

Índice

CAPÍTULO 1.—LAS DROGAS: QUÉ SON Y SU HISTORIA

Qué son las drogas	5
Historia de las drogas	6
El opio y sus guerras	8
Dioses y drogas	9
El chamanismo	11
Las brujas	12

CAPÍTULO 2.—CÓMO EDUCAR Y PREVENIR

Introducción	13
¿Se pueden prevenir realmente los problemas del consumo de drogas?	13
¿Por qué es importante la educación en la prevención?	13
¿Qué tipo de riesgos existen?	13
¿Por qué se consumen drogas?	14
¿Qué clase de drogas consume?	14
¿Cuándo es un problema el uso de drogas?	14
¿Podemos prevenir el abuso de drogas?	14
¿Cómo pueden saber los padres si sus hijos usan drogas?	14
¿Qué pueden hacer los padres si sus hijos toman drogas?	15
¿En qué campos se puede intervenir?	16
¿Cualquier persona puede hacer prevención?	16
¿Qué causas provocan el consumo de drogas?	16
¿Nos podemos proteger de las drogas?	16
¿Es necesario aprender a convivir con las drogas?	16
¿Cuáles son los factores de riesgo?	16
¿Existen personas más vulnerables al consumo de drogas?	17
¿Qué signos pueden ayudar a detectar un abuso de drogas?	17
¿Para evitar su consumo, es necesario hablar sobre las drogas?	17
¿Qué papel desempeñan los medios de comunicación y la publicidad?	17
¿Los valores de una sociedad influyen sobre los consumos de su población?	17
¿Se están dando respuestas suficientes en materia de prevención?	18
¿Qué es prevenir el consumo de drogas?	18
¿Qué son los programas de prevención de drogodependencias?	20
Prevención y programas preventivos	20
Tipos de programas de prevención	21
Estrategias de influencia	21
Estrategias de desarrollo de competencias	21
Estrategias de control y protección	22
Estrategias de diseño ambiental	22
Educación y prevención sobre el consumo de alcohol ..	24
Prevención específica o inespecífica	25
Factores y comportamientos de riesgo ante el consumo de alcohol	27
La dinámica grupal y el aprendizaje del alcohol	28

Alcohol y jóvenes	29
Consumo de alcohol	29
¿Por qué consumen?	29
Qué, cuánto y cómo consumen	30
Cómo actuar sobre el problema	30
Educación sobre el alcohol	32
El consumo de alcohol afecta a la escuela	32
Actuaciones en el ámbito escolar	32
El marco escolar como agente preventivo	32
Qué se debe tener en cuenta a la hora de educar e intentar prevenir	34
Sugerencias para iniciar experiencias preventivas en el colegio	34
Fomentar el juego y la recreación en la escuela y el hogar	35
Comprensión	35
Para ello debemos tener en cuenta	35
¿Qué patrones y hábitos de consumo tienen los alumnos?	35
¿Cuáles son los factores pertinentes del problema?	37
¿Cuáles son las metas u objetivos?	37
¿Cuáles son las técnicas que se van a utilizar?	37
¿Se necesita algún entrenamiento específico?	37
¿Qué recursos harán falta?	38
Cómo evaluar	38
Cómo dar información sobre drogas	38
Advertencias previas	38
¿Quién debe dar la información?	39
Características de la información sobre drogas	40
¿A quién puede darse esta información?	40
¿Cómo debe darse información sobre drogas al grupo? ..	40
¿Sobre qué drogas dar información a los alumnos?	40
¿Quién debe coordinar el proyecto?	41
¿A quién le corresponde establecer la relación entre la comunidad escolar y la familia	41
Los factores de riesgo	42
¿Por qué en la escuela?	42
Cómo se puede hacer la educación en la escuela	42
1. Introducir la como tema transversal en el currículum ..	43
2. Introducir la como programa específico	44
La educación informal: el currículum oculto	45
Educar es prevenir	46
El clima escolar	46
Escuela = Promotora de salud	47
A través del desarrollo del tiempo libre	48
Características de una escuela promotora de salud	49
La educación para la salud	49
¿Qué se pretende conseguir con la prevención escolar?	50
Programas para jóvenes fuera de la escuela	50
¿En qué se puede manifestar?	51
Como ayudar cuando hay problemas de consumo o abuso	51
El rol de los padres frente a las drogas	52
Educar es prevenir	52

Prevenir el uso indebido de drogas: orientación para padres 53

 Cómo hablar con los hijos 54

 Escuche atentamente 54

 Fomente la toma de decisiones 54

 Proporcione la información adecuada para la edad de sus hijos 55

 Ponga el ejemplo 55

 Incremente la auto-estima 55

 Repita el mensaje 55

 Si sospecha de algún problema, busque ayuda 55

 Desconozco a mi hijo 55

El adolescente y la autoridad 56

Falta de comunicación con los hijos 56

 Actitudes que impiden la comunicación 56

 Padres autoritarios, liberales y democráticos 57

 El modelo autoritario 57

 El modelo liberal 57

 El modelo democrático 57

 La responsabilidad 57

Nivel de auto-estima de los hijos 58

Riesgo de comportamiento violento 58

Ámbito familiar 59

 La sobreprotección 59

 Falta de comunicación 59

 Dificultad para fijar límites 59

 Situación familiar conflictiva 60

 Consumo excesivo de drogas por parte de los padres 60

 No fomentar la autonomía 60

 Sobreexigencia 60

Relaciones con la familia y la comunidad 61

 La familia 61

 La comunidad 62

Ámbito laboral 63

La sociedad y los medios de comunicación 63

 Relación de los medios de información con las drogas 64

 Estereotipos usados por los medios de comunicación en relación a las drogas 65

 Acciones a realizar desde los medios de comunicación para colaborar con las iniciativas sobre prevención 66

La prevención del consumo de drogas desde los servicios sociales 67

 La dimensión comunitaria de los servicios sociales 67

 Objetivos de la intervención comunitaria desde los servicios sociales generales 69

CAPÍTULO 3.— LAS DROGAS: DÓNDE Y CÓMO ACTÚAN

Nota para el lector 70

Dónde actúan las drogas 71

El sistema nervioso 72

Función del sistema nervioso 74

 Ejemplo 1 75

 Ejemplo 2 75

 Ejemplo 3 75

 Ejemplo 4 76

¿Qué pasa en la sinapsis? 76

Las drogas y la sinapsis. Las endorfinas 77

 Inhibidoras 79

 Activadoras 80

Anabolizantes 81

 Glándulas endocrinas 81

 Glándulas sexuales 81

 Hormonas sexuales y anabolizantes 82

 ¿Cómo actúan los anabolizantes? 82

 La eritropoyetina 83

Enfermedades relacionadas con las drogas 83

 Angina de pecho 84

 Cirrosis hepática 84

 Enfisema 84

 Hepatitis B 85

 Hepatitis C 85

Sida 86

Trombosis coronaria 88

Otras enfermedades 88

CAPÍTULO 4.— TIPOLOGÍA DE LAS DROGAS

Modos de catalogar las drogas 90

Clasificación según los efectos en el sistema nervioso .. 90

Clasificación según el tipo de dependencia 90

Clasificación según su potencia y efectividad 91

Clasificación según el grado de dependencia 91

Clasificación según su toxicidad 91

Clasificación según el modo de consumirlas 92

Clasificación según la OMS 92

Distinción entre drogas legales e ilegales 93

Clasificación de las drogas según sus orígenes 93

Tipos de drogas de uso recreativo 93

Principales drogas 94

 Opiáceos (narcóticos) 94

 El alcohol 96

 El tabaco 98

 Características de la nicotina 99

 Tabaco y mujeres 100

 Fumar y engordar 101

 La cafeína 101

Anfetamina y metanfetaminas (speed) 102

 Modo de consumo 103

 Preguntas clave 104

 ¿Los consumidores de metanfetamina tienen riesgo de contraer SIDA y hepatitis B y C 104

 ¿Qué tratamientos son eficaces para los que abusan de la metanfetamina? 104

 Droga del amor (MDA o metilen-dioxi-anfetamina) 105

 Eva (MDEA o metilen-dioxi-etil-anfetamina) 105

 Éxtasis (MDMA) y otras phenelthylaminas 105

 LSD (Lysergic acid diethylamida) 106

 Fisicamente produce 106

 Efectos crónicos 107

Drogas anoréxicas 107

Drogas depresoras, barbitúricos y benzodiazepina 108

 Barbitúricos 108

 ¿Cómo se produce? 109

 ¿Qué efectos produce? 109

 Benzodiazepinas 110

 Butorphanol 110

Cannabis: marihuana, hashish y aceite de hashish 111

Cocaína: base libre, crack y clorhidrato 113

 Preguntas con respuesta 114

 ¿Tiene efectos sobre la actividad sexual? 114

 ¿Tiene efectos positivos sobre la actividad intelectual? 114

 ¿Cuáles son los efectos inmediatos del consumo de esta droga? 114

 Base libre y crack 114

 Efectos 114

 Clorhidrato de cocaína 115

 Codeína 115

 Fentanyl 116

 Heroína 116

 Peligros para la salud 117

 Tolerancia, toxicomanía y abstinencia 118

 Tratamiento 118

 Hidrocodona 118

 Hidromorfona 118

 Inhalantes 120

 Ketamina 121

 Efectos 121

 Khat (*Catha Edulis*) 122

 Laam 122

 Meprobamate 123

 Metadona 123

 Metilfenidato 124

 Morfina 124

 Nitroglicerina 125

 Opio 125



Oxycodona.....	126
Paraldehyde.....	126
Penicilina.....	126
El peyote (<i>Lophophora Williamsii</i>).....	127
Cuadro general de las drogas de abuso más consumidas.	129

CAPÍTULO 5.— LA DROGADICCIÓN Y SUS ETAPAS

Adicción	132
Definición.....	132
Síntomas.....	133
Curso.....	133
Tratamiento.....	133
Automanejo.....	133
Confrontando la recaída.....	134
Las drogas adictivas	135
Dependencia de sustancias.....	135
Constelación predictiva.....	136
1. Factores personales.....	136
2. Factores del entorno próximo.....	137
3. Factores ambientales globales.....	138
Los niveles de consumo.....	138
Drogas: infancia y adolescencia	141
Infancia y drogas.....	141
Adolescencia y drogas.....	142
Familia y drogas.....	146
Los padres de los adictos	148
¿Qué es la codependencia?	149
Rasgos de codependencia.....	150
Bebés y síndrome de abstinencia	150
Las drogas y el embarazo.....	150
El tabaco y el embarazo.....	151
El alcohol y el embarazo.....	151
Otras drogas y el embarazo.....	152
El síndrome de abstinencia	153
Tabaco y síndrome de abstinencia.....	153
El síndrome de abstinencia en el alcohol.....	154
El síndrome de abstinencia prolongado.....	156
Características del síndrome de abstinencia prolongado..	156
Alteraciones del sueño.....	157
Síntomas físicos.....	157
Respuestas condicionadas.....	157
Síndrome de abstinencia prolongado y proceso de recaída.....	158
Dependencia	159
Tolerancia	160
Tolerancia inversa/tolerancia recíproca.....	161
Tolerancia cruzada.....	161
La rehabilitación: conceptos y procesos	161
Grupos terapéuticos	163
Etapas motivacionales y medidas terapéuticas.....	163
1. Etapa precontemplativa.....	163
2. Etapa contemplativa.....	163
3. Etapa de determinación.....	163
4. Etapa de acción.....	163
5. Etapa de mantenimiento.....	163

CAPÍTULO 6.— FACTORES DE RIESGO

Introducción	165
Factores de riesgo y factores de protección.....	165
Características y precisiones.....	166
¿Cómo se definen los factores de protección?.....	167
Factores de protección frente a los problemas de drogas.....	168
Detección precoz y apoyo a drogadictos.....	168
Cambios de amistades.....	169
Síndrome amotivacional.....	169
Cambio de costumbres.....	169
Descuido personal.....	169
Salidas permanentes del hogar.....	169
Cambios en la personalidad.....	169
Ausencia escolar.....	170
Desaparición de objetos.....	170
Síntomas físicos.....	170
Alteraciones en el apetito y peso corporal.....	170

Alteraciones en el sueño.....	170
Aprendizaje social contra el abismo de las drogas.....	170
Vivir en familia.....	171
Los principales problemas educacionales que existen en relación a las drogas.....	172
Transtornos de personalidad.....	172
Transtorno de personalidad obsesivo-compulsivo.....	172
Transtorno de personalidad por dependencia.....	173
Transtorno de personalidad pasivo-agresivo.....	174
Transtorno paranoide de la personalidad.....	174
Transtorno narcisista de la personalidad.....	174
Transtorno antisocial de la personalidad.....	174
Transtorno esquizoide de la personalidad.....	174
Transtorno de personalidad por evitación.....	174
Transtorno histriónico de la personalidad.....	174
Transtorno límite de la personalidad.....	174
Tratamiento cognitivo para los trastornos de personalidad.....	174
Las obsesiones.....	175
Las compulsiones.....	176
La negación	177
La importancia de la promoción de la salud	178
Factores de riesgo vinculados con la sustancia	179
Factores de riesgo vinculados con el individuo	179
Edad.....	179
Baja autoestima.....	179
Baja asertividad.....	179
Elevada búsqueda de sensaciones.....	180
Lugar de control externo.....	180
Falta de conformidad con las normas sociales.....	180
Escasa tolerancia a la frustración.....	180
Otros factores de riesgo	180
Dificultad para el manejo del estrés.....	181
Bajo aprovechamiento escolar.....	181
Falta de conocimientos acerca de las drogas.....	182
Expectativas positivas respecto a las consecuencias del consumo de drogas.....	182
Falta de habilidades para tomar decisiones o resolver problemas.....	182
Actitudes favorables hacia las drogas.....	183
Confusión en el sistema de valores.....	183
Factores de protección vinculados con el individuo	183
Los valores.....	184
Factores de riesgo y protección vinculados con el contexto	185
Factores microsociales.....	186
Factores macrosociales.....	186
Factores de riesgo vinculados con el contexto macrosocial	186
Disponibilidad de la droga.....	186
Sistema colectivo de valores.....	187
Falta de recursos o facilidades para el empleo saludable del tiempo libre.....	187
Planificación urbanística.....	187
Publicidad de drogas legales.....	187
Discurso social inadecuado sobre las drogas.....	188
Factores de protección vinculados con el contexto macrosocial	188
Promoción de la salud.....	188
Limitación de la accesibilidad a las sustancias.....	188
Generación de actividades de ocio y tiempo libre alternativas a la cultura de consumo.....	189
Factores microsociales	189
Factores de riesgo relacionados con el ámbito familiar.....	190
Baja cohesión familiar.....	190
Clima afectivo inadecuado.....	190
Estilo educativo familiar.....	190
Consumo de drogas en el ambiente familiar.....	190
Apego familiar y clima afectivo positivo.....	190
Comunicación fluida.....	191
Presencia de límites.....	191
Factores de riesgo relacionados con el ámbito escolar.....	191
Falta de integración escolar.....	191

Consumo de drogas en el medio escolar.....	191	Tráfico de drogas por mar	201
Factores de protección relacionados con el ámbito escolar	191	Protección de jueces, testigos y testigos periciales.....	201
Factores de riesgo y protección relacionados con el grupo de amigos.....	192	Operación púrpura: vigilancia del permanganato potásico	201
Factores de riesgo	192	Operación topacio: vigilancia del anhídrido acético	202
Factores de protección	192	Legislación, políticas y medidas de ámbito nacional en la Unión Europea.....	203
Factores microsociales relacionados con el ámbito laboral	192	Fiscalización del comercio en semillas de adormidera	203
Factores de riesgo relacionados con el ámbito laboral	192	Consumo de opiáceos	203
Factores relacionados con la organización del proceso productivo.....	192	Producción de materias primas de opiáceos	204
Factores relacionados con el puesto de trabajo y/o tarea	193	Consecuencias económicas	204
Factores de riesgo relacionados con el ambiente laboral	193	El desarrollo alternativo exige una financiación a largo plazo y sostenida	206
Medidas relativas a la tarea	193	Medidas contra el blanqueo de dinero	207
Con respecto a la organización	193	Economía y producción de drogas	207
¿Qué hacer en caso de urgencia por consumo de drogas? ..	193	Consecuencias sociales	209
Evaluación conductual	194	Novedades principales	209
Perfil psicoafectivo del drogadicto.....	195	Características sociales en Europa	210
CAPÍTULO 7.— CONSECUENCIAS DEL USO DE DROGAS		Consecuencias sanitarias	211
Consecuencias según el tipo	196	Consumo de drogas mediante inyección.....	213
Consecuencias según el nivel	196	Las sustancias psicoactivas	214
Análisis de la situación mundial	198	Mala gestión de las drogas legales.....	215
África	198	Consumo de estimulantes del sistema nervioso central....	215
América central y el Caribe	198	Salones de inyección de drogas	216
América del sur	198	Consecuencias del consumo de drogas para la salud	216
Asia oriental y sur-oriental	199	Enfermedades infecciosas relacionada con la droga	217
Asia central y sur-occidental	200	Muertes relacionadas con la droga y mortalidad de los consumidores	217
Europa	200	Tendencias de las muertes por intoxicación aguda de drogas	219
Oceanía	200	Mortalidad entre los consumidores de drogas	219
Consecuencias jurídicas	201	Consumidores de drogas en centros penitenciarios.....	219
Medidas para promover la cooperación judicial	201	Comportamientos sexuales de riesgo	220
Extradición	201		