



Teléfono de Información

901 350 350



Comunidad de Madrid

CONSEJERÍA DE SANIDAD Y CONSUMO
Agencia Antidroga



LOS PADRES FRENTE A LA COCAÍNA

Guía para padres preocupados



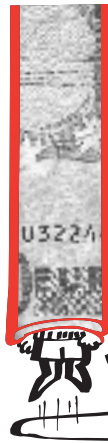
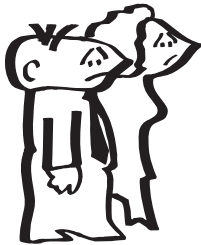
Comunidad de Madrid

CONSEJERÍA DE SANIDAD Y CONSUMO
Agencia Antidroga

Prohibida la reproducción y comunicación pública, total o parcial, de los contenidos de esta guía

LOS PADRES FRENTE A LA COCAÍNA

LORENZO SÁNCHEZ PARDO



Guía para
padres
preocupados



Comunidad de Madrid

CONSEJERÍA DE SANIDAD Y CONSUMO
Agencia Antidroga

© Consultoría, Estudios y Gestión de Proyectos S.L., 2004.

Edita y distribuye: Agencia Antidroga de la Comunidad de Madrid.

Autor del texto: Lorenzo Sánchez Pardo.

Diseño: Doblehache Comunicación.

Imprime:

Depósito legal:

CONTENIDO

	pág
1. Introducción	4
2. ¿Qué es la cocaína?	6
3. Los jóvenes y el consumo de cocaína	7
4. Motivaciones para consumir cocaína	12
5. Mitos sobre la cocaína que favorecen su uso	14
6. Efectos provocados por la cocaína	16
7. Complicaciones derivadas del uso crónico de cocaína	20
8. Impacto social y sanitario de los consumos de cocaína	22
9. ¿Cómo saber si sus hijos tienen problemas con la cocaína?	24
10. ¿Cómo prevenir el consumo de drogas en sus hijos?	26
11. ¿Dónde puede obtener ayuda y asesoramiento?	32

INTRODUCCIÓN

Todas las drogas tienen una leyenda, que en el caso de la cocaína vincula su consumo con el prestigio, el éxito social y el poder. Los medios de comunicación y el cine han contribuido a reforzar esta imagen de la cocaína, que se asocia con los profesionales de alto nivel, empresarios, modelos, actores, músicos, etc. La cocaína fue considerada como “la reina de las drogas”, no sólo por los potentísimos efectos que provoca, sino porque su consumo se asociaba al logro de muchos de los objetivos a los que aspiraban amplios sectores sociales (poder, dinero, relaciones sociales, etc.).

Aunque la cocaína se conoce desde hace casi un siglo, su consumo se popularizó en los años setenta y ochenta entre las clases medias de los Estados Unidos, desde donde se extendió a Europa. La expansión del uso de la cocaína se vio favorecida por su asociación con el éxito y el prestigio social, a diferencia de otras drogas que, como la heroína, se consideraban propias de sectores marginales. El consumo de cocaína se promovió recurriendo a dos ideas básicas: afirmando que era una droga limpia, que supuestamente no generaba problemas, y destacando que su uso estaba reservado a las elites sociales.

Esta imagen social positiva de la cocaína, lamentablemente, aún perdura entre algunos jóvenes, a pesar de estar muy alejada de la realidad:

✓ La cocaína dejó hace años de ser una droga exclusiva de las elites sociales.

Como ocurriera con otras drogas como la heroína, aunque el consumo de cocaína se puso de moda entre profesionales de éxito y las vanguardias culturales, progresivamente esta conducta comenzó a ser imitada por personas pertenecientes a las clases sociales medias y bajas, perdiendo su carácter elitista. A la caída de este mito ha contribuido, no sólo la comprobación de los daños causados por esta droga, sino el hecho de que su uso fuera adoptado por personas de grupos sociales desfavorecidos o marginales.

✓ La cocaína no es en absoluto una droga limpia, inocua o controlable.

Esta percepción inicial de la cocaína como una droga limpia se vio favorecida por el hecho de que, en algunos consumidores, las consecuencias negativas asociadas a su uso tardaron varios años en hacerse evidentes. Este prolongado período de “silencio clínico” hizo pensar a muchos consumidores que, efectivamente, los efectos de la cocaína podrían no ser tan graves.

La “invisibilidad”, que durante años rodeó a los efectos de la cocaína, se debió a que hasta hace poco el número de consumidores de esta sustancia era muy reducido y, en general, con una buena posición social, lo que les permitía buscar soluciones discretas a sus problemas en centros privados. Actualmente los problemas causados por la cocaína son, desgraciadamente, muchos y muy visibles.

La cocaína, junto con la heroína, pertenece al grupo de drogas ilícitas que generan más problemas, tanto por la relación de su consumo con diversas patologías o enfermedades orgánicas y psicológicas, como con la mortalidad asociada a las drogas y a la comisión de actos violentos y delictivos, según certifican diferentes organismos internacionales.

Al margen de los mitos, existen algunas certezas, como es el hecho de que al final de las historias personales de la mayor parte de los consumidores habituales de cocaína sólo queda soledad y fracaso, en forma de divorcios o separaciones, despidos, desempleo, fracaso escolar, pérdida de amistades, deudas, problemas legales y deterioro de la salud.



CONOCER PARA PREVENIR

**SI DESEA PREVENIR EL CONSUMO DE COCAÍNA
Y OTRAS DROGAS ENTRE SUS HIJOS, LE INTERESA CONOCER
ALGUNAS COSAS SOBRE ESTA SUSTANCIA.**

¿QUÉ ES LA COCAÍNA?

La cocaína o clorhidrato de cocaína es uno de los principales derivados de la hoja de coca, obtenido a partir de la pasta base, con clorhídrico y extracción de acetona-etanol. Es un polvo blanco, fino y cristalino, de sabor amargo, que se conoce coloquialmente como “coca” o “nieve”.

Por sus potentes efectos estimulantes sobre el Sistema Nervioso Central este alcaloide pertenece, junto con las anfetaminas, a la categoría de las drogas estimulantes mayores, para diferenciarlas de otros estimulantes menores como la cafeína o la nicotina.

Existen otros derivados de la hoja de coca que prácticamente no son consumidos en nuestro país, como son:

6

- El sulfato de cocaína o pasta base, conocido como “basuco”, que es una pasta de color pardo-negro que se fuma mezclada con tabaco o marihuana.
- La cocaína base, conocida como “crack”, que se obtiene mezclando cocaína, con amoníaco y bicarbonato sódico. Tiene forma de pequeños cristales y se fuma mezclada con tabaco.

La cocaína es consumida en forma de polvo blanco, mayoritariamente a través de la inhalación o aspiración de la misma por la nariz con ayuda de un rulo (habitualmente un billete enrollado), en lo que popularmente se conoce como “esnifar una raya o línea de coca” o “meterse una raya”. Un reducido número de personas consume cocaína por vía intravenosa (inyectada).

LOS JÓVENES Y EL CONSUMO DE COCAÍNA

La cocaína es, después de los derivados del cannabis, la droga ilícita de mayor consumo en la Comunidad de Madrid, habiendo sido consumida alguna vez a lo largo de su vida por cerca del 4% de la población de 15 a 64 años. Los consumos de cocaína son sensiblemente superiores entre los adolescentes y los jóvenes, como lo demuestra el hecho de que el 7% de los estu-

diantes de Secundaria de 14 a 18 años hayan experimentado alguna vez con esta sustancia.

CONSUMO DE COCAÍNA EN POBLACIÓN GENERAL Y ESTUDIANTES DE SECUNDARIA

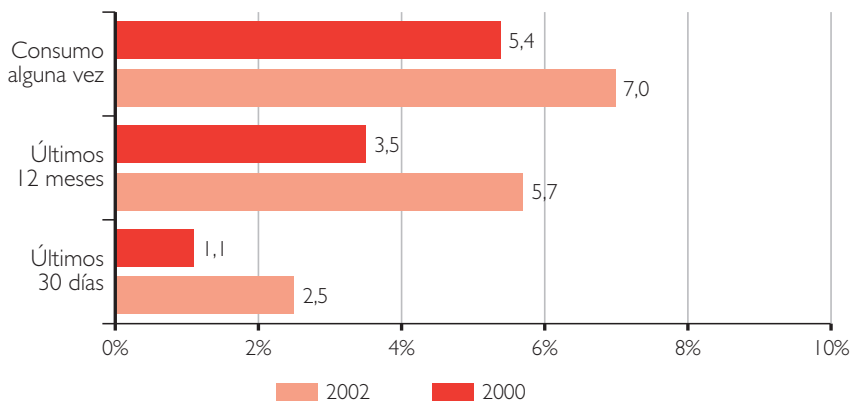
Período de consumo	Población general 15-64 años	Estudiantes Secundaria (14 18 años)
Alguna vez	3,8%	7,0%
Últimos 12 meses	1,7%	5,7%
Últimos 30 días	0,6%	2,5%

FUENTE: Encuesta Domiciliaria sobre Consumo de Drogas en la Comunidad de Madrid 2001 y Encuesta sobre Drogas a la Población Escolar de la Comunidad de Madrid 2002. Agencia Antidroga.

El inicio al consumo de cocaína se produce como promedio entre la población general en torno a los 20 años, si bien entre los adolescentes de 14 a 18 años la mima se sitúa por debajo de los 16 años.

Los consumos de cocaína estarían creciendo de forma notable en España en los últimos años, de manera particular entre los grupos de edades más jóvenes, un proceso que también se ha producido en la Comunidad de Madrid.

EVOLUCIÓN DE LOS CONSUMOS DE COCAÍNA ENTRE LOS ESTUDIANTES DE SECUNDARIA (%). COMUNIDAD DE MADRID, 2000-2002



FUENTE: Encuestas sobre Drogas a Población Escolar de la Comunidad de Madrid, 2000 y 2002. Agencia Antidroga.

El perfil general de los consumidores de cocaína se corresponde con el de personas jóvenes que cuentan, en general, con unos aceptables niveles de integración social y que desarrollan estilos de vida normalizados. Estas serían sus principales características: varón, con un nivel de instrucción/académico medio y residente en núcleos urbanos. No hay especiales diferencias en los niveles de consumo según el tipo de ocupación y la clase social.

Aunque el consumo de cocaína es una conducta mayoritariamente masculina, su uso se está extendiendo entre las mujeres jóvenes, al presentarse como una forma de expresión de la igualdad y la liberación femenina. La presión social sobre la imagen personal y el prototipo de belleza asociado a la delgadez favorecen el uso de cocaína entre las mujeres (modelos, etc.), quienes lo asocian con la pérdida de peso. De hecho, entre los estudiantes de Secundaria el porcentaje de chicas consumidoras es ligeramente superior al de los chicos.



EXISTE UNA ENORME DIVERSIDAD SOCIAL ENTRE LOS CONSUMIDORES DE COCAÍNA

LA COCAÍNA NO ES NINGUNA DROGA ELITISTA, COMO LO EVIDENCIA LA EXPANSIÓN DE SU USO ENTRE TODOS LOS GRUPOS SOCIALES, INCLUIDOS AQUELLOS MÁS DESFAVORECIDOS.

Patrones y formas de consumo

Como en otras drogas, no existe un único patrón de uso de cocaína, como tampoco son iguales las características de las personas que consumen esta sustancia, las motivaciones para hacerlo, las vías de administración o las funciones atribuidas a su uso. Tampoco hay una frecuencia única de consumo, sino más bien una serie de situaciones intermedias entre el consumo casual u ocasional y el consumo habitual y compulsivo:

a) Consumos ocasionales

Son minoritarios y se corresponden, normalmente, con personas adultas con una posición laboral, familiar y social consolidada, que sólo consumen cocaína en ocasiones especiales.

b) Consumos recreativos

Se trata de consumos esporádicos realizados por adolescentes y jóvenes, recientemente incorporados al uso de esta sustancia, con fines lúdicos, siguiendo un mismo patrón general al resto de drogas recreativas: consumo en las noches de los fines de semana, con amigos o colegas consumidores, en locales públicos, fiestas o eventos musicales, donde el uso de cocaína se combina con la ingesta de otras drogas como el alcohol, cánnabis o las drogas de síntesis.

Es el patrón de consumo mayoritario y tendría como elemento característico la restricción de los consumos exclusivamente en los espacios de ocio del fin de semana. El control de la frecuencia de los consumos es un

reto o pretensión que no siempre es posible lograr. Cuando los consumos se hacen más frecuentes (varias veces a la semana), o traspasan el espacio del fin de semana, se estaría cruzando la frontera hacia los consumos habituales.

c) Consumos habituales

Una parte importante de los consumidores de cocaína realiza consumos habituales, siguiendo una conducta de abuso o dependencia, con una ingesta frecuente, que puede llegar a ser diaria, o bien reiterando varias tomas en un breve espacio de tiempo. Estas personas acaban siendo atrapadas por la capacidad adictiva de la cocaína y ya no consumen para divertirse o estar de marcha, sino porque experimentan la necesidad imperiosa de hacerlo.

10 d) Consumos realizados por drogodependientes

Muchas personas dependientes de la heroína consumen con relativa frecuencia cocaína para experimentar sensaciones diferentes a las que obtienen con su droga habitual. También se ha popularizado entre esta población el consumo de la mezcla de heroína y cocaína, conocida como "speedball", con la que se trata de contrarrestar los efectos estimulantes de la cocaína y alargar la euforia.

Es frecuente la reiteración del consumo de cocaína entre quienes la prueban alguna vez. La elevada continuidad en el uso de esta sustancia tiene que ver con su gran capacidad adictiva, lo que explica el porqué cerca de la mitad (44,7%) de los madrileños que han probado la cocaína repitió su consumo en los últimos doce meses. La continuidad en el consumo de cocaína es especialmente alta entre los adolescentes, como lo evidencia el hecho de que la gran mayoría (81%) de los estudiantes madrileños de Secundaria que han probado la cocaína repitió su consumo en los últimos doce meses y que, aproximadamente, uno de cada tres (35%) reiterara su uso en los últimos 30 días.

La experimentación con la cocaína, en especial cuando se realiza en edades tempranas, entraña un riesgo elevado de que los consumos vuelvan a repetirse en el futuro y puedan derivar en conductas de abuso o dependencia.



RESULTA MUY DIFÍCIL “CONTROLAR” EL CONSUMO DE COCAÍNA

**LA MAYORÍA DE LOS ADICTOS A LA COCAÍNA
COMENZARON REALIZANDO CONSUMOS OCASIONALES
O ESPORÁDICOS EN CONTEXTOS RECREATIVOS.**

Policonsumo de cocaína y otras drogas

Aunque existen distintos patrones de consumo de cocaína, casi todos tienen como elemento común el policonsumo, o uso simultáneo de cocaína y otras drogas. La mayoría de los consumidores de cocaína bebe alcohol y fuma tabaco y cánnabis, mientras que algo menos de la mitad compatibiliza su uso con el de otros estimulantes como las drogas de síntesis o las anfetaminas.

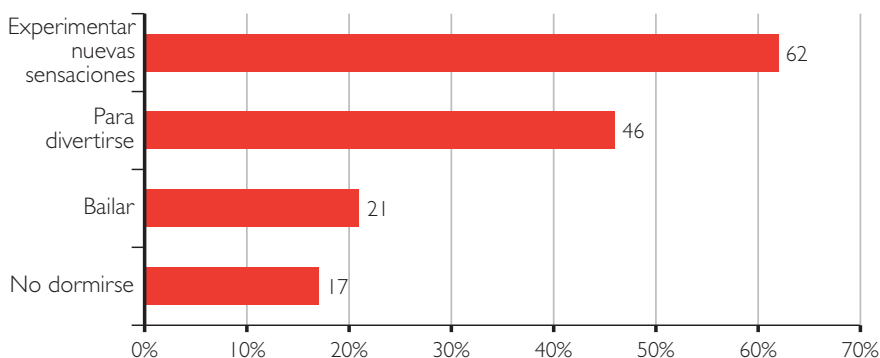
En los ambientes lúdicos es muy frecuente que se consuma cocaína para contrarrestar los efectos del alcohol (para poder beber sin emborracharse y seguir de marcha hasta altas horas de la madrugada). El resultado suele ser que se ingieren importantes cantidades de alcohol y cocaína, sin que el consumidor sea muy consciente de ello.

- El consumo simultáneo de cocaína, alcohol u otras drogas potencia el abuso de estas sustancias, aumentando de forma sustancial el riesgo de sobredosis y de muerte súbita y de sufrir distintos daños orgánicos.

MOTIVACIONES PARA CONSUMIR COCAÍNA

Cuando se pregunta a los adolescentes y jóvenes consumidores de cocaína por las razones que les llevaron a iniciarse en el consumo de esta sustancia señalan, de forma mayoritaria, las relacionadas con la experimentación de nuevas sensaciones y la diversión. Estas motivaciones son, en general, coincidentes con las expresadas para consumir otras drogas recreativas, si bien en el caso de la cocaína se enfatiza la búsqueda de sus efectos estimulantes.

MOTIVACIONES DE LOS ADOLESCENTES PARA PROBAR LA COCAÍNA (%)



12

FUENTE: Encuesta sobre Drogas a la Población Escolar de la Comunidad de Madrid 2002. Agencia Antidroga.

Estas son algunas de las razones expresadas para consumir cocaína por los jóvenes que han tenido un contacto más prolongado con esta sustancia:

- Para ir de marcha.
- La búsqueda de diversión y placer (estar contento y divertido).
- Estimularse cuando se está cansado y bajo de energía.
- Para desinhibirse, superar la timidez, cortarse menos o para ligar.
- Para potenciar la excitación sexual.

- Para vivir a tope la noche, estar abiertos a cualquier aventura.
- Para aguantar más (superar los límites individuales).
- Romper con la rutina del trabajo.

Entre los jóvenes más asiduos de los ambientes recreativos nocturnos se consume cocaína porque les permite mantenerse más tiempo de marcha (despiertos y con energía o bebiendo sin emborracharse). Pero esta conducta tiene otros significados, puesto que su consumo confiere cierto estatus o “clase” a quienes la consumen, sirviendo para diferenciarse de otros jóvenes que se mueven en los ambientes nocturnos.

Cuando los consumos se convierten en habituales cambian radicalmente las motivaciones para consumir; que dejan de estar vinculadas a la diversión. Es muy frecuente que los consumidores comiencen a percibir que tienen problemas de adicción, que deseen controlar el consumo. Aparece entonces la otra cara de la cocaína:

- Comienza a consumirse en solitario.
- No se disfruta consumiendo.
- Surge un sentimiento de estar atrapado, de tener un grave problema.
- Se siente culpa después de consumir; pero también la necesidad irrefrenable de hacerlo.
- Aparece el retraimiento, la depresión, las ideas paranoides.
- Se experimenta una sensación de profunda soledad.



EL FINAL DE UN SUEÑO...

MUCHAS PERSONAS ACABAN CONSUMIENDO COCAÍNA PORQUE ESTÁN ENGANCHADAS POR ESTA SUSTANCIA. LO QUE COMENZÓ SIENDO UN CONSUMO DE TIPO RECREATIVO ACABA EN UNA ADICCIÓN.

Y EL INICIO DE UNA PESADILLA

MITOS SOBRE LA COCAÍNA QUE FAVORECEN SU USO

El tráfico de drogas reporta ingentes beneficios, por ello las organizaciones dedicadas a estas actividades construyen una serie de mitos sobre las mismas, con el único objetivo de favorecer su consumo. La cocaína no es una excepción y sobre esta droga existen una serie de tópicos que favorecen su uso. Si en algún momento piensa hablar con sus hijos de la cocaína, le interesa conocer cuáles son

los mitos más habituales sobre esta sustancia que están extendidos entre los jóvenes, así como los argumentos científicos que muestran su falsedad.

LO QUE PIENSAN ALGUNOS JÓVENES DE LA COCAÍNA

- Que les ayudará a animarse, a darse macha
- Que hará que se note que tienen clase
- Que la consumen quienes tienen éxito, los triunfadores
- Que ayuda a relacionarse con los demás, a desinhibirse

LO QUE OCURRE EN REALIDAD

- ✓ Su efecto estimulante es muy breve, desaparece después de 20-30 minutos y a continuación aparece un “bajón” intenso (depresión, decaimiento, cansancio).
- ✓ Hace años que la cocaína perdió todo su “glamour”, dejando de ser una droga elitista, cuando se hizo evidente que era una droga muy adictiva y que causaba graves daños.
- ✓ Gran parte de las personas adictas a esta sustancia tienen antecedentes judiciales, han estado detenidos y/o en prisión.
- ✓ Sus consumidores pertenecen a todos los grupos sociales, incluidos los más desfavorecidos.
- ✓ Una de las secuelas más recurrentes que manifiestan los consumidores habituales de cocaína es la profunda soledad.

- Que ayuda a tener relaciones sexuales más satisfactorias
- Que es una droga limpia, menos peligrosa que otras sustancias
- Que, a diferencia de la heroína, es fácil controlar su uso
- Que no hay problemas, la consume todo el mundo

- ✓ La irritabilidad y agresividad que provoca su consumo incrementa el riesgo de verse implicados en peleas y agresiones, dentro y fuera de su entorno familiar.
- ✓ En consumo habitual de cocaína provoca pérdida del deseo sexual, además de problemas de erección y eyaculación en los varones.
- ✓ Junto con la heroína es una de las drogas más peligrosas, por su grave impacto sobre la salud física y psicológica y los actos delictivos y violentos que provoca.
- ✓ Es una de las drogas con mayor capacidad de generar adicción, incluso más que la heroína. Unas 12.000 personas inician cada año tratamiento por este motivo en España y cerca de 2.000 en la Comunidad de Madrid.
- ✓ Su consumo es minoritario entre los jóvenes.
- ✓ Es una droga ilícita, que causa un grave daño para la salud, cuyo tráfico es sancionado con penas mínimas de tres a nueve años.
- ✓ Su consumo en lugares públicos está sancionado con multas de 300 a 30.050 euros.

EFFECTOS PROVOCADOS POR LA COCAÍNA

La cocaína es un potentísimo estimulante, que se absorbe y distribuye rápidamente por el organismo. Cuando se consume por vía inhalada (esnifada) pasa desde la nariz directamente a la sangre, a través de las membranas nasales, provocando distintos efectos euforizantes de carácter pasajero, que duran entre 30 y 60 minutos, tras los cuales aparece un período de cansancio y disforia.

Aunque los efectos varían para cada persona, las dosis o las vías de administración, tras la inhalación de la cocaína los consumidores suelen experimentar una sensación de euforia, excitabilidad, hiperactividad, sociabilidad, sensibilidad interpersonal, comportamientos estereotipados o repetitivos, un estado de alerta y el deterioro de la capacidad de juicio. En casos de intoxicación crónica aparecen una sensación de tristeza, retraimiento y cansancio. Además de estos cambios de tipo psicológico y del comportamiento, los consumidores experimentan después del consumo diversos efectos de tipo físico como taquicardias, dilatación de las pupilas, aumento de la presión arterial, sudor, fiebre, vómitos, pérdida de apetito, etc.

16



EL CONSUMO DE COCAÍNA PROVOCA UN EFECTO REBOTE, DE MODO QUE TRAS LA FASE ESTIMULANTE APARECE LA FATIGA Y LA DISFORIA.

CUANTO MÁS ALTA SEA LA DOSIS O MÁS PROLONGADAS LAS SESIONES DE CONSUMO MÁS INTENSO ES EL “BAJÓN” Y MAYORES LOS EFECTOS DESAGRADABLES ASOCIADOS AL CONSUMO.

La acción farmacológica de la cocaína afecta, fundamentalmente, al Sistema Nervioso Simpático, el aparato cardiovascular y al Sistema Nervioso Central.

La cocaína altera el funcionamiento del cerebro, modificando la comunicación entre las células nerviosas (neuronas), en especial de ciertos neurotransmisores, como la dopamina, con un papel relevante en el control de las sensaciones de placer. Los científicos creen que la base de la enorme capacidad adictiva de la cocaína radica en el hecho de que es un potente inhibidor de la recaptación de la dopamina, sustancia que el cerebro libera de forma espontánea como forma de gratificación o placer. Al consumir cocaína se experimenta, durante un breve intervalo de tiempo, una sensación adicional de placer, si bien su uso prolongado daña el funcionamiento del cerebro, reduciendo la cantidad de dopamina o el número de sus receptores, produciendo un descenso muy notable de la capacidad de los consumidores para experimentar placer de forma natural, algo que sólo consiguen reiterando los consumos.

Además de las alteraciones que produce en la actividad cerebral, su consumo tiene un impacto muy directo en los flujos sanguíneos. El estrechamiento que provoca de los vasos sanguíneos obliga al corazón a trabajar de forma más rápida para bombear sangre a todo el organismo, alterando su ritmo natural de funcionamiento y provocando diferentes alteraciones cardiovasculares.

Debido a la corta vida de la cocaína en el organismo, los consumidores precisan de dosis frecuentes para mantener los efectos euforizantes, por este motivo es muy habitual que sus consumidores realicen tomas múltiples en pocas horas, en episodios conocidos como “binges” o atracones. Esta forma de consumo compulsivo provoca que un elevado porcentaje de los consumidores habituales de cocaína haya tenido que ser atendido en los servicios de urgencias hospitalarias por episodios de sobredosis.



LAS INVESTIGACIONES CIENTÍFICAS DEMUESTRAN QUE:

- 1) LOS CONSUMIDORES DE COCAÍNA TIENEN UN RIESGO 7 VECES SUPERIOR DE SUFRIR ATAQUES CARDÍACOS NO MORTALES QUE LOS NO CONSUMIDORES.**
- 2) UNO DE CADA CUATRO ATAQUES CARDIACOS NO MORTALES EN PERSONAS MENORES DE 45 AÑOS SE ATRIBUYEN AL CONSUMO DE COCAÍNA.**

El consumo de cocaína, además de los afectos agradables que buscan sus consumidores (euforia, mayor energía, reducción del sueño, etc.), suele ir acompañado de distintos síntomas psicológicos, comportamentales y fisiológicos de carácter desagradable o adverso.

EFFECTOS TÓXICOS (DESAGRADABLES O NO DESEADOS) CARACTERÍSTICOS DE LA INTOXICACIÓN POR COCAÍNA

- Excitación nerviosa.
- Agresividad verbal.
- Impulsividad.
- Agitación e inquietud psicomotora.
- Deterioro de la capacidad de juicio.
- Confusión.
- Lenguaje incoherente.
- Conductas de tipo compulsivo.
- Enrojecimiento nasal.
- Congestión ocular.
- Taquicardia.
- Arritmias cardíacas.
- Dilatación anormal de pupilas.
- Hiper o hipotensión.
- Sudoración o escalofríos.
- Fiebre.
- Convulsiones.
- Colapso.
- Parada respiratoria.
- Muerte.

Algunas de las complicaciones que acompañan a la intoxicación aguda por cocaína pueden ser especialmente graves, como ocurre con las taquicardias y las arritmias, el fallo cardíaco, la disminución brusca e intensa de la circulación sanguínea, el infarto agudo de miocardio, las hemorragias cerebrales, las crisis convulsivas con pérdida de conciencia, la asfixia o el síndrome hipertérmico (subida brusca e intensa de la temperatura corporal), que puede desembocar en insuficiencia renal y en un fallo metabólico generalizado. Por este motivo, se aconseja ingresar a las personas en estado de intoxicación aguda en un servicio hospitalario de urgencia.

El policonsumo o uso simultáneo de cocaína con otras sustancias puede provocar reacciones imprevisibles en el organismo, que son responsables de muchos de los episodios de sobredosis que sufren los consumidores de cocaína.



EN CASO DE INTOXICACIÓN AGUDA POR COCAÍNA DEBE AVISARSE A LOS SERVICIOS SANITARIOS DE URGENCIA

**LA MAYOR PARTE DE LAS MUERTES INDUCIDAS POR COCAÍNA
SE PRODUCEN A LAS POCAS HORAS DE SU CONSUMO.**

COMPLICACIONES DERIVADAS DEL USO CRÓNICO DE COCAÍNA

La cocaína tiene una enorme capacidad adictiva, provocando su consumo habitual o crónico importantes complicaciones orgánicas (principalmente alteraciones cardiovasculares y neurológicas) y psicológicas.

COMPLICACIONES DEL CONSUMO CRÓNICO/ABUSIVO DE COCAÍNA

COMPLICACIONES A NIVEL PSICOLÓGICO

- Fuerte dependencia, incluso tras períodos de consumo no demasiado largos, que se caracteriza por el “craving” o intenso e incontrolable deseo de consumir cocaína.
- Un síndrome de abstinencia, asociado a dosis altas o a la interrupción del uso de cocaína tras largos períodos de consumo, caracterizado por un estado de ánimo disfórico, somnolencia, fatiga, irritabilidad, etc.
- Trastornos de la atención y la concentración.
- Trastornos del sueño (insomnio, hipersonmia, etc.).
- Trastornos psíquicos severos, como ideas paranoides, depresión, agotamiento general, crisis de angustia, ideas suicidas, etc.

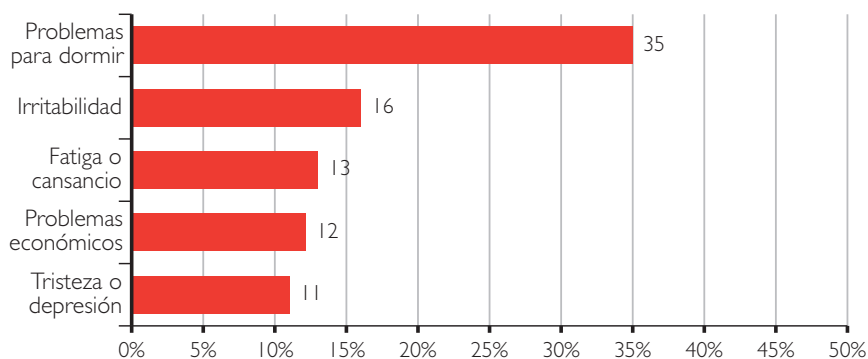
COMPLICACIONES ORGÁNICAS

- Cardiovasculares: taquicardias, arritmias, cardiopatías isquémicas, colapsos circulatorios, infarto de miocardio, miocarditis, etc.
- Neurológicas: cefaleas, migrañas, hemorragias cerebrales, interrupción brusca de la actividad cerebral, crisis convulsivas, alteraciones motoras (tics, dificultades de coordinación), etc.

- Problemas respiratorios: sinusitis, irritación de la mucosa, perforación del tabique nasal, hemorragia pulmonar, neumotorax, etc.
- Falta de apetito y pérdida de peso.
- Fallo renal agudo.
- Alteraciones menstruales, infertilidad e impotencia (dificultades para la erección y eyaculación).
- Anorexia, pérdida de peso.
- Complicaciones obstétricas: abortos espontáneos y toxicidad sobre el feto.
- Complicaciones hepáticas, etc.

Más de la mitad de los adolescentes que han consumido alguna vez cocaína manifiestan haber sufrido consecuencias negativas después del consumo, principalmente dificultades para dormir, irritabilidad, fatiga, problemas económicos y tristeza y depresión.

PROBLEMAS MÁS FRECUENTES SUFRIDOS POR LOS ADOLESCENTES QUE HAN CONSUMIDO COCAÍNA (%)



FUENTE: Encuesta sobre Drogas a la Población Escolar de la Comunidad de Madrid 2002. Agencia Antidroga.

IMPACTO SOCIAL Y SANITARIO DE LOS CONSUMOS DE COCAÍNA

Más allá de los efectos directos que experimentan los propios consumidores, el abuso de cocaína tiene importantes consecuencias sobre la salud y el bienestar colectivo.

- Aproximadamente la mitad de las urgencias hospitalarias por reacción aguda a drogas (sobredosis) que se producen en España y en la Comunidad de Madrid están relacionadas con la cocaína.
- Un elevado porcentaje de consumidores tiene problemas legales derivados del consumo de esta sustancia, al haber cometido delitos para financiar su consumo (tráfico de drogas, robos, etc.). Además, los cambios que la cocaína provoca en el comportamiento de los consumidores (agresividad, impulsividad) hacen que muchos de ellos se vean involucrados en peleas y agresiones callejeras.
- El abuso de cocaína es también la causa de numerosos conflictos y rupturas familiares (discusiones entre padres e hijos o de pareja, separaciones y divorcios, etc.) y aparece asociado con los episodios de violencia doméstica.
- Una parte importante de los accidentes laborales se relacionan con el uso de cocaína y otras drogas, puesto que muchos de los efectos que experimentan sus consumidores, una vez superada la fase euforizante (trastornos de la atención, la concentración, fatiga, somnolencia, depresión, etc.), constituyen un grave riesgo de accidentes cuando se maneja maquinaria o vehículos. El consumo de drogas es también causa frecuente de despido.
- Aunque el uso de cocaína va acompañado inicialmente de una mayor lucidez y el incremento del rendimiento físico e intelectual, el bajón, que irremediabilmente aparece después de su consumo, provoca un

descenso de las capacidades físicas e intelectuales. Por esta razón, el consumo de cocaína se asocia con el deterioro del rendimiento académico, registrando sus consumidores mayores niveles de fracaso y absentismo escolar.

- Un número creciente de las muertes que se producen por reacción aguda al consumo de drogas (sobredosis) está relacionado con la cocaína, bien como droga directamente responsable de la misma, bien como coadyuvante. En más de la mitad de los fallecidos en La Comunidad de Madrid por sobredosis o reacción aguda al consumo de drogas se detectó la presencia de cocaína.



EL BAJO RIESGO ATRIBUIDO A LA COCAÍNA FAVORECE SU USO

A PESAR DE LAS GRAVES CONSECUENCIAS QUE EL CONSUMO DE COCAÍNA TIENE PARA LA SALUD Y EL BIENESTAR INDIVIDUAL Y COLECTIVO, SÓLO LA MITAD DE LAS PERSONAS QUE HAN CONSUMIDO ESTA DROGA EN EL ÚLTIMO MES CONSIDERAN QUE SU CONSUMO HABITUAL PROVOCA MUCHOS PROBLEMAS PARA LA SALUD.

ES FUNDAMENTAL MANTENER POSICIONES CLARAS DE RECHAZO FRENTE AL CONSUMO DE COCAÍNA U OTRAS DROGAS

¿CÓMO SABER SI SUS HIJOS TIENEN PROBLEMAS CON LA COCAÍNA?

Es normal que los padres sientan temor por el hecho de que sus hijos puedan verse afectados por el consumo de cocaína u otras drogas. Conviene que los padres se mantengan atentos a los cambios que puedan producirse en sus hijos, algunos de los cuales podrían alertarnos de la existencia de algún problema con las drogas, o de otro tipo. Conviene, en cualquier caso, no

exagerar los riesgos ni obsesionarse en exceso.

Además de los efectos físicos que suelen acompañar al consumo, que han sido detallados anteriormente, existen diversos síntomas que pueden ser indicativos de la existencia de algún tipo de problema con las drogas:

- Cambios bruscos de carácter.
- Excitación, agresividad, impulsividad.
- Decaimiento, falta de euforia.
- Trastornos del sueño.
- Dificultades de atención y concentración.
- Ausencia de apetito y pérdida anormal de peso.
- Descenso brusco del rendimiento escolar.
- Problemas laborales con compañeros y superiores.
- Interés súbito por el dinero o incremento injustificado de los gastos.
- Pequeños hurtos o robos a otros miembros de la familia.
- Ausencia de casa durante uno o dos días sin motivo aparente, seguidos de prolongados períodos de sueño.
- Establecimiento de relaciones con personas ajenas a su círculo social.
- Presencia de drogas entre sus efectos personales (polvo blanco envuelto en papel de plata, pastillas, etc.).

Muchos de los síntomas descritos no tienen por qué estar relacionados con el consumo de drogas. De hecho, es frecuente que a lo largo de la adolescencia se produzcan cambios en el comportamiento y la psicología de los hijos. Por ello debe actuar con suma cautela. Si tiene alguna duda fundada o sospecha que sus hijos puedan estar consumiendo drogas, hable del tema directamente con ellos, sin alarmismos y evitando actitudes amenazantes. Muéstrelas su preocupación y ofrézcales su colaboración y apoyo.



ACTÚE CON PRUDENCIA

SI TIENE SOSPECHAS RAZONABLES DE QUE SUS HIJOS PUEDAN ESTAR CONSUMIENDO DROGAS, TRASLÁDELES SU PREOCUPACIÓN Y HABLE DEL TEMA CON LA MAYOR SERENIDAD Y FRANQUEZA POSIBLES.

ES FUNDAMENTAL MANTENER UNA RELACIÓN DE CONFIANZA MÚTUA CON SUS HIJOS, EN ESPECIAL SI TIENEN PROBLEMAS

Si sus sospechas se ven confirmadas actúe del siguiente modo:

- 1º) Evite caer en posiciones extremas. La negación de la existencia del problema (“no es posible que mi hij@ consuma cocaína”, o “me asegura que sólo consume de vez en cuando”) o la dramatización o alarma excesiva no van a ayudar a superar el problema.
- 2º) Evite hablar con su hij@ en los momentos posteriores al consumo o cuando regrese de una jornada de “marcha”. Busque un momento adecuado para ello, con el máximo de privacidad posible.
- 3º) Conviene no menospreciar los riesgos de adicción que entrañan los consumos de esta sustancia, por ello es conveniente solicitar asesoramiento por parte de profesionales especializados, que evalúen la gravedad del problema y, en caso de que sea preciso, presten al mismo la asistencia adecuada.

¿CÓMO PREVENIR EL CONSUMO DE DROGAS ENTRE SUS HIJOS?

Los jóvenes actuales, al igual que sus padres, se ven sometidos a la influencia de los nuevos valores sociales dominantes (la libertad, la tolerancia, el éxito personal, el disfrute del día a día, el cuidado de la imagen personal, etc.). Disponen, en general, de muchos bienes de consumo a su alcance pero, a pesar de ello, se sienten con frecuencia solos, agobiados, insatisfechos con su

vida, incapaces de hacer frente a los problemas y retos de la vida cotidiana.

Son adolescentes y jóvenes que, teniendo aparentemente casi todo a su alcance, adolecen de lo más importante: de un proyecto de vida autónomo, de perspectivas de futuro definidas. En ausencia de unos referentes sociales claros, de unos valores sólidos que les ayuden a orientarse en la vida, dejan pasar el tiempo saliendo con otros jóvenes, tomando copas o consumiendo drogas, mientras esperan a convertirse en adultos. Salir de marcha los fines de semana no es sólo una forma de diversión, sino una manera de buscar refugio con otros adolescentes y jóvenes, de compartir su desorientación y sus temores.

Uno de los mayores cambios que ha experimentado nuestra sociedad es la modificación de la estructura y las relaciones familiares, lo que se ha traducido en el debilitamiento de los contactos entre los miembros de la familia. Padres y madres muchas veces preocupados de progresar social y económicamente, que tienen poco tiempo para compartir con sus hijos, para interesarse por la marcha de su vida diaria (sus estudios, amigos, etc.). Una situación aparentemente contradictoria con el hecho de que el deseo de tener unas buenas relaciones familiares se haya convertido en el valor social prioritario, aquel que los ciudadanos, tanto adultos como jóvenes, consideran más importante en la vida.

Sin ser plenamente conscientes de ello, los adolescentes y jóvenes demandan a sus padres que actúen como tales, que se impliquen más en sus cosas, que les orienten, que les señalen lo que está bien y lo que está mal, que les

marquen normas y límites. Lo cual no significa que no protesten y se rebelen contra ello, o que reivindiquen su autonomía y libertad, un comportamiento contradictorio pero natural en la adolescencia y la juventud, en esa etapa en la que se deja de ser un niño y todavía no se es adulto.



DEDIQUE TODO EL TIEMPO QUE PUEDA A SUS HIJOS

¿HA PENSADO ALGUNA VEZ QUE EL MAYOR LEGADO Y MÁS DURADERO QUE PUEDE DEJAR A SUS HIJOS ES SU AFECTO, EL INTERÉS POR SUS COSAS, LA TRANSMISIÓN DE NORMAS, PAUTAS DE CONDUCTA Y DE VALORES PROSOCIALES QUE LES AYUDEN A ORIENTARSE Y ACTUAR CORRECTAMENTE EN SU VIDA?

Los padres ocupan un papel clave en la prevención del uso de drogas, puesto que la prevención es en esencia un proceso educativo, mediante el cual los padres, y otros agentes sociales (profesores, etc.), facilitan a los hijos los conocimientos, las destrezas y habilidades que les ayudarán a enfrentarse con éxito a los retos y dificultades de la vida cotidiana, entre los que se incluye la posibilidad de consumir distintas drogas.

Prevenir el consumo de drogas no va a requerir, en general, llevar a cabo acciones diferentes de las que rutinariamente realizan algunos padres para evitar otras conductas de riesgo o para fortalecer entre sus hijos ciertos hábitos saludables (higiene, alimentación, práctica de deportes, etc.) y valores sociales. Se trata tan sólo de ser constantes y coherentes en ese difícil y complejo proceso de educar a los hijos.

En la medida en que los padres sean capaces de llevar a cabo con sus hijos un modelo educativo de apoyo, sensible a las diferentes necesidades que los hijos vayan planteando a lo largo de su desarrollo, habrán hecho grandes progresos en la prevención, no sólo del uso de drogas, sino de otras

conductas desajustadas o antisociales. Un modelo educativo que debe basarse en el establecimiento de normas que regulen la convivencia familiar suficientemente razonadas a los hijos, donde queden claros los roles de los padres y de los hijos, así como las distintas responsabilidades de cada uno de ellos, que apueste por priorizar el refuerzo y la motivación frente al castigo, que favorezca la existencia de un clima familiar relajado, con diálogo y comunicación entre padres e hijos y donde los hijos se sientan aceptados y queridos.



LOS MODELOS EDUCATIVOS INFLUYEN EN LA CAPACIDAD DE LOS HIJOS PARA AFRONTAR LOS RIESGOS DE CONSUMIR DROGAS

EL TRABAJO DE LOS PADRES CONSISTE EN AYUDAR A LOS HIJOS A PREPARAR DE LA MEJOR MANERA POSIBLE LA “MOCHILA” CON LA QUE TRANSITAR POR LA VIDA.

CUANTAS MÁS Y MEJORES HERRAMIENTAS CONTENGA (PAUTAS DE CONDUCTA, VALORES, CONOCIMIENTOS, HABILIDADES PERSONALES Y SOCIALES), DE FORMA MÁS EFICAZ SE ENFRENTARÁN SUS HIJOS A LOS RETOS CON QUE SE VAYAN ENCONTRANDO.

La labor de los padres en el campo de la prevención de los consumos de drogas consiste, por un lado, en evitar la influencia de diversos factores o circunstancias que incrementan los riesgos de que sus hijos consuman estas sustancias, y de otro, en fomentar ciertas actitudes, valores, comportamientos y habilidades personales y sociales que ayudarán a sus hijos a protegerse y evitar su uso.

A continuación se describen algunas actuaciones que pueden poner en marcha los padres para mejorar la educación de sus hijos y que, sin duda, les ayudarán a prevenir el uso de drogas:

- No consuma tabaco, alcohol u otras drogas en presencia de sus hijos, puesto que les transmitirá unas pautas de conducta poco saludables.
- Evite mostrar una actitud tolerante o positiva respecto a cualquier droga en presencia de sus hijos.
- Procure establecer una posición compartida de rechazo frente a las drogas en el seno de su familia.
- Controle y supervise las actividades de sus hijos, en especial aquellas que realizan fuera de casa. Procure conocer a los amigos o compañeros de sus hijos y las actividades que realizan con ellos.
- Establezca, de acuerdo con su pareja, una serie de normas razonables y claras que regulen la vida familiar, detallando las responsabilidades de cada miembro de la familia, los horarios, etc. Explique a sus hijos las razones por las que fijan estas normas y, una vez establecidas, procure que sean cumplidas.
- Fije normas precisas prohibiendo el consumo de tabaco, alcohol y otras drogas a sus hijos, al menos en el domicilio familiar:
- Evite posiciones y actitudes excesivamente autoritarias o severas con sus hijos, así como excesivamente permisivas.
- Evite comentarios de rechazo o vejatorios hacia sus hijos.
- Muestre cercanía a sus hijos, mantenga con ellos un trato cálido y afectuoso y favorezca una relación de confianza mutua.
- Preste a sus hijos apoyo emocional, escuche sus problemas y preocupaciones, hágalos saber que cuentan con su apoyo y cariño.
- Dialogue y mantenga una comunicación fluida con sus hijos. Acostúmbrese a preguntarles por sus actividades diarias (estudios, trabajo, amigos, etc.), a interesarse por sus problemas, a discutir sobre temas de actualidad. Escuche a sus hijos, conozca sus opiniones, razone con ellos, hágalos saber sus argumentos frente a las diversas cuestiones.

- Comparta con ellos metas y expectativas de futuro.
- Ayude a sus hijos a identificar situaciones de riesgo para el consumo de drogas.
- Informe con objetividad a sus hijos sobre las drogas y hágalos sensibles a los riesgos que comporta el consumo de cocaína u otras sustancias, evitando magnificar o dramatizar sus efectos.
- Ayude a sus hijos a rechazar las presiones de sus compañeros y amigos para que consuman drogas. Destaque el hecho de que, por encima de los comportamientos que tengan otros miembros del grupo de amigos, deben ser capaces de preservar su libertad y autonomía, su capacidad de elegir lo que verdaderamente les gusta y les conviene, para decidir no consumir drogas, aunque lo hagan otros compañeros.
- Colabore con sus hijos a superar sus problemas de timidez o para relacionarse con los demás. Explíqueles que muchas de las cosas o situaciones que les provocan inseguridad no tienen razón de ser, que son naturales en la adolescencia. Anímeles a que se muestren tal y como son, a expresar sus ideas, sentimientos, deseos, aspiraciones, a iniciar y mantener conversaciones con los demás.
- Refuerce la autoestima y confianza en sí mismos de sus hijos. Hágalos saber que son personas preparadas, con posibilidades para conseguir muchas de las metas que se propongan. Contribuya a que sus hijos se valoren y acepten como son, reconozca sus cualidades y los esfuerzos y progresos que realicen durante su desarrollo. Destaque lo positivo en lugar de acentuar sus defectos.
- Trasmita y fomente en sus hijos valores sociales positivos. Valores como la libertad, la amistad, la solidaridad, el apego a la familia o el esfuerzo personal se asocian con los jóvenes que, en general, muestran menores consumos de drogas.

- Fomente en ellos conductas y hábitos saludables como el cuidado de la higiene personal, el mantenimiento de una dieta equilibrada, la realización de ejercicio físico, respetar los horarios para el descanso nocturno, etc.
- Enseñe a sus hijos a tomar decisiones, a tener en cuenta las ventajas e inconvenientes de cada una de las opciones posibles, a sopesarlas y a mantenerse firmes una vez tomada la decisión.
- Ayúdeles a manejar las situaciones que les producen un estrés excesivo, sugierales que se concentren sólo en una actividad (la más prioritaria o urgente), que realicen ejercicios de relajación para aliviar el estrés que provocan algunas situaciones puntuales (un examen) o que practiquen alguna actividad física.
- Favorezca que sus hijos utilicen adecuadamente su tiempo libre, propiciando que se acostumbren a planificar el mismo, estimulando la realización de diferentes actividades saludables (practicar deportes, asistir a actividades culturales, colaborar con organizaciones no gubernamentales, participar en proyectos medioambientales, etc.), algunas compartidas con el conjunto de la familia.



EDUCAR ES PREVENIR

**EL APEGO FAMILIAR Y LA ACTITUD PATERNA DE APOYO Y
ACOMPañAMIENTO A LOS HIJOS SON UNAS POTENTES HERRAMIENTAS
PARA PREVENIR LOS CONSUMOS DE DROGAS.**

¿DÓNDE PUEDE OBTENER AYUDA Y ASESORAMIENTO?

Si tiene alguna duda, o si sus hijos presentan algún problema relacionado con el consumo de cocaína o con cualquier otra droga, puede solicitar ayuda llamando al teléfono de información que aparece a continuación, o bien dirigirse al Centro de Documentación de Drogas y Otros Trastornos Adictivos de la Agencia Antidroga.

TELÉFONO DE INFORMACIÓN: 901 350 350

- **Centro de Documentación de Drogas y Otros Trastornos Adictivos de la Agencia Antidroga**

C/ Castelló 123 (esq. C/ Pedro de Valdivia)

28006 MADRID

Tel. 91 590 00 46

Fax 91 590 00 48

E-mail: docudrogas@docudrogas.e.telefonica.net

Metro: Avda. de América.

Horario ininterrumpido de 10,00 a 19,00 horas.

Si la gravedad de la situación lo requiere, los centros integrados en la Red de Atención a las Drogodependencias de la Agencia Antidroga de la Comunidad de Madrid ofrecen atención especializada y gratuita a las personas y familiares afectadas por este tipo de problemas.



LOS PADRES NO ESTÁN SOLOS

**SI EXISTE EN SU FAMILIA CUALQUIER PROBLEMA
RELACIONADO CON LA COCAÍNA, NO LO DUDE,
SOLICITE ORIENTACIÓN Y AYUDA PARA SUPERARLO.**