

# HABLEMOS DE SUSTANCIAS PSICOACTIVAS



**CARTILLA DE PREVENCIÓN  
PARA PADRE Y/O CUIDADOR**

## ¿QUÉ SON LAS SUSTANCIAS PSICOACTIVAS SPA?

Toda sustancia que es introducida en el organismo por cualquier vía de administración (ingerida, fumada, inhalada, inyectada, entre otras) que produce una alteración en el funcionamiento del sistema nervioso central del individuo, modificando la conciencia, el estado de ánimo o los procesos básicos. Su consumo por lo general crea consumo problemático o dependencia.



## ¿CÓMO SE CLASIFICAN LAS SPA?

Depresoras	Estimulantes	Alucinógenas
Alcohol	Cocaína	Yage
Heroína		Peyote
Marihuana	Metanfetaminas	LCD
Bóxer		Hongos

- Según la normatividad pueden ser ilegales o legales.
- Según su origen pueden ser naturales, sintéticas o semisintéticas.
- Según sus efectos en el cerebro pueden ser depresoras o estimulantes del sistema nervioso, o pueden ser alucinógenas.

**DEPRESORES:** Efectos a nivel físico y mental



- Impiden y reducen la actividad cerebral
- Deprimen las funciones del cerebro
- Suelen ser altamente adictivos

- Según la dosis producen adormecimiento y aturdimiento hasta paro cardiorrespiratorio al impedir la actividad.
- De manera general provocan: cansancio, somnolencia, mareos y fallas en la coordinación física.
- Con el consumo de sustancias fumadas se deteriora rápidamente el cerebro. Estas sustancias destruyen miles de neuronas.
- El consumo de heroína ocasiona sueño extremo por varias horas, disminución en las palpitaciones y la respiración, incluso al punto de causar la muerte.

#### **ESTIMULANTES:** Efectos a nivel físico y mental

- Aumentan o aceleran la actividad del cerebro
- Disminuyen el apetito y mantienen al individuo despierto además aceleran el corazón
- Son incapacitantes, es decir que le impide manejarse con normalidad
- La cocaína hace que los vasos sanguíneos se estrechen, restringiendo el flujo de sangre obligando al corazón a trabajar más fuerte
- Las anfetaminas aumentan de manera peligrosa la temperatura corporal y aumenta el riesgo de convulsionar
- Su abuso puede llevar a problemas respiratorios, cardíacos, hepáticos, renales y hasta la muerte
- Después de su consumo se pueden presentar episodios de depresión y/o irritabilidad

#### **ALUCINÓGENAS:** Efectos a nivel físico y mental

- Al alterar la percepción de la realidad, se puede perder el control de la situación
- Pueden existir cambio de personalidad y pérdida de control corporal
- Puede generar pérdida de memoria
- Estas sustancias modifican el estado de conciencia
- Algunas generan desorientación, paranoia y agresividad
- Algunos pueden alterar las sensaciones, los sentidos e inducir alucinaciones

## EFECTOS GENERALES DEL CONSUMO

**Dependencia:** Después de mucho tiempo de consumo se puede dar la adicción.

**Nistagmo:** Ojo blanqueado por lo general se da por el consumo de estimulantes y alucinógenas.

**Lenguaje farfullante:** Algunas sustancias son muy incapacitantes y puede hacer que la persona hable mal o mas lento.

**Síndrome de abstinencia:** Debido al abuso del consumo al estar en la ausencia de sustancias se pueden desarrollar problemas físicos y mentales

**Laguna alcohólica:** Generalmente el abuso del alcohol, causa pérdida de memoria

**Delirium Tremens:** Al debilitar el cuerpo por el consumo puede generar temblores

**Intoxicación:** Alteraciones en el comportamiento, pensamiento y emociones

A continuación, presentaremos algunas sustancias psicoactivas con varias señales y formas de consumo Cabe recalcar que estas señales se pueden confundir con algunos otros problemas que no sean el consumo, estos se presentan para promover el estar alerta a estas señales.

## MARIHUANA

¿Qué es?

La marihuana es una planta que sale del cannabis (cáñamo). Esta planta ha sido utilizada a lo largo de la historia en diferentes regiones, principalmente para: uso medicinal, uso religioso, uso textil comercial y uso recreativo. La marihuana contiene más de 400 sustancias químicas. Los principales componentes psicoactivos de la marihuana son el CBD y el THC.



- **THC: (TetroHidroCannabibol)** Es el principal componente psicoactivo del cannabis, a la vez uno de los más estudiados Entre mayor sea la concentración de THC mayores serán los riesgos.

- **CBD (Cannabidiol)** Es un cannabinoide que se encuentra presente en menor proporción que el THC.

### Efectos de la marihuana:

- Crisis psicóticas - Es decir una ruptura de la realidad
- Deterioro motor - Pérdida de las facultades físicas
- Retraimiento social-Alejamiento
- Pérdida del juicio- consciencia
- Aumento del apetito
- Ojos vidriosos- ojos rojos Ansiedad-desesperación



Al consumir el cannabis de forma fumada se aumentan los riesgos en el sistema respiratorio.

El cannabis altera el funcionamiento del sistema nervioso central, lo que afecta la capacidad de respuesta y funcionamiento mental y consumir cannabis con otras drogas como por ejemplo el alcohol o ácidos pueden aumentar los efectos no deseado.

### Señales y formas de consumo

Para camuflarlo lo pueden reemplazar por la nicotina del cigarrillo y aparentar fumar un cigarrillo.

Los ojos rojos, la falta de enfoque y la falta de atención pueden ser señales de consumo de marihuana.



**El Popper:** hace parte de la familia de nitritos que son sustancias incoloras con un fuerte olor característico que se administran por inhalación. También son sustancias que dilatan los vasos sanguíneos.

## Efectos primarios

Sensación de mareo, hormigueo, reflejos lentos, desorientación, debilidad muscular, dolor de cabeza, aturdimiento, alucinaciones, delirio y en ocasiones pérdida consciencia.

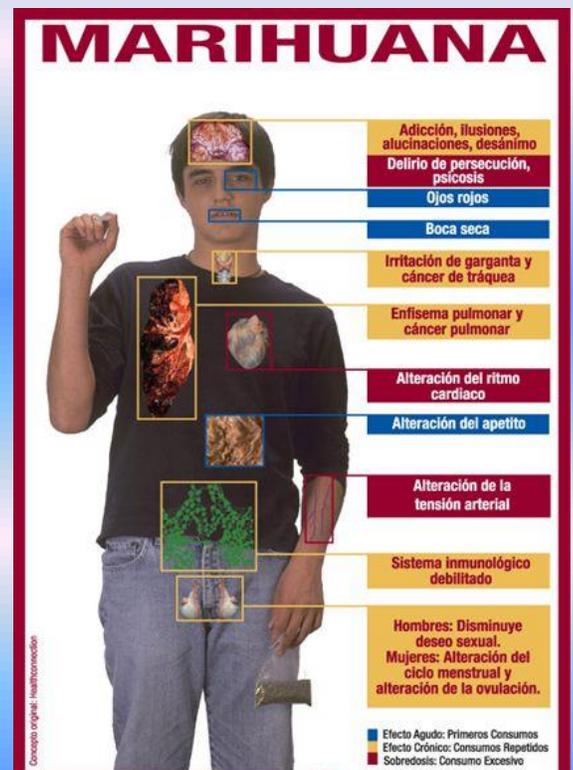
## Riesgos

El consumo prolongado puede provocar daños neurológicos:

- Visión alterada
- Pérdida del conocimiento
- Labios, uñas, piel azulados y enrojecimiento del rostro
- Confusión mental y convulsiones
- Vértigo y dolor de cabeza
- Náuseas, vómitos y sudoración
- Si se traga o aspira accidentalmente el líquido, se pueden ocasionar graves daños e incluso la muerte

## Señales y forma de consumo

- Por lo general para consumir este ácido se puede poner en cualquier prenda por lo general se lleva en las mangas o el cuello del buzo o chaqueta o en la gorra.
- Después de mucho tiempo de consumo los labios suelen decolorarse por partes debido al contacto con este.



## BAZUCO

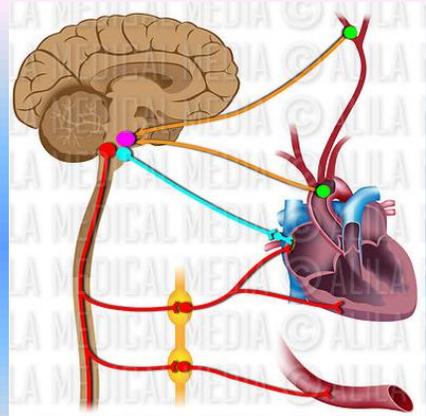


### ¿Qué es?

El bazuco es una sustancia psicoactiva compuesta principalmente por la extracción de alcaloides de la hoja de coca que no llegan a ser procesados hasta convertirse en clorhidrato de cocaína, también conocido como pasta base de cocaína.

**Efectos:** Tras su consumo los efectos se concentran en el sistema nervioso central, luego afectan el corazón, produciendo alteraciones del ritmo cardíaco y aumento de la tensión arterial, lo que pone en riesgo la vida. El consumo de bazuco con alcohol y otras sustancias implica mayores riesgos y multiplica sus efectos, generando situaciones de confusión y pánico.

**Riesgos:** El bazuco es una sustancia altamente tóxica, cuyos principales riesgos de consumirla se reflejan en el deterioro neurológico en el organismo. El bazuco destruye el tejido cerebral e influye en la pérdida de la memoria de forma irreversible.



Los principales riesgos son las alteraciones pulmonares y cardíacas, ya que al ser consumido produce quemaduras en el árbol traqueal y bronquial. La deshidratación y los problemas digestivos son frecuentes, así como las enfermedades de la piel y diferentes infecciones relacionadas con la depresión del sistema inmunitario (bajas defensas por consumo y desnutrición) y la exposición a agentes infecciosos y también son reiterados los problemas circulatorios.

- Las alteraciones en el ciclo de sueño y vigilia son severas y eso produce complicaciones en el sistema nervioso central que se ven reflejadas en cambios del comportamiento y movimientos involuntarios (tics y/o movimientos estereotipados).

- Se identifican problemas en acciones voluntarias, lo que lleva a que en algunos casos se manifieste en un estado de dejadez personal, seguido de abandono familiar y del círculo social para vivir en condición de habitante de calle



### Señales y formas de consumo

La vía de administración más común es inhalada en forma de cigarrillo con tabaco o en pipa.



- Cambios marcados en el apetito especialmente si se disminuye el mismo.
- Labios quebrados por la deshidratación.
- Ojeras marcadas por el insomnio.

## ALCOHOL

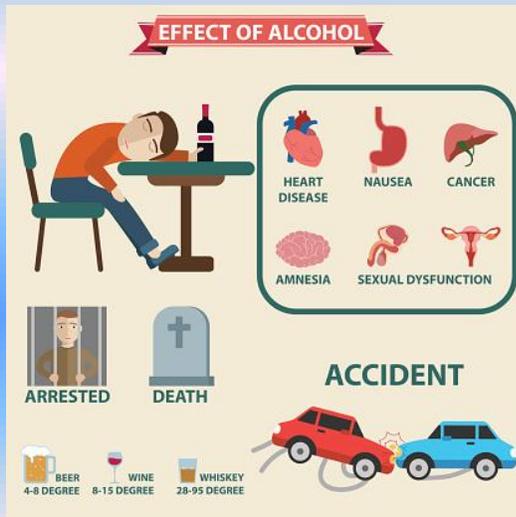
**Composición:** La sustancia presente en bebidas alcohólicas se llama etanol o alcohol etílico, líquido incoloro de olor característico y soluble en agua. Encontramos dos tipos de alcohol en tales bebidas:



- Fermentado
- Destilado

Es un depresor del Sistema Nervioso Central (SNC), su consumo en dosis bajas genera sensaciones de desinhibición (conductas inapropiadas) y euforia (extrema sensación de optimismo).

El alcohol genera tolerancia y cuadros de dependencia. Por eso, quienes lo consumen de manera recurrente necesitarán aumentar gradualmente la dosis para alcanzar los niveles de placer deseados. Al establecerse una relación de dependencia con dicha sustancia, las personas consumidoras pueden afectar su memoria y estado de ánimo, permanecer irritadas o deprimidas cuando no están



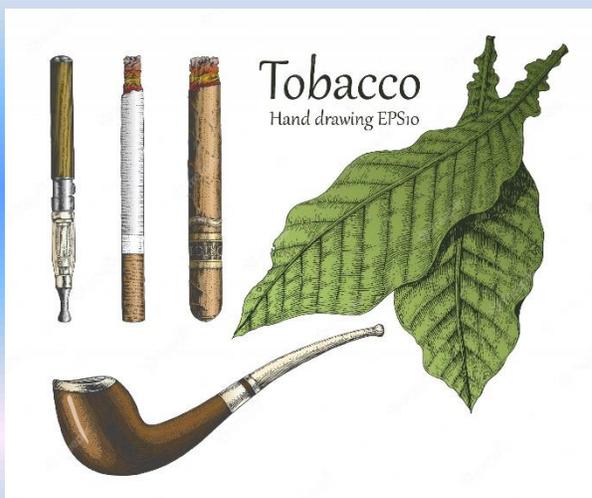
consumiendo, situación que habrá de generarse quizás incluso problemas en sus ambientes de trabajo y/o estudio.

Debes saber que:

- A largo plazo su consumo puede generar gastritis, taquicardia y cirrosis hepática. Se recomienda NO acompañar alcohol con, energizantes o gaseosas.
- Es un vasodilatador que aumenta el LDL (colesterol malo) y disminuye el HDL (colesterol bueno)

### Señales y formas de consumo

Alejamiento repentino de su círculo familiar y en algunos casos signos de rebeldía se debe estar alerta del consumo del alcohol con métodos que usan los jóvenes para esconderlo, ya que estas prácticas pueden llevar al joven a sufrir un coma alcohólico.



### TABACO – NICOTINA

#### Efectos por fumar tabaco

Sus efectos duran entre 5 y 10 minutos.

A los 8 segundos después de haber entrado a los pulmones la nicotina alcanza el torrente sanguíneo y a los 5 minutos llega al cerebro. La nicotina genera gran dependencia física y psicológicas, y desarrolla enfermedades relacionadas con el

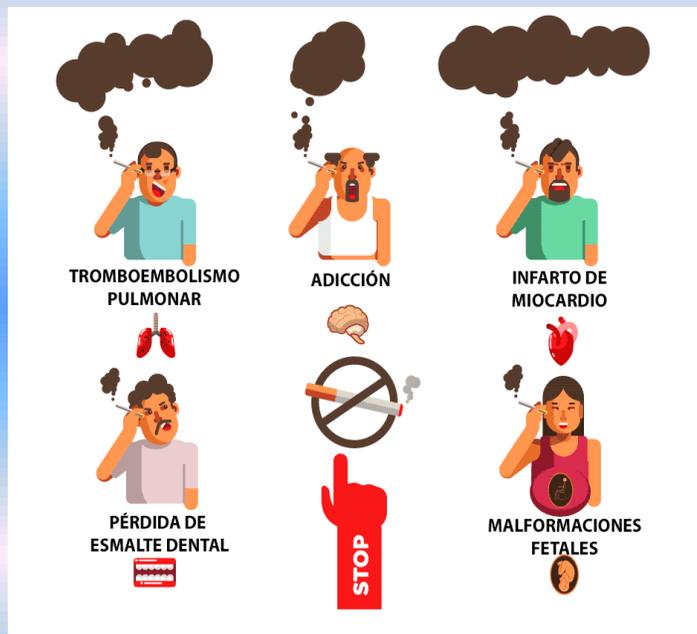
tabaquismo debido a los químicos presentes en el humo generado por la combustión.

### Efectos a corto plazo:

- Aumento de la frecuencia cardíaca, el ritmo respiratorio, presión arterial, flujo coronario, sensación de alerta y estimulación.
- En consumidores habituales la sensación es de bienestar y relajación, lo que principalmente se debe al síndrome de abstinencia.

### Efectos a largo Plazo:

- Enfermedades en el aparato respiratorio como gripas, bronquitis y cáncer; así como, enfermedades cardiovasculares.
- Aumenta el riesgo de sufrir osteoporosis, úlceras gástricas y reduce la vitamina.
- Debilita progresivamente el sistema inmunológico haciendo que la calidad de vida de los fumadores se deteriore.



### Señales y formas de consumo:

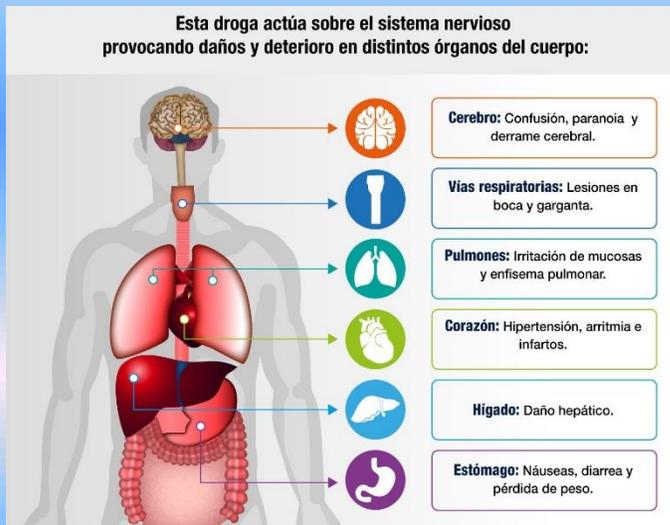
- Disminución del sentido del olfato, mal aliento, amarilleo en el esmalte dental y los dedos.
- Después de tiempo de consumo pueden tener una tos persistente.
- Por lo general el olor del tabaco se queda impregnado en las manos y ropa



# COCAÍNA

## ¿Qué es?

La cocaína o benzoilmetilecgonina según la denominación común internacional, también conocida simplemente como coca, es un alcaloide tropano y fuerte estimulante utilizado sobre todo como droga recreativa.



## Efectos:

- Euforia
- Insomnio
- Anorexia
- Paranoia
- Taquicardia
- Desorientación

## Señales y formas de consumo:

- A corto plazo un efecto son los tics y movimientos involuntarios
- Disminuye su apetito y sueño
- Las personas pueden presentar sangrado nasal de forma recurrente y/o puede escurrirse la nariz constantemente como si estuvieran resfriados.





## HEROÍNA

### ¿Qué es?

La heroína es una droga ilegal sumamente adictiva que se procesa a partir de la morfina, una sustancia que se da en forma natural y se extrae de la vaina de las semillas de ciertas plantas de amapola.

### Efectos

- Apatía
- Irritabilidad
- Somnolencia
- Deterioro de la capacidad del juicio
- Estreñimiento

### Señales y formas de consumo

- Dolor muscular y expresar dolor en los huesos
- Comezón constante
- Vómitos constantes
- Moretones en la piel debido a las inyecciones

**HEROÍNA**

- Analgesia y sedación
- Adicción
- Humedecimiento de ojos y reducción de visión
- Irritación nasal
- Posible paro respiratorio, coma y muerte
- Paro cardíaco
- Infecciones por jeringas, VIH y Hepatitis
- Daño hepático
- Nausea y vómito
- Úlceras o flebitis en zonas de inyección
- Estreñimiento
- Dolor en huesos
- Calambres musculares

■ Efecto Agudo: Primeros Consumos  
■ Efecto Crónico: Consumos Repetidos  
■ Sobredosis: Consumo Excesivo

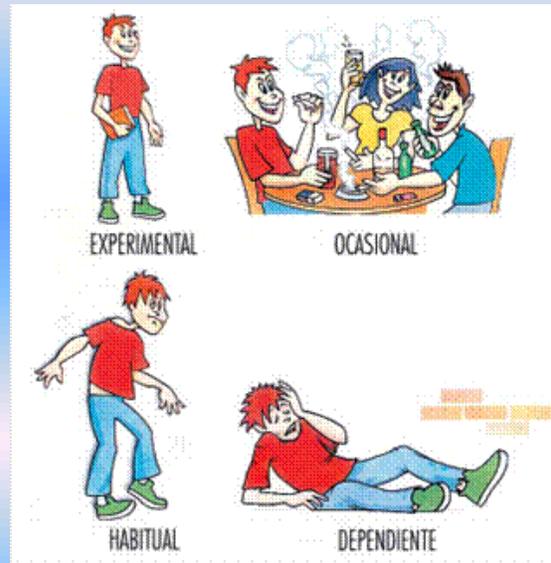
Concepto original: Healthcommunication  
 MONTE FENIX®  
 Las adicciones tienen solución  
 www.slides.com



## NIVELES DE CONSUMO

No todos los consumidores son iguales. Todos están en contextos diferentes y sus motivaciones pueden ser diversas

- Experimental
- Recreativo
- Habitual
- Compulsivo
- Problemático
- Dependencia



**EXPERIMENTAL:** Todo consumo de SPA empieza por aquí. El individuo prueba una o más sustancias una o dos veces y decide no volverlo a hacer. No tiene intenciones de hacerlo de nuevo porque tal vez los efectos no fueron placenteros, no le ve un sentido a continuar haciéndolo o tal vez porque no va de acuerdo a su estilo de vida o forma de pensar. También porque simplemente ha saciado una curiosidad y tiene otras prioridades para su vida.

**RECREATIVO:** Se empieza a presentar el consumo con cierta regularidad entre círculos de amigos, y en contextos de ocio (rumba, paseos). No compra ni guarda, lo hace con gente que conoce y confía. Su objetivo es la búsqueda de experiencias agradables, placenteras y de disfrute; el “aguante” para la fiesta o para facilitar la relación con sus pares. Aunque consume con su círculo de amigos, no todos son consumidores. También ocupa su tiempo libre en otras actividades donde no hay presencia de SPA. Se da como un consumo pasajero, asociado a situaciones concretas y en algunos casos a épocas o etapas de la vida sin dejar consecuencias evidentes.

**HABITUAL:** Para llegar aquí se tuvo que haber pasado por alguna fase previa. Se tiene una droga de preferencia (quizás después de probar con muchas otras), un refuerzo permanente y un gusto por lo que siente. Por eso la frecuencia y la cantidad aumentan. La droga juega un papel importante en la vida y cumple funciones cada vez que la consume, por lo que es muy probable que lo haga repetidamente. Dependiendo de la droga puede desarrollar una dependencia física o psicológica; tarde o temprano empezará a tener problemas cada vez más evidentes.

**PROBLEMATICO:** Está determinado por el impacto que el consumo tiene sobre la salud (consecuencias visibles, enfermedades crónicas) y la aparición de consecuencias de tipo social con una connotación negativa (deterioro, aislamiento, conductas problemáticas). Se caracteriza porque se presenta el uso de una o varias drogas en situaciones que pueden significar peligro: pérdida de velocidad de respuesta y reflejos (manejando, atravesando una calle u operando una máquina). Dificultades o incapacidad para cumplir con las responsabilidades laborales, académicas o familiares (ausentismo, bajo desempeño, aislamiento, abandono o descuido de intereses y responsabilidades).

**DEPENDENCIA:** Se es persona con dependencia cuando no se puede dejar de consumir, porque al dejar de hacerlo aparecen síntomas físicos y/o psicológicos desagradables. La vida cotidiana empieza a girar en torno al consumo de la sustancia y se entra en el círculo vicioso de conseguir – consumir – conseguir. El consumidor siente que es imposible resistir el deseo de consumir, que ha perdido el control; siente una fuerte ansiedad al bajar el efecto que sólo se alivia al consumir de nuevo.

Hay dos tipos de dependencia: física y psicológica.

La dependencia física implica un cambio permanente en el funcionamiento del cuerpo y del cerebro. Se da cuando ya se ha generado una tolerancia a hacia la sustancia, por lo tanto, el cuerpo cada vez necesita una dosis mayor para sentir los efectos deseados. Al dejar de consumir, el cuerpo reacciona con síndromes de abstinencia o retirada.

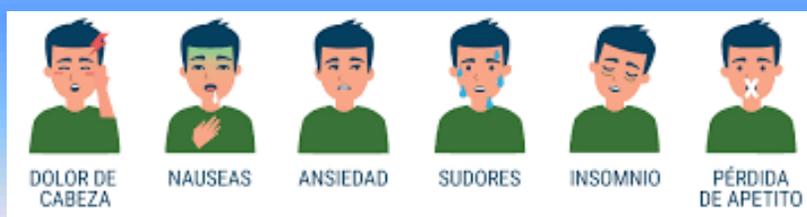
La dependencia psicológica la producen todas las sustancias a excepción de los hongos. Se evidencia porque la privación de la sustancia produce malestar, angustia, irritabilidad y depresión, por lo tanto, para evitar estos malestares, se busca la manera de consumir permanentemente. Se piensa que “no se puede vivir” sin consumir y todo lo que esto implica.



## SÍNDROME DE ABSTINENCIA:

Al estar en la ausencia de la sustancia después de mucho tiempo de consumo el cuerpo reacciona expresando problemas como:

- Depresión
- incapacidad de experimentar placer
- aumento de peso
- dolores gastrointestinales
- hemorragias nasales
- Lagrimeo
- agresividad
- nerviosismo
- dolor muscular
- sudoración



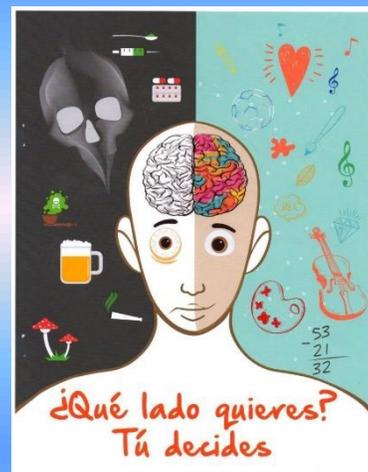
## ¿EXISTEN NIVELES DE IMPACTO DE CONSUMO?

**Individual:** Se habla de este impacto cuando el consumo de SPA tiene efectos negativos sobre la salud y la calidad de vida. El aumento en la probabilidad de desarrollar enfermedades, alteraciones a nivel de la salud mental, sobredosis, intoxicaciones, infecciones de transmisión sanguínea (Hepatitis B o C, VIH), sexual, enfermedades crónicas (cirrosis, enfermedades pulmonares, entre otras).

**Familiar:** Cuando el consumo de SPA afecta al círculo más cercano de quien consume. La inestabilidad emocional, inestabilidad económica, reacciones emocionales impredecibles (violencia y agresión), conflicto.

**Comunitario:** Frente a este nivel los riesgos se manifiestan en términos de la vulneración de la seguridad y la tranquilidad de las comunidades. Comportamientos que afecten la convivencia, en general, y la seguridad

**Social:** Entendiendo que el consumo de SPA afecta no solo al individuo consumidor sino a sus círculos más cercanos en los ámbitos familiares, laborales, académicos y comunitarios



## ¿Qué hacer?

- Tomarse un tiempo para tranquilizarse y empezar a afrontar la situación
- Aceptar la situación y pensar en las acciones como padres
- A veces es bueno hablar con alguien que represente un apoyo o con quien puedas expresar cómo te sientes
- Informarte acerca de la situación que hacer al respecto y que opciones tienes para ayudar a tu hijo

## ¡Tranquilo/a, No te aceleres!

Debemos tener mucho cuidado con la forma en la que abordamos a nuestros hijos sobre la situación

Es recomendable:

- Hablar con tu hijo/a, preguntarle cómo se siente, indagar qué está sucediendo e intentar investigar la causa del consumo
- NO decirle que es culpable o gritarle ya que esto dificultará la comunicación, la relación y el proceso para tratar la situación.
- Intentar expresarse con tranquilidad y compartirle cómo te sientes acerca de esta situación
- NO usar frases negativas o palabras despectivas ya que esto hará que nuestro hijo/a se aleje, se sienta mal y probablemente busque apoyo en personas equivocadas



## ¿QUÉ ES LA PREVENCIÓN DEL CONSUMO DE SPA?

### 5 CLAVES PARA PREVENIR EL CONSUMO DE DROGAS



Son el conjunto de acciones dirigidas a identificar, evitar, reducir, o regular el consumo de sustancias psicoactivas que generan riesgo para la salud o alteraciones en el funcionamiento familiar y social.

## ¿QUÉ ES REDUCCIÓN DE RIESGOS O DAÑOS POR EL CONSUMO DE SPA?

Es un enfoque para acercarse a consumo de SPA a partir de programas y políticas que buscan reducir el daño en la salud, en lo social y en económico por el consumo. Este debe estar dirigido para toda la población sin ningún tipo de discriminación.

También busca:

- Disminuir los efectos negativos producto del uso de drogas y así mejorar la calidad de vida de las personas que las consumen.
- Reducir los riesgos asociados a prácticas de consumo y prácticas sexuales riesgosas.
- Reducir los riesgos asociados a hábitos de consumo abusivos.
- Prevenir sobredosis derivadas del consumo riesgoso de sustancias psicoactivas.

