

LA VERDAD SOBRE LAS

# DROGAS

Las drogas destruyen  
y arruinan millones  
de vidas cada año.  
¿Qué deberías saber  
TÚ sobre ellas?

Éxtasis  
LSD Speed  
Cocaína  
Marihuana

[noaladroga.es](http://noaladroga.es)



## POR QUÉ SE HIZO ESTE LIBRITO

Se dicen muchas cosas acerca de las drogas en el mundo. En las calles, en la escuela, en el Internet y en la TV. A veces ciertas, a veces no.

Mucho de lo que escuchas sobre las drogas viene realmente de quienes las venden. Traficantes reformados confiesan que estaban dispuestos a decir lo que fuera con tal de que otros compraran las drogas.

No te dejes engañar. Necesitas los hechos para evitar caer en las drogas, y para ayudar a tus amigos a seguir fuera de ellas. Por esto es que nosotros preparamos este librito para ti.

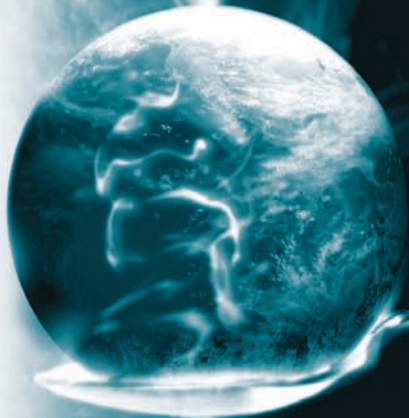
Tu opinión es importante para nosotros. Así que esperamos tener noticias tuyas. Puedes visitarnos en la web en: **[www.noaladroga.es](http://www.noaladroga.es)** o escribir a nuestro e-mail: **[info@noaladroga.es](mailto:info@noaladroga.es)**.

# NUESTRA CULTURA DE DROGAS

Las drogas han sido parte de nuestra cultura desde mediados del siglo pasado. La música y los medios de difusión las popularizaron en la década de los 60, invadiendo todos los aspectos de la sociedad.

Se estima que unos 208 millones de personas consumen drogas ilegales internacionalmente. Son más de 275.000 consumidores con el problema de la droga en España. La media de los estudiantes españoles que han probado cannabis, (marihuana o hachís) es más del 36 por ciento y el 20 por ciento la consumen regularmente.

Probablemente conoces a alguien que ha sido afectado directa o indirectamente por las drogas.



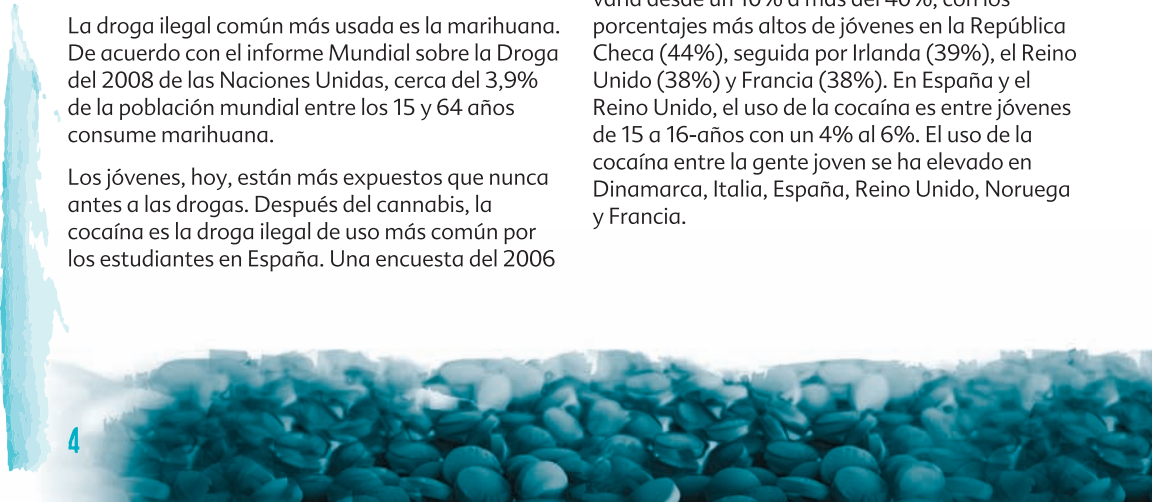
La droga más comúnmente usada y consumida en EE.UU es el alcohol. El alcohol está relacionado con los accidentes de coches encabezando la lista como la segunda causa de muerte de jóvenes en EE.UU.

La droga ilegal común más usada es la marihuana. De acuerdo con el informe Mundial sobre la Droga del 2008 de las Naciones Unidas, cerca del 3,9% de la población mundial entre los 15 y 64 años consume marihuana.

Los jóvenes, hoy, están más expuestos que nunca antes a las drogas. Después del cannabis, la cocaína es la droga ilegal de uso más común por los estudiantes en España. Una encuesta del 2006

encontró que el 5,7 por ciento tomó cocaína, y que el 2,3 por ciento la había usado el mes pasado.

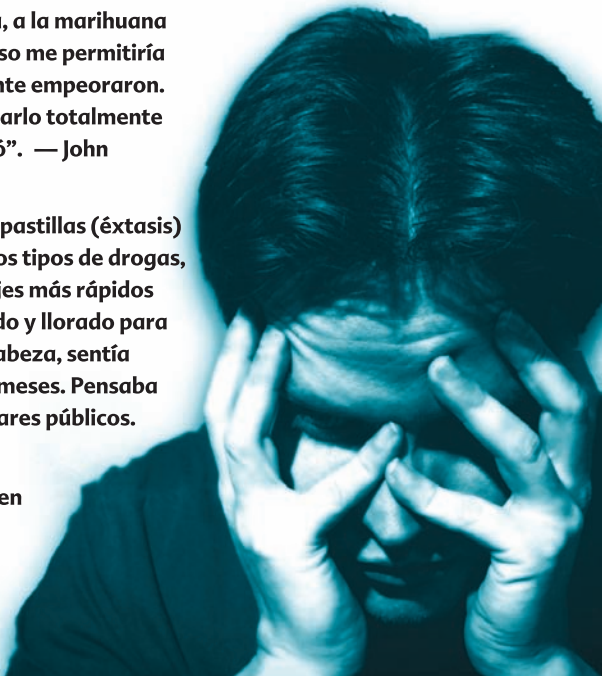
En Europa, estudios recientes entre la gente de 15 y 16 años muestran que el uso de la marihuana varía desde un 10% a más del 40%, con los porcentajes más altos de jóvenes en la República Checa (44%), seguida por Irlanda (39%), el Reino Unido (38%) y Francia (38%). En España y el Reino Unido, el uso de la cocaína es entre jóvenes de 15 a 16-años con un 4% al 6%. El uso de la cocaína entre la gente joven se ha elevado en Dinamarca, Italia, España, Reino Unido, Noruega y Francia.



**M**i meta en la vida no era vivir ... era llegar a lo más alto. Al pasar los años, me hice adicto a la cocaína, a la marihuana y al alcohol bajo la falsa creencia de que eso me permitiría escapar de mis problemas. Las cosas simplemente empeoraron. Me mantenía diciéndome a mí mismo, voy a dejarlo totalmente después de usarlo la última vez. Y nunca ocurrió”. — John

**E**sto comenzó con la marihuana, después las pastillas (éxtasis) y ácido, haciendo combinaciones de todos los tipos de drogas, hasta el punto de sobredosis para tener viajes más rápidos y largos. Una noche tuve un mal viaje...He rezado y llorado para que este sentimiento se vaya, oía voces en mi cabeza, sentía escalofríos y no pude salir de casa durante seis meses. Pensaba que todos me vigilaban. No podía hablar en lugares públicos. ¡Hombre! ni siquiera podía conducir.

“Acabé sin hogar y viviendo en la calle, dormía en una caja de cartón, pidiendo y luchando para encontrar la manera de conseguir mi siguiente comida”. — Ben



# PORQUÉ LA GENTE TOMA DROGAS?

La gente toma drogas porque quiere cambiar algo en su vida.

Aquí están algunas de las razones que la gente joven ha dado para tomar drogas:

- Para ser superior
- Para evadirse o relajarse
- Para liberarse del aburrimiento
- Para parecer mayores
- Para rebelarse
- Para experimentar

Piensan que las drogas son una solución. Pero, a la larga, se vuelven el problema.

Aún cuando los problemas que uno tenga que enfrentar sean difíciles, las consecuencias del uso de drogas siempre serán peores que el problema que está tratando de resolver con ellas. La solución real es encarar los hechos y no tomar drogas en primer lugar.

# ¿CÓMO FUNCIONAN LAS DROGAS?

Las Drogas son esencialmente venenos. La cantidad consumida determina el efecto.

Una pequeña cantidad actúa como un estimulante, te aceleran. Una cantidad mayor, actúa como un sedante (te entorpece). Y una cantidad aún mayor puede envenenar y matar a la persona.

Esto es cierto para cualquier droga. Sólo varía la cantidad requerida para conseguir el efecto.

Pero muchas drogas tienen otro riesgo: Afectan directamente a la mente. Pueden distorsionar la percepción del consumidor de qué está ocurriendo alrededor de él o de ella. Como resultado, las

acciones de la persona pueden ser extrañas, irracionales, inapropiadas y hasta destructivas.

Las drogas bloquean todas las sensaciones, tanto las deseadas como las no deseadas. Así que, aunque proporcionan ayuda a corto plazo aliviando el dolor, ellas también anulan la habilidad y el estado de alerta y nublan tu capacidad de pensar.

Los medicamentos son drogas que pretenden acelerar, desacelerar o cambiar la manera en que el cuerpo está funcionando, tratando de hacerlo funcionar mejor. Algunas veces son necesarios. Pero aún así, no dejan de ser drogas; actúan como estimulantes o sedantes, y demasiada cantidad puede matarte. Así que, de acuerdo a lo anterior, si no usas los medicamentos como se supone que deben ser usados, pueden ser tan peligrosos como las drogas ilegales.

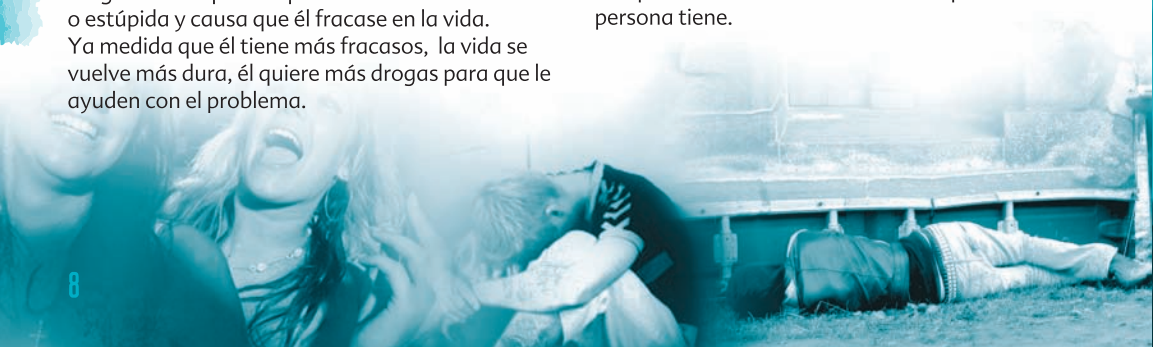
# LAS DROGAS AFECTAN A LA MENTE

Normalmente, cuando una persona recuerda alguna cosa, la mente es muy rápida y da la información rápidamente. Pero las drogas entorpecen tu memoria, causando espacios en blanco. Cuando una persona intenta obtener información a través de esta confusión en su mente, no la consigue. Las drogas hacen que una persona se sienta lenta o estúpida y causa que él fracase en la vida. Ya medida que él tiene más fracasos, la vida se vuelve más dura, él quiere más drogas para que le ayuden con el problema.

## Las Drogas Destruyen La Creatividad

Una mentira que se ha dicho acerca de las drogas es que ayudan a que una persona sea más creativa. La verdad es bastante diferente.

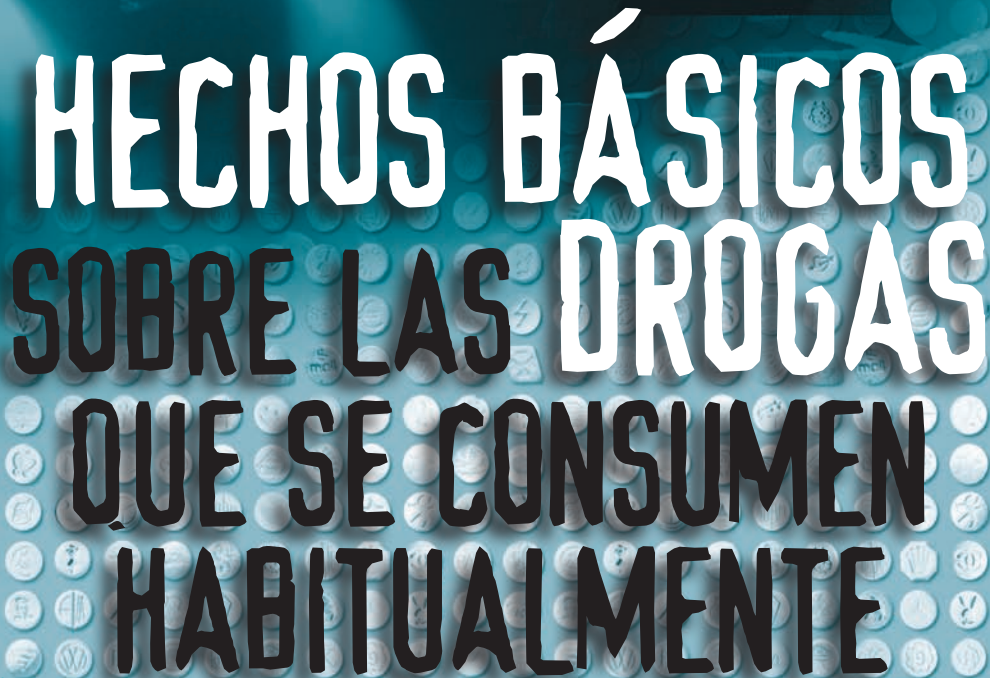
Alguien que está triste podría usar las drogas para sentirse feliz, pero eso no funciona. Las drogas pueden elevar a una persona a una falsa alegría, pero cuando el efecto de la droga desaparece, él o ella cae incluso más abajo que antes. Y cada vez, el hundimiento emocional es más y más bajo. Finalmente, las drogas podrían destruir completamente toda la creatividad que una persona tiene.





**T**odo el tiempo que estuve en drogas pensaba que tenía control sobre mi vida y que lo había hecho bien. Pero destruí todo lo que había construido y por lo que había luchado en mi vida. Corté toda relación con mis amigos que no se drogaban y con mi familia, sólo tenía los colegas de drogas. Cada día giraba en torno a una sola cosa: mi plan para conseguir lo que necesitaba para drogas. Hacía lo que fuera para conseguir mi anfetamina, esa era la única cosa en mi vida”. —Pat

**S**entía que era más divertido cuando me emborrachaba. Poco después (comencé bebiendo) empecé con la marihuana... Después, estaba en casa de un amigo fumando marihuana cuando alguien sacó una bolsa de cocaína. Esnifé la cocaína y rápidamente se transformó en un hábito diario. Comencé a robar dinero del negocio de mis padres y de mis abuelos a diario para mantener mis hábitos diarios de alcohol, cocaína, marihuana y LSD. Luego, me pasé al OxyContin y lo comencé a usar como rutina. Para cuando me di cuenta era un adicta, esnifando OxyContin cómo parte de mi rutina diaria. Necesitaba algo más fuerte y así es como pasé a la heroína. No me paraba ante nada para darme un “viaje”. Mi adicción me fue ganando. Y cada vez que trataba de dejarla, la compulsión física me obligaba a conseguir más”. —Edith



# HECHOS BÁSICOS SOBRE LAS DROGAS QUE SE CONSUMEN HABITUALMENTE

Los hechos sobre éstas drogas que se consumen habitualmente se han seleccionado a partir de las referencias que aparecen al final de este librito. Ellos están incluidos aquí para proporcionarte la verdad acerca de lo que estas drogas son y lo que hacen.

* MARIHUANA .....	PÁGINA 12
* ALCOHOL.....	PÁGINA 14
* ÉXTASIS .....	PÁGINA 16
* COCAÍNA Y CRACK .....	PÁGINA 18
* METANFETAMINA DE CRISTAL Y METANFETAMINA .....	PÁGINA 20
* INHALANTES .....	PÁGINA 22
* HEROÍNA.....	PÁGINA 24
* LSD .....	PÁGINA 26
* ABUSO DE FÁRMACOS CON RECETA .....	PÁGINA 28

# MARIHUANA

La marihuana se lía normalmente en un cigarro llamado porro, o canuto. También puede beberse como un té o mezclarse con comida, o fumarse con una pipa de agua conocida como arguila o bong.

El cannabis\* es la tercera de las cinco primeras sustancias por las que las personas entran en centros de tratamiento por drogas en

## NOMBRES CALLEJEROS:

- China
- Costo
- Canuto
- Hierba
- Porro
- Mota
- Maria
- Marihuana
- Grifa
- Postura
- Yerba
- Kiffi
- Peta
- Juanita
- Petardo
- Pasto
- Mandanga
- Piedra

Estados Unidos, el 16%. De acuerdo con National Household Survey sobre el consumo de drogas, los niños que frecuentemente consumen marihuana tienen casi cuatro veces más probabilidades de actuar violentamente o de dañar posesiones. Estos niños son cinco veces más capaces de robar que los que no consumen drogas.

Hoy en día, la marihuana es mucho más potente de lo que era. Las técnicas de selección usadas con las semillas han producido una droga más poderosa. Como resultado, han aumentado significativamente el número de servicios de urgencias en relación con la marihuana y el número de jóvenes que la fuman.

Según se incrementa la tolerancia, la marihuana puede llevar a los consumidores a usar drogas

\* Cannabis: cualquiera de las diferentes drogas que vienen del cáñamo de la India, incluyendo la marihuana y el hachis.

más fuertes para alcanzar el mismo subidón. Cuando los efectos comienzan a disiparse, la persona cambia a una droga más fuerte para salir él mismo de la condición indeseada que lo empujó a tomar marihuana en primer lugar. La marihuana en sí no lleva a la persona a otras drogas: la gente toma drogas para escapar de una situación o sensaciones no deseadas. La droga (marihuana) enmascara el problema por un tiempo (mientras el consumidor está de subidón). Cuando el “subidón” falla, el problema, la condición o situación indeseada vuelve más intensamente que antes. El consumidor puede entonces ir hacia una droga más fuerte una vez que la marihuana ya no “funciona”.

## **Efectos a corto plazo:**

**Pérdida de coordinación y distorsiones en el sentido del tiempo, visión y oído, no poder dormir, ojos enrojecidos, apetito incrementado y músculos relajados, taquicardias. De hecho, durante la primera hora después de fumar marihuana, el riesgo de un ataque al corazón para el consumidor podría aumentar cinco**

**veces. El rendimiento escolar se reduce porque la droga afecta la memoria y disminuye la capacidad para resolver problemas.**

## **Efectos a largo plazo:**

**El consumo a largo plazo puede causar síntomas psicóticos. También puede dañar los pulmones y el corazón, empeorar los síntomas de bronquitis y causar tos y resuello. Puede reducir la capacidad del cuerpo para defenderse de las infecciones y enfermedades pulmonares.**

# ALCOHOL



## NOMBRES

### CALLEJEROS:

- Birra
- Chupito
- Pelotazo
- Litrona
- Botellón
- Frasco
- Cubata

El alcohol deprime el sistema nervioso central (cerebro y médula espinal), reduce inhibiciones\* y daña la capacidad de razonar. Beberlo en grandes cantidades puede llevar a un estado de coma e incluso la muerte. Mezclar el alcohol con medicamentos o drogas de la calle es extremadamente peligroso y puede ser fatal. El alcohol influencia a tu cerebro y te lleva a falta de coordinación, reflejos más lentos, visión distorsionada, lagunas de memoria y periodos en blanco. Los cuerpos de los jóvenes aún están creciendo y por eso el alcohol tiene aún más impacto sobre la gente joven a nivel físico y mental que en la gente mayor.

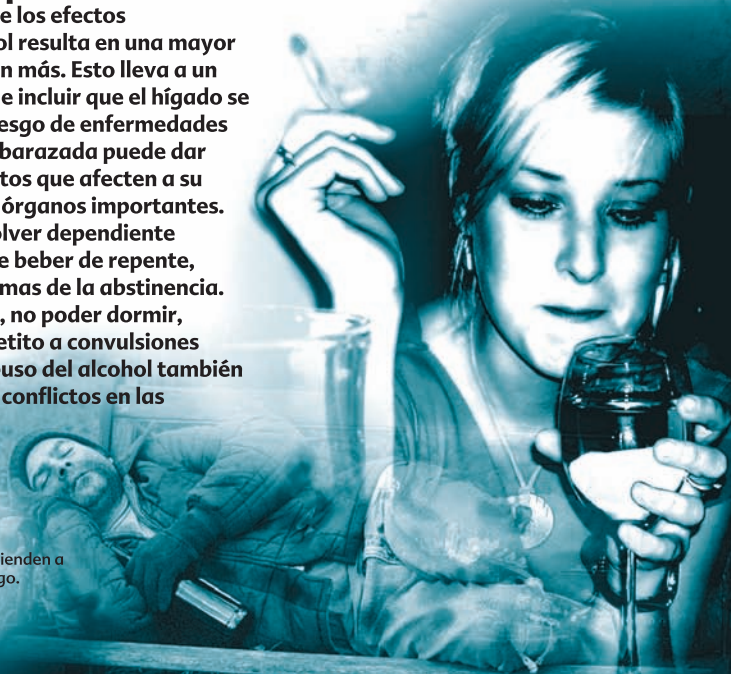
## Efectos a corto plazo:

**Sentimiento de ardor, piel enrojecida, juicio debilitado, falta de coordinación, balbuceo de palabras, pérdida de comprensión y de memoria. Beber demasiado usualmente resulta en una “resaca”, dolor de cabeza, náusea, ansiedad, flaqueza, andar vacilante y a veces vomitar.**

## Efectos a largo plazo:

El habituarse a muchos de los efectos desagradables del alcohol resulta en una mayor capacidad para beber aún más. Esto lleva a un deterioro físico que puede incluir que el hígado se dañe y que aumente el riesgo de enfermedades cardíacas. Una mujer embarazada puede dar a luz a un bebé con defectos que afecten a su corazón, cerebro y otros órganos importantes. Una persona se puede volver dependiente del alcohol. Y si parase de beber de repente, comenzaría con los síntomas de la abstinencia. Y van desde nerviosismo, no poder dormir, sudores y pérdida del apetito a convulsiones y a veces la muerte. El abuso del alcohol también puede causar violencia y conflictos en las relaciones personales.

\* inhibiciones: ideas o reglas que tienden a parar a una persona de hacer algo.



# ÉXTASIS

## NOMBRES CALLEJEROS:

- E
- XTC
- X
- Adán
- Abrazo
- Roca
- Hielo
- Cristal
- Droga del amor

El éxtasis se toma normalmente en forma de pastilla, en tabletas o en forma de cápsula. Cuando tomas más de una a la vez se llama “sacudir”.

El éxtasis es una droga hecha sintéticamente (fabricada) en un laboratorio. Los que la hacen pueden añadir lo que quieran a la droga, tal como la cafeína, anfetamina\* e incluso cocaína. El éxtasis es ilegal y tiene efectos similares a los alucinógenos y estimulantes. Estas pastillas tienen colores diferentes y en algunas hay dibujadas imágenes de muñecos. Mezclar éxtasis con alcohol es extremadamente peligroso y puede ser fatal.

Los efectos estimulantes de las drogas tales como el éxtasis permiten al consumidor bailar durante largos períodos de tiempo, y cuando se combina con el calor, y las condiciones de aglomeración de personas como en ese tipo de fiestas delirantes, pueden causar la deshidratación extrema y problemas cardíacos o renales.





## Efectos a corto plazo:

- Nivel de alerta disminuido
- Sentido falso de afecto
- Confusión
- Depresión
- Problemas para dormir
- Ansiedad Severa
- Paranoia†
- Escalofríos o sudores
- Deseo irresistible por la Droga
- Tensión muscular
- Castañetear los dientes involuntariamente
- Náuseas
- Visión borrosa
- Desmayos



## Efectos a largo plazo:

- El consumo prolongado causa al final a largo plazo daños permanentes al cerebro, afectando la cordura de la persona y su capacidad para pensar.

\* anfetamina: un estimulante del sistema nervioso central, frecuentemente llamado “speed.”

† paranoia: sospecha, desconfianza o miedo de otra gente.

**E**l éxtasis me volvió loca. Un día mordí un trozo de cristal, simplemente como si le hubiera dado un mordisco a una manzana. Cuando tuve la boca llena de pedazos de cristal, fue cuando me di cuenta de lo que me estaba ocurriendo. Otra vez me puse a romper trapos con los dientes durante una hora”. — Ann



# COCAÍNA Y CRACK

La Cocaína y el crack pueden ser tomados por vía oral, o a través de la nariz, (esnifada), inyectada con una jeringuilla o, en el caso del crack, a través de la inhalación del humo al calentarla.

Los términos usados para describir la ingestión incluyen masticar, esnifar, metértela por la vena (inyectarla en una vena grande) y fumarla.

La palabra *cocaína* se refiere a la droga en forma de polvo (cocaína) y en forma de cristal (crack).

## NOMBRES CALLEJEROS:

- Coca
- Crack
- Blanca
- Roca
- Nieve
- Charlie
- Perico

Se hace a partir de una planta de coca y después de la metanfetamina,\* es la droga que crea la dependencia psicológica más grande de todas las drogas.



## Efectos a corto plazo:

La cocaína causa un corto e intenso subidón que es seguido inmediatamente por un opuesto e intenso sentimiento depresivo y estado de nerviosismo con un deseo de consumir más droga. La gente que la consume frecuentemente no come o duerme adecuadamente. Pueden experimentar un gran aumento del ritmo cardíaco, espasmos y convulsiones musculares. La droga puede hacer que la gente sienta paranoia, irritación, hostilidad y ansiedad, incluso cuando no están bajo su influencia.

\* metanfetamina: un estimulante del sistema nervioso central altamente adictivo.



## Efectos a largo plazo:

Además de los efectos ya mencionados, la cocaína puede causar irritabilidad, cambios de humor, falta de descanso, paranoia y alucinaciones auditivas. Se desarrolla una tolerancia a la droga, lo que hace que se necesite más para lograr el mismo “subidón”.

El bajón después de la euforia causa depresión severa, la cuál se vuelve más y más profunda cada vez que se usa la droga. Esto puede llegar a ser tan grave que la persona podría hacer casi cualquier cosa para conseguirla hasta asesinar. Y si él o ella no puede conseguir cocaína la depresión puede ser tan intensa que puede conducir al adicto al suicidio.

# METANFETAMINA DE CRISTAL Y METANFETAMINA

La metanfetamina de cristal y la metanfetamina se inhalan, se fuman o se inyectan. Las dosis pequeñas vienen en pastillas.

La metanfetamina de cristal es una forma de metanfetamina que parecen pequeños fragmentos de cristal o pequeñas piedras relucientes de color blanco azulado. En la calle, se conoce como “Hielo,” “cristal,” “tina” y otros nombres. Esta es tan altamente poderosa y adictiva que hace que la persona se estimule y causa agresividad, violencia o comportamiento psicótico. Muchos consumidores informan que se engancharon desde la primera vez que la usaron. Esta es una de las drogas más difíciles de tratar.

## NOMBRES CALLEJEROS:

- Speed
- Meta
- Cristina
- Tiza
- Vidrio
- Rápido
- Hielo
- Cristal
- Tina
- Cuarzo

## Efectos a corto plazo:

Los efectos negativos pueden incluir trastornos en los hábitos de dormir, hiperactividad, náusea, delirios de poder, aumento en la agresividad e irritabilidad. Pueden causar disminución del apetito y pérdida de peso. En altas dosis causan una gran “euforia”, seguido de agitación y a veces violencia. Otros efectos pueden incluir insomnio, confusión, alucinaciones, ansiedad y paranoia. Pueden causar convulsiones que llevan a la muerte.

## Efectos a largo plazo:

Aumento del ritmo cardíaco y de la presión sanguínea, daño en los vasos sanguíneos del cerebro, lleva a paros cardíacos o latidos irregulares del corazón y colapso del sistema cardiovascular (vasos sanguíneos y el corazón), o muerte. Pueden hacer que el riñón, el hígado y los pulmones se dañen. Los consumidores pueden sufrir daño cerebral, incluyendo trastornos de la memoria y una incapacidad cada vez mayor para comprender pensamientos abstractos. Los que se recuperan están sujetos usualmente a lagunas en la memoria y cambios de humor repentinos.

La metanfetamina de cristal era mi droga favorita, pero había otras: baratas, fáciles de conseguir, fácil de engancharse a ellas, y por supuesto, fáciles de usar. Probé la droga una vez y ¡PUM! Me enganché. Una de las cosas principales por las que esto me afectó fue mi carrera musical. Tenía una banda fenomenal y tocaba una música fenomenal y tenía buenos miembros que no sólo eran miembros de la banda sino además mis mejores amigos. Todo esto cambió cuando comencé a consumir metanfetamina”. —Brad



# INHALANTES

## NOMBRES CALLEJEROS:

- Poppers
- Pega
- Gas de la risa
- Laca

Los Inhalantes incluyen sustancias químicas como las que se encuentran en el hogar tales como aerosoles para la limpieza, pegamento, pintura, disolvente, acetona, nitrato de almidón\* y gasolina o gas para los encendedores. Se esnifan o se “aspiran” (la acción de inhalar vapores).

Los inhalantes afectan al cerebro. Cuando se inhalan las sustancias o los humos a través de la nariz o por la boca, pueden causar daños físicos y psíquicos permanentes. Dejan al cuerpo sin oxígeno y fuerzan al corazón a bombear la sangre más rápida e irregularmente.

La gente que usa inhalantes puede perder su sentido del olfato, sufrir náuseas y sangrar por la nariz y puede desarrollar problemas en el hígado, el pulmón y el riñón. El consumo continuo puede llevar a una reducción de masa, el tono y la fuerza muscular. Los inhalantes pueden hacer que la gente sea incapaz de caminar, hablar y pensar normalmente. Muchos de



los daños en el tejido cerebral están causados por los humos tóxicos esnifados que van directamente a los sinus nasales.<sup>†</sup>

## **Efectos a corto plazo:**

**Además de lo anterior, los inhalantes pueden matar a una persona de un ataque al corazón o de asfixia ya que el humo inhalado toma el lugar del oxígeno en los pulmones y en el sistema nervioso central. Alguien bajo los efectos de inhalantes puede también repentinamente reaccionar con extrema violencia.**

## **Efectos a largo plazo:**

**Puede debilitar los músculos y causar pérdida del tono y la fuerza muscular. Puede dañar el cuerpo y el cerebro en forma permanente.**

\* nitrato de almidón: un líquido amarillo pálido usado para abrir o ampliar los vasos sanguíneos, que a veces se consume como estimulante.

† sinus: uno de los espacios abiertos en la parte delantera del cráneo por donde la persona pasa aire a través de la nariz.



# HEROÍNA

A photograph of a woman with long dark hair, wearing a dark top, injecting a substance into her left arm. She is holding a syringe in her right hand. The background is dark and out of focus.

## NOMBRES CALLEJEROS:

- Caballo
- Bofetada
- H
- Castaña
- brea
- Azúcar moreno

La heroína normalmente se inyecta, se esnifa o es fumada. Es altamente adictiva. La heroína entra en el cerebro rápidamente pero hace que la gente piense y reaccione lentamente, y que su habilidad para tomar decisiones sea debilitada. Esto causa dificultad para recordar cosas.

Si la droga se inyecta, puede existir el riesgo de SIDA, hepatitis (trastorno del hígado) y otros, causados por las jeringuillas infectadas. Estos problemas de salud puede transmitirse a los compañeros sexuales y a niños recién nacidos. La heroína es una de las tres drogas más frecuentemente relacionadas con las muertes ocasionadas por el consumo de drogas. Existen vínculos entre su uso y la violencia y el crimen.



## **Efectos a corto plazo:**

Los consumidores de drogas experimentan un nebuloso funcionamiento mental, náuseas y vómitos. La conciencia del dolor puede ser suprimida. Las mujeres embarazadas pueden sufrir abortos naturales. La función cardíaca disminuida y la respiración más lenta, en algunas ocasiones hasta el punto de la muerte.

## **Efectos a largo plazo:**

Venas llenas de cicatrices y/o colapsadas, infecciones por bacterias en los vasos sanguíneos y las válvulas del corazón, abscesos y otras infecciones en los tejidos subcutáneos, y trastornos en el riñón o el hígado. Pueden resultar complicaciones pulmonares. Compartir jeringuillas o fluidos puede resultar en hepatitis, SIDA y otras enfermedades virales que se transmiten por la sangre.

# LSD

## NOMBRES CALLEJEROS:

- Ácido
- Tripi
- Bicho
- Planetas
- Micropuntos
- Secantes
- Soles
- Diablos
- Horóscopo

El LSD se vende en pastillas, cápsulas o en forma de líquido, al que se añade un papel absorbente y se divide en pequeños cuadrados decorados. Cada cuadrado es una dosis.

El LSD es aún uno de los químicos más potentes que alteran el estado de ánimo y se obtiene de un hongo extremadamente venenoso que crece en el centeno y otras semillas. Sus efectos son impredecibles. Una pequeña cantidad puede producir 12 horas o más de efecto.

## Efectos a corto plazo:



Pupilas dilatadas, temperatura alta del cuerpo, incremento del ritmo cardiaco y presión alta, sudores, pérdida del apetito, insomnio, boca seca y temblores. Con el uso del LSD, pueden experimentarse pensamientos y sensaciones terribles y severos, temor a perder el control, temor a la locura y la muerte, sensación de desesperación.



## Efectos a largo plazo:

Escenas retrospectivas, o repeticiones, de un “viaje” de LSD pueden ser re-experimentadas mucho tiempo después de que la droga se tomó y cuando su efecto aparentemente se terminó. El “viaje” en sí mismo, por lo general comienza a desvanecerse después de unas 12 horas, pero algunos consumidores manifiestan psicosis a largo plazo.

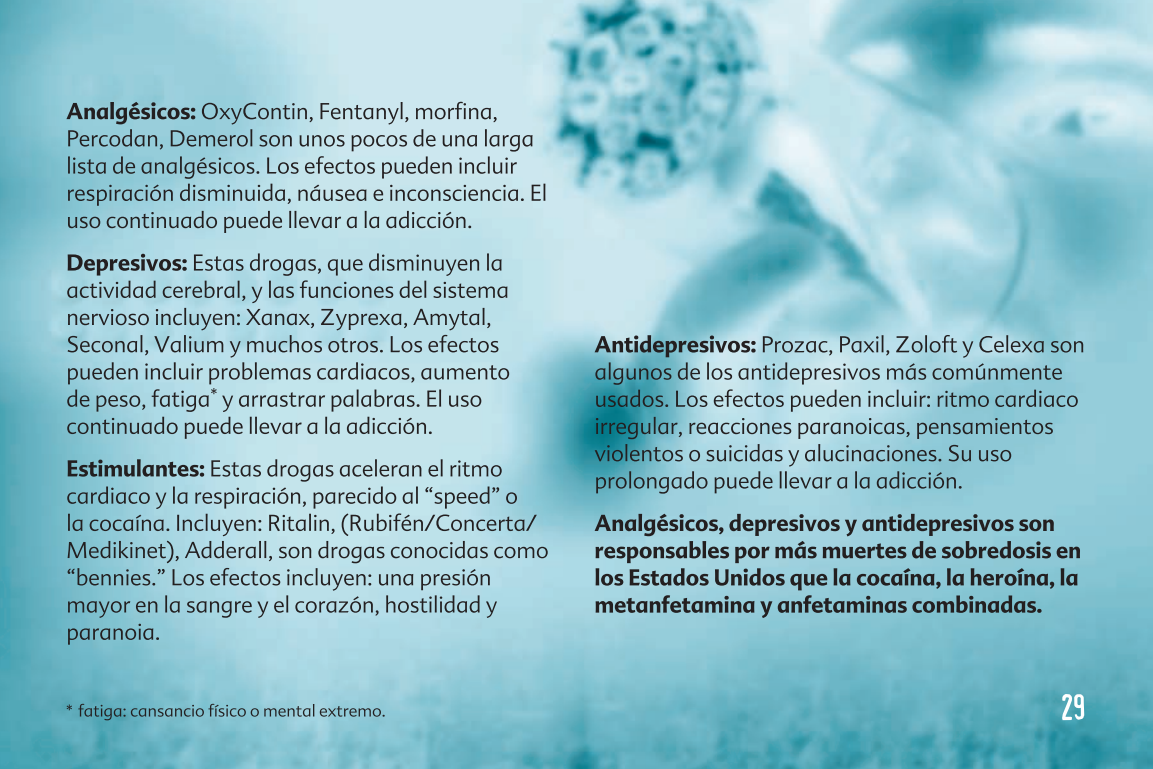
# CONSUMO DE FÁRMACOS CON RECETA

El consumo de fármacos con receta se ha vuelto un problema más serio que el de las drogas callejeras. Analgésicos, tranquilizantes, antidepresivos, las pastillas para dormir y estimulantes pueden parecer “seguros” debido a que han sido recetados por los médicos, pero pueden ser tan adictivos y potentes como la heroína o la cocaína que se vende en la calle. EL analgésico OxyContin, por ejemplo, es tan

potente como la heroína y afecta al cuerpo de la misma manera. El uso continuo de analgésicos, depresivos (“tranquilizantes”), estimulantes o antidepresivos puede llevar a la adicción, y los dolorosos síntomas de la abstinencia para los que intentan dejarlos.

Aquí se dan sólo algunos de los efectos de estas drogas.





**Analgésicos:** OxyContin, Fentanyl, morfina, Percodan, Demerol son unos pocos de una larga lista de analgésicos. Los efectos pueden incluir respiración disminuida, náusea e inconsciencia. El uso continuado puede llevar a la adicción.

**Depresivos:** Estas drogas, que disminuyen la actividad cerebral, y las funciones del sistema nervioso incluyen: Xanax, Zyprexa, Amytal, Seconal, Valium y muchos otros. Los efectos pueden incluir problemas cardiacos, aumento de peso, fatiga\* y arrastrar palabras. El uso continuado puede llevar a la adicción.

**Estimulantes:** Estas drogas aceleran el ritmo cardiaco y la respiración, parecido al “speed” o la cocaína. Incluyen: Ritalin, (Rubifén/Concerta/Medikinet), Adderall, son drogas conocidas como “bennies.” Los efectos incluyen: una presión mayor en la sangre y el corazón, hostilidad y paranoia.

**Antidepresivos:** Prozac, Paxil, Zoloft y Celexa son algunos de los antidepresivos más comúnmente usados. Los efectos pueden incluir: ritmo cardiaco irregular, reacciones paranoicas, pensamientos violentos o suicidas y alucinaciones. Su uso prolongado puede llevar a la adicción.

**Analgésicos, depresivos y antidepresivos son responsables por más muertes de sobredosis en los Estados Unidos que la cocaína, la heroína, la metanfetamina y anfetaminas combinadas.**

\* fatiga: cansancio físico o mental extremo.

# Lo que los traficantes te dirán

Cuando se realizaron encuestas con adolescentes para averiguar por qué empezaron a usar drogas en primer lugar, el 55% respondió que la razón fue la presión de sus amigos. Querían ser aceptados y populares. Los traficantes lo saben.

Ellos se aproximan a ti como un amigo y te ofrecen “ayuda” con “algo para animarte”. La droga podrá “ayudarte a adaptarte” o “ser guay”.

Los camellos, motivados por el beneficio que tendrán, podrán decir cualquier cosa para hacer que compres su droga.

Ellos te dirán que “la cocaína hará de tu vida una fiesta” y que “la heroína es una cálida manta”. Si tú tomas éxtasis, “podrás estar con un montón de chicas”.

A ellos no les importa si las drogas arruinan tu vida siempre y cuando les pagues. Todo lo que ellos quieren es el dinero. Ex traficantes han admitido que ellos veían a sus compradores como “víctimas en un juego de ajedrez”.

Descubre los hechos relacionados con las drogas. Toma tus propias decisiones.

Millones de ejemplares de libritos como éste han sido distribuidos a gente por todo el mundo en 22 idiomas. A medida que aparecen nuevas drogas en las calles, y que la información acerca de sus efectos es más conocida, los libritos que existen se actualizan y se crean nuevos.

Estos libritos los publica la Fundación por un Mundo Libre de Drogas, una organización de beneficio público sin ánimo de lucro con sede en Los Ángeles, California.

La Fundación proporciona materiales educativos, aconseja y coordina una red internacional de prevención de drogas. Trabaja con jóvenes, padres, educadores, organizaciones voluntarias y agencias gubernamentales, y con cualquiera interesado en ayudar a la gente a llevar vidas libres del consumo de drogas.

## REFERENCIAS

]Informe anual de 2007 del Centro Europeo para la Observación de las Drogas y la Drogadicción.

“Hechos sobre la Droga, ¿Los conoces?”  
Drogas y el Medio Ambiente,  
Octubre del 2004

“Hoja de Resultados: Encuesta Nacional sobre el Consumo de Drogas y la Salud del 2007.”

AlcoholScreening.org

Oficina Nacional de Políticas sobre el Control de Drogas

“New Initiative Harnesses Power of Teens, Parents to Stop Teen Drug Use,” Campaña de Prensa, oficina de prensa, 29 de enero de 2004

Oficina de Control de Drogas, Campaña Nacional en los medios de comunicación de Juventud contra las Drogas, 3 de octubre de 2004

“Ayuda para los Padres: Está tu hijo consumiendo Drogas? Como averiguarlo,”

Padres por una América libre de Drogas, 12 de octubre del 2004

Departamento de Administración para la Salud y Servicios Humanos de EE.UU. El consumo de sustancias y la salud mental

Informe 2008 sobre las drogas de la Oficina de las Naciones Unidas contra las Drogas y Crimen.

Centro de Vigilancia Europea de Drogas y Drogadicción. Boletín Estadístico del 2008

“Datos para Episodios de Tratamiento (TEDS) Titulares— 2006”

2007 Informe Nacional (2006 data) Centro de Vigilancia Europea de Drogas y Drogadicción, España

CRÉDITOS FOTOGRÁFICOS:  
Página 8: Alamy (izquierda);  
Página 15: istockphoto.com/Lisa Young; Página 26: Luke Peters.

# HECHOS QUE NECESITAS SABER

Este librito es uno de una serie de publicaciones que presentan los hechos reales sobre la marihuana, el alcohol, éxtasis, cocaína, crack, metanfetamina de cristal, metanfetaminas, inhalantes, heroína, LSD y el consumo de los fármacos con receta. Armado con ésta información, el lector puede tomar la decisión de vivir una vida libre de drogas.

**Para obtener más información o más ejemplares de este u otros libritos de esta serie, contacta:**



Foundation for a Drug-Free World  
1626 N. Wilcox Avenue, #1297  
Los Angeles, CA 90028 USA  
Phone: +1-818-952-5260  
[drugfreeworld.org](http://drugfreeworld.org)  
[info@drugfreeworld.org](mailto:info@drugfreeworld.org)

Asociación España  
Libre de Drogas  
C/Maestro Arbós 5  
4º - Oficina 29  
28045 Madrid  
Teléfono: 91 209 21 78  
[www.noaladroga.es](http://www.noaladroga.es)  
[info@noaladroga.es](mailto:info@noaladroga.es)