este es la heroína, conocida como "caballo" o "nieve", ... y resultó ser de 2 a 10 veces más potente en sus efectos que la morfina, con lo que el remedio fue peor que la enfermedad. La heroína se presenta en forma de polvo blanco, que diluido en agua se inyecta.

Además del opio, la morfina y la heroína, existen derivados sintéticos del opio, los cuales se compran en la farmacia con relativa facilidad. Basta una receta médica (que se falsifica sin mucho esfuerzo). Casi todos los derivados sintéticos del opio tienen efectos parecidos a la morfina, aunque más flojos. Los opiáceos, en general, producen bienestar y sensación de relajación, tranquilidad y euforia. Incapacidad para concentrarse e indiferencia por todo lo que no sea "su" droga y sus efectos. Son drogas peligrosísimas y crean dependencia.

La heroína es el último peldaño en la escalada de la droga, de la que es muy difícil regresar. El heroínómano, en el intento de conseguir las sensaciones de las primeras veces, irá aumentando la dosis. Sabe que está en peligro de muerte, pero no le importa porque, de una u otra forma, la heroína le proporciona descanso.. aunque sea para siempre.

S

LOS BARBITÚRICOS

on productos que actúan sobre el sistema nervioso central. Son un sustituto legal de los opiáceos, y al alcance de todos los bolsillos. Se adquieren, con receta médica, en las farmacias. Seguramente conocemos a alguien que se droga con "pastillas para dormir". Contienen dicho ácido barbitúrico, y están registradas en el mercado. Todos los barbitúricos producen dependencia física y psíquica, aumento de la tolerancia (cada vez tienes que tomar más) y síndrome de abstinencia. Si un adicto a los barbitúricos deja de pronto de tomarlos, sufre de vómitos, temblores y una fuerte sensación de terror.

Por el contrario, con su uso, un adicto sentirá sensación de placer, de tranquilidad y sueño. Son muy peligrosos porque pueden alterar funciones vitales del cuerpo.

La respiración, por ejemplo, se hace tan lenta que se corre el peligro de morir asfixiado. O el corazón, que late tan despacio que no puede la sangre hacer el recorrido del cuerpo y morir igualmente. Por otro lado, si se mezcla con alcohol, los efectos son imprevisibles, ya que aumenta enormemente los efectos del barbitúrico.

Hay gente que se habitúa sin saberlo. Es frecuente el tomarse un par de "Optalidones" para "ponerse un poco a tono". El Optalidón, que se vende sin receta y a precio muy económico, crea dependencia psíquica e incluso física.

S

LOS ESTIMULANTES

on sustancias que actúan también sobre el sistema nervioso central, y producen sensación de ser "más fuerte que los demás". Retrasan la aparición de la fatiga y proporcionan gran agilidad mental. A veces tienen efectos totalmente contrarios a éstos; es decir, pueden producir miedo, angustia y ansiedad, sobre todo en gente que los tome por primera vez. Las drogas más importantes de este tipo son:

La Cocaína

Que se obtiene de las hojas de un arbusto que crece en la zona occidental de América del Sur. La cocaína se consume de varias maneras: se "snifa", es decir, se aspira por la nariz, y además se inyecta. La cocaína crea gran dependencia psicológica y es droga ilegal.

Las anfetaminas

Son sustancias estimulantes obtenidas mediante síntesis químicas y fabricadas masivamente por los laboratorios multinacionales en forma de productos de farmacia. Son sustitutos legales de la cocaína, pues sus efectos son similares, aunque un poco más flojos.

Estas drogas están bastante de acuerdo con la sociedad en la que vivimos, pues estimulan la competitividad y se utilizan para aumentar el rendimiento en el trabajo. Todo el mundo sabe que trabajadores, estudiantes y deportistas, son grupos sociales que utilizan a menudo los estimulantes.

También algunos "ejecutivos agresivos", el prototipo de hombre triunfador de hoy, consume anfetaminas.

Las anfetaminas, que se encuentran fácilmente en la farmacia, crean dependencia psíquica, y a veces también física. Si se interrumpe de golpe su consumo, aparecen estados de sueño, enorme fatiga y en los casos graves, temblores y gran depresión.

Muchas mujeres y hombres que, queriendo adelgazar, toman pastillas como el "Minitip" y el "Bustaid", que quitan el apetito, se hacen adictos a las anfetaminas.

El café

En la composición del café, además de otras sustancias, aparece la cafeína, que también estimula el sistema nervioso central, y actúa sobre la corteza cerebral, afectando al ritmo cardíaco, la presión arterial. En dosis muy altas, de 70 a 100 tazas podría causar la muerte.

En general, el café quita el sueño, reduce la fatiga y da mayor agilidad mental. El café crea dependencia, y a dosis altas (más de 3 tazas al día) aparecerán, si se interrumpe el consumo, irritabilidad, nerviosismo, dolor de cabeza, inquietud, etc; la cafeína se encuentra también en el té, el cacao y la cola. Es especialmente preocupante dado el aumento del consumo en niños de bebidas como la *Pepsicola*, *Coca-cola*... que contienen cafeína.

S

LOS ALUCINÓGENOS

on las llamadas "drogas psicodélicas", es decir, las que producen sensaciones y percepciones irreales.

L.S.D.

La toma de esta droga produce cambios del estado de ánimo, dilata las pupilas de

los ojos, aumenta la temperatura del cuerpo y la presión arterial, se tienen alucinaciones, ansiedad y amplía muchísimo la sensibilidad. El drogadicto de L.S.D., se abstrae de la realidad, y le cuesta mucho explicar lo que siente.

El L.S.D. no produce dependencia física y en cambio psíquica sí. La fabricación del L.S.D. está prohibida desde 1966; y es el más fuerte de los alucinógenos.

La mescalina

Es otro alucinógeno con efectos parecidos a los que produce el L.S.D., es decir, sensación de flotar, de pesar poco, y de alucinar con los colores. La *Mescalina* también se conoce como "peyote".

La Cannabis

Se extrae de la planta llamada "*Cannabis Sativa*". Es una de las drogas más utilizadas y populares.

Se consume de varias maneras: se bebe, se fuma, se inyecta y se come. Produce sensación de euforia y tendencia a hablar mucho y a reír sin motivo. Por otro lado, produce efectos totalmente contrarios si se utiliza con miedo; vómitos, ganas de llorar y malestar son estos efectos.

Si el consumo es habitual, se puede llegar a perder memoria, capacidad para hacer trabajos complicados, etc. Además, los fumadores de cannabis, corren un riesgo muy alto de padecer de cáncer de pulmón, garganta, boca, etc. por la alta concentración de alquitrán; este alquitrán es un 50 por 100 superior al alquitrán que lleva el humo del tabaco.

Las variedades más conocidas del cannabis son:

La *Marihuana*; que se obtiene elaborando las hojas de la planta.

El *Kiffi*; que se prepara a partir del cogollo

carnoso que recubre al cañamón.
La *Griffa*; que se elabora con los tallos más gruesos de la planta.
El *Haschisch* (llamado también *hachis*, *chocolate*,...); que se obtiene de la resina de la planta y es cinco veces más activo que la marihuana.

N

LOS TRANQUILIZANTES E HIPNÓTICOS

Normalmente utilizados durante mucho tiempo, y todos los días, pueden producir sueño, confusión mental, poca agilidad corporal, etc. Su consumo va peligrosamente en aumento en España, ya que es droga legal, bajo la forma de medicamento. Se debe tener especial cuidado con los hipnóticos que contienen barbitúricos.

E

EL TABACO

El tabaco es una de las drogas que más crean dependencia, y la culpa la tiene uno de sus componentes, llamado nicotina, ésta actúa sobre el corazón y el sistema nervioso. Provoca excitación. Crea dependencia psíquica y en muchos casos física, pues si se deja de fumar de golpe (una persona que fume bastante), aparecerá ansiedad, irritabilidad, trastornos del sueño, intranquilidad, etc. Un fumador tiene mucho más peligro de sufrir cáncer de pulmón, duplicando el riesgo de infarto de miocardio, etc. etc. En otro folleto, dedicado exclusivamente a este pernicioso hábito, te damos más información sobre el tabaco.

S

Si tu vida depende del consumo de alguna de estas drogas, y quieres ser libre otra vez, o bien tienes algún familiar, o conoces a alguien que no quiera ser esclavo de la droga, acude a los centros que hay para drogadictos que quieren dejar de serlo, o pide información a esta Consejería.

Disfruta del auténtico placer de una vida sana, la vida libre es la verdadera; la que te esclaviza, te enferma, te degrada y te evade de la realidad, no.

Las drogas, todas ellas, no son mejores que tu realidad, por dura que sea.

Fuma aire puro, alucina con la naturaleza, bébete un "on the rocks" bien cargado de vitaminas e inyéctate una buena dosis de ilusión... ¡ya verás, te vas a enrollar un montón".