

# Drogas y Alcohol: Uso y Abuso

Muchos adolescentes consumen alcohol y drogas, a veces al mismo tiempo. Es muy importante que usted hable abiertamente con sus hijos acerca de esto, incluyendo las consecuencias que las drogas y el alcohol ocasionan. Los niños deben estar al tanto de los serios peligros que implican esas sustancias, así como la gravedad de la adicción. Si usted tiene preocupaciones acerca del uso de drogas y alcohol por parte de su hijo, asegúrese de hablarlo con su médico.

## ¿Cómo debo afrontar el problema que mi hijo tiene con las drogas y el alcohol?

La experimentación con drogas o alcohol es muy común durante la adolescencia, y quizás aun normal. Pero consumirlos es siempre perjudicial, especialmente en los adolescentes, y sobre todo cuando conducen un vehículo: hacerlo bajo la influencia de esas sustancias constituye un riesgo de salud muy grande para el conductor y para los demás.

Cuando el uso de drogas y alcohol es frecuente o afecta el funcionamiento de diversas áreas en la vida de su hijo, es un problema que requiere tratamiento. El abuso de sustancias ilícitas no es un problema aislado, sino que es parte de una situación seria que involucra tanto al adicto como a su familia. Su médico puede darle información, realizar una evaluación e indicar un tratamiento para los problemas relacionados con el abuso de drogas y alcohol.

## ¿Cuáles son las características del abuso de drogas y alcohol?

Para la mayoría de los padres, el descubrir que su hijo ha estado consumiendo drogas o alcohol es una desagradable sorpresa. Su hijo o hija puede estar teniendo cambios en la conducta, o su rendimiento en la escuela puede haber desmejorado súbitamente. Otras señales son:

- Faltar a la escuela.
- Sufrir muchos traumatismos y accidentes, especialmente automovilísticos.
- Quejarse mucho del aspecto físico, sin explicación.

Los cambios que usted puede notar varían de acuerdo con la(s) sustancia(s) que su hijo haya usado. Con cualquiera de ellas, con la excepción de la marihuana, las sobredosis pueden ser fatales.

- Alcohol. Su hijo puede aparecer mareado o adormecido. Puede hablar continuamente, enunciando las palabras de manera torpe y desorganizada. Se tropieza

continuamente y, si el consumo continúa, puede quedar inconsciente. El abuso de alcohol es el problema más grande en nuestra sociedad.

- Marihuana. El paciente está mareado y eufórico, o puede tener dificultades de concentración y memoria. El apetito aumenta y se pierden las inhibiciones. Su hijo puede mostrarse perezoso y desinteresado en sus actividades, especialmente cuando el uso de la marihuana es crónico.
- Alucinógenos. Las drogas como LSD (“ácido”), MDMA (“éxtasis” o X en inglés) y PCP (“polvo de ángel”) alteran la percepción y la conciencia, y causan pérdida del sentido de la realidad y alucinaciones (ver y oír cosas que no existen). Los alucinógenos pueden provocar convulsiones y apoplejía cerebral.
- Cocaína. Se inhala o se fuma (*crack*). Puede causar mareos e hiperactividad. Las pupilas se dilatan y el corazón late rápidamente. También pueden producirse convulsiones y hemorragias cerebrales, así como ataques al corazón y otras serias complicaciones médicas.
- Anfetaminas. Conocidas también como metanfetaminas o *speed*. Causan agitación, excitación, inquietud y rapidez al hablar, que pueden ser continuas. Con el uso continuo de las drogas puede sobrevenir una depresión rápida. Cuando se consumen por largo tiempo, puede haber cambios en la personalidad, pérdida de peso y complicaciones médicas, incluyendo convulsiones y anomalías del ritmo del corazón.
- Opiáceos. Por ejemplo, la heroína, que puede ser inhalada, inyectada o usada en otras formas. Inicialmente causa euforia, seguida por adormecimiento. Es una droga muy adictiva. Cuando los adictos no la consumen tienen síntomas de abstinencia. Son comunes las complicaciones médicas, incluyendo estado de coma y apnea (falta de respiración).
- Drogas usadas durante una violación. A veces se administran Rohypnol o GHB a la víctima inadvertida durante un acoso sexual. Puede que la víctima no recuerde nada acerca de la violación. En circunstancias similares a veces se usa también alcohol.

## ¿Qué aumenta el riesgo de abuso de drogas y alcohol?

- Hay un número de factores involucrados en el desarrollo de este problema. Entre ellos están los factores genéticos; por ejemplo, el alcoholismo puede seguir una tendencia familiar. Otros factores que contribuyen son los conflictos familiares y otras situaciones de estrés, la depresión y la disponibilidad de las drogas, así como la presión ejercida por los amigos.
- Hay otros trastornos asociados al abuso de sustancias ilícitas, incluyendo trastornos de conducta, el síndrome

de hiperactividad y déficit de atención, y trastornos de la personalidad. Los niños que empiezan a usar drogas al comienzo de la pubertad están más propensos a tener problemas de abuso de sustancias en la edad adulta.

### ¿Cuáles son las posibles complicaciones?

Las complicaciones son tantas que no pueden enumerarse totalmente. El abuso de las drogas y el alcohol causa serios problemas de salud, así como en la familia y en las relaciones sociales. Las consecuencias adversas van desde dificultades en el trabajo y en la vida del hogar hasta problemas de índole legal y complicaciones que pueden amenazar la vida.

### ¿Puede ser prevenido el problema?

- Las posibilidades de que su hijo o hija tengan problemas de abuso de sustancias ilícitas se verán disminuidas si viven en un ambiente de apoyo moral que les permita desarrollar actitudes, conductas y relaciones positivas.
- Hable abiertamente con sus hijos acerca de las drogas y el alcohol, aun antes de la adolescencia. Estimule la realización de actividades sanas después de la escuela, tales como los deportes.
- De manera apropiada a la edad, vigile las actividades de sus hijos: quiénes son sus amistades, a dónde van después de la escuela, a qué hora regresan a la casa por la noche. Aun para los adolescentes mayores, los padres tienen que establecer reglas y dejar en claro la conducta esperada, así como establecer castigos y penalidades cuando las reglas y la disciplina sean violadas.
- Hable con su hijo acerca de los peligros de tomar alcohol y manejar. Asegúrese de que sabe que jamás debe viajar en un automóvil con alguien que esté bajo la influencia de drogas o alcohol. Establezca una regla: que él o ella sepa que puede llamar y solicitar que alguien los lleve a la casa “sin necesidad de hacer muchas preguntas”.

### ¿Qué debo hacer acerca del consumo de drogas o alcohol de mi hijo?

- Si usted tiene preocupaciones porque su hijo usa drogas o alcohol, menciónesele a su médico. Él o ella puede hablar con usted y con su hijo y determinar la gravedad de la situación. Esto puede requerir la realización de análisis de sangre y orina. En el caso de los adolescentes más grandes, no es recomendado generalmente hacer análisis para buscar drogas sin el permiso del paciente, excepto en ciertas circunstancias (por ejemplo, cuando ha habido varios traumatismos o accidentes).

- La manera de afrontar el uso de drogas o alcohol depende de muchos factores, incluyendo la edad, la situación en el hogar y en la escuela, el tipo de drogas y la frecuencia con que son consumidas.
- La severidad del abuso de drogas y alcohol es el principal factor que debe ser considerado para el tratamiento. Nosotros podremos recomendar un programa de tratamiento o podremos derivarlos a un consejero especializado. Esos programas permiten evaluar el caso y recomendar el tratamiento indicado, así como su intensidad y su frecuencia.
- El tratamiento puede comenzar con una intervención breve, ofreciendo información y asesoramiento acerca de la necesidad de tomar decisiones correctas sobre las drogas y el alcohol. Ésta es la manera más apropiada si el abuso es reciente o de corta duración.
- Los adolescentes con problemas más graves pueden requerir un cuidado más intenso. Para desintoxicar al paciente, puede ser necesario permanecer en el hospital o en un centro de desintoxicación. Esto es especialmente importante si la adicción ha causado problemas médicos o psicológicos.
- Los pacientes cuyo abuso es muy serio a menudo necesitan rehabilitación por largo tiempo. Esto incluye un seguimiento médico cuidadoso y apoyo de tipo psicológico y social, para manejar los problemas de abuso y otras situaciones relacionadas. La terapia familiar y de grupo –incluyendo algunas veces a otros adolescentes con problemas similares– puede ser muy beneficiosa.
- Después del tratamiento, siempre está la posibilidad de una recaída. El seguimiento con un profesional o con un grupo de apoyo, como Alcohólicos Anónimos, puede ser una herramienta invaluable. Ellos ayudan a que los pacientes permanezcan sobrios por largo tiempo.

### ¿Cuándo debo llamar a su consultorio?

- Llámenos si usted tiene preocupaciones relacionadas con el uso de drogas o alcohol por parte de su hijo. El reconocer y afrontar la situación lo más pronto posible puede minimizar los efectos dañinos.
- Después de que el tratamiento se haya hecho, llámenos si hay alguna evidencia o signo de que se ha producido una recaída.
- Si su hijo muestra signos de intoxicación grave por drogas o alcohol, o si hay complicaciones médicas (tales como pérdida de la conciencia, convulsiones, dificultades respiratorias, etc.), busque atención médica inmediatamente. ¡Esto es una emergencia!