Guía 2

Las siguientes preguntas las responderás utilizando la guía, puedes complementar con internet. Es muy importante que leas, subrayes lo importante, luego contestes lo más completo posible. Cualquier duda el profesor responderá.

**Preguntas:**

1. ¿Cuál es la precaución de consumir drogas dadas por médicos?
2. ¿Cuál es el peligro de consumir drogas en forma excesiva?
3. ¿Por qué las personas que consumen drogas, necesitan cada vez más?
4. ¿Cuáles son los síntomas de una persona drogada?
5. ¿Cuál es el peligro de un consumo familiar de drogas?
6. ¿Cuál es la diferencia de drogas lícitas e ilícitas?
7. Con grupos de 4, 6 como máximo, plantea el problema de hacer lícita el consumo de algunas drogas. Beneficios o perjuicios.
8. ¿Qué es una intoxicación y peligro de realizarlo?
9. Barbitúricos, benzodiacepinas e hipnóticos, las cuales se usan en tratamientos médicos. ¿Qué sucede si lo toma una persona sana, o si tiene el tratamiento abusar de esto?
10. ¿Qué son las alucinaciones, qué lo causa, daños?
11. ¿Qué causan los opioides?, beneficios o perjuicios

**Consumo de Drogas**

La adicción a las sustancias adictivas, (trastorno por el consumo de sustancias) es una enfermedad que afecta el cerebro y el comportamiento de una persona, y da lugar a una incapacidad para controlar el consumo de medicamentos o drogas ilícitas. El alcohol, la marihuana y la nicotina también se consideran sustancias adictivas. Cuando eres adicto, es posible que sigas consumiendo la sustancia adictiva a pesar del daño que provoca.

La adicción a las sustancias adictivas puede comenzar con el uso recreativo de la sustancia en situaciones sociales y, en algunas personas, el consumo se hace más frecuente. En otras personas, especialmente con el consumo de opioides, la adicción a la sustancia adictiva comienza cuando toman medicamentos de venta con receta médica o los reciben de otras personas que tienen receta médica.

El riesgo de adicción y la rapidez con que la persona se vuelve dependiente varían según la sustancia adictiva. Algunas sustancias adictivas, como los analgésicos opioides, presentan un riesgo mayor y causan adicción con mayor rapidez.

Con el paso del tiempo, es posible que necesites dosis mayores de la sustancia adictiva para sentir los efectos. En poco tiempo, es posible que la necesites solo para sentirte bien. A medida que aumenta tu consumo de la sustancia adictiva, te darás cuenta de que es cada vez más difícil vivir sin ella. Los intentos por dejar el consumo de la sustancia adictiva pueden causar deseos intensos de consumirla y hacerte sentir físicamente enfermo (síntomas de abstinencia).

La ayuda de tu proveedor de atención médica, tus familiares, amigos, grupos de apoyo y un programa de tratamiento organizado pueden ayudarte a superar la adicción a las sustancias adictivas y a evitar el consumo.

**Síntomas**

Los síntomas o las conductas de la drogadicción incluyen los siguientes:

1. Sentir que tienes que consumir la droga con frecuencia, ya sea diariamente o incluso varias veces al día
2. Tener una necesidad tan intensa de consumir la droga que no puedes pensar en otra cosa
3. Con el tiempo, necesitar una dosis mayor de la droga para obtener el mismo efecto
4. Consumir mayores cantidades de la droga durante un período de tiempo más largo del que tenías pensado
5. Asegurarte de tener droga disponible
6. Gastar dinero en la droga, incluso cuando no puedes pagarla
7. No cumplir con las obligaciones y responsabilidades laborales, o reducir el tiempo que dedicas a actividades sociales o recreativas debido al consumo de la droga
8. Continuar con el consumo de la droga a pesar de que sabes que te está provocando problemas en tu vida o daños físicos o psicológicos
9. Hacer cosas que normalmente no harías para conseguir la droga, como robar
10. Conducir o hacer otras actividades peligrosas cuanto estás bajo los efectos de la droga
11. Dedicar mucho tiempo a intentar obtener la droga, a consumirla o a recuperarte de sus efectos
12. Fracasar en tus intentos de suspender el consumo de la droga
13. Experimentar síntomas de abstinencia cuando intentas suspender el consumo de la droga

**Cómo reconocer el consumo no saludable de drogas en familiares**

A veces, es difícil distinguir el mal humor o la ansiedad normales de un adolescente de los signos del consumo de drogas ilícitas. Los posibles indicios de que un miembro de la familia, adolescente o no, consume drogas ilícitas incluyen lo siguiente:

1. **Problemas en la escuela o en el trabajo**: ausencias frecuentes en las clases o en el trabajo, desinterés repentino en las actividades escolares o laborales, notas más bajas o menor desempeño en el trabajo
2. **Problemas de salud física**: falta de energía y motivación, pérdida o aumento de peso, u ojos rojos
3. **Aspecto desaliñado**: falta de interés en la ropa, el aseo personal o la apariencia
4. **Cambios en la conducta**: grandes esfuerzos por prohibir a los familiares la entrada a su habitación o ser reservado con respecto a las salidas con sus amigos, o cambios radicales de conducta y en las relaciones con familiares y amigos
5. **Problemas de dinero**: pedir dinero de forma repentina y sin explicación razonable; descubrir que falta dinero o te lo han robado, o bien, que han desaparecido objetos de tu casa, lo que indica que probablemente los hayan vendido para sustentar el consumo de drogas ilícitas.

**Reconocer signos de consumo o intoxicación por drogas**

Los signos y síntomas del consumo o la intoxicación por drogas pueden variar según el tipo de droga. A continuación, encontrarás varios ejemplos.

**Marihuana, hachís y otras sustancias que contienen cannabis**

Algunas de las maneras en que las personas consumen cannabis son fumándola, comiéndola o inhalando la forma vaporizada de esta droga ilícita. El cannabis a menudo se consume antes que otras sustancias adictivas, como el alcohol u otras drogas ilícitas, o en simultáneo, y generalmente es la primera droga ilícita que se prueba.

Los signos y síntomas del consumo reciente incluyen los siguientes:

1. Sensación de euforia o de subidón
2. Percepción más intensa de los sentidos de la vista, del oído y del gusto
3. Aumento de la presión arterial y la frecuencia cardíaca
4. Ojos rojos
5. Sequedad en la boca
6. Disminución de la coordinación
7. Dificultad para concentrarse o recordar cosas
8. Tiempo de reacción más lento
9. Ansiedad y pensamientos paranoicos
10. Olor a cannabis en la ropa o yemas de los dedos de color amarillo
11. Antojos intensos de ciertos alimentos en momentos inusuales

El consumo a largo plazo a menudo se relaciona con lo siguiente:

1. Disminución de la agudeza mental
2. Bajo rendimiento en el trabajo o en la escuela
3. Tos persistente e infecciones pulmonares frecuentes

**K2, Spice y sales de baño**

Existen dos grupos de drogas ilícitas sintéticas, los cannabinoides sintéticos y las catinonas sustituidas o sintéticas, que son ilegales en la mayoría de los estados. Los efectos de estas drogas ilícitas son peligrosos e impredecibles, ya que no se someten a un control de calidad y es probable que no se conozcan algunos ingredientes.

Los cannabinoides sintéticos, también llamados K2 o Spice, se rocían sobre las hierbas secas y luego se fuman, pero pueden prepararse como té de hierbas. Un líquido puede vaporizarse con cigarrillos electrónicos. A pesar de las declaraciones de los fabricantes, se trata de compuestos químicos, no de productos naturales o inofensivos. Estas drogas ilícitas producen un subidón similar al de la marihuana y se han convertido en una alternativa popular pero peligrosa.

Los signos y síntomas del consumo reciente pueden incluir los siguientes:

1. Sensación de euforia o de subidón
2. Estado de ánimo eufórico
3. Una percepción alterada de los sentidos de la vista, el oído y el gusto
4. Ansiedad o agitación extremos
5. Paranoia
6. Alucinaciones
7. Aumento de la frecuencia cardíaca y la presión arterial o ataque cardíaco
8. Vómitos
9. Confusión
10. Conducta violenta

Las catinonas sustituidas (sales de baño), son sustancias adictivas que alteran la mente (psicoactivas) similares a las anfetaminas, como el éxtasis (MDMA) y la cocaína. A menudo, los paquetes tienen etiquetas de otros productos para evitar la detección.

A pesar del nombre, no se trata de productos de baño, como el sulfato de magnesia natural. Las catinonas sustituidas pueden comerse, aspirarse, inhalarse o inyectarse, y son muy adictivas. Estas drogas ilícitas pueden causar una intoxicación grave con efectos peligrosos en la salud o incluso la muerte.

Los signos y síntomas del consumo reciente pueden incluir los siguientes:

1. Sensación de subidón
2. Mayor sociabilidad
3. Mayor energía y agitación
4. Aumento del deseo sexual
5. Aumento de la frecuencia cardíaca y la presión arterial
6. Problemas para pensar con claridad
7. Pérdida del control muscular
8. Paranoia
9. Ataques de pánico
10. Alucinaciones
11. Delirio
12. Conductas psicóticas y violentas

**Barbitúricos, benzodiacepinas e hipnóticos**

Los barbitúricos, los benzodiacepinas y los hipnóticos son depresores del sistema nervioso central que se venden con receta médica. A menudo, estos medicamentos se usan o mal emplean para obtener una sensación de relajación o por el deseo de desconectarse u olvidarse de pensamientos o sentimientos relacionados con el estrés.

1. **Barbitúricos.** Un ejemplo es el fenobarbital.
2. **Benzodiacepinas.** Algunos ejemplos incluyen sedantes, como diazepam (Valium), alprazolam (Xanax), lorazepam (Ativan), clonazepam (Klonopin) y clordiazepóxido (Librium).
3. **Hipnóticos.** Algunos ejemplos incluyen medicamentos para dormir de venta con receta médica, como zolpidem (Ambien) y zaleplon (Sonata).

Los signos y síntomas del consumo reciente pueden incluir los siguientes:

1. Somnolencia
2. Habla arrastrada
3. Falta de coordinación
4. Irritabilidad o cambios en el estado de ánimo
5. Problemas para concentrarse o para pensar con claridad
6. Problemas de memoria
7. Movimientos involuntarios de los ojos
8. Falta de inhibición
9. Respiración más lenta y presión arterial reducida
10. Caídas o accidentes
11. Mareos

**Metanfetaminas, cocaína y otros estimulantes**

Los estimulantes incluyen anfetaminas, metanfetaminas, cocaína, metilfenidato (Ritalin, Concerta, entre otros) y anfetamina con dextroanfetamina (Adderall XR, Mydayis). A menudo se consumen y se abusa de estas sustancias para sentir un subidón o aumentar la energía, para mejorar el desempeño en el trabajo o la escuela, o para bajar de peso o controlar el apetito.

Los signos y síntomas del consumo reciente comprenden los siguientes:

1. Sensación de excitación agradable y demasiada confianza
2. Estar más alerta
3. Mayor energía y agitación
4. Cambios de conducta o agresión
5. Habla rápida o incoherente
6. Pupilas (círculo negro en el centro del ojo) más grandes de lo normal
7. Confusión, ideas delirantes y alucinaciones
8. Irritabilidad, ansiedad o paranoia
9. Cambios en la frecuencia cardíaca, la presión arterial y la temperatura corporal
10. Náuseas o vómitos con pérdida de peso
11. Poca capacidad de juicio
12. Congestión nasal y daño en la membrana mucosa de la nariz (en caso de que el consumo se haga por inhalación)
13. Llagas en la boca, enfermedad de las encías y caries dentarias por fumar sustancias adictivas (boca de metanfetamina)
14. Insomnio
15. Depresión a medida que pasa el efecto de la sustancia adictiva

**Drogas sintéticas**

Las drogas ilícitas conocidas como drogas de club se consumen en discotecas y también en conciertos y fiestas. Algunos ejemplos son la metilendioximetanfetamina (MDMA, éxtasis o molly) y el ácido gamahidroxibutírico. Otros ejemplos son la cetamina y el flunitrazepam o Rohypnol (una marca que se usa fuera de EE. UU.), también llamado roofie en inglés. No todas estas sustancias pertenecen a la misma categoría, pero comparten efectos y peligros similares, como los efectos perjudiciales a largo plazo.

Debido a que el ácido gamahidroxibutírico y el flunitrazepam causan sedación, relajación muscular, confusión y pérdida de memoria, el consumo de estas sustancias se asocia con posibles conductas sexuales indebidas o agresiones sexuales.

Entre los signos y síntomas de las drogas de club se incluyen los siguientes:

1. Alucinaciones
2. Paranoia
3. Pupilas más grandes de lo normal
4. Escalofríos y sudoración
5. Movimientos involuntarios (temblores)
6. Cambios de conducta
7. Calambres musculares y rechinar los dientes
8. Relajación muscular, mala coordinación y problemas de movimiento
9. Desinhibición
10. Agudización o alteración del sentido de la vista, el oído y el gusto
11. Poca capacidad de juicio
12. Problemas o pérdida de la memoria
13. Disminución de la conciencia
14. Aumento o disminución de la frecuencia cardíaca y la presión arterial

**Alucinógenos**

El consumo de alucinógenos puede producir distintos signos y síntomas, según la sustancia. Los alucinógenos más comunes incluyen la dietilamida del ácido lisérgico y la fenciclidina.

La dietilamida del ácido lisérgico puede causar lo siguiente:

1. Alucinaciones
2. Percepción muy reducida de la realidad, por ejemplo, interpretar la captación de los estímulos de uno de los sentidos como si fuera de otro, como oír colores
3. Conducta impulsiva
4. Cambios emocionales rápidos
5. Cambios mentales permanentes en la percepción
6. Frecuencia cardíaca y presión arterial altas
7. Temblores
8. Recuerdos recurrentes: volver a tener una alucinación, incluso varios años después

El consumo de fenciclidina puede causar lo siguiente:

1. La sensación de estar separado del cuerpo y de lo que te rodea
2. Alucinaciones
3. Problemas de coordinación y movimiento
4. Conducta agresiva y posiblemente violenta
5. Movimientos involuntarios de los ojos
6. Falta de sensibilidad al dolor
7. Aumento en la presión arterial y la frecuencia cardíaca
8. Problemas de memoria y para reflexionar
9. Problemas para hablar
10. Poca capacidad de juicio
11. Intolerancia a los ruidos fuertes
12. A veces, convulsiones o coma

**Sustancias inhaladas**

Los signos y síntomas del consumo de inhalantes varían según la sustancia adictiva. Algunas sustancias que suelen inhalarse incluyen pegamento, disolvente para pintura, corrector líquido, tinta de rotulador, gasolina, líquidos de limpieza y productos en aerosol de uso doméstico. Debido a la naturaleza tóxica de estas sustancias adictivas, los consumidores pueden presentar daño cerebral o tener una muerte súbita.

Los signos y síntomas del consumo incluyen lo siguiente:

1. Posesión de una sustancia adictiva inhalante sin explicación razonable
2. Excitación breve y agradable
3. Comportamiento similar al de una persona ebria
4. Menor capacidad para mantener los impulsos bajo control
5. Conducta agresiva o deseo de pelear
6. Mareos
7. Náuseas o vómitos
8. Movimientos involuntarios de los ojos
9. Indicios de estar bajo los efectos de drogas ilícitas, con balbuceos, movimientos lentos y mala coordinación
10. Latidos del corazón irregulares
11. Temblores
12. Hedor persistente a material inhalado
13. Erupción alrededor de la nariz y la boca

**Analgésicos opioides**

Los opioides son sustancias narcóticas y analgésicas, que se producen a partir del opio o se fabrican sintéticamente. Esta clase de sustancias comprende, entre otras, la heroína, la morfina, la codeína, la metadona, el fentanilo y la oxicodona.

La adicción a los analgésicos opioides de venta con receta médica, que a veces se denomina epidemia de opiáceos, alcanzó un índice alarmante en los Estados Unidos. Es posible que algunas personas que han consumido opioides durante mucho tiempo necesiten que un médico les indique una sustitución temporal o a largo plazo de medicamentos durante el tratamiento.

Entre los signos y síntomas del consumo de narcóticos y la adicción a estos se incluyen los siguientes:

1. Sensación de subidón
2. Reducción de la sensación de dolor
3. Agitación, somnolencia o sedación
4. Habla arrastrada
5. Problemas de atención y memoria
6. Pupilas más pequeñas de lo normal
7. Falta de consciencia o de atención a las personas u objetos circundantes
8. Problemas de coordinación
9. Depresión
10. Confusión
11. Estreñimiento
12. Goteo o llagas en la nariz (si el consumo se realiza por inhalación)
13. Marcas de agujas (si el consumo se realiza por inyección)

Si no puedes controlar el consumo de sustancias adictivas o este te causa problemas, pide ayuda. Cuanto antes consigas ayuda, mayores serán tus probabilidades de recuperación a largo plazo. Habla con el proveedor de atención médica o consulta con un profesional de salud mental, como un médico especialista en medicina de la adición o psiquiatría de las adicciones, o un asesor matriculado que se especializa en alcohol y sustancias adictivas.

Programa una cita médica para ver a un proveedor de atención médica en los siguientes casos:

1. No puedes dejar de consumir una sustancia adictiva.
2. Sigues consumiendo la sustancia adictiva a pesar del daño que provoca.
3. El consumo de la sustancia adictiva te ha llevado a conductas peligrosas, como compartir agujas o tener relaciones sexuales sin protección.
4. Piensas que puedes estar teniendo síntomas de abstinencia después de suspender el consumo de la sustancia adictiva.

Si no estás listo para acudir a un proveedor de atención médica o profesional de salud mental, las líneas telefónicas de ayuda o los teléfonos de información pueden ser útiles para saber más sobre los tratamientos. Puedes encontrar estos números en Internet o en el directorio telefónico.

Busca ayuda de urgencia si tú o alguien que conoces consumieron una droga y:

1. Podrían tener una sobredosis
2. Presentan cambios en el conocimiento
3. Tienen problemas para respirar
4. Tienen ataques o convulsiones
5. Manifiestan signos de ataque cardíaco, como dolor o presión en el pecho
6. Tienen alguna otra reacción física o psicológica problemática luego del consumo de la droga

**Preparativos para una intervención**

Las personas con problemas de adicción suelen negar que tienen un problema y dudan en buscar tratamiento. Las intervenciones sirven para ofrecer a un ser querido una oportunidad estructurada de hacer cambios antes de que todo empeore, lo que puede motivar a esa persona a buscar o aceptar ayuda.

Es importante planificar la intervención con cuidado. La familia y los amigos pueden llevarla a cabo tras consultar con un proveedor de atención médica o un profesional de la salud mental (por ejemplo, un consejero matriculado especialista en alcohol y drogas ilícitas), o bien la puede realizar un profesional especializado en intervenciones. Supone la participación de familiares, amigos y, a veces, compañeros de trabajo, sacerdotes u otras personas que se preocupan por el problema de adicción de la persona en cuestión.

Durante la intervención, estas personas se reúnen para tener una conversación directa y sincera con la persona sobre las consecuencias de la adicción. Luego, le piden a la persona que acepte el tratamiento.

**Causas**

Al igual que en muchos trastornos de salud mental, hay varios factores que pueden contribuir al desarrollo de la adicción a las drogas. Los factores principales son los siguientes:

1. **Ambientales.** Los factores ambientales, como las creencias y actitudes de tu familia, y la exposición a grupos de pares que alientan el consumo de drogas, suelen influir en el inicio del consumo de drogas.
2. **Genéticos.** Una vez que has comenzado a consumir una droga, el paso a la adicción depende de rasgos heredados (genéticos), que pueden retrasar o acelerar el avance de la enfermedad.

**Cambios en el cerebro**

La adicción física parece ocurrir cuando el consumo reiterado de una droga cambia la forma en que el cerebro percibe el placer. La droga de adicción causa cambios físicos en algunas células nerviosas (neuronas) del cerebro. Las neuronas utilizan sustancias químicas llamadas «neurotransmisores» para comunicarse. Estos cambios pueden permanecer mucho tiempo después de que dejas de consumir la droga.

**Factores de riesgo**

Personas de cualquier edad, sexo o situación económica pueden volverse adictas a una sustancia adictiva. Algunos factores pueden afectar la probabilidad y rapidez de desarrollar una adicción:

1. **Antecedentes familiares de adicción.** La adicción a las sustancias adictivas es más común en algunas familias y probablemente implica un riesgo mayor con base en los genes. Si tienes un pariente consanguíneo, como un padre, una madre o un hermano, adicto al alcohol o a las drogas ilícitas, tienes más riesgo de desarrollar una adicción a las sustancias adictivas.
2. **Trastorno de salud mental.** Si tienes un trastorno de salud mental como depresión, déficit de atención, trastorno por déficit de atención e hiperactividad o trastorno por estrés postraumático, tienes más probabilidades de desarrollar una adicción a las sustancias adictivas. El consumo de sustancias adictivas puede ser una forma de lidiar con sentimientos dolorosos, como ansiedad, depresión y soledad, y puede empeorar aún más estos problemas.
3. **Presión de grupo.** La presión de grupo es un factor importante para comenzar a usar y abusar de drogas ilícitas, en especial para la gente joven.
4. **Falta de implicación familiar.** Las situaciones familiares difíciles o la falta de un vínculo con tus padres o hermanos pueden aumentar el riesgo de adicción, al igual que la falta de supervisión de los padres.
5. **Consumo en edad temprana.** El consumo de sustancias adictivas a una edad temprana puede provocar cambios en el cerebro y aumentar la posibilidad de progresar a tener adicción a estas.
6. **Tomar una sustancia altamente adictiva.** Algunas sustancias, como los estimulantes, la cocaína o los analgésicos opioides, pueden dar lugar a desarrollar una adicción más rápidamente que otras. Fumar o inyectarse drogas ilícitas puede aumentar el potencial de adicción. El consumo de sustancias que se consideran menos adictivas (drogas ligeras) pueden hacer que empieces a consumir sustancias adictivas y puede provocar adicción.

**Complicaciones**

El consumo de drogas ilícitas puede tener efectos perjudiciales y significativos a corto y largo plazo. El consumo de algunas drogas ilícitas puede ser especialmente peligroso, sobre todo si tomas dosis altas o si las combinas con otras drogas ilícitas o con alcohol. A continuación, se describen algunos ejemplos.

1. La metanfetamina, los opiáceos y la cocaína son sustancias muy adictivas que pueden traer múltiples consecuencias para la salud a corto y largo plazo, tales como comportamiento psicótico, convulsiones o muerte por sobredosis. Los opioides afectan la parte del cerebro que controla la respiración y una sobredosis puede ocasionar la muerte. Consumir opioides y alcohol aumenta este riesgo.
2. El ácido gamahidroxibutírico (GHB, por sus siglas en inglés) y el flunitrazepam pueden provocar sedación, confusión y pérdida de la memoria. Se sabe que estas sustancias llamadas drogas para la violación afectan la capacidad de resistirse a un contacto no deseado y de recordar el evento. En dosis elevadas pueden causar convulsiones, estado de coma y la muerte. El peligro aumenta cuando estas sustancias se consumen con alcohol.
3. El MDMA, también conocido como Molly o éxtasis, puede interferir en la capacidad de regular la temperatura corporal. Una subida grave y repentina de la temperatura corporal puede ocasionar insuficiencia hepática, renal o cardíaca y la muerte. Otras complicaciones pueden incluir deshidratación grave, lo que lleva a convulsiones. A largo plazo, el MDMA puede dañar el cerebro.
4. Un peligro particular de las drogas de club que se encuentran disponibles en la calle, sea en su forma líquida, en pastilla o en polvo, es que a menudo contienen sustancias desconocidas que pueden ser dañinas, como otras drogas ilícitas o medicamentos.
5. Debido a las características tóxicas de las sustancias inhalatorias, los consumidores pueden sufrir daños cerebrales de distintos niveles de gravedad. La muerte súbita puede ocurrir incluso después de una única exposición.

**Otras complicaciones que cambian la vida**

La dependencia a las drogas ilícitas puede causar varias complicaciones peligrosas y dañinas, por ejemplo:

1. **Contraer una enfermedad infecciosa.** Las personas que son adictas a una droga ilícita tienen más probabilidades de contraer una enfermedad infecciosa, como el VIH, ya sea por mantener relaciones sexuales sin protección o por compartir agujas con otras personas.
2. **Otros problemas de salud.** La adicción a las drogas ilícitas puede llevar a diversos problemas de salud física y mental a corto y largo plazo. Esto depende de la sustancia que se consuma.
3. **Accidentes.** Las personas adictas a las drogas ilícitas tienen más probabilidades de conducir o realizar otras actividades peligrosas mientras se encuentran bajo su influencia.
4. **Suicidio.** Las personas adictas a las drogas ilícitas tienen más probabilidades de suicidarse en comparación con las personas que no son adictas.
5. **Problemas familiares.** Los cambios de conducta pueden provocar conflictos en las relaciones personales o con familiares y problemas de custodia.
6. **Problemas laborales.** El consumo de drogas ilícitas puede causar un menor rendimiento laboral, ausencias del trabajo y la eventual pérdida del empleo.
7. **Problemas en la escuela.** El consumo de drogas ilícitas puede afectar de manera negativa el rendimiento académico y la motivación para destacar en la escuela.
8. **Problemas legales.** Los problemas legales son comunes en los consumidores de drogas ilícitas y pueden tener origen en la compra o la posesión de estas drogas ilícitas, el robo para mantener la adicción, la conducción de vehículos bajo la influencia de sustancias adictivas o alcohol o conflictos por la custodia de los hijos.
9. **Problemas económicos.** Al gastar el dinero en mantener el consumo de drogas ilícitas, puede faltar para otras necesidades, lo que podría derivar en deudas y en conductas ilegales o poco éticas.

**Prevención**

La mejor manera de evitar volverse adicto a una droga ilícita es no probarla nunca. Si el proveedor de atención médica te receta un medicamento que puede generar adicción, ten cuidado cuando lo tomes y sigue las instrucciones.

Los proveedores de atención médica deben recetar estos medicamentos en dosis y cantidades seguras, y deben controlar el consumo para que no recibas una dosis demasiado alta ni por demasiado tiempo. Si sientes que tienes que tomar más de la dosis recetada de un medicamento, comunícate con el proveedor de atención médica.

**Cómo prevenir el consumo inapropiado de drogas en niños y adolescentes**

Toma estas medidas para ayudar a prevenir el abuso de sustancias adictivas en niños y adolescentes:

1. **Comunícate.** Habla con tus hijos sobre los riesgos del consumo y el abuso de sustancias adictivas.
2. **Escucha.** Presta atención cuando tus hijos hablen sobre la presión de grupo y muéstrales tu apoyo a sus esfuerzos por resistirla.
3. **Da un buen ejemplo.** No abuses del alcohol ni de otras sustancias adictivas. Los niños de padres que hacen un mal uso de las sustancias adictivas corren un mayor riesgo de tener adicción a ellas.
4. **Fortalece el vínculo.** Trabaja en la relación con tus hijos. Un vínculo fuerte y estable entre tú y tu hijo reducirá el riesgo de que tu hijo consuma y abuse de sustancias adictivas.

**Prevenir una recaída**

Una vez que fuiste adicto a una sustancia adictiva, tienes un alto riesgo de caer nuevamente en un patrón adictivo. Si empiezas a consumir la sustancia adictiva, es probable que nuevamente pierdas el control sobre su consumo, incluso si te has sometido a un tratamiento y no la has consumido durante un tiempo.

1. **Sigue tu plan de tratamiento.** Controla tus antojos. Es posible que parezca que te has recuperado y no necesites seguir tomando medidas para evitar el consumo. Sin embargo, tus probabilidades de evitar el consumo de las sustancias adictivas serán mayores si continúas viendo a tu terapeuta o asesor, si asistes a las reuniones de los grupos de apoyo y si tomas el medicamento recetado.
2. **Evita situaciones de alto riesgo.** No regreses al barrio donde solías conseguir las sustancias adictivas. Además, aléjate del anterior grupo que consumía sustancias adictivas.
3. **Obtén ayuda de inmediato si volviste a consumir sustancias adictivas.** Si volviste a consumir drogas ilícitas, habla con tu proveedor de atención médica, tu profesional de salud mental o con alguien más que pueda ayudarte de inmediato.

**Preguntas de selección múltiple**

1. ¿Qué es una droga?
   1. sustancia nociva
   2. sustancia que causa alteraciones en el organismo
   3. sustancia de origen exclusivo natural
   4. sustancia que causa siempre anomalidades
   5. todas las anteriores
2. ¿Qué significa licito?
   1. que puede ser consumido por la población
   2. que es legal
   3. que no causa daño
   4. que puede ser consumida por personas de toda edad
   5. sólo A y B
3. La marihuana es ilícita por
   1. no saber aun todo lo que puede causar
   2. en niños y jóvenes puede causar daños cerebrales
   3. en adultos como gente de toda puede causar adicción
   4. por el daño que puede causar solo puede darse por tratamiento médico
   5. todas las anteriores
4. Lo lícito de una droga, significa que puede ser consumido por cualquier persona
   1. que la ley lo permite
   2. por no causa daño
   3. por no alterar nada
   4. por ser barato
   5. todas las anteriores

,