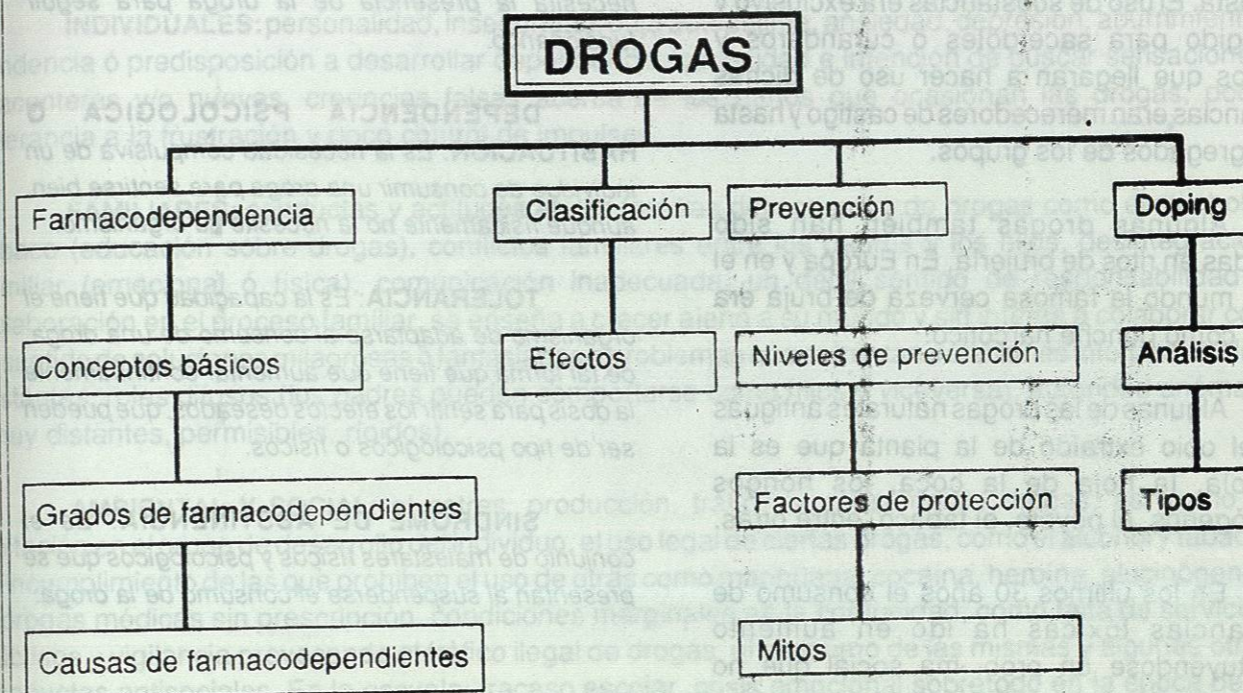


S	B	P	L	M	Q	R	S	R	A
T	A	N	O	T	A	C	T	O	N
P	L	C	U	A	D	R	O	L	O
N	O	R	N	P	B	L	A	M	
T	N	J	S	W	T	C	D	O	S
O	R	I	J	E	F	B	A	J	K
Q	O	N	P	R	E	I	S	G	H
U	N	F	S	R	I	O	C	T	A
E	B	B	V	O	T	U	N	I	O
S	C	P	M	R	K	T	A	A	O

CAPÍTULO III

DROGAS

Agradecemos la colaboración de la Facultad de Salud Pública, en especial a la Dra. Liliana Tijerina de Mendoza, Sub-Directora del Centro Universitario para la Prevención de la Drogadicción, en la asesoría del tema "Drogas".



DROGAS

Historia

El abuso de sustancias tóxicas se remonta a las primeras civilizaciones, donde eran parte de ritos indígenas antes de la conquista. El uso de sustancias era exclusivo y restringido para sacerdotes o curanderos y aquellos que llegaran a hacer uso de dichas sustancias eran merecedores de castigo y hasta ser segregados de los grupos.

Algunas drogas también han sido utilizadas en ritos de brujería. En Europa y en el nuevo mundo la famosa cerveza de bruja era usada como ponche narcótico.

Algunas de las drogas naturales antiguas son: el opio extraído de la planta que es la amapola, la hoja de la coca, los hongos alucinógenos, el peyote, el tabaco, entre otras.

En los últimos 30 años el consumo de sustancias tóxicas ha ido en aumento constituyéndose un problema social que no respeta edad, sexo, ni clase social.

Conceptos básicos:

La Organización Mundial de la Salud (O.M.S.) define:

FARMACODEPENDENCIA: "Estado psíquico y a veces físico causado entre un organismo vivo y un fármaco, se caracteriza por modificaciones del comportamiento y por otras reacciones que llevan siempre un impulso irreprimible a tomar el fármaco en forma continua y periódica a fin de experimentar los efectos deseados".

La farmacodependencia, drogadicción y toxicomanía son sinónimos.

FARMACO O DROGA: Es toda sustancia natural o sintética que introducida en el organismo vivo, produce modificaciones en sus funciones tanto físicas como psicológicas.

DEPENDENCIA: Es la necesidad de consumir de manera frecuente un fármaco o droga.

La Dependencia puede ser:

DEPENDENCIA FISICA O ADICCION: Es el estado de adaptación biológica de un organismo que necesita la presencia de la droga para seguir funcionando.

DEPENDENCIA PSICOLOGICA O HABITUACION: Es la necesidad compulsiva de un individuo de consumir una droga para sentirse bien, aunque físicamente no la necesite su organismo.

TOLERANCIA: Es la capacidad que tiene el organismo de adaptarse al consumo de una droga, de tal forma que tiene que aumentar continuamente la dosis para sentir los efectos deseados, que pueden ser de tipo psicológicos o físicos.

SINDROME DE ABSTINENCIA: Es el conjunto de malestares físicos y psicológicos que se presentan al suspenderse el consumo de la droga.

Grados de farmacodependencia

Son los grados con los cuales un individuo se encuentra involucrado con las Drogas, y estos pueden ser:

GRADO I EXPERIMENTAL U OCASIONAL: Es el que consume una o dos veces la droga solamente por experimentar o curiosidad.

GRADO II SOCIAL: Es la persona que consume la droga siempre con grupos de personas en ocasiones sociales como: fiestas, reuniones, e inclusive combinándolo con el deporte.

GRADO III FUNCIONAL: Es la persona que consume la droga para poder funcionar, sin depender del grupo de amigos, la usa en cualquier situación sin medir las consecuencias ambientales, y sociales como la familia, la escuela, el trabajo, etc...

GRADO IV DISFUNCIONAL: Es la persona que deja de funcionar en la sociedad y sólo vive para andar intoxicado.

GRADO N EX-FARMACODEPENDIENTE: es aquella persona que fue y llegó a ser alguno de los grados anteriores pero por medio del tratamiento dejó de ser dependiente de las drogas.

Causas de la Farmacodependencia

Existen varias causas por las cuales la persona, es orillada a la Farmacodependencia encontrándose entre estas las siguientes:

INDIVIDUALES: personalidad, inseguridad, baja autoestima, ansiedad, depresión, aburrimiento, tendencia ó predisposición a desarrollar dependencia, curiosidad e intención de buscar sensaciones placenteras y/o nuevas, creencias falsas acerca de los daños que ocasionan las drogas, poca tolerancia a la frustración y poco control de impulsos.

FAMILIARES: conductas y actitudes en las familias del consumo de drogas como el alcohol y tabaco (educación sobre drogas), conflictos familiares entre los padres y los hijos, desintegración familiar (emocional ó física), comunicación inadecuada, un débil sentido de responsabilidad y colaboración en el proceso familiar, se enseña a crecer ajeno a su mundo y sin interés a colaborar con el sentido de soluciones milagrosas ó fantasiadas a problemas que enfrentan, relaciones interpersonales distantes, roles difusos (los padres pueden comportarse como hijos y viceversa), autoridad anómala (muy distantes, permisibles, rígidos).

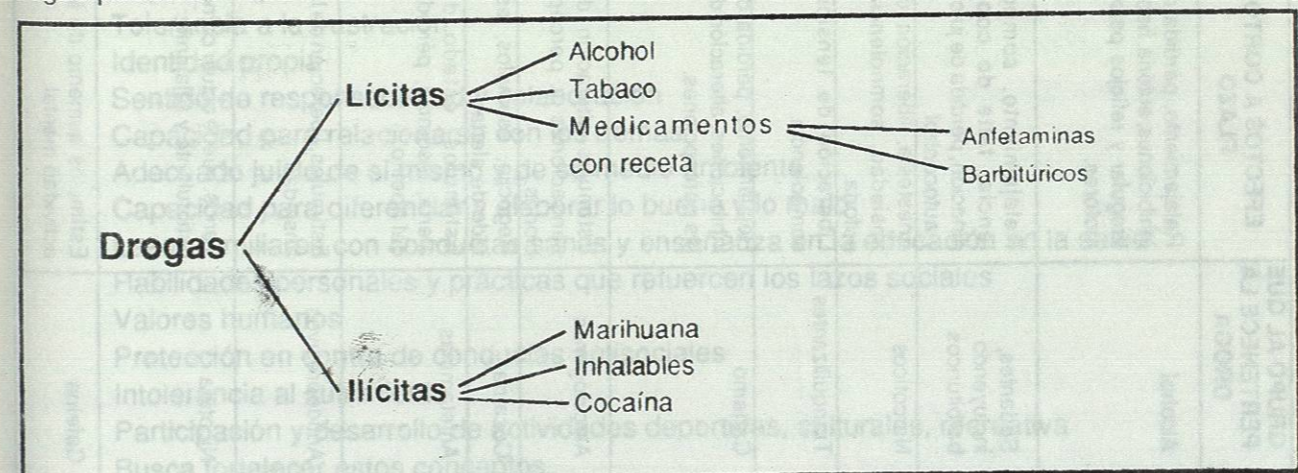
AMBIENTAL Y SOCIAL: el estrés, producción, tráfico, y consumo de drogas, así como la imitación en el grupo de desarrollo del individuo, el uso legal de ciertas drogas, como el alcohol y tabaco, el incumplimiento de las que prohíben el uso de otras como marihuana, cocaína, heroína, alucinógenos y drogas médicas sin prescripción, condiciones marginales en la comunidad, como falta de servicios públicos y vigilancia provocando el tráfico ilegal de drogas, el consumo de las mismas y algunas otras conductas antisociales. En la escuela: fracaso escolar, crisis emocional sobretodo en la época de la adolescencia, desinterés por el desarrollo académico, no haciendo ni disfrutando su estancia en ella, ni dedicando el tiempo necesario para sus tareas.

CLASIFICACION

La naturaleza de las drogas

Los químicos que constituyen las drogas originalmente provienen de las plantas, animales o minerales, estos químicos hoy en día pueden ser creados artificialmente.

Una droga sintética es una droga creada en el laboratorio por la combinación de otros químicos. Las drogas pueden ser lícitas o ilícitas veamos este esquema.



Clasificación de las drogas y sus efectos en el sistema nervioso central

GRUPO AL QUE PERTENECE LA DROGA	EFECTOS A CORTO PLAZO	EFECTOS A LARGO PLAZO	DEPENDENCIA		TOLERANCIA (a dosis en aumento)	USOS MEDICOS	CATEGORIA
			Psicológica	Física			
Alcohol	Relajamiento, pérdida de inhibiciones, euforia, habla irregular y reflejos psicomotrices.	Daño a tejidos del cuerpo, especialmente hígado y cerebro; úlceras, obesidad, impotencia, delirium tremens.	Si	Si	Si	Ninguno	Legal; venta a menores, limitada.
Sedantes, incluyendo barbitúricos	Relajamiento, somnolencia, falta de coordinación, pérdida de juicio y autocontrol.	Pereza e irritabilidad; peligrosos si se les combina con otras drogas.	Si	Si	Si	Para insomnio, tensión y presión arterial alta.	Sólo con receta.
Narcóticos	Anestesia, liberación de ansiedad, somnolencia, euforia.	Letargo, estreñimiento, males severos de retiro.	Si	Si	Si	Anestesia, combate la tos.	Heroina: ilegal; otros narcóticos, bajo control estricto.
Tranquilizantes	Liberación de tensión, somnolencia.	Estupor y posible daño al hígado y a la médula ósea.	Ligera	Ligera	No	Ansiedad, presión arterial alta y desórdenes emocionales.	Sólo con receta
Cañamo	Relajamiento, pérdida de inhibiciones, alteración de las percepciones.	Posible deterioro de la respuesta inmunológica, posibles efectos genéticos y reproductivos; investigación inconclusa.	Ligera	No	Variable	Sólo uso experimental.	Ilegal
Alucinógenos	Estímulos alteración de sensaciones y percepciones.	Impredecibles; posible psicosis.	Ligera	No	Si	Sólo uso experimental.	Ilegal
Cocaína	Regocijo, estímulos, estado de alerta.	Depresión psicótica.	Si	No	Si	Anestesia local.	Ilegal, excepto en usos médicos.
Anfetaminas	Estímulos, estado de alerta, insomnio, pérdida del apetito.	Decepciones, psicosis, desnutrición, daño al corazón, cerebro y sistema circulatorio, agotamiento.	Si	Ligera	Si	Para depresión, narcolepsia e hipercinesis.	Sólo con receta.
Antidepresivos	Estímulos, liberación de la ansiedad.	Posible daño al hígado, cerebro, corazón y vasos sanguíneos, coma.	No	No	No	Para desórdenes mentales y de conducta.	Sólo con receta.
Nicotina	Varios; puede actuar como estimulante y relajante.	Enfisema, enfermedades de corazón, cáncer a los pulmones, garganta y boca.	Si	Si	Si	Ninguno.	Legal. En algunas áreas está restringida de la venta a menores.
Caféina	Estímulos aumento de la actividad mental.	Irritabilidad, daño al estómago.	Si	Ligera	Si	Ingredientes en preparaciones contra el dolor de cabeza.	Legal.

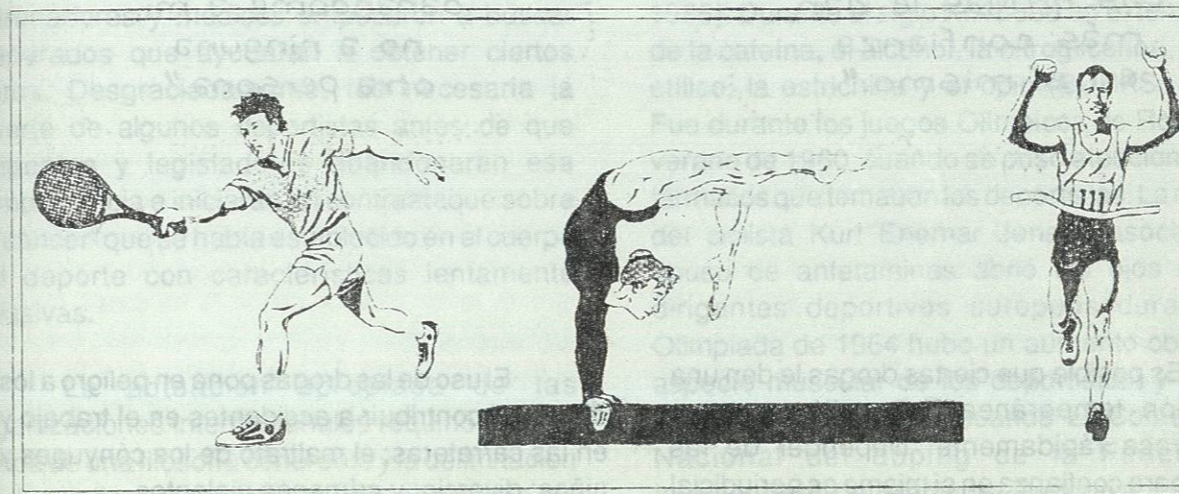
Prevención

Los niveles de prevención de la farmacodependencia son:

Prevención primaria: es actuar antes de que un problema o enfermedad se presente, utilizando una estrategia en la promoción de la salud y protección específica.

Prevención secundaria: es abordar el problema o enfermedad con la estrategia de el diagnóstico precoz y tratamiento oportuno y eficaz.

Prevención terciaria: es darle continuidad y evaluación al problema o enfermedad atendida con la estrategia de rehabilitación.



Evita la farmacodependencia practica algún deporte o programa de educación física.

Factores de protección para evitar el consumo de drogas

Existen algunos factores, que se consideran fundamentales para prevención en el consumo de las drogas, estos pueden ser de diferente índole, tales como:

- Incremento de la autoestima
- Madurez (biológica, psicológica y social)
- Capacidad para resolver situaciones conflictivas
- Tolerancia a la frustración
- Identidad propia
- Sentido de responsabilidad y colaboración
- Capacidad para relacionarse con los demás
- Adecuado juicio de si mismo y de su medio ambiente
- Capacidad para diferenciar y elaborar lo bueno y lo malo
- Lazos familiares con conductas sanas y enseñanza en la educación en la salud
- Habilidades personales y prácticas que refuercen los lazos sociales
- Valores humanos
- Protección en contra de conductas antisociales
- Intolerancia al sufrimiento
- Participación y desarrollo de actividades deportivas, culturales, recreativa
- Busca fortalecer estos conceptos.

Algunos mitos y realidades acerca de las drogas



"Las drogas le dan más confianza en sí mismo."

Es posible que ciertas drogas le den una sensación temporánea de confianza, pero desaparece rápidamente. Depender de las drogas para confianza en sí mismo es perjudicial a la salud.



"Si uso drogas, estoy dañándome a mí, no a ninguna otra persona."

El uso de las drogas pone en peligro a los demás al contribuir a accidentes en el trabajo y en las carreteras; el maltrato de los cónyuges y niños; divorcio; y crímenes violentos.



"La cocaína es una droga de recreo segura."

Completamente falso la cocaína y "crack" son muy envidiosos y físicamente peligrosas pueden producir coma y muerte.



"No me atraparán"

No hay ninguna manera de estar seguro y las penalidades son severas.

DOPING

Introducción

El espectacular aumento de la mala utilización de los medicamentos en el deporte empezó en la década de los sesenta, cuando toda la sociedad comenzó a creer que se disponía de fármacos para solucionar la mayoría de las enfermedades, los males y los problemas. Inevitablemente, el deporte como parte de la sociedad quedó atrapado en esta cultura del medicamento y algunos deportistas, entrenadores y médicos empezaron a buscar preparados que ayudaran a obtener ciertos éxitos. Desgraciadamente, fue necesaria la muerte de algunos deportistas antes de que dirigentes y legisladores abandonaran esa complacencia e iniciaran un contraataque sobre el "cáncer" que se había establecido en el cuerpo del deporte con características lentamente invasivas.

La actuación apropiada de las organizaciones internacionales requirió la base sólida de una filosofía coherente y la delimitación de los márgenes entre el uso permisible de fármacos en los tratamientos médicos y el abuso inapropiado y obvio. Las mociones médicas del COI y de la *International Amateur Athletic Federation* (IAAF) aunque reconocieron que la mala utilización de los medicamentos con intención de alterar el rendimiento del deportista eran contrarios a la ética básica del juego y la competición limpia, concentraron la mayor parte de sus esfuerzos en proporcionar unas reglas claras que pudieran conducir a la acción en caso de no cumplirse. Se reconoció que no todos los médicos y entrenadores consideraban como prioritario el bienestar de los competidores bajo su tutela. En el deporte de elite surgieron presiones para conseguirlo a toda costa. Si se permitía que las competiciones deportivas degeneraran en competiciones entre farmacólogos y médicos, utilizando a los deportistas como conejillos de indias y recibiendo potentes medicamentos para uso no-médico, esto conduciría a la muerte de más deportistas.

En la década actual, el entrenamiento

por sí solo no parece ser suficiente para muchos. La comunidad deportiva ha virado hacia el empleo de sustancias químicas en lugar de maximizar y aumentar su rendimiento. Esta combinación de deportistas, científico y médico ha supuesto una exposición a los fármacos que puede mejorar el rendimiento.

Definición

La palabra *doping* procede de los ka fires africanos, que empleaban un licor local denominado "dop" como estimulante (PUFFER, 1986). Durante el siglo XIX hubo un extenso uso de la cafeína, el alcohol, la nitroglicerina, el éter etílico, la estroquina y el opio (BURKS, 1981). Fue durante los juegos Olímpicos de Roma, en verano de 1960, cuando se puso atención en los fármacos que tomaban los deportistas. La muerte del ciclista Kurt Enemar Jensen asociada al abuso de anfetaminas abrió los ojos de los dirigentes deportivos europeos durante la Olimpiada de 1964 hubo un aumento obvio del aspecto muscular de los deportistas; y fue en Tokyo octubre de 1964, cuando "La Conferencia Nacional del doping de la Federación Internacional de Medicina Deportiva y el COI adoptaron la definición de doping" (PUFFER 1986). En la actualidad, el COI define el doping basándose en la prohibición de ciertos grupos de agentes farmacológicos.

Para el análisis del doping

Se decidió no emplear sangre sino orina como líquido biológico para obtener las muestras, puesto que hubo reticencias para extraer 20ml de sangre o más y era y todavía lo es imposible determinar la mayoría de los fármacos de los grupos proscritos a partir de una gota de sangre. Así, se tuvo que utilizar información científica objetiva más que la evaluación subjetiva, para establecer el incumplimiento de las normas.

La toma de muestras de orina y su control, así como el transporte, la recepción en el laboratorio y su tratamiento en él, son tan importantes como la parte analítica final.

Tipos de doping

De acuerdo con la comisión médica del