

LOS ADOLESCENTES: EL ALCOHOL Y OTRAS DROGAS

por Francisco Javier García Rafael de la Cruz. - Psicólogo -

Con este artículo pretendo informar de las drogas más comunes que consumen los adolescentes y sobre todo los efectos y los riesgos de consumirlo.

La mayoría de los adolescentes han tenido alguna experiencia con bebidas alcohólicas y con otras drogas. La mayoría experimenta un poco y deja de usarlas, o las usa ocasionalmente sin tener problemas significativos. Algunos seguirán usándolas regularmente con varios niveles de problemas físicos, emocionales y sociales. Algunos desarrollarán una dependencia y actuarán por años de manera destructiva hacia sí mismos y hacia otros.

Algunos eventualmente dejan de usar el alcohol y las otras drogas. Como no se puede predecir quiénes desarrollarán problemas serios, se debe considerar que todo uso es peligroso. El saber rechazar es parte de la solución, pero el "decir no" no es suficiente.

Algunos jóvenes están en "mayor riesgo" que otros de desarrollar problemas relacionados con el alcohol y las drogas. Encabezan la lista aquellos cuyas familias tienen ya un historial de Abuso de Sustancias.

Los productos legalmente disponibles incluyen las bebidas alcohólicas, el tabaco (la edad legal varía), algunos medicamentos por receta médica, inhalantes y medicinas de venta libre para la tos, la gripe, el insomnio y para adelgazar. Las drogas ilegales incluyen la marihuana, la cocaína/"crack", LSD, PCP, los derivados del opio, la heroína y las "drogas diseñadas."

Aunque el uso de algunas drogas se ha mantenido constante recientemente, el uso de otras está en aumento. En particular, el uso de las bebidas alcohólicas, los cigarrillos y el "crack" continúan siendo áreas de gran preocupación.

Los adolescentes que comienzan a fumar o a beber desde temprana edad corren un grave riesgo. Estas sustancias son típicamente las "drogas del umbral" que llevan a la marihuana y de ahí a otras drogas ilícitas. La mayor parte de estos adolescentes siguen usando las primeras drogas que probaron en adición a las otras.

Las señales principales del abuso de drogas por los adolescentes pueden incluir:

- Físicas: fatiga constante, quejas acerca de su salud, ojos enrojecidos y sin brillo y una tos persistente.
- Emocionales: cambios en la personalidad, cambios rápidos de humor, comportamiento irresponsable, poco amor propio, depresión y una falta general de interés.
- Familia: el comenzar argumentos, desobedecer las reglas o el dejar de comunicarse con la familia.
- Escuela: calificaciones bajas, ausencias frecuentes y problemas de disciplina.

- Problemas Sociales: amigos nuevos a quienes no les interesan las actividades normales de la casa y de la escuela, problemas con la ley y el cambio hacia estilos poco convencionales en el vestir y en la música.



¿CUÁLES SON LAS DROGAS COMUNES QUE CONSUMEN LOS JÓVENES?

ALCOHOL

El alcohol, la droga más antigua y de mayor consumo en el mundo, es un depresivo que altera las percepciones, las emociones y los sentidos.

Cómo se consume: El alcohol es un líquido que se bebe.

Efectos y riesgos:

- El alcohol actúa primero como estimulante y luego hace que la persona se sienta relajada y somnolienta.
- Las dosis altas de alcohol afectan gravemente al juicio y la coordinación de las personas. Los bebedores pueden hablar de forma más lenta y sufrir confusión, depresión, pérdida de la memoria a corto plazo y tiempos de reacción lenta.
- Los grandes volúmenes de alcohol bebido en un breve periodo de tiempo pueden ocasionar una intoxicación etílica.

Adicción: Los jóvenes que consumen alcohol se pueden volver psicológicamente dependientes de la bebida para sentirse bien, enfrentarse a la vida o controlar el estrés. Además, su cuerpo podría exigir cada vez más cantidad de alcohol para lograr el mismo tipo de experiencia de euforia que al principio. Algunos jóvenes también corren el riesgo de desarrollar adicción física al alcohol. La abstinencia puede ser dolorosa e incluso suponer un riesgo para la vida. Los síntomas van desde temblores, sudoración, náuseas, ansiedad y depresión hasta alucinaciones, fiebre y convulsiones.

ANFETAMINAS

Las anfetaminas son estimulantes que aceleran las funciones del cerebro y del cuerpo. Su presentación es