



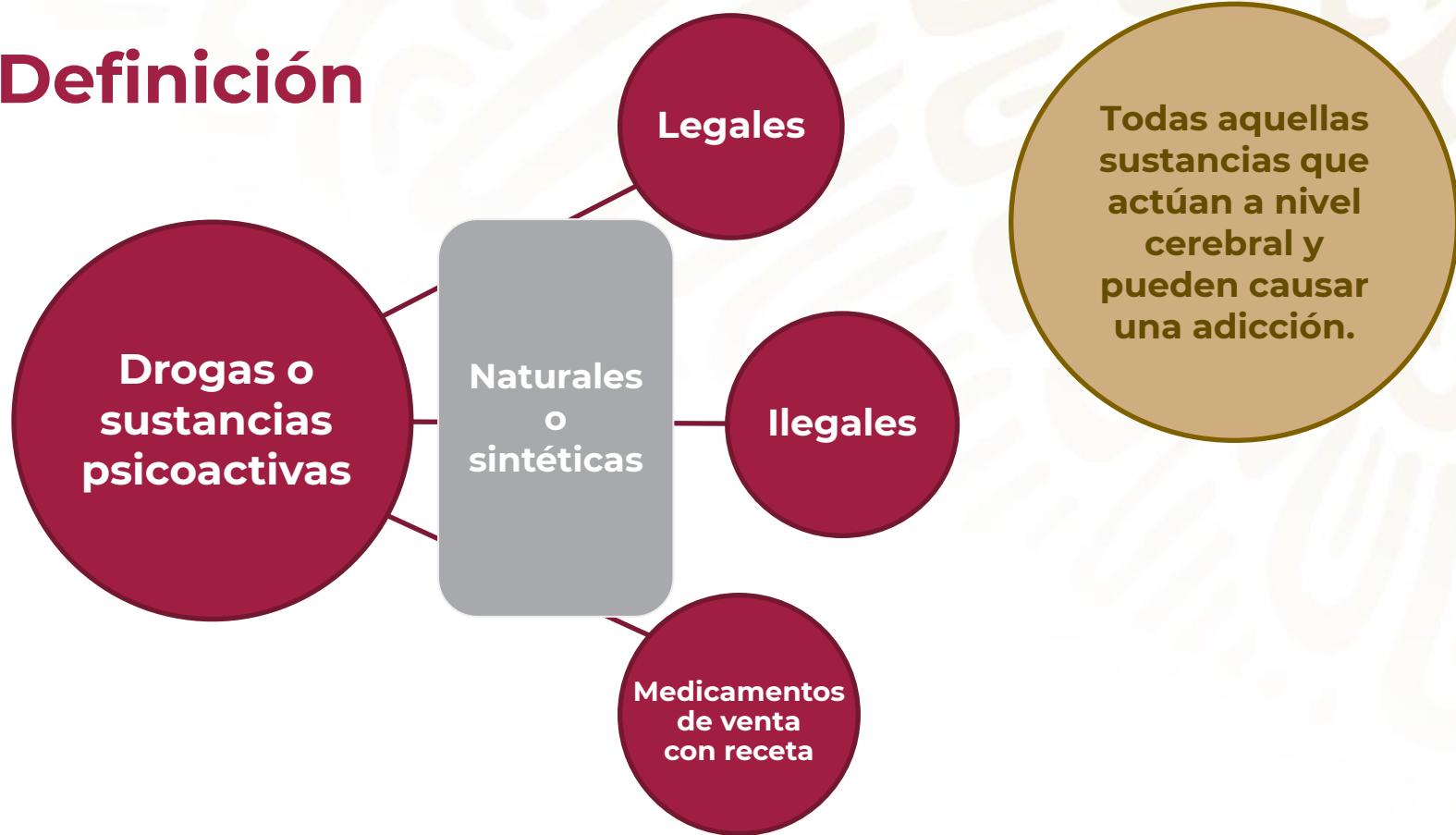
Sesiones virtuales
con **expertos**

Generalidades: **las drogas y su clasificación**

Dra. Beatriz Paulina Vázquez Jaime

SI TE
DROGAS,
TE DAÑAS

Definición



Las drogas o sustancias psicoactivas pueden inducir cambios en la regulación de las emociones (ánimo), del pensamiento (toma de decisiones) y de la conducta (llevar a cabo una tarea).

Generalidades

El consumo de drogas es un gran desafío.

Uno de los principales retos consiste en prevenir los primeros contactos con las sustancias psicoactivas y retrasar la edad de inicio, adoptando un enfoque centrado en las personas y la salud pública, reconociendo que el consumo y los trastornos mentales asociados son complejos y de naturaleza crónica, que deben ser prevenidos y tratados con intervenciones basadas en evidencia científica.

El uso de sustancias es un **problema de salud pública**, el cual va en aumento principalmente en la población de adolescentes y adultos jóvenes, estos individuos son los más vulnerables, ya que a menor edad de consumo inicial, mayor riesgo de cumplir criterios para presentar un trastorno por uso de sustancias en la edad adulta.

En adolescentes es indispensable evitar su consumo.

En el ámbito de la salud pública cuando estudiamos las sustancias de potencial abuso, debemos prestar atención:



Consecuencias en la salud

Para entenderlas debemos conocer:

**Propiedades
farmacológicas**

**Funciones sociales y
psicológicas**

Vías de administración

Significado cultural

¿Por qué del consumo?

**Mecanismos nocivos
asociados al consumo
indebido**



**Sensaciones
placenteras en
el cerebro**



**Refuerzo
social y valor
simbólico**



**Predisposición
genética**

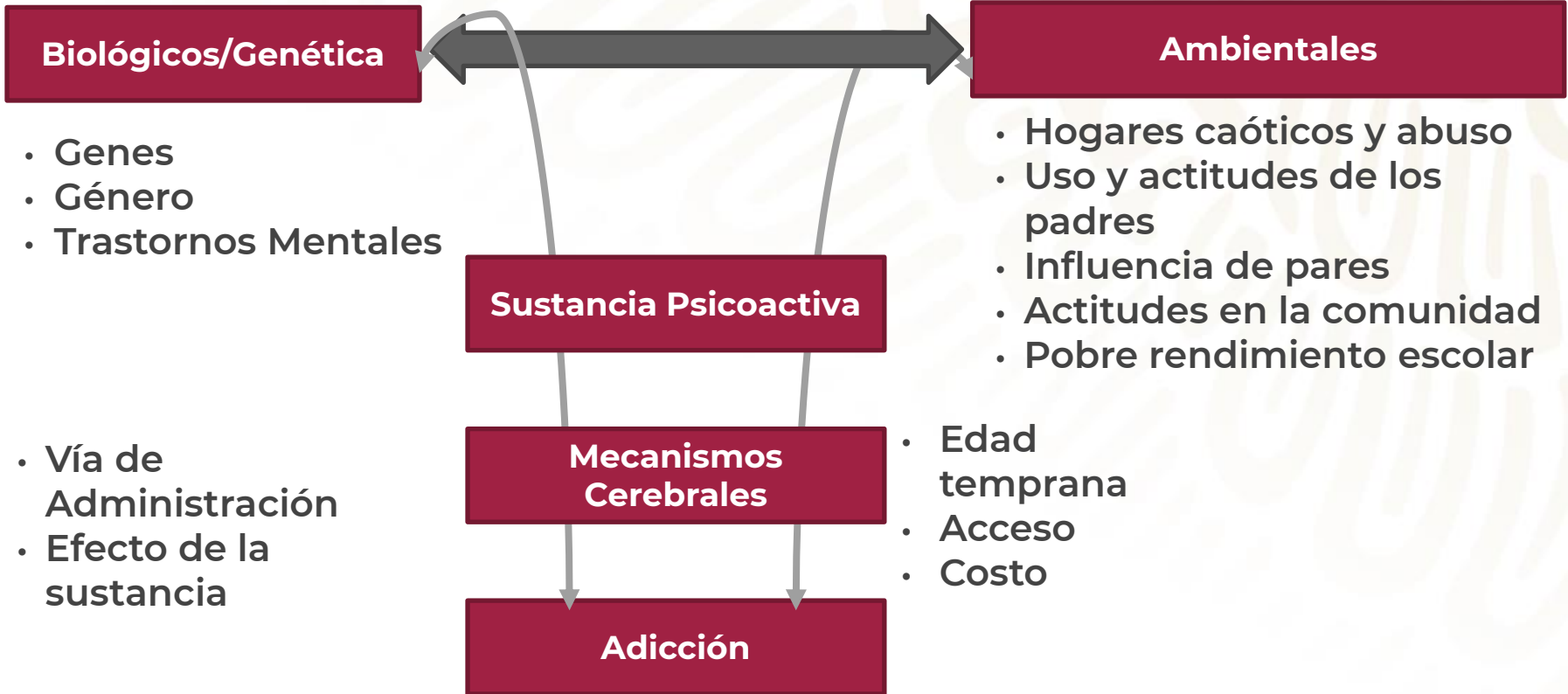


**Ciertas características
de la personalidad:
gusto por las
emociones fuertes e
impulsividad**



**Contexto
social**

Factores de riesgo y protección asociados al consumo de drogas



PARA EL CONSUMO DE SUSTANCIAS PSICOACTIVAS

FACTORES DE RIESGO

FACTORES PROTECTORES

Irritabilidad y conductas agresivas en la infancia

Autocontrol y Autorregulación

Pobre supervisión parental

Apoyo y monitoreo parental

Pobres habilidades sociales

Relaciones positivas

Experimentación con sustancias

Adecuado desempeño académico

Acceso a sustancias en escuela o comunidad

Políticas antidrogas en las escuelas

Pobreza

Orgullo e Identidad comunitaria, sentido de pertenencia

Modelos que estudian la transición en el consumo

Edad joven

Personas blancas

Historia familiar de alcoholismo

Abuso en la infancia

Personalidad antisocial y esquizoide

Conducta criminal

Modelos que estudian la transición en el consumo

Pérdida de los padres

Violencia familiar

Abuso Sexual

Número acumulado de adversidades

Trastornos mentales

Las drogas y el cerebro

Los rápidos efectos psicoactivos y compensadores, especialmente los de tipo **placentero y analgésico**, explican por qué los animales y los seres humanos tienden a administrarse reiteradamente, a pesar de sus consecuencias negativas.

Las drogas y el cerebro

Todas comparten semejanzas importantes.

Muchas sustancias psicoactivas activan el sistema de recompensa aumentando la **neurotransmisión de dopamina.**

Clasificación por su efecto

Depresoras	Alucinógenos	Estimulantes	Cannabis y Cannabinoides
Suprimen, inhiben o reducen algunos aspectos de la actividad del sistema nervioso central (SNC).	Inducen alteraciones de la percepción y del pensamiento.	Activan, potencian o incrementan la actividad del SNC	Alteran el pensamiento, la percepción, la atención y la memoria
Alcohol Hipnóticos/Sedantes Benzodiacepinas Inhalables	LSD PCP Hongos MDMA Peyote	Cafeína Tabaco Cocaína Anfetaminas Metanfetaminas	Cannabis y sus derivados

Vía de administración

La vía de administración es el método de ingestión de la sustancia, es decir, si se fuma, se traga, se inhala, se inyecta, etc.

Vía oral:
en forma de sustancias naturales (por ejemplo: hojas de coca) o productos sintéticos (por ejemplo: analgésicos).

Vía intranasal:
a través de las mucosas, como el polvo de cocaína.

Vía inhalatoria:
como el vapor de *crack*.

Vía intravenosa:
como la heroína.

Tipos de Consumo

Intoxicación

Episodio o patrón de consumo nocivo

Dependencia

Síndrome de abstinencia

Trastornos mentales

Intoxicación

Condición transitoria que aparece **durante o poco después** del consumo de la sustancia y que se caracteriza por alteraciones en la **conciencia, cognición, percepción, afecto, comportamiento o coordinación.**

Causadas por los efectos farmacológicos conocidos.

Intoxicación

- Su intensidad está estrechamente relacionada con la cantidad consumida.
- Son de tiempo limitado y disminuyen a medida que se elimina la sustancia del cuerpo.
- Las características de presentación son específicas a los efectos de cada sustancia (depresores, estimulantes, disociativos, etc.).

Episodio de consumo nocivo

Episodio único de uso que ha causado daños a la salud mental o física de la persona o ha provocado un comportamiento que conlleva daños a la persona o a otros.



Episodio de consumo nocivo

El episodio de uso nocivo típicamente involucra daños agudos a la salud, que no se limitan a los síntomas de intoxicación o abstinencia agudas, sino que puede incluir desórdenes mentales inducidos por sustancias.

Episodio de consumo nocivo

Se trata de un patrón de consumo de sustancias que produce un perjuicio para la salud.

Patrón de uso nocivo

Un patrón de uso que ha causado daños a la salud mental o física de la persona o ha provocado un comportamiento que conlleva daños a la persona u otros.

Es evidente en un periodo de **por lo menos 12 meses y puede ser episódico o continuo.**

Patrón de uso nocivo

El daño puede ser por los efectos intoxicantes de la sustancia, los efectos tóxicos directos o secundarios sobre órganos y tejidos o por una ruta de administración riesgosa.

Fuerte deseo o necesidad compulsiva de consumir la sustancia.

Dificultad para controlar el comportamiento ante la sustancia en lo que concierne al inicio del consumo, el final del consumo o la cantidad consumida.

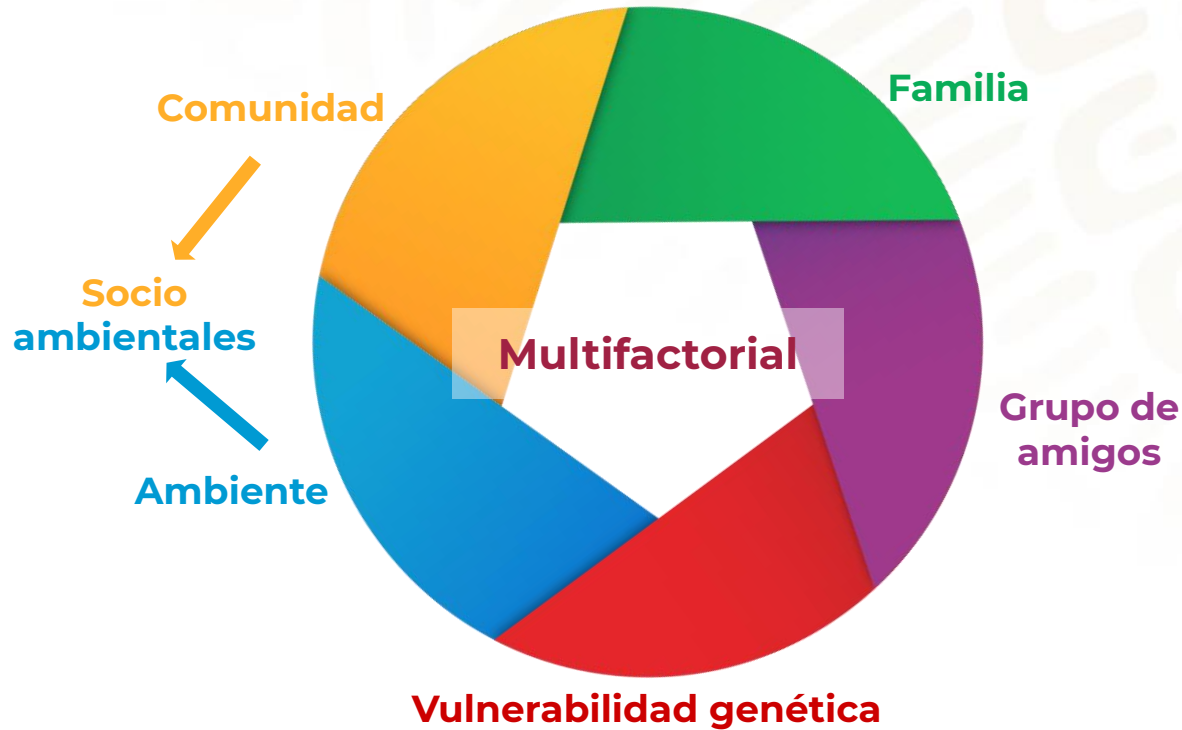
Reacción fisiológica de abstinencia cuando se suprime o se reduce el consumo, por ejemplo: el síndrome de abstinencia característico de la sustancia; o el consumo de la misma sustancia (o sustancia análoga) con la intención de aliviar o evitar los síntomas de abstinencia.

Mayor riesgo de consumo entre los 10 y los 18 años

Los estándares de calidad recomiendan las intervenciones desde la primera infancia a fin de favorecer y potenciar el desarrollo integral de las personas.



El consumo de una sustancia no es suficiente para llegar a presentar un uso perjudicial o dependencia.



La adicción o el trastorno por consumo de sustancias

Los trastornos por uso de sustancias se definen como un **problema crónico y con recaídas constantes.**

Caracterizado por la búsqueda compulsiva de la sustancia, con consecuencias adversas.



La adicción o el trastorno por consumo de sustancias

Se considera un **trastorno mental con alteraciones funcionales en los circuitos cerebrales** que involucran al **sistema de recompensa, ansiedad y autocontrol.**



Adolescencia

- La adolescencia es un periodo en el que se está expuesto a nuevas ideas y conductas mediante el aumento de asociaciones con pares.
- Es el tiempo en el que se prueban nuevos roles y responsabilidades.

Adolescencia

El deseo de asumir el rol de los adultos y la independencia los lleva a tomar malas decisiones y a que se involucren en conductas de riesgo

Es indispensable el desarrollo de habilidades sociales y resiliencia

Consumo de sustancias legales e ilegales

El cerebro termina de desarrollarse hasta la adultez

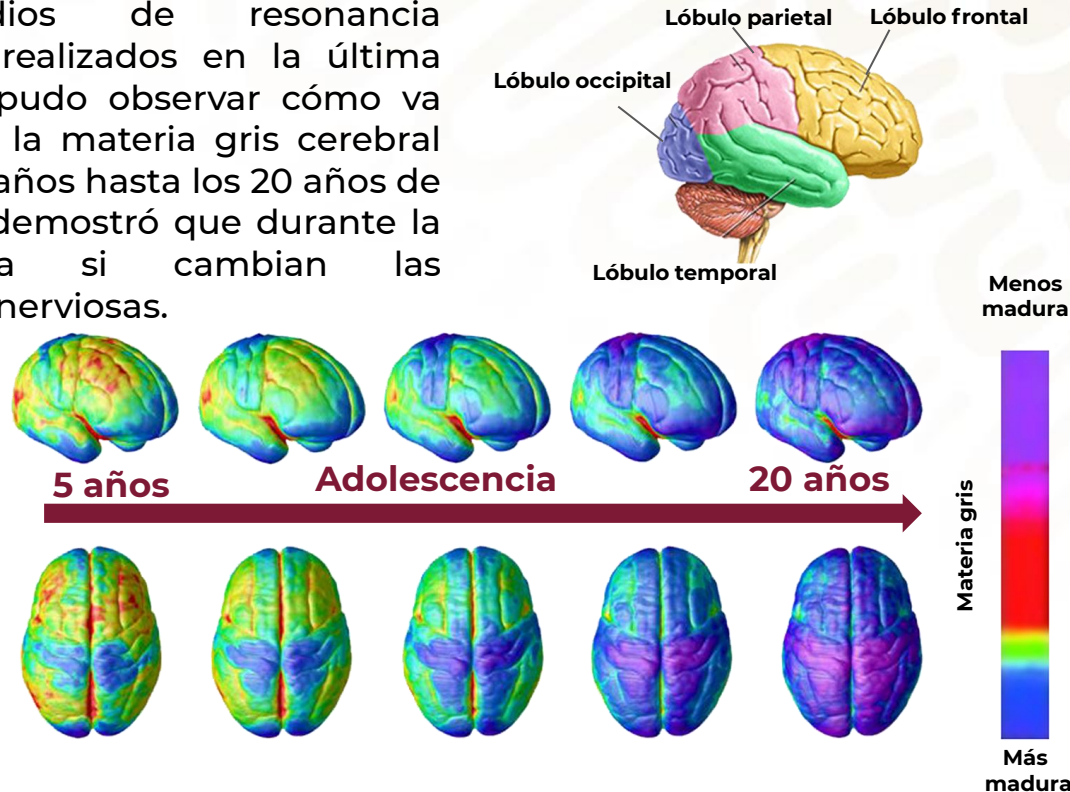
La corteza prefrontal se encuentra poco desarrollada y desbalanceada con respecto a las demás partes del cerebro que se encargan de las emociones.

La corteza prefrontal es la parte del cerebro que nos permite evaluar situaciones, tomar decisiones acertadas y mantener nuestras emociones y deseos bajo control.

El cerebro termina de desarrollarse hasta la adultez

En pleno desarrollo

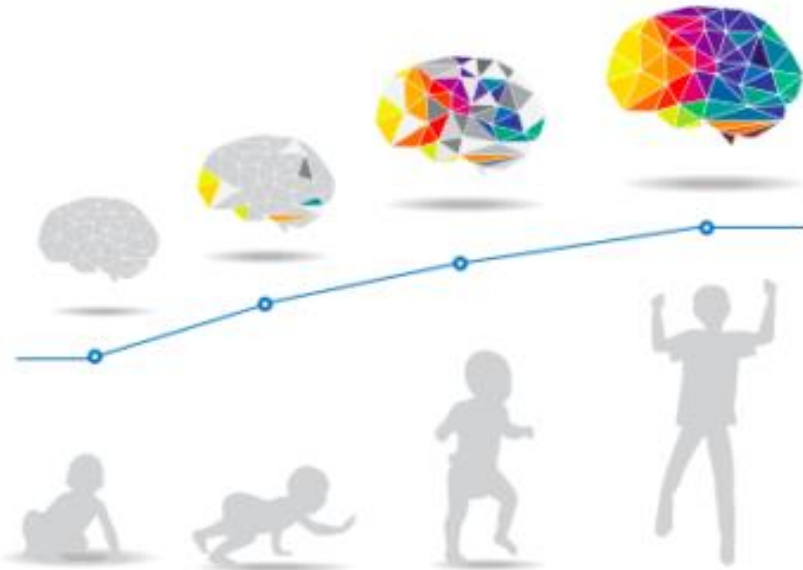
En estudios de resonancia magnética realizados en la última década se pudo observar cómo va madurando la materia gris cerebral desde los 5 años hasta los 20 años de edad. Esto demostró que durante la adolescencia sí cambian las conexiones nerviosas.



Factores de Riesgo:
Percepción del riesgo
Fácil acceso
Pobre supervisión
Pares consumidores
Psicopatología

El consumo de
sustancias inicia en la
adolescencia

- a. El **ambiente** es uno de los factores asociados al **inicio del consumo**.
- b. La **herencia y el efecto de las sustancias** son unos de los factores asociados al **mantenimiento y progresión** del consumo.

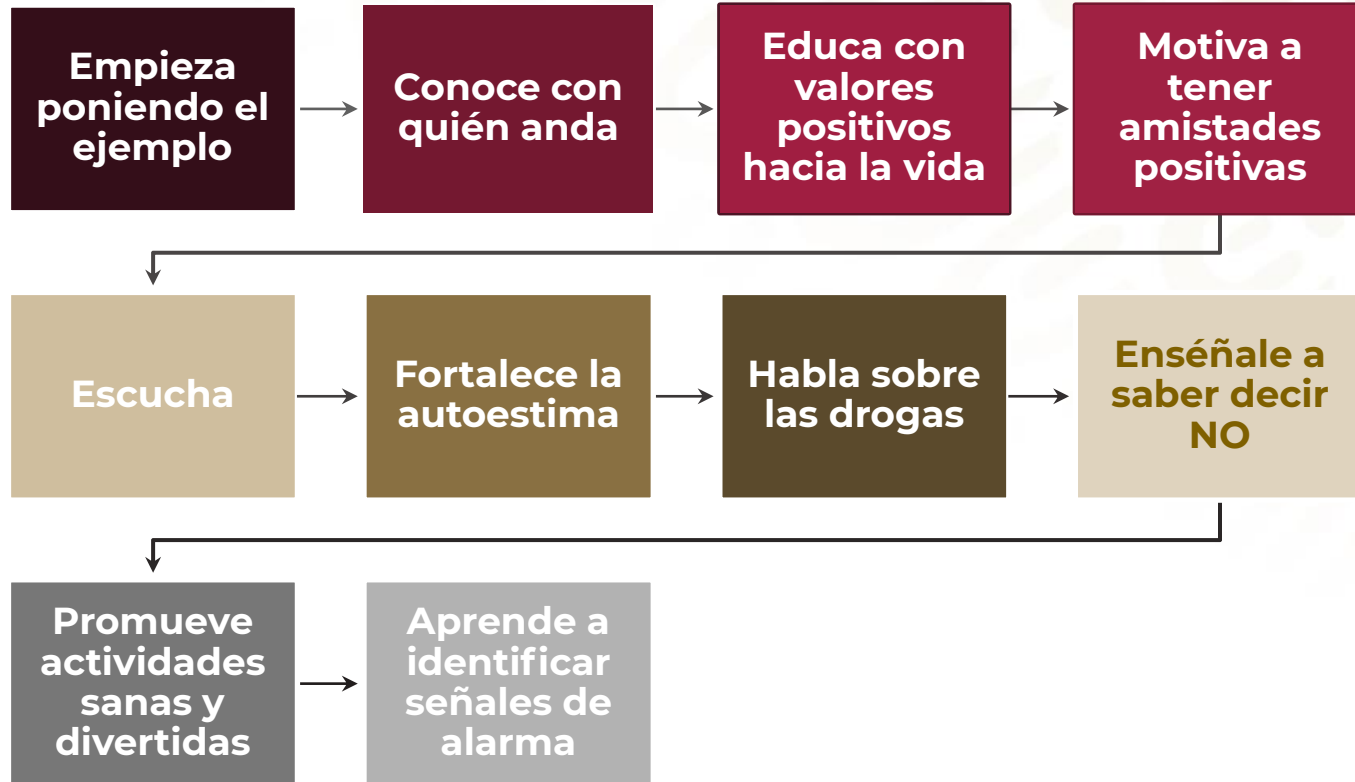


Los programas de prevención están diseñados para prevenir o retrasar el inicio en el consumo o la evolución de la experimentación al consumo.

Recomendaciones para la prevención



Diez recomendaciones para prevenir que NNA usen drogas





Alternativas de **prevención de riesgos** a través de tareas sencillas.



Mejorar la **comunicación** y la **relación** entre madres, padres e hijos(as).



Aumentar las **redes de apoyo**.



Conocer **alternativas de intervención**.

Empieza poniendo el ejemplo



NNA aprenden más de lo que hacemos, que de lo que decimos



Reflexionar sobre las alternativas que se deben promover, para la solución de problemas



Analizar la existencia de normas y reglas claras y consistentes, como un factor fundamental en la educación de hijos e hijas

Conoce a las amigas y amigos

- Reflexionar sobre la importancia de conocer a los amigos y compañeros para evitar situaciones de riesgo.
- Identificar y conocer a los padres de familia como una alternativa de cercanía.



Educa con valores positivos hacia la vida

Cuando se solicita respeto y damos principios claros, ayudamos a saber decir NO a consumir drogas y evitar amistades o lugares que lo o la pongan en riesgo



Reflexionar sobre la importancia de ser consistentes en el fortalecimiento de valores, particularmente del cuidado de la salud, respeto para sí mismo(a) y para otros.

Motívalos a tener grupos de amistades positivos

- Facilita que se mueva en ambientes sanos, como equipos deportivos o grupos que se unan con fines culturales o de ayuda.
- Identifica la importancia de la influencia de los amigos(as) y compañeros(as) en la adolescencia.
- Identifica los posibles riesgos asociados a la influencia negativa de las amistades.




Escúchalos

Muestra interés y evita juzgar o dar consejos en ese momento.



Escucha a las y los jóvenes sin descalificarlos. Platica con ellos, muestra interés en lo que dicen.



Interésate por lo que hace, no lo interrumpas, míralo a los ojos cuando hable, espera a que termine de hablar y luego dale tu opinión sin regañarlo.

Fortalece la autoestima

Si tú crees en ellas y ellos, creerán en sí mismos.

- Desarrollar la autoestima es demostrarle tu cariño y afecto cuando elogias y corriges.
- Apoya para que aprenda a tomar decisiones por su cuenta, a hacerse responsable y asumir las consecuencias de sus conductas.



Habla sobre las drogas

- Pon reglas claras en la familia sobre el uso de drogas.
- Plática sobre las consecuencias del consumo de sustancias.
- Explícale que el uso de alcohol, tabaco y otras drogas, **no son necesarios** para verse grande o ser importante, e **interfieren con sus metas de vida.**

Enseña a decir NO a tus hijas e hijos

Prepara a NNA para que aprendan a negarse ante propuestas que vayan en contra de lo que realmente quieren.

La presión de las amigas y los amigos es el principal motivo por el que las y los jóvenes empiezan a fumar, beber o probar drogas.

Trabaja algunas alternativas para fortalecer la toma de decisiones, para rechazar la oferta.

Fomento de actividades saludables

- El adecuado manejo del tiempo libre protege a NNA y los aleja de la posibilidad de iniciar el consumo de drogas.
- Recuerda que tú eres un modelo importante. Si te observa hacer actividades saludables, aprenderá esas conductas.
- Acércalo al deporte, basta una pelota o un par de tenis. También pueden visitar museos o lugares que les interesen.



**Aprende a identificar las señales
de alarma**

Estar atentos de las conductas y actitudes, conocerlos y darse cuenta si están cambiando

Cambia de amigos.

Miente con frecuencia y discute por cosas simples.

Pide dinero prestado o trae dinero sin explicar de dónde lo sacó.

Baja sus calificaciones y no cumple con las tareas.

Sale más seguido y no quiere decir a dónde va.

Descuida su arreglo personal.

Se enoja fácilmente.

Tiene los ojos rojos o irritados.

Huele a cigarro, solventes o alcohol.

Se están perdiendo objetos de la casa.

¿Qué hacer si se sospecha del consumo de drogas en NNA?

Si sospechas que está consumiendo alguna droga:

“Actúa con calma, habla con él o ella sin enojarte o llorar”