

LAS DROGAS

El negocio de la droga

Las drogas son sustancias químicas que alteran la percepción de la realidad. Al principio las personas que se drogan parecen divertirse más, pero con el paso del tiempo, todos sin excepción, se enganchan y no pueden estar sin fumar marihuana o tomar cocaína. Toda su vida gira alrededor de esto.

El narcotráfico internacional es la empresa más grande y más rentable del mundo. Como toda empresa, tiene especialistas en marketing y publicidad a los cuales lo único que les interesa es buscar la forma de vender más droga. Para vender más, necesita más gente que se drogue, y eso se logra engañando a todos.

Dicen que la marihuana no hace nada, que el alcohol tampoco y que quien se droga se divierte más o la tiene más clara. Realmente les importa muy poco tu vida, la de tu familia o la de tus amigos. Hacen cualquier cosa con tal de vender más.

Algunos jóvenes piensan que la pasan mejor drogándose, y no se dan cuenta que fueron engañados por la moda que pretenden crear los narcotraficantes. Se creen libres por drogarse y no saben que son prisioneros de una sustancia que les llena los bolsillos a estos mercaderes de la muerte.

Que no te drogues no significa que seas un tonto, sino por el contrario, que tienes la fuerza y personalidad suficiente para decir NO.

¿Qué daños ocasionan las drogas?

La marihuana.

Afecta la inteligencia

Provoca cáncer pulmonar y enferma las vías respiratorias
Afecta todo lo que tiene que ver con el pensamiento lógico
Es el camino al consumo de drogas más pesadas, en el 93% de los casos.
Fabrica estados de ánimo falsos: la persona se cree contenta pero en el fondo guarda un profundo dolor
Produce pérdida de concentración
Provoca la pérdida de la capacidad de amar
Provoca trastornos en la alimentación

La cocaína.

Provoca abulia; o sea una sensación de desgano que quita las ganas de hacer cualquier cosa.
Lleva a la disdimia: estados de ánimo cambiantes, momentos de depresión seguidos de euforia.
Lleva a la despersonalización: llega el momento en que no sabes quien eres.
Produce disfunciones sexuales.
Lleva al pensamiento esquizo-paranoide, uno se siente continuamente perseguido.
Provoca pérdida de la memoria y de la concentración.
Produce irritabilidad y agresividad.
Causa daños cerebrales graves.
Trastorna la alimentación.

¿Por qué se droga la gente?

1. La adicción como problema familiar

La drogadependencia puede ser contemplada como una crisis familiar. La familiar representa un sistema o un órgano, en el cual todos sus miembros se relacionan entre sí. Jóvenes que en su infancia no han recibido de sus padres suficiente amor y protección son más vulnerables a la adicción. Por falta de atención y afecto los niños se vuelven agresivos, hiperactivos e impulsivos. Muchas veces los padres recurren a calmarlos con dulces, regalitos, etc. Más de la mitad de los drogadictos provienen de familias destruidas, en las que falta la figura paterna, ya sea por muerte, separación o falta de tiempo. En todos los casos es indispensable que en caso de que se decida hacer una terapia de rehabilitación toda la familia acompañe al adicto.

2. La droga como entrada a una subcultura

La entrada a las drogas significa para muchos jóvenes la entrada a un grupo que promete protección y comunión; a una subcultura en donde la droga es el lazo que los une. Rechazar la droga implica someterse al rechazo grupal, y muchos jóvenes son demasiado débiles para hacerle frente a esta presión. No te dejes engañar por estas falsas amistades, pues en momentos difíciles desaparecen, como en el caso de una joven, que ingresó a los 14 años a un grupo de chicos mayores que ella, que le ofrecieron marihuana. Pero cuando estuvo internada por una sobredosis ninguno de ellos fue a verla.

3. Predisposición a la droga por comodidad

Un adicto suele ser un "ambicioso desanimado"; desanimado porque no ha aprendido a hacerle frente a las dificultades. En su infancia era su madre o su hermano mayor el que le resolvía los problemas. Cada nueva situación presenta la posibilidad de un fracaso y el "ambicioso" busca la manera de evadir el fracaso, el dolor, la desilusión o la frustración. La capacidad de soportar un fracaso es nula.

4. Búsqueda de libertad y respeto

Es frecuente que los jóvenes busquen en las drogas una sensación de placer, algo distinto y excitante. Quieren encontrar su "verdadero yo" y niegan que el consumo de drogas sea un grave problema. El adicto habla de un estilo de vida alternativo. Piensa que se estaría perdiendo algo si no prueba todo lo que puede producir sensaciones placenteras. Pero pensando esto sólo se está mintiendo a sí mismo. Esta búsqueda de superioridad tiene sus raíces en fuertes complejos de inferioridad. El adicto busca liberarse de su debilidad, pero no se da cuenta que la droga, en vez de favorecerlo lo reduce a un individuo totalmente dependiente hasta destruirlo.

¿Cómo salir de la adicción?

1. CONVERSACIÓN

El primer paso es el más difícil. No se puede salir sólo. Quien haya reconocido su adicción y esté decidido a dejarla necesita hablar con alguien de confianza. Esto no es nada fácil, pues es sumamente vergonzoso y humillante tener que salir de esa fachada de ilusión y mentira construida para evadir la realidad. ¿Con quién hablar? Con una persona en quien se confíe plenamente. Si esta persona no tiene la preparación necesaria para tratar casos de drogadicción es imprescindible acudir a ayuda especializada; por ejemplo aquí en Uruguay al Centro de Rehabilitación Cristiano REMAR (Teléfono **2900 9585**) y otros. Sobre todo para las primeras conversaciones es importante que sea alguien con quien se puede hablar con total franqueza.

Para estas conversaciones hay que tomarse tiempo. El camino para salir de la adicción es un camino largo y es bueno saber de antemano que curar las heridas lleva su tiempo. No es fácil, pero tampoco imposible.

2. EL INVENTARIO

Este paso es fundamental, pues todos los pasos siguientes se basan en él. Junto con la persona de confianza hay que ponerle fin a todas las mentiras y enfrentarlas a la verdad, así como también rever todo lo relacionado a la vida de adicto: las deudas, la rutina diaria, las relaciones familiares y las amistades, el camino hacia la adicción, etc. Sólo así es posible ponerle fin a ese pasado de mentira e ilusión, pues "la verdad os hará libres" (Evangelio de Juan 8:32).

3. PASOS PRÁCTICOS

Si bien la conversación y el diálogo son muy importantes, no puede quedar sólo en eso. Hacen falta hechos, no sólo palabras, para salir adelante.

Aquí en Montevideo puedes acudir al Centro de Rehabilitación Cristiano REMAR. Es un centro fundado por cristianos. Si no eres cristiano, puedes ir igual. También es bueno acudir a pastores, quienes pueden brindarte la ayuda que necesites.

Si tu organismo es adicto a la sustancia, es necesaria la desintoxicación bajo control médico. Inmediatamente debe seguir un tratamiento especializado. No es bueno que siga un período de espera, pues en éste el riesgo de caer de nuevo en el vicio es muy alto. Depende de cada caso qué tipo de tratamiento se necesita. Es muy común el rechazo a la ayuda de especialistas y a los tratamientos a largo plazo, pero éstos son necesarios para superar los problemas que llevaron hacia la adicción. Lo ideal es que la familia acompañe al adicto en su terapia, pues el problema de la adicción involucra a todos.

Si tú no eres adicto, debes estar muy atento: ¡tal vez seas tú la persona de confianza que alguien necesite para salir adelante!

¿Es menos grave fumar marihuana?

Es muy común que se le reste importancia a los peligros que representa la marihuana por ser una droga "menos dañina" que otras. No son pocos los jóvenes que hoy en día fuman un porro (cigarrillo de marihuana) como si fuera algo no tan grave. Y como en la mayor parte de los casos es el primer paso a la drogadicción, es necesario estar bien informados sobre los efectos de esta droga.

La marihuana contiene unas 60 sustancias llamadas cannabinoides, de las cuales la que más afecta al cerebro es la delta-9-tetrahydrocannabinol (THC). El efecto estimulante de esta planta fluctúa mucho de una variedad a otra, pero debido al cultivo selectivo, parte de la marihuana que se fuma hoy en día contiene entre 10 y 20 veces más THC que la de los años 60. La marihuana contiene más de 40 sustancias adicionales, y muchos de sus efectos aún se desconocen.

Al aspirar el humo de un cigarrillo de marihuana, las moléculas de THC atraviesan las delgadas paredes de los alvéolos pulmonares y pasan a la sangre. A los pocos minutos una gran cantidad de esta sustancia se dirige al cerebro. Este órgano tiene una barrera natural que permite el paso del oxígeno, los nutrientes, las hormonas y la glucosa que requiere para funcionar, impidiendo a su vez el de las sustancias innecesarias o nocivas. Sin embargo, ciertas drogas psicotrópicas pueden atravesar esa barrera. Como son liposolubles, el THC y otros cannabinoides se disuelven en las paredes de las neuronas, que están formadas por lípidos, y luego se deslizan a través de la barrera.

El THC y otros cannabinoides permanecen varias semanas en el organismo, puesto que las moléculas de esas sustancias no sólo se disuelven en el cerebro, sino también en el hígado, los pulmones, los riñones, los testículos y los ovarios.

A diferencia del alcohol y de otras sustancias hidrosolubles que el cuerpo elimina con bastante rapidez, los cannabinoides se separan lentamente de la grasa y vuelven al torrente sanguíneo hasta que por fin se eliminan a través de la orina.

La sensación eufórica que produce la marihuana se debe a que ciertas neuronas &127; en particular las que intervienen en el sentido del equilibrio, la necesidad orgánica de glucosa y la percepción del tiempo, los sonidos y los colores &127; tienen receptores que se enlazan fácilmente con el THC. Las moléculas de THC afectan parcialmente el procesamiento de información del cerebro y, como consecuencia, alteran la percepción del tiempo e intensifican los sonidos y las imágenes.

La interacción del THC con los receptores neuronales genera unos estímulos intracelulares que hacen experimentar al fumado una sensación de euforia. Entre los adictos a la marihuana, como esa interacción es muy frecuente, puede producirse habituación. Al ocurrir esto, la persona necesita cada vez más droga para conseguir el mismo efecto.

Es común que se fume marihuana y se beba alcohol simultáneamente. Esto es extremadamente peligroso, pues combinados, el THC y el alcohol producen efectos más intensos que tomados por separado. En tanto que la marihuana afecta el procesamiento de la información, el alcohol intensifica los efectos de un neurotransmisor llamado ácido gamma-aminobutírico (GABA), que se enlaza con las neuronas y produce un efecto sedante al reducir la velocidad de transmisión de los impulsos.

El THC también puede suprimir el reflejo del vómito, que es el medio natural que tiene el organismo para eliminar las toxinas. Sin él, puede acumularse en el cuerpo una cantidad peligrosa de alcohol que, en casos extremos, provocará intoxicación, daño a los órganos y aun la muerte.

El THC puede bloquear el funcionamiento de las neuronas del hipocampo &127; la parte del cerebro que convierte en recuerdos los datos sensoriales frescos y los envía a otras zonas del órgano para ser almacenados &127; y, como consecuencia, minar la capacidad de aprender y de recordar hechos recientes; por eso disminuye el rendimiento en los estudios de los adictos.

Cuando se fuma marihuana entra en el organismo tres veces más alquitrán que cuando se fuma tabaco. Además de dilatar los vasos sanguíneos, el humo de la marihuana irrita los ojos e inflama las delicadas membranas nasales. Fumar marihuana con regularidad puede provocar bronquitis crónica.

Es posible que la marihuana afecte también la capacidad de los glóbulos blancos de combatir infecciones; por eso es tan frecuente que los drogadictos estén enfermos y débiles.

La droga altera asimismo el centro del apetito, situado en el tallo cerebral, y ocasiona que la persona experimente ansias frecuentes de comer alimentos dulces.

La marihuana también ataca la hipófisis, glándula que regula la secreción de las hormonas sexuales. En los hombres puede disminuir la producción de espermatozoides y en las mujeres cesar la ovulación.

La adicción a las drogas se produce en etapas, si bien consumir una no forzosamente lleva a probar otras. Quienes fuman marihuana por lo general empezaron con alcohol y tabaco. Los expertos señalan que pocas personas se atreven a probar drogas fuertes sin haber fumado primero marihuana.

La marihuana aumenta la necesidad de oxígeno del corazón y a la vez reduce el suministro. Diez fumadas de un cigarrillo de hierba bastan para sobreexcitar el músculo cardíaco y acelerar el ritmo de 70 a 100 o más latidos por minuto. El corazón requiere entonces más oxígeno, pero como la marihuana también eleva la concentración de dióxido de carbono en la sangre, la provisión de oxígeno disminuye. Si a esto se le suma una dosis de cocaína, ésta hace que el corazón funcione ineficientemente y que los vasos sanguíneos se contraigan, lo que puede llevar a la muerte si no se reciben primeros auxilios inmediatamente.

El éxtasis: una droga mortal

El ecstacy es una droga sintética, es decir, puramente química, sin ingredientes naturales como cannabis o coca. Su nombre científico es "3,4 Metildioxi-metilanfetamina" o MDMA, pero no es seguro que una pastilla de éxtasis contenga sólo MDMA.

Esta droga aumenta la percepción después de 20 a 60 minutos y por 3 a 4 horas anula el cansancio y la inhibición, así como también la percepción de fatiga y sed. La mayoría de los casos de muerte por éxtasis fueron a causa de deshidratación excesiva. Otros efectos secundarios son: calambres, insomnio, depresiones, dolores de cabeza, taquicardia, náuseas, etc. Una sobredosis puede afectar al cerebro y no son pocos los casos de muerte por éxtasis. Así que ya sabes: si te ofrecen una pequeña pastillita de aspecto inofensivo, no la aceptes.

¿Cómo saber si alguien usa drogas?

Advertir los síntomas del uso de drogas y alcohol requiere estar muy alerta. A veces resulta difícil advertir la diferencia entre el comportamiento normal de los jóvenes y el comportamiento causado por las drogas.

Considera las siguientes preguntas:

- ¿Parece retraído, deprimido, cansado y descuidado en su aspecto personal?
- ¿Lo nota hostil y falta de cooperación?
- ¿Se han deteriorado sus relaciones con los miembros de su familia?
- ¿Ha dejado a sus antiguos amigos?
- ¿No le va bien en el colegio, han empeorado sus notas, su asistencia es irregular?
- ¿Ha perdido interés por los pasatiempos, los deportes y otras actividades favoritas?
- ¿Han cambiado sus hábitos?
- ¿Tiene los ojos colorados, las pupilas dilatadas?
- ¿Tiene conversaciones telefónicas o encuentros con desconocidos?
- ¿Tiene dificultad para hablar?

Varias respuestas afirmativas a cualquiera de estas preguntas puede señalar el uso de alcohol u otras drogas. Sin embargo, los mismos síntomas pueden aparecer en los jóvenes que no se drogan. No por usar un arito o dejarse el cabello largo un joven necesariamente está utilizando drogas, pero son síntomas a tener en cuenta si se le suman otros.

CARTA QUE UN JOVEN DROGADICTO LE ESCRIBIÓ A SU PADRE

Adiós querido papá

Lo siento mucho, papá, pero creo que ésta es la última vez que me podré dirigir a vos. En serio lo siento mucho.

Es tiempo que sepas la verdad, voy a ser breve y claro: la droga me mató, papá. Conocí a mis asesinos a eso de los 15 o 16 años de edad. Es horrible, ¿no es cierto, PAPÁ? ¿Sabés cómo fue?

Un ciudadano elegantemente vestido, muy elegante realmente y que se expresaba muy bien, nos presentó a nuestro futuro asesino:

LA DROGA.

Yo intenté rechazarla. De veras yo intenté, pero este señor se metió en mi dignidad diciéndome que yo no era hombre. No es necesario que diga más, ¿no es cierto...?

Ingresé al mundo de las drogas. No hacía nada sin que las drogas estuvieran presentes. Yo sentía más que las demás personas y la droga, mi amiga, sonreía y sometía... ¿sabés papá? Cuando uno comienza, encuentra todo ridículo y muy divertido. Incluso a Dios lo encontraba ridículo. Hoy en este hospital, reconozco que Dios es lo más importante en el mundo, sé que sin su ayuda no estaría escribiendo lo que escribo.

Papá, no vas a creerlo, la vida de un drogadicto es terrible. Uno se siente desgarrado por dentro. Es terrible y todos los jóvenes deben saberlo para no entrar en eso.

Yo no puedo dar tres pasos sin cansarme. Los médicos dicen que me voy a curar, pero cuando salen de mi habitación mueven la cabeza.

Papá, solo tengo 19 años y no tengo chance de vivir. Es muy tarde para mí; pero tengo un último pedido para hacerte: habla a todos los jóvenes que conocés para mostrarles esta carta. Deciles que en cada puerta de los colegios y en cada aula, en cada facultad, en cualquier lugar hay siempre un hombre elegante que va a mostrarles a su futuro asesino, el que destruirá sus vidas. Por favor hace eso papá, antes que sea demasiado tarde para ellos también.

Perdóname papá. Perdóname por hacerte sufrir con mis locuras.

Adiós, querido papá.

(Nota: el autor de esta carta falleció a pocos días de escribirla, por abuso de drogas.)