

¿Sabías que tu también puedes ayudar a prevenir las adicciones?

¿Cómo? formando redes juveniles que están integradas por jóvenes como tú, quienes se encargan de hacer un plan de trabajo para que toda su comunidad se encuentre informada y prevenida de las adicciones, así como de los efectos que éstas tienen a nivel personal y social. Para mayores informes de cómo formar una red. ¡Contáctanos!

Secretaría de Salud Instituto Mexiquense Contra las Adicciones

Mayores informes:




Tels.: 722 213 49 08,
213 52 19 y 213 52 21

imca.salud.mexiquensesmassanos@gmail.com

<http://salud.edomex.gob.mx/imca/>

González Arratia 206,
colonia Santa Clara, C.P. 50060,
Toluca, Estado de México.

Mexiquenses
más sanos

-  IMCAmexiquense
-  IMCA_SALUD
-  <http://salud.edomex.gob.mx/imca/>

BREVIARIO CULTURAL

¿Qué es el breviarío cultural?

Es un folleto informativo que te permitirá conocer que son las adicciones y los efectos inmediatos que éstas tienen en tu organismo, así como muchos de los mitos que existen sobre las drogas, con el fin de que estés informado para que después tu transmitas lo que sabes a tus cuates y así se formen redes juveniles de información para que...

¡TODOS ESTÉN PREVENIDOS CONTRA LAS ADICCIONES!

Empezaremos por definir ¿qué es una droga? La OMS define como “una sustancia que introducida en el organismo vivo, puede modificar una o varias funciones de éste”. Alterando el comportamiento, las emociones, las sensaciones y los pensamientos de las personas.

¿Sabías que existen drogas legales e ilegales?

Dentro de las legales se encuentran el alcohol y el tabaco; y las ilegales son: marihuana, cocaína, éxtasis e inhalables, entre otras.

MITOS DE LAS ADICCIONES

“Los cigarros light hacen menos daño” **Falso**, porque contienen las mismas sustancias nocivas que un cigarro normal.

“Bañarse te baja la borrachera”. **Falso**, sólo mantiene al organismo despierto, no elimina los efectos que produce el alcohol.

“El alcohol te desinhibe”. **Falso**, porque deprime los centros nerviosos que controlan los impulsos.

“La marihuana no es dañina porque es de origen natural”. **Falso**, porque contiene el componente activo THC (tetrahidrocannabinol) que determina la potencia de la droga y el efecto en el sistema nervioso central.

“La cocaína favorece el placer en las relaciones sexuales”. **Falso**, porque produce problemas de erección, eyaculación o falta de deseo sexual.

“La cocaína favorece el contacto con los demás”. **Falso**, como porque vuelve a la persona más agresiva y el contacto empeora.

“El éxtasis estimula a tener sexo”. **Falso**, porque inhibe el deseo sexual y afecta la potencia sexual.

“Es seguro usar una droga, en pequeña cantidad”. **Falso**, porque las personas reaccionan de modo diferente; incluso una tableta pequeña puede causar la muerte.

A continuación te presentamos un cuadro con la definición de diversas sustancias y sus efectos.

SUSTANCIA/¿QUÉ ES?

Tabaco: Planta que contiene más de 4000 sustancias químicas; entre ellas nicotina, alquitrán y monóxido de carbono.

EFFECTOS INMEDIATOS

Dientes y dedos amarillos.
Pérdida de cabello.
Mal aliento.
Disminución en la actividad física.
Impotencia sexual.
Tos (flemas).
Piel seca.

Alcohol: es una droga legal, depresor del sistema nervioso central. Alteraciones en el lenguaje.

EFFECTOS INMEDIATOS

Alteraciones en la coordinación y el equilibrio.
Vómito.
Mareo.
Problemas de juicio.
Accidentes automovilísticos.

Marihuana: Droga ilícita de mayor consumo en México; se obtiene de la planta de cáñamo *Cannabis Sativa*.

EFFECTOS INMEDIATOS

Boca y garganta reseca.
Latidos acelerados del corazón.
Torpeza en la coordinación de movimientos y equilibrio.
Deterioro en la capacidad del juicio.
Lentitud del reflejo.
Ojos enrojecidos.
Distorsión en tiempo y espacio.

Cocaína: Estimulante que proviene de sustancias naturales, su presentación es como un polvo compuesto por pequeños cristales blancos.

EFFECTOS INMEDIATOS

Disfunción sexual.
Euforia.
Depresión.
Pérdida de contacto con la realidad.
Actos de violencia.
Problemas en la interacción social.
Aumento en la frecuencia cardiaca.
Pérdida de apetito.
Alteraciones en las capacidades de concentración y del juicio.
Insomnio.

Éxtasis: Droga de diseño o de laboratorio; distorsiona la percepción de los estímulos visuales, auditivos, táctiles y del gusto.

EFFECTOS INMEDIATOS

Modificaciones en el estado de ánimo.
Alteraciones en la percepción de la realidad.
Favorece la capacidad de la introspección.
Disminuye la sensación de fatiga.
Intensa sed.
Elevación de la temperatura del cuerpo.
Aceleración del ritmo cardiaco.
Alteraciones en la percepción del tiempo y la capacidad de concentración.
Crisis de ansiedad.
Ataques de pánico.

Inhalables: son vapores que provienen de líquidos volátiles, productos en aerosol o gases.

EFFECTOS INMEDIATOS

Alteraciones en la coordinación física.
Comportamiento violento.
Falta de oxígeno en los pulmones provoca desmayos, estado de coma o la muerte.
Paro cardiaco.
Cambios de humor.
Temblores.
Convulsiones.