

... Esto es Vida y Salud. En el espacio de hoy vamos a tratar el tema de las drogas. Las drogas desde un punto de vista médico y sociológico... ...será el tema analizado aquí por Pedro Rodríguez Miñón... ...y Javier Pérez Pareja... ...profesores ambos del curso de nivelación... ...de ayudantes técnicos sanitarios de la UNED. Los avances de la medicina y de la higiene... ...durante los últimos 100 años... ...han aumentado la expectativa de vida del hombre... ...de manera espectacular. Si bien antes era de 36 años, ahora se aproxima a los 70. Pero no es así.

son pocos los que se estropean la salud y acortan su vida por el abuso de las drogas, unas ilegales como la heroína y otras legales como el alcohol y el tabaco. Incluso peca nuestra sociedad de, en lugar de refrenarlo, estimular el consumo de estas últimas mediante la propaganda. En la sociedad cambiante que nos ha tocado vivir, las variaciones de las costumbres, el paro, la crisis de la familia, la inseguridad, constituyen una serie de factores que contribuyen a que cada vez sea mayor el número de personas que buscan la posibilidad de ayuda para hacer frente a la vida diaria con el consumo de las drogas. Como el tratamiento de los cuadros de dependencia de las drogas es difícil y muy costoso, las autoridades sanitarias mundiales recomiendan programas de prevención dirigidos al conjunto de la población y en particular a los niños en edad escolar para que aprendan a protegerse de los peligros de una sociedad en la que la droga se encuentra muy extendida. Para ello hay que poner el énfasis en la prevención de la manera siguiente. Primero, una promoción y potenciación de la salud mental. La prevención de la droga es una actividad que se realiza en el centro de la salud mental y corporal.

En ese sentido, es muy importante la educación sanitaria de la población en general y de ciertos grupos bien determinados, como estudiantes, maestros, padres, etc. En segundo lugar, una detección precoz de las drogodependencias y su correspondiente tratamiento temprano. En tercer lugar, podríamos señalar el tratamiento y rehabilitación de los drogodependientes ya establecidos. En cuarto lugar, el estudio y evaluación de los problemas del consumo de las drogas. Y por último, unas medidas legislativas. Son muy diversos los factores que podrían llevar, de hecho, la iniciación, mantenimiento, la interrupción de la administración de drogas. Por eso, a la hora de hablar de las causas del consumo de drogas que son capaces de engendrar dependencia, debemos ser muy cautos y todo lo que digamos nunca va a ser tajante. Siempre está, por supuesto, sometido a las vicisitudes de cada uno de los individuos. En primer lugar, las personas que usan este tipo de sustancias. Parecen hacerse un poco de la misma.

por una diversidad de razones, unas veces que están implícitas y otras no tanto. Un determinado individuo, por ejemplo, puede utilizar la misma droga o distintas drogas por diferentes razones y en distintos momentos. Con frecuencia conducen al consumo de estas drogas las dificultades de la vida cotidiana o de la vida profesional. Entonces, normalmente se produce una tendencia a escapar de esa realidad cotidiana, a esconderse de la realidad en definitiva y a olvidar las preocupaciones. También pueden influir las inhibiciones que se quieren vencer, deseo de experimentar vivencias extraordinarias, angustia ante la soledad, el fracaso e incluso el aburrimiento. Bajo la droga el problema ya no es percibido pero no se resuelve. De hecho, el problema queda latente y se añade un nuevo problema que es la drogodependencia. En resumen, los motivos fundamentales que se podrían aducir a la hora de que una persona llegue al consumo de drogas son que

Pues los podríamos resumir de la siguiente manera. Primero, satisfacer curiosidad sobre los efectos de las drogas. Segundo, adquirir sensación de pertenecer a un grupo, de ser aceptado por otros. Tercero, expresar independencia y a veces incluso hostilidad contra la sociedad. Cuarto, tener experiencias nuevas, placenteras o emocionantes, incluso peligrosas. Quinto, acceder a un estado superior de conocimiento. Esto concretamente los consumidores de cocaína es lo que aduce, o muchos de ellos, mejor dicho. Y sexto, obtener una sensación de bienestar o tranquilidad. Y por último, el escapar de algo. No todos los que están solos efectivamente, o están angustiados, o están aburridos, o desean tener vivencias extraordinarias, caen en el consumo de drogas. Hay otras posibilidades de enfrentarse a los problemas. Parece que la mayor parte de los toxicómanos, lo que ha sucedido es que ha habido una progresión, un aprendizaje de conductas que no está adaptado a la realidad tanto social como social.

como individual. Solo una minoría de las personas expuestas a las drogas se hacen toxicómanos, esto es evidente. Se trataría de un grupo que podríamos llamar un grupo de riesgo, que es el más propenso, sería el más propenso a caer en esta toxicomanía y que conviene detectar pronto. Por ello, los niños que muestran dificultades para adaptarse a la vida familiar, a la vida social, a la escuela, etc., deberían de ser estudiados detenidamente junto con el ambiente en el que viven para tratar de prevenir posibles trastornos posteriores. Si hemos dicho que los motivos señalados anteriormente conducen de una forma no necesaria a consumir drogas, sino que pueden llevar a otro tipo de comportamiento, lo mismo se puede decir de ciertos factores que pueden precipitar una situación que lleva a la vida al consumo de drogas. Por ejemplo, el abandono de una persona de la que el sujeto depende afectivamente o la separación de esa persona.

la transición a la vida adulta con las exigencias que son propias para el trabajo, matrimonio, relaciones sexuales, paternidad o maternidad, etc. También hay circunstancias adversas, graves, como pueden ser las enfermedades corporales y que nos pueden llevar a ciertas personas también a hacerse tóxicos. Como todo el mundo sabe, las drogas son sustancias que cuando se introducen en un organismo vivo pueden modificar una o más de sus funciones. Algunas de ellas influyen sobre los sentimientos, las percepciones, los estados de ánimo, el pensamiento e incluso la conducta, y son denominadas drogas psicoactivas. Otras drogas son capaces de producir dependencia. En este sentido hay que diferenciar entre una dependencia psíquica y una dependencia corporal. En la dependencia corporal la droga se incluye en el funcionamiento del organismo del sujeto, de tal manera que si falta se producen intensos trastornos corporales, lo que impulsa nuevamente al sujeto a la repetición. Por lo tanto, la dependencia corporal es la que más se necesita.

al contrario, en la dependencia psíquica no ocurren estos fenómenos metabólicos, sino que lo que hay es un impulso irresistible a repetir una experiencia, que es el consumo de la droga, que produce sensaciones agradables o placenteras y evitar así los sentimientos desaladables, el malestar, que surge cuando falta lo que se desea. Hay drogas que producen dependencia psíquica y corporal, como el alcohol o la heroína o los barbitúricos. Otras solamente producen dependencia psíquica, como la marihuana y el hachís. Cuando se suprime una droga que produce dependencia corporal, se presenta el llamado síndrome de abstinencia o mono dentro del argot popular, que se compone de diversos e intensos trastornos físicos, tales como la sudoración, los vómitos y a veces incluso convulsiones. Entre las drogas más comunes se encuentran los

medicamentos, el alcohol y el tabaco, el cannabis, los alucinógenos, la cocaína, los opiáceos y las sustancias volátiles. De algunos de estos pasaremos a

a la continuación. En primer lugar hablaremos de los medicamentos. Es evidente que la conquista de muchas enfermedades ha sido posible gracias a los avances de la terapéutica medicamentosa. Los medicamentos es evidente para cualquier persona, son un arma poderosa en manos de los médicos, pero si se toman de una forma sin control, descontrolada, sin el control correspondiente por parte del médico y de una manera arbitraria, se puede producir un abuso y se corre un riesgo a veces incluso muy grave. La automedicación puede eliminar unos síntomas molestos, pero desde luego hay que pensar que esos síntomas son un aviso de que algo está andando mal. Si los suprimimos de momento, retrasamos el diagnóstico y el tratamiento de la enfermedad, incluso ensombrecemos el pronóstico. Muchas personas tienen un problema de la enfermedad, y si no lo tenemos, no podemos resolverlo.

para luchar con los conflictos de la vida cotidiana, debe saberse que estos no lo resuelven, sino que simplemente lo tapa y además algunas veces pueden producir hasta dependencia. Por ejemplo, en el caso de los hipnóticos, que hacen dormir las personas que tienen insomnio, se toman hipnóticos. Pero los hipnóticos hay que saber que no producen un sueño natural, perturban las fases del sueño, y el sujeto puede despertarse tan cansado o más que cuando se acostó, a pesar de haber dormido, pero que este sueño, como ya hemos dicho, no es un sueño reparador. La eliminación de los hipnóticos, por ejemplo, es muy lenta. Se pueden acumular de un día para otro en el organismo y entonces el sujeto nunca está totalmente despierto. Además, cuando se toman habitualmente, su efecto va disminuyendo y hay que aumentar la dosis y esto puede llegar a producir una intoxicación, como todos sabemos. El alcohol, que muchos toman además con los hipnóticos, que es otro de los graves problemas, aumenta el riesgo. Las dos sustancias juntas pueden producir...

reducir dependencia corporal e incluso poner en peligro la vida del consumidor. Los preparados analgésicos tan conocidos, los antidolorosos en definitiva, aspirinas entre otras, contienen casi siempre una mezcla de sustancias, entre ellas tranquilizantes o incluso estimulantes. Ello explica que algunos pueden influir solo por el estado de ánimo. Los estimulantes, otro de los medicamentos más extendidos, son drogas que disminuyen el cansancio, la necesidad de sueño y el apetito, lo que les hace ser muy estimado por ciertos sujetos como pueden ser deportistas, camioneros, estudiantes, mujeres que no quieren engordar, entre otros muchos. Los estimulantes más usados y que todos conocemos son las anfetaminas. Lo malo que sucede con este tipo de estimulantes es que, acompañado a este efecto estimulador, se pueden llegar a... a producir debido a que...

como hemos dicho hay que ir aumentando la dosis porque una dosis pequeña ya no hace el mismo efecto que hacía al principio y así sucesivamente, se pueden producir, como hemos dicho, algún tipo de alteraciones como pueden ser cefaleas, náuseas, agresividad, a veces depresión e incluso delirio y alucinaciones. La dependencia que produce este tipo de drogas es psíquica pero es muy intensa. Además como producen insomnio normalmente las personas que utilizan este tipo de estimulantes tienen que utilizar también hipnóticos para poder dormir. El cannabis recibe el nombre de marihuana cuando la planta es picada y recibe el nombre de hachís cuando se presenta en forma de polvo prensado. Tanto el hachís como la marihuana se mezclan con el tabaco y se usan como cigarrillos o también se fuman en pipa. El hachís tiene unos efectos... que son 5 veces más

fuertes que la marihuana debido a que su principio activo que es el THC...

se encuentra en una cantidad 5 veces mayor. Otras formas de uso, como por ejemplo la introducción de la sustancia en pasteles, es menos frecuente. El consumo de hachís y marihuana producen frecuentemente una elevación del humor con un matiz que puede ir desde la relajación hasta la majadería. Bajo los efectos de la marihuana y del hachís, los estímulos auditivos, así como los visuales, por ejemplo la música y los colores, se perciben más intensos y a veces deformados de una manera peculiar. Los alimentos y las bebidas tienen un sabor mucho más fuerte y bajo los efectos de estas sustancias se alteran también las representaciones y el curso del pensamiento, así como la vivencia del tiempo y del espacio. Los pensamientos se rompen y aparecen series de pensamientos rápidamente cambiantes. El sujeto vivencia una mayor precisión del pensar, que no es más, lógicamente, que un engaño subjetivo. Los componentes químicos de la marihuana, que como hemos señalado antes es el THC,

son sustancias liposolubles que permanecen en el organismo por lo menos durante 8 días después de una sola administración. Es un hecho conocido por los fisiólogos cerebrales que las descargas anormales en estas estructuras pueden producir sentimientos de despersonalización, trastornos de la percepción, alteraciones del sentido del tiempo y sentimientos de temor o paranoia. Todos estos estados subjetivos pueden presentarse y algunos son muy frecuentes como parte de la experiencia con la marihuana. Son también muy frecuentes los sentimientos agradables de euforia, de felicidad, placidez, relajación e incluso visiones coloreadas. Durante el consumo prolongado se ven afectadas la capacidad de concentración y el rendimiento, así como el desarrollo psíquico. El consumidor se hace indiferente a las exigencias de la vida cotidiana. Procura esquivarlas, se retira de su entorno habitual y se convierte en un país.

La escuela, la formación profesional, la casa paterna y los lazos sociales anteriores ya no le interesan. Sobre este fondo se instala el comportamiento de búsqueda de la droga. Sin embargo, lo que no se conoce aún es la frecuencia con que estos problemas de salud que estamos hablando sobre el cannabis se dan en los consumidores de este tipo de drogas. El grado de consumo que hace falta para que se produzcan e incluso el porcentaje de consumidores en peligro. Son necesarios estudios epidemiológicos complicados en grandes masas de consumidores como los que ya se han realizado con los consumidores de alcohol y tabaco a lo largo de generaciones. De todas formas, ya se puede decir que entre las personas en peligro especial, aun con dosis moderadas, se encuentran las que padecen ansiedad. Depresión.

los individuos psicóticos ignorados, los que consumen otras drogas, las embarazadas, algunos epilépticos, los diabéticos, los enfermos crónicos en líneas generales como son los enfermos crónicos de corazón, de pulmón o de hígado. Además los adolescentes en pleno desarrollo físico y psíquico pueden ser especialmente sensibles al establecimiento de una dependencia que dure largo tiempo y a los efectos de largos periodos de intoxicación del cannabis. Aunque la cannabis no produce dependencia física, se da en los dependientes la interacción entre un individuo y una molécula biológicamente activa que provoca placer. Esta interacción lleva a lo que se ha llamado comportamiento de búsqueda de la droga que forma parte de esta dependencia psíquica.

Lo que más se ha discutido ha sido el de si el cannabis, es decir, hachis o marihuana, conduce al consumo de otras drogas más duras. Lo que hay que decir

con respecto a esto es que si bien los consumidores de otras drogas consideradas más duras, como el caso de la heroína, en una gran proporción sí empezaron fumando canutos, que como se dice normalmente, o con otro tipo de droga, entre comillas, ningún estudio ha podido demostrar hasta ahora que el consumo de la marihuana o el hachis conduzca necesariamente a la heroína, aunque sí parece ser que puede ser un factor de riesgo que conduzca a unas dependencias mayores. Y esto fue todo por hoy en Vida y Salud. El próximo viernes volveremos a tratar... el tema de las drogas. Nos centraremos con especial atención en el alcohol y los efectos perjudiciales. Gracias por su atención.

atención y buenas noches.