

INTRODUCCIÓN

El presente documento es un aporte del CONSEP a través de la Dirección Técnica de Control de la Demanda de Drogas - Área de Prevención, cuyo objetivo es la prevención integral al consumo de drogas en la comunidad ecuatoriana.

Esta guía es una referencia de algunas orientaciones para reconocer y apoyar en forma eficaz a quién consume drogas y saber dónde buscar ayuda adecuada.

Una de las mayores inquietudes y preocupaciones de profesionales y estudiantes que trabajan en el ámbito social y, en general de los padres y amigos de alguien involucrado en problemas de drogas es el qué hacer para ayudar a esa persona o más miembros del grupo familiar.

Deseamos que estas breves orientaciones lleguen a la sensibilidad de las personas que se encuentran en condiciones de prestar su ayuda a quienes lo requieren. Así nosotros habremos sido parte de ese esfuerzo humano.



¿CÓMO SABER SI UNA PERSONA CONSUME DROGAS?

Cualquiera de los siguientes indicadores, por sí solos, no debe causar alarma, sin embargo, si varios de estos se presentan, es muy probable que la persona esté atravesando un problema de consumo de drogas:

- Conducta inestable.
- Cambios bruscos de carácter, ánimo o actitud
- Cambio en las actividades normales demasiada ausencia y bajo rendimiento en el colegio, en el trabajo, etc.
- Cambio en los pasatiempos y diversiones
- Resistencia a las normas disciplinarias de la casa, del colegio, de la empresa o de la sociedad
- Descuido y rechazo a sus responsabilidades
- Temperamento explosivo y fuera de lo común
- Cambios en el lenguaje y forma de vestir
- Descuido de su apariencia física
- Desaparición de dinero u objetos de valor
- Preocupación por conseguir dinero
- Conducta secreta
- Amistades distintas a las acostumbradas
- Presencia de drogas

No se alarme, en el caso de los adolescentes, algunas de estas características se presentan con frecuencia, preocúpese cuando encuentre varias de ellas, porque puede presumirse la existencia de consumo de drogas.

El conjunto de las características enunciadas puede determinar el consumo en una persona.

Debemos señalar que las motivaciones personales para consumir drogas, así como la forma de hacerlo, varían mucho de una persona a otra, por lo que podemos distinguir diferentes tipos de consumidores

TIPOS DE CONSUMIDORES

Entendemos por consumidor a quien usa droga con la finalidad de obtener un efecto que va más allá de la indicación del producto, en búsqueda de lo que la sociedad le niega.

Consumidor experimental

Es quien emplea la droga para experimentar, por curiosidad sin continuar en su consumo. Hay sustancias que en su primer consumo producen adicción o daños físicos y psíquicos irreparables y aún la muerte.

Consumidor ocasional o social

Es quien consume una droga por factores tales como la presión de grupo al que pertenece y/o la disponibilidad de la sustancia. Repite el consumo de manera esporádica y cada vez que se presentan las condiciones anotadas.

Consumidor habitual

Es el que decide repetir frecuentemente el consumo por diversos factores: personales, socio-culturales, etc., desarrollando dependencia.

Adicto o fámacodependiente

El consumo de droga adquiere la máxima prioridad para el individuo para mantenerse en estado de funcionamiento.

¿QUÉ HACER?

Otras señales para identificar a un consumidor

Lo fundamental es darse cuenta si un amigo o familiar es un consumidor. Se puede lograrlo a través de la observación de ciertas características o manifestaciones, aparte de las ya mencionadas son de tendencia a dormir en el día y/o dificultad para hacerlo en la noche, ojos enrojecidos, palidez de la piel, falta de apetito o aumento exagerado de éste, cambios en el vestir habitual, risas sin motivo aparente, tendencia a mentir, entre otras. Debe señalarse que, muchos de estos síntomas son comunes en la juventud, es el conjunto de ellos, más la presencia de la sustancia psicoactiva (droga) lo que define a un consumidor.

Mencionamos a continuación las principales manifestaciones externas de los usuarios de drogas de acuerdo a los efectos que se presentan con las sustancias psicoactivas más abusadas en nuestro país:

ALCOHOL

El consumidor de alcohol con dosis pequeñas se muestra hablador, relajado y con disminución leve de los reflejos. Con una dosis mayor presenta dificultad para hablar, falta de coordinación de movimientos, juicios alterados, disminución de inhibiciones, falta de control emocional y aliento con olor a al-



cohol. Luego, hay dificultad en la marcha, la habilidad emocional, agresividad, náuseas, vómito, la piel se vuelve fría y pegajosa, respiración lenta y ruidosa, dilatación de pupilas.

En los alcohólicos crónicos, después de tres horas de la última bebida, se presenta el síndrome de abstinencia, que se caracteriza por temblores, náuseas, vómito, ansiedad, sudoración, calambres e incluso alucinaciones (persona cree tener imágenes, especialmente visuales y auditivas, de objetos que no existen en la realidad), convulsiones, delirios e incluso la muerte.

MARIHUANA

El consumidor de marihuana presenta enrojecimiento de los ojos (por ello muchos usan gafas oscuras), sequedad de la boca, mareos, por lo que necesita beber abundante agua. Con dosis pequeñas ríe y habla con facilidad, no tiene coordinación de las extremidades, no puede recordar lo que ha sucedido recientemente, disminuye su temperatura corporal, presenta hambre insaciable y deseo especial de alimentos dulces.

Con dosis mayores se presentan alucinaciones. Es incapaz de tomar decisiones que requieren de un razonamiento claro. Acepta con facilidad las sugerencias de otras personas. No puede hacer correctamente tareas que requieren de buenos reflejos y de coordinación de ideas y movimientos, por lo tanto es sumamente peligroso que conduzca un automóvil bajo dichos efectos.

Otras señales son la somnolencia, sudor abundante, palidez, manchas en los dedos, olor especial en la ropa.



COCAINA

El consumidor de cocaína generalmente tiene la nariz roja y una erupción en la piel cercana. Se presenta eufórico, excitado, ansioso y hablador. Las pupilas se dilatan.

Con dosis mayores puede tener o padecer alucinaciones y creer que otras personas desean hacerle daño. El uso prolongado produce pérdida de peso, debilidad, palidez, mareos, vómitos, gran excitabilidad y depresión.

La intoxicación por cocaína, además de los signos anotados inicialmente se manifiesta con resequead de la boca, escalofrío, fiebre, náuseas, vómitos, dolor abdominal, respiración y pulso irregular y rápido, luego lento y débil, convulsiones, que pueden llevar a la muerte.



INHALANTES

Por lo general, los consumidores de inhalantes son niños y jóvenes de escasos recursos. Presentan dificultad para hablar, embriaguez, euforia, inestabilidad en la marcha, inquietud, pérdida de inhibiciones, agresividad, que puede llevar al consumidor a provocar accidentes, peleas, etc. Parece estar borracho y aturrido, tiene vómito, siente sueño e incluso pierde la conciencia.

En intoxicaciones severas hay temblores, respiración rápida y superficial, convulsiones, alucinaciones. El usuario suele portar envases de pegamento, bolsas de plástico, pañuelos o trapos con manchas de inhalantes.

Estas sustancias son las que producen mayor daño cerebral y, por lo tanto, deterioro físico, conductual y social. Hay que recordar también que es común que una persona ingiera varias drogas a la vez, en estos casos, las manifestaciones producidas por cada sustancia se superponen y dificultan la identificación de la droga.

El propósito de conocer las características de un consumidor no es para que lo identifique, señale, denuncie, juzgue, o margine, mas bien para que le oriente a reflexionar en los cambios que él puede efectuar para solucionar su problema. Bríndele su ayuda generosa, guíele para que obtenga asistencia de un profesional especializado.

Cómo actuar ante las señales de consumo de drogas

Cualquier tipo de consumidor puede sufrir en un determinado momento una intoxicación aguda, lo que constituye una emergencia médica. Esta puede reconocerse por las siguientes manifestaciones:

1. Inconsciencia
2. Dificultad para respirar o ausencia de respiración.
3. Fiebre.
4. Pulso acelerado (sobre 120) o lento (menor a 60 por minuto).
5. Vómitos
6. Rigidez muscular

En cualquiera de estos casos, acuda de inmediato a un médico o llame a una ambulancia.

Si usted ha detectado la presencia de consumo de drogas, mantenga la calma y concurra al CONSEP, donde recibirá una orientación adecuada.

Para la mayoría de las familias el consumo de drogas es un problema individual, cuyas causas deben buscarse en la persona, en la familia o en el ambiente escolar o laboral, descartando la culpa que tiene el sistema social y familiar.



En el tratamiento de la persona que está consumiendo drogas, deben involucrarse todos: familia, colegio, empresa, amigos.

Es casi seguro que en un vecindario o conglomerado hay otras familias que tienen también problemas de consumo de drogas, por lo tanto no hay que ocultarlo. Acuda en busca de orientación especializada, cuando considere que no está en condiciones de afrontar esta situación.

No busque culpables, acepte el problema como de todos y sólo así podrá lograr que el ambiente familiar se fortalezca.

Si alguien cercano está consumiendo drogas, lo primero es mantener la calma, no actúe con violencia, no amenace; esto solamente empeoraría el problema y provocaría un distanciamiento. Haga frente a la situación con serenidad.

Es conveniente que empiece por analizar los siguientes aspectos:

- La presencia de consumo de alcohol y otras drogas en la familia
- Las relaciones familiares de la persona que consume con los padres, con los hermanos, con la pareja, etc.
- Las amistades que frecuenta y los grupos a que pertenece
- Los métodos de disciplina y castigo que se han empleado con él
- Las relaciones con otras personas profesores, jefe, compañeros, etc.
- El trato que la persona ha recibido habitualmente: incomprensión, indulgencia, sobreprotección, rigidez, maltrato, desinterés, comparación, sub o sobrevaloración, etc.
- La reacción de la persona ante los éxitos y fracasos
- Los valores de la persona
- El análisis de estos factores le indicarán la forma de tratar al consumidor para ayudarlo a recuperarse o a determinar si requiere de tratamiento especializado.

¿CÓMO AYUDAR A RENUNCIAR A LAS DROGAS?

Usted ha visto u oído que un consumidor de drogas se desespera por conseguirla y vende cualquier objeto para poder adquirirla, llegando inclusive a caer en el campo delictivo.

Conviene, entonces, que sepa que es capaz de salir del problema por su propio esfuerzo si mantiene una buena dosis de renunciamiento a la droga y aprende a gobernar su conducta.

Esos renunciamientos no son fáciles al principio, son demasiado duros, pero tiene que hacerlo:

- No le dé dinero
- No le deje solo
- Evite que beba alcohol en cualquiera de sus formas.
- Oblíguele a alejarse de todas las amistades negativas.



La familia y los centros educacionales y especializados son el verdadero apoyo del consumidor; en consecuencia, bríndele afecto y comprensión, teniendo en cuenta estos renunciamentos.

Es indispensable que el consumidor reciba tratamiento especializado.

Estas recomendaciones son también valederas para toda la familia, pues se trata de corregir situaciones anormales que permitieron el consumo.

El volver a una vida con normas es un proceso paulatino, no espere cambios inmediatos.

En la mayoría de los casos hay recaídas, las mismas que deben analizarse con el consumidor, dándole la oportunidad de superarlas.

Retorne a la institución o profesional que le ayudó, las veces que sean necesarias.

Una vez que haya dejado el consumo (etapa de abstinencia), ofrézcale la posibilidad de organizar y planificar su vida.

Recalcamos que el proceso de rehabilitación no termina cuando se deja la droga, lo importante es que se produzca un cambio en el estilo de vida que permita crecer su autoestima, cambiar los hábitos y reforzar sus valores.

La principal tarea es involucrarle en actividades positivas: trabajo, estudio, entretenimientos, arte, cultura, voluntariado, deportes, etc., las que deben mantenerse con plena responsabilidad y seguimiento adecuado.

La tarea de la familia o de la institución educativa o laboral o terapéutica no finaliza sólo con haber logrado abstinencia al consumo, termina con la verdadera integración a las actividades familiar, educativa o laboral, lo que garantizará un desenvolvimiento adecuado en su vida futura, como una persona plena, orgullo de la familia, la sociedad y la Patria.