PROYECTO**ALERTA**

MANUAL COMPLEMENTARIO DE RECURSOS

DXM

ANALGÉSICOS

SEDANTES

ESTEROIDES

ESTIMULANTES

PROYECTO**ALERTA**

MANUAL COMPLEMENTARIO DE RECURSOS

Autores

Dr. F. Phyllis L. Ellickson
Científico de Comportamiento en Jefe
Director, Centro para la Investigación de
la Salud Materna, Infantil y Adolescente
(RAND)

Dra.M., M.S.C., Katherine E. Watkins
Naturóloga
RAND

Dra.F., Mary E. Vaiana
Directora de Comunicaciones
RAND Salud

C.M., Scott Hiromoto
Becario de Doctorado
RAND

Reconocimientos

Por su contribución para el desarrollo de este manual, agradecemos a

Dr.F., C.M., M.T.S., Luke Bergmann
M.T.S., Dra.M., Carol J. Boyd
Dr.M., Dr.F., Edward W. Boyer
Lic.A., Carol Falkowski
Dr.M., M.C.A.M.D., Linn Goldberg
Dra.M., M.S.P., Sharon Levy
Dra.M., Karen Miotto
E.R.D., Jim Mock
Dr.F., Luanne Rohrbach
E.R.D., Glen Stanley

Este plan de estudios está publicado por la Fundación BEST para un Mañana Libre de Drogas, adaptado de un plan de estudio original desarrollado y probado por RAND con fondos de la Fundación Conrad N. Hilton.

Copyright© 2006 por la Fundación BEST para un Mañana Libre de Drogas. Reservados todos los derechos. Los planes de lecciones y apuntes para alumnos en esta publicación están diseñados para ser reproducidos para uso en clase

Índice del Manual

Introducción — Páginas 1-5

Cómo Surgió este Manual
Categorías Generales de las Drogas que Consumen los Adolescentes
Razones para No Consumir Drogas

Hojas de Verdades

Éxtasis — Páginas 7-9
Metanfetamina — Páginas 11-13
Medicamentos con DXM para la Tos y el Resfriado de Venta Libre — Páginas 15-16
Analgésicos de Venta Controlada (opiáceos) — Páginas 17-19
Estimulantes de Venta Controlada — Páginas 21-23
Sedantes (benzodiazepanes y GHB) — Páginas 25-27
Esteroides — Páginas 29-30

INTRODUCCIÓN

La información reciente acerca del consumo no medicinal de medicamentos de venta controlada, el uso indebido de algunos medicamentos de venta libre, y el consumo de esteroides y drogas de club nocturno aumenta la necesidad de material nuevo para la educación de prevención que pueda ayudar a los maestros a responder a las preguntas acerca de estas sustancias.

Este manual de recursos complementa las lecciones básicas y de refuerzo del Proyecto ALERTA, las cuales ponen énfasis en las drogas que generalmente consumen los adolescentes al principio y con mas frecuencia: el tabaco, el alcohol y la marihuana. Proporciona información clínicamente precisa, accesible, y actualizada acerca de una tendencia creciente del consumo de cinco clases específicas de drogas por los adolescentes: los medicamentos de venta libre para la tos y el resfriado, analgésicos de venta controlada, los sedantes, los esteroides, y los estimulantes. El manual pretende ser un recurso para responder a las preguntas de los estudiantes y para que usted tenga una mejor información acerca de estas sustancias.

Para cada clase de droga, usted encontrará una descripción general de cómo funcionan las drogas; respuesta a las preguntas acerca de dónde consiguen las drogas los adolescentes y de cómo, dónde, y por qué las consumen; y luego, importante información que resalta los daños más relevantes de las drogas. También se proporcionan mensajes de prevención específicos para cada tipo de droga.

CÓMO SURGIÓ ESTE MANUAL

Debido a que el Proyecto ALERTA se distribuye a los distritos escolares de todo el país, la Fundación BEST Para un Futuro Sin Drogas, apoyada por el financiamiento continuo de la Fundación Conrad N. Hilton, se esfuerza para mantener el programa actualizado mientras observa muy de cerca la base de la teoría y los principios del Proyecto ALERTA.

El desarrollo de este manual representa la continuación de la historia de veinte años de trabajo de RAND con BEST y la Fundación Hilton para promover el desarrollo, la puesta en práctica, y la propagación del Proyecto ALERTA. Debido a que el desarrollo de material adecuado para los maestros del Proyecto ALERTA requiere entender el desarrollo de los adolescentes, así como el efecto de las drogas en la gente joven, RAND condensó la información mas importante recolectada de tres paneles de

expertos convocados con el propósito de desarrollar este manual. Los miembros del panel fueron médicos, un toxicólogo, y especialistas en tratamiento contra las drogas y la prevención de adicciones, agentes secretos de la policía, comunicadores de investigación, y un etnógrafo. Se puso en marcha una revisión de literatura, se sacó material ilustrativo de sitios de usuarios del Internet y de revistas para adolescentes, y se hicieron grupos identificados con jóvenes de 15 a 20 años de edad que proporcionaron más ideas.

Se prepararon para usted siete hojas de hechos, en lenguaje adecuado para tratar drogas específicas con los estudiantes. Las Lecciones 9 y 11 Básicas del Proyecto ALERTA y la Lección 1 de Refuerzo ya trataron algunas de estas drogas. Sin embargo, la información ampliada de estas hojas de hechos se puede integrar en las lecciones cuando los estudiantes planteen temas específicos de la droga.

Categorías generales de las drogas que están consumiendo los adolescentes

Este manual agrupa en cinco categorías básicas las drogas que están consumiendo los adolescentes, en base a los efectos que tienen las drogas en las mentes y los cuerpos de los adolescentes.

- Medicamentos de venta libre para la tos y el resfriado (con DXM [dextrometorfano]): Contac, Coricidín, Pertussin, Robitussin, Sudafed, Triaminic, Vicks Fórmula 44
- Analgésicos u opiáceos de venta controlada, los cuales crean un estado de euforia: OxyContin, Darvon, Vicodin, Percocet, Perdocan, y Tylenol con codeína
- Sedantes (downers): Xanax, GHB (gama hidroxibutirato),Valium, Klonopin, Ativan
- Esteroides: testosterona y sus equivalentes
- Estimulantes: metanfetaminas, estimulantes de venta controlada (Adderall, Ritalin), éxtasis

Cada una de estas categorías se describe más adelante. Sin embargo, Los elementos de la categoría de los estimulantes - la metanfetamina, los estimulantes de venta controlada, y el éxtasis - se tratan por separado debido a que son lo suficientemente distintos y dañinos que ameritan una discusión por separado. Las drogas de club nocturno- el éxtasis, el GHB, y la metanfetamina - no son realmente una categoría aparte de las drogas. Su nombre viene del hecho de que son frecuentemente consumidas en los clubes nocturnos, pero difieren en términos de sus efectos en los cerebros y los cuerpos de los adolescentes. El éxtasis y las metanfetaminas son estimulantes; el GHB es un sedante. También las consumen los culturistas para estimular las hormonas de crecimiento. Se habla de cada una de estas drogas en la categoría a la cual pertenecen.

Medicamentos de venta libre para la tos y el resfriado (con DXM [dextrometorfano]). Algunos medicamentos para la tos y el resfriado contienen ingredientes que frecuentemente son consumidos de forma “recreativa” por los adolescentes más jóvenes. El ingrediente que más se consume como droga es el DXM, un inhibidor de la tos que se encuentra en algunos medicamentos de venta libre para la tos y el resfriado. Ejemplos comunes se venden bajo nombres de marcas comerciales tales como Contac, Coricidín, Pertussin, Robitussin, Sudafed, Triaminic, y Vicks Fórmula 44; existen también algunas marcas genéricas. El DXM está disponible en forma líquida y en polvo, en pastillas para la tos, en tabletas, en cápsulas, y en cápsulas de gel. Por lo general son seguras cuando se utilizan en la dosis recomendada.

Sin embargo, cuando se abusa de su consumo, el DXM se consume hasta 30 veces más que la dosis recomendada. Tales dosis pueden producir alucinaciones y la sensación de tener experiencias extracorporales.

Analgésicos de venta controlada (opiáceos). Los analgésicos de venta controlada se consumen medicinalmente para aliviar el dolor. Los más comúnmente prescritos, y los más comúnmente consumidos por los adolescentes, son OxyContin, Darvon, Vicodin, Percocet, Percodan, y Tylenol con codeína. El opio y la heroína son otras formas - formas ilegales - de opiáceos. Los analgésicos de venta controlada funcionan cambiando la forma en que el cerebro percibe el dolor. Hacen lentos los procesos del cuerpo (respiración, ritmo cardíaco, digestión) y producen un sentido de bienestar y una somnolencia calmante. Cuando no se consumen como se prescribe, estos medicamentos pueden ser extremadamente adictivos y pueden causar una sobredosis accidental y la muerte.

Los sedantes y el GHB. Los sedantes (downers) son depresores del sistema nervioso central - hacen lenta la función cerebral normal. Se consumen medicinalmente para tratar la ansiedad, las reacciones agudas del estrés, y los ataques de pánico. También se consumen como somníferos. Los adolescentes los pueden consumir para ayudarlos a salir de los efectos de otras drogas. Las que se prescriben más comúnmente, y las que más consumen los adolescentes como droga son los benzodiazepanes, como son Xanax, Valium, Ativan, y Klonopin. Estas drogas provocan somnolencia y relajación intensa y reducen las inhibiciones sociales. Cuando no se consumen como se prescriben, estas drogas pueden crear adicción. El GHB es otro sedante, que originalmente se utiliza como anestésico quirúrgico, pero el cual se volvió ilegal en el año 2000 debido al número de muertes relacionadas con el GHB. Muchas veces se le llama la droga de la violación, el GHB también es consumido por algunos culturistas para elevar las hormonas de crecimiento.

Los esteroides (Anabólicos-Androgénicos). Los esteroides anabólicos-androgénicos son sustancias de fabricación humana relacionadas con la hormona sexual masculina testosterona. Se consumen medicinalmente para tratar condiciones como son la pubertad retrasada o la impotencia, o para ayudar a reconstruir tejidos debilitados por enfermedades como son el SIDA. Los esteroides se consumen ilegalmente para mejorar el desempeño físico y la imagen corporal. Estas drogas causan masculinización en las mujeres (vello facial, reducción de los

senos) y agrandamiento de senos y reducción de los testículos en los hombres. También pueden atrofiar irreversiblemente el crecimiento de los adolescentes. Las drogas orales tienen más probabilidad de causar toxicidad hepática y también pueden causar cáncer, enfermedades cardíacas y problemas emocionales. Algunos de los esteroides más comúnmente prescritos son Anadrol, danazol, y Winstrol (que se toman en forma de pastillas); y boldenona, dihidrotestosterona, nortestosterona, y testosterona (inyectadas).

Estimulantes (uppers):

Metanfetamina. La metanfetamina es un fuerte estimulante físico y mental que acelera la actividad cerebral y corporal. La relativa facilidad con la que se puede producir ha contribuido a generalizar el consumo. La metanfetamina crea adicción extrema, y muchos adolescentes dicen que la comienzan a ansiar después de sólo una dosis. El consumo posterior no produce el mismo efecto intenso de la primera vez, de manera que los adolescentes empiezan a consumir más y más, esperando recapturar el efecto inicial.

Los estimulantes de venta controlada (anfetaminas). Los estimulantes de venta controlada (uppers) aceleran la actividad cerebral y corporal, incluyendo el ritmo cardíaco y la presión sanguínea. Se consumen medicinalmente para tratar la depresión, la obesidad, y el transtorno por déficit de atención con hiperactividad (TDAH). Debido a que mantiene a los consumidores alerta durante muchas horas y aumenta la atención y la energía, son consumidas en pequeñas dosis por el ejército, los pilotos, los conductores de camiones, y otros trabajadores para continuar funcionando más allá de los límites normales. Los estimulantes de venta controlada que más consumen los adolescentes como droga son: Dexedrina, Ritalin, y Adderall. Estas drogas son ligeramente diferentes en química, pero todas ellas son potentes estimulantes físicos y mentales.

Éxtasis (MDMA). El éxtasis es un estimulante ilícito, que se produce de forma ilegal con ligeras propiedades alucinógenas. Causa que los consumidores se sientan emocionalmente abiertos, sociables, y desinhibidos. La droga proporciona un incremento repentino de energía, que dura de tres a cinco horas, durante las cuales el ritmo cardíaco y la presión sanguínea se elevan y la temperatura corporal aumenta. Debido a que el éxtasis también inhibe la sed, pone a los adolescentes en riesgo de sobrecalentamiento grave de sus cuerpos (hipertermia) cuando consumen éxtasis en un club nocturno o en una fiesta donde se baila toda la noche. Las temperaturas corporales mayores a los 105< son una urgencia médica y pueden causar enfermedades graves relacionadas con el calor (convulsiones, daño cerebral, y muerte).

Razones para no consumir drogas

Existen algunos mensajes generales de prevención que capturan el por qué consumir cualquier droga es una mala idea. Además, existen razones importantes para no consumir cada tipo de drogadescrita en este manual.

Lo que dicen los adolescentes: Algunos de los mensajes de prevención más convincentes vienen de los mismos adolescentes. Algunas de las razones por las que creen que tomar drogas no es bueno son:

- Puedes arruinar tu futuro permanentemente, destrozar a tu familia, y perder a tus amigos.
- Tu desempeño deportivo y escolar sufrirá.
- Te puedes meter en problemas - en la casa, en la escuela, con la policía.
- Llegarás a verte como un perdedor, y así será como los demás te verán también, incluyendo a la gente que más te importa.
- Puedes perder la coordinación física y el buen juicio, haciéndote vulnerable a accidentes graves o al abuso sexual.

Lo que dicen la ciencia y los expertos: Complementamos la visión de los adolescentes con los descubrimientos de la literatura científica y las perspectivas de nuestros expertos panelistas. Básicamente, su evaluación se reduce a cuatro puntos de reflexión.

- Algunas drogas pueden cambiar permanentemente al cerebro y al cuerpo - después de sólo una dosis. Además, en los casos como del OxyContin, el éxtasis, el GHB, o las metanfetaminas, una dosis puede ser letal.
- Nunca puedes saber con exactitud lo que te están dando. Las drogas ilegales como es el éxtasis pueden contener cualquier cosa desde metanfetamina hasta DXM. Los medicamentos legales de venta controlada se hacen en un ambiente controlado, pero la dosis adecuada varía. Muchos adolescentes ni siquiera saben para que son los medicamentos, cuáles son lo que crean más adicción, qué dosis son verdaderamente peligrosas, o cómo una cierta dosis interactúa con otras sustancias (alcohol, Valium). Los adolescentes que consumen medicamentos de venta controlada no leen las etiquetas.
- Aunque sepas lo que te están dando, no sabes cómo reaccionará tu cuerpo ni tu mente. Todos reaccionan de forma diferente - es química al azar.
- Los adolescentes creen que pueden manejar probar algo sólo una vez, pero la línea entre la experimentación y la adicción es muy vaga. Muchos adolescentes dicen que se engancharon en las drogas como la metanfetamina y el OxyContin después de probarlas sólo una vez.

Éxtasis

¿Qué es el éxtasis (MDMA)?

El éxtasis es un estimulante ilícito que se produce de manera ilegal con propiedades ligeramente alucinógenas. También se le conoce como E, X, XTC, Bean, o Rollo. Eleva la energía, el ritmo cardíaco, la presión sanguínea, y la temperatura corporal, y hace que los consumidores se sientan emocionalmente abiertos, sociables, y desinhibidos. A la experiencia de consumir éxtasis se le llama rolling, viaje, o wigging.

¿Por qué los adolescentes consumen éxtasis?

Para incrementar el gozo sensorial (como oír música), para incrementar la sensación física, para tener fuerza para los eventos donde se baila toda la noche, y para sentirse socialmente poderosos.

¿Cómo consumen los adolescentes éxtasis?

Casi siempre se consume en forma de pastillas. Los consumidores reincidentes, buscando el efecto inicial, frecuentemente mezclan al éxtasis con otras sustancias como el alcohol.

¿Dónde consumen los adolescentes éxtasis?

El consumo de éxtasis está muy ligado a las situaciones de los clubes nocturnos donde se baila toda la noche - de ahí su etiqueta como “droga de club nocturno”. Sin embargo, también se consume en pequeñas reuniones sociales, en la casa, y en otros sitios.

¿Dónde consiguen los adolescentes éxtasis?

Debido a que el éxtasis es ilegal en los Estados Unidos de Norteamérica y en otros países, los adolescentes generalmente la consiguen de los traficantes y de sus amigos. La mayoría del éxtasis en los Estados Unidos de Norteamérica es pasada de contrabando de otros países.

¿Por qué es peligroso consumir éxtasis?

Debido a que el éxtasis eleva la temperatura corporal e inhibe la sed, puede causar sobrecalentamiento (hipertermia). Aún más peligroso, el sobrecalentamiento destruye el sensor de temperatura corporal. Como resultado, los cuerpos de los consumidores no reconocen que están sobrecalentados y no activan los mecanismos refrescantes como es el sudor. El ambiente de club nocturno donde frecuentemente se consume el éxtasis aumenta el riesgo de hipertermia. Una

temperatura corporal mayor a los 105< es una urgencia médica y puede llevar rápidamente a la muerte.

Los consumidores de éxtasis generalmente saben que deben beber muchos líquidos para evitar la deshidratación. Sin embargo, pueden beber demasiado, causando hiponatermia o hidratación en exceso, lo que diluye la sal en el cuerpo hasta niveles peligrosos. Otros efectos dañinos son las convulsiones, el ritmo cardíaco anormal, el daño hepático, y los desórdenes psicológicos. Los sistemas corporales principales pueden ser afectados, causando fallo cerebral, parálisis y muerte.

Otro riesgo importante es que las pastillas de éxtasis son notablemente impuras y muchas vecescontienen productos químicos además del MDMA, incluyendo la cafeína, la metanfetamina, o el dextrometorfano. Los consumidores no pueden saber con exactitud lo que están tomando, aunque obtengan las pastillas de su distribuidor "habitual" o consuman la "misma" marca. Esta ncertidumbre hace mezclar éxtasis con alcohol u otras drogas especialmente peligroso - es química al azar.

A los consumidores les gusta el hecho de que el éxtasis los hace sentir socialmente poderosos y menos inhibidos. Lo que los adolescentes muchas veces no saben es que el éxtasis puede causar disfunción eréctil en los hombres y disminuir la libido en las mujeres. Además, al sentirse desinhibidos los adolescentes pueden ser vulnerables a la agresión sexual o a otro tipo de violencia.

Los consumidores pueden experimentar una caída de humor dramática, a veces llamada "crash," después de que desaparece el efecto principal del éxtasis. Algunos adolescentes encuentran el "regreso" tan difícil que vuelven a tomar una dosis, varias veces, para evitarlo. Muchosconsumidores también reportan depresión que comienza el segundo día después de que consumieron éxtasis y dura de uno a cinco días, o algunas veces hasta semanas. Otro efecto secundario es la dificultad para concentrarse, la pérdida de memoria a corto plazo, y la confusión.

Los efectos negativos aumentan con la frecuencia del consumo y el tamaño de la dosis.

Mensajes de prevención más importantes:

- Lo que no sabes que te puede dañar - y lo hará. Las pastillas de éxtasis pueden contener cualquier cosa desde metanfetamina hasta DXM. Comprarlas a tu distribuidor habitual o consumir la misma marca no cambia mucho las cosas. De manera que tomar éxtasis es como lanzar una moneda de producto químico al aire.

  "Tomar éxtasis es un juego de azar... Tengo miedo de que una noche de hedonismo me cueste una vida de felicidad."

  "Pensé que iba a morir. Me sentía tan mal del estómago y micabeza punzaba. Todavía me siento mal de la cabeza."

  "Pasé de ser alguien que era el alma de la fiesta a un esqueleto de ser humano... no puedo creer que éste sea yo ahora."

- El éxtasis te hace sentir como que puedes bailar por siempre, y bailar te hace sobrecalentarte. El sobrecalentamiento te puede matar, y una vez que tu cuerpo se sobrecalienta, es más probable que lo hagas nuevamente - por el resto de tu vida - debido a que has dañado tu habilidad corporal para regular la temperatura.

  “Recientemente uno de mis amigos murió después de un año de tener daño cerebral y tener todos los sistemas de su cuerpo dañados por tomar éxtasis... tenía 16 añosde edad y sólo lo estaba probando por primera vez.”

- El éxtasis te hace sentir confianza en ti mismo y como si estuvieras en la cima del mundo, pero también te puede cegar de una situación potencialmente mala, en donde puedes ser atacada sexualmente.

  “De repente me di cuenta de que estaba enamorada de todo mundo, hombres y mujeres.”

  “Mi amiga recuerda que estaba descansando de la fiesta y caminando hacia la calle. Lo siguiente es que estaba en el carro de un hombre y no sabía cómo había llegado allí. Él la llevó al departamento de un amigo y ella recuerda que le quitaron los pantalones. Finalmente la dejaron ir.”

METANFETAMINA

¿QUÉ ES LA METANFETAMINA?

La metanfetamina es un fuerte estimulante físico y mental. También se le conoce como meta, meta cristal, hielo, tiza, vidrio, y anfetas. La metanfetamina eleva la presión sanguínea y el ritmo cardíaco y hace que el corazón lata con mayor fuerza. Puede dañar permanentemente las células nerviosas que producen productos químicos cerebrales importantes.

¿POR QUÉ CONSUMEN LOS ADOLESCENTES LA METANFETAMINA?

Los adolescentes generalmente consumen meta para aumentar la productividad y debido a que les gusta el sentimiento de poder que les da. Las chicas también las usan para perder peso. Los efectos de la meta duran por lo general de 6 a 12 horas, dependiendo del tamaño de la dosis y la pureza de la droga.

¿COMO CONSUMEN LOS ADOLESCENTES LA METANFETAMINA?

Esta droga se puede absorber por la nariz, fumar, inyectar, beber, o tomar como pastillas o en polvo. La elección del método muchas veces es cuestión de estilo - en algunas escuelas, absorberla por la nariz se considera más chévere que fumarla. Sin embargo, es más probable que la forma en que los adolescentes consuman la meta sea fumando.

¿DÓNDE CONSUMEN LA METANFETAMINA LOS ADOLESCENTES?

La meta se consume en muchos lugares diferentes, por muchos grupos diferentes. Los adolescentes que la consumen para aumentar su desempeño o perder peso es más probable que la consuman solos. La meta no es una droga de fiesta, aunque los adolescentes la pueden tomar sin saberlo cuando se le ha agregado al éxtasis.

¿DÓNDE CONSIGUEN LOS ADOLESCENTES LA METANFETAMINA?

Debido a que la meta es ilegal, los adolescentes la tienen que conseguir directamente de un traficante o indirectamente por a través de un amigo. La meta muchas veces es importada de México, pero se fabrica con facilidad en la casa o hasta en pequeños espacios como un remolque.

¿POR QUÉ ES PELIGROSO CONSUMIR LA METANFETAMINA?

Consumir esta droga es verdaderamente jugar con fuego. Puede producir psicosis permanente, hasta con el primer consumo. El consumo habitual puede causar daño cerebral permanente.

Inicialmente, la meta puede aumentar el desempeño y la concentración, pero este efecto desaparece rápidamente. Los consumidores pueden sentir que están siendo muy productivos cuando, de hecho, se están dedicando a actividades sin sentido y repetitivas.

La meta es altamente adictiva, y la línea entre sólo "probarla" y engancharse es muy fina. Muchos adolescentes dicen que empezaron a ansiar la meta después de probarla sólo una vez. El consumo posterior no produce la misma potencia del efecto como con el consumo inicial. Como resultado, los adolescentes pueden tomar más y más, esperando recapturar el efecto inicial.

El consumo habitual de la meta conlleva una amplia gama de consecuencias mentales y físicas graves, como son la paranoia, la debilidad del sistema inmune, el daño irreversible al sistema nervioso central, los impulsos sexuales (sexo violento, pornografía grafica, juguetes sexuales), y la incapacidad de sentir placer sexual normal. Los riesgos sexuales que toman hace de los consumidores de metas sean más vulnerables a la hepatitis y al VIH. Las metas también pueden causar numerosos problemas cardíacos, como son alteraciones en el ritmo cardíaco, infarto, e insuficiencia cardíaca.

En última instancia, los consumidores de la meta se vuelven "tweakers," gente demacrada con dientes podridos. Ellos descuidan la higiene básica y se pican lapiel, creando llagas que muchas vecesse infectan. Muchos adolescentes ven a los "tweakers" como gente asquerosa, drogadictos sucios - gente que ha tocado el fondo.

Los mensajes de prevención más importantes:

- La meta son un boleto de ida al desastre. la línea entre "sólo probarla" y engancharse es delgada y muy vaga.

  "Instantáneamente necesité más. Al final tomaba de 10 a 20 cápsulas en una noche. Todas las noches."

  "Me enganché de inmediato. Realmente creo que ese es el poder de la droga."

- Consumir meta sólo una vez puede llevar a episodios psicóticos así como a psicosis a largo plazo - ves y oyes cosas que no son reales.

  "Tres días después de mi primera experiencia no me había duchado, comido o bebido nada, y cuando estaba listo para dormir no podía debido a que las alucinaciones que me llenaban la mente me asustaban."

  "Luego me hice consciente de una paranoia que crecía rápidamente. Estaba seguro de que algo horrible me iba a suceder y pude sentir como aumentaba mi ritmo cardíaco hasta aproximadamente 140 latidos por minuto."

- Consumir meta habitualmente enfríe tu cerebro. Puede causar daño cerebral permanente y cambiar para siempre tu forma de ver el mundo.

“Te transforma en otra persona, no sólo cuando la has tomado, sino es de por vida. No soy quien era antes- sin embargo no lo puedo cambiar. No puedo pensar ni actuar en la forma que hacia antes.”

“Nada suena interesante. No vale la pena moverse, dormir, comer, o nada. Estoy convencido que he destrozado mi vida y que nunca me sentiré mejor.”

- Los consumidores habituales de meta se vuelven “tweakers,” gente esquelética con los dientes podridos que abandonan la higiene básica y pican su piel, creando lagas que frecuentemente se infectan.

  “Tenía lo que llaman ‘chichones jib’ o ‘cicatrices jib’ por toda mi frente. Eran así de grandes, asquerosos, chichones morados del tipo que parecen granos, pero no lo son.”

  “Se veía tan enfermo. Parecía una hamburguesa. Lo comencé a llamar ‘Carne’ debido a esto.”

- Los consumidores habituales de meta se ven generalmente como gente drogadicta asquerosa y sucia que ha tocado el fondo.

  “Soy un paria, soy un tabú.”

  “La peor parte del cristal fue las relaciones que destruí.”

  “En mi peor momento, había huido de la casa y estaba en mi segunda semana de carencia de hogar, mendigando durante el día para conseguir suficiente dinero para un “pico,” finalmente encontré a un amigo con una pequeña y sucia guarida de drogas en un departamento en medio de un gueto. Pasé días y días en el mismo lugar del sofá.”

Medicamentos para la Tos y el Resfriado con DXM de Venta Libre

¿Por qué la preocupación por los medicamentos para la tos y el resfriado? Debido a que algunos medicamentos para la tos y el resfriado son consumidos con frecuencia como drogas “recreativas” por los adolescentes jóvenes. El ingrediente que más comúnmente se consume es el DXM, un inhibidor de la tos que se encuentra en algunos medicamentos de venta libre para la tos y el resfriado. Algunos ejemplos comunes se venden bajo nombres de marca comercial como Contac, Coricidin, Pertussin, Robitussin, Sudafed, Triaminic, y Vicks Fórmula 44; existen también algunas marcas genéricas.

El DXM es por lo general seguro cuando se usa en las dosis recomendadas, pero dosis altas de DXM pueden producir alucinaciones y la sensación de tener experiencias extracorporales. Cuando se consume como droga, se toman hasta 30 dosis más de DXM que la dosis recomendada.

Los términos callejeros para el DXM son dex, tusin, DM, drex, robo, rojo, skittles, triple C, y velvet. La experiencia del consumo de DXM se conoce como “robodosing” o “robotripping”.

¿Por qué los adolescentes consumen el DXM?

El DXM produce una gama de efectos que alteran el cerebro (“mesetas”), que depende de la dosis. Con dosis más bajas, los consumidores se sienten “drogados”, como con la marihuana. Con dosis más altas, el DXM causa que los adolescentes vean u oigan cosas que no existen. Este “viaje” comienza en un plazo de aproximadamente 30 minutos después de tomar el DXM; los viajes pueden durar hasta por seis horas. Los adolescentes bajo la influencia de DXM parecen estar en su propio mundo.

¿Cómo consumen los adolescentes el DXM?

El DXM está disponible en forma líquida y en polvo, como pastillas para la tos, en tabletas, en cápsulas, y en cápsulas de gel. La mayoría de los consumidores de estas drogas toman cápsulas o tabletas para evitar la náusea asociada con beber grandes cantidades de jarabe para la tos.

¿Dónde consumen los adolescentes el DXM?

En dosis menores, los adolescentes muchas veces las consumen en reuniones sociales (después de la escuela en la casa de alguien o hasta durante las clases). El DXM también se consume en los clubes nocturnos y en las fiestas donde se baila toda la noche. En “plateaus” (mesetas) mayores, los adolescentes probablemente “viajan” solos, persiguiendo los efectos alucinógenos del DXM.

¿Dónde consiguen los adolescentes el DXM?

El DXM se consigue fácilmente en venta libre y a precios bajos. Se puede robar de las tiendas fácilmente o tomar de los botiquines. El DXM también se puede comprar por el Internet en forma de polvo.

¿Por qué es peligroso consumir el DXM en dosis mayores a las recomendadas?

La mayoría de las tabletas que contienen DXM son de 20 a 30 mg, pero tienen efectos de alteración mental, las personasque se drogan con DXM generalmente toman dosis de más de 100 mg. Los consumidores de largo plazo, que han desarrollado una tolerancia al DXM, pueden aumentar las dosis hasta 1,000 mg o más. Casi todos los remedios para la tos y el resfriado contienen múltiples ingredientes, como son acetaminofen, antihistamínicos, y pseudoefedrina, así que tomar muchas veces la dosis recomendada aumenta grandemente el riesgo de daño orgánico a causa de estos otros ingredientes. El daño hepático que causan las dosis muy altas de acetaminofen puede ser fatal. Las dosis altas también aumentan la probabilidad de una mala interacción con otras drogas, como con el alcohol. Las altas dosis que se toman en una reunión de discoteca puedecausar convulsiones por el calor.

El DXM también altera los procesos cognitivos y el juicio y puede causar hacer malosjuicios sexuales. Otros riesgos son las alucinaciones, la psicosis, la agitación extrema, y el comportamiento violento.

Los mensajes de prevención más importantes:

- Te pueden empezar a evitar tus amigos.

  “Mis amigos pensaban que el jarabe para la tos era vulgar y nadie quería estar cerca de mí... Era como si apestara.”

- No podrás dejar de vomitar.

  “Después de que lo bebí me puse muy mal, vomitando lo que tenía en el estómago, luego continuando con arcadas ... secas me dormí en el piso del baño debido a que no podía llegar a mi cama.”

  “Inmediatamente después de tomar una caja de Coricidin mi hijo empezó a vomitar violentamente ... los doctores de la Sala de Urgencias nos informaron que él y sus amigos podrían haber muerto muyfácilmente.”

- Te verás tan alucinado que tus amigos pueden llevarte a la SU y los doctores llamarán a tus padres.

  “De repente había policías en mi cuarto... afortunadamente no morí aquella noche.”

  “Mi amigo ‘J’ tomó 27 y a los 10 minutos estaba inmóvil. Ahora está en hospital y tiene muchas convulsiones y tuvo un paro cardíaco.”

Analgésicos de Venta Controlada (opiáceos)

¿Qué tipo de analgésicos de venta controlada están consumiendo los adolescentes?

Vicodin (Vics), OxyContin (OCs, Oiy, heroína de montañeses), Tylenol con codeína (T3, Tres, Cuatros), Percocet (Percs), y Percodan.

¿Por qué los adolescentes los consumen?

Muchos adolescentes consumen estos medicamentos para drogarse y "gozar el día escolar." Los atletas pueden consumirlas antes de los juegos para adormecer el dolor, tal vez combinándolas con estimulantes para "animarse" para el juego. Las adolescentes también pueden automedicarse por el dolor de los cólicos menstruales o las migrañas.

¿Cómo consumen los adolescentes los analgésicos de venta controlada?

Generalmente en forma de pastillas. Los adolescentes ven a las pastillas como una forma más limpia y segura que otras formas de drogas. Los medicamentos de venta controlada son especialmente atractivos debido a que son fáciles de conseguir y "legales," los recetan los doctores y están aprobados por la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA por sus siglas en inglés).

Los adolescentes también pueden moler la pastilla y absorber el polvo por la nariz o mezclarla con agua e inyectarsela. Pueden combinar los analgésicos de venta controlada con el alcohol o con tranquilizantes como el Valium o con relajantes musculares como el Soma. Algunos adolescentes, generalmente los mayores, hacen un "speedball" combinando estos "downers" con un "upper" como la cocaína.

¿Dónde consumen los adolescentes los analgésicos de venta controlada?

Cuando se automedican, los adolescentes suelen consumir estas drogas solos. Para drogarse, ellos generalmente las consumen en la escuela o en las fiestas, en donde pueden compartir las pastillas en un tazón de golosinas ("pharming").

¿Dónde consiguen los adolescentes los analgésicos de venta controlada?

Estas drogas son relativamente fáciles de conseguir - por ejemplo, compartidas con robadas de los padres o parientes o compradas ilegalmente enl a calle. Algunos analgésicos de venta controlada se pueden comprar en el Internet. Es probable que los amigos de los adolescentes que consiguen una prescripción legítima para una de estas drogas les pidan que las compartan.

¿Por qué es peligroso consumir los analgésicos de venta controlada que no te fueron prescritos?

La razón más importante es que los analgésicos de venta controlada pueden ser letales. Una sobredosis puede inhibir la respiración y dar como resultado la muerte, con tan solo una dosis. Además, es fácil darse una sobredosis. Los opiáceos vienen en muchas formas y la dosis adecuada varía, pero los adolescentes que se automedican no leen las etiquetas, y los adolescentes que están haciendo "pharming" no tienen idea de lo que están tomando. Muchos adolescentes ni siquiera saben para lo que son los medicamentos, o cuáles pastillas son más potentes que otras. No entienden que las pastillas de una sola sustancia no son lo mismo. Tampoco saben qué dosis son realmente peligrosas y cómo una cierta dosis interactúa con otras sustancias (alcohol, Valium).

Los analgésicos de venta controlada son extremadamente adictivos, y automedicarse por un dolor relativamente menor puede llevar a la adicción rápidamente. La tolerancia aumenta con el consumo del medicamento, así es que entre más consumen los adolescentes estos medicamentos, necesitan dosis más potentes la siguiente vez.

El consumo continuo produce la dependencia psicológica y física. Cuando los adolescentes se vuelven dependientes, encontrar y consumir la droga se vuelve el objetivo principal de sus vidas. Debido a que los consumidores aprenden a asociar la droga con el placer, la abstinencia de la droga causa depresión y ansiedad. Los síntomas físicos de abstinencia son cólicos abdominales, dolores, sudor y escalofrío, náusea, temblores, e insomnio. Aún después de tratamiento, los índices de recaída son muy altos.

El abuso de los analgésicos de venta controlada puede tener efectos permanentes en el cerebro, como son pérdida de interés en todo con excepción de la droga, incapacidad de disfrutar los placeres normales, síntomas de depresión, yfuncionamiento cognitivo atrofiado.

Los mensajes de prevención más importantes:

- Los analgésicos de venta controlada te pueden matar - hasta con una sola dosis. Simplemente puedes dejade respirar.

  "Mi amigo tomó Oxy una noche y esa fue su última noche."

  "Ese domingo ella se fue a dormir sin saber que nunca despertaría."

  "No podía respirar. Me senté y traté de respirar pero mi garganta no se abría. me golpeé el cuello... cantidades muy pequeñas de aire entraron finalmente a mis pulmones."

- Lo desconocido te puede lastimar. Todos los analgésicos de venta controlada no son lo mismo, y no conoces el efecto de una pastilla comparada contra otra.

“Accidentalmente tomé la pastilla completa de 80 mg... en un par de minutos estaba inconsciente. Lo siguiente que recuerdo es despertar en la SU... sufrí un infarto, insuficiencia renal y hepática.”

- Es muy fácil hacerse adicto - fácil ir de la experimentación a a hacer de la droga la cosa más importante de tu vida.

  “Tan solo una dosis te puede enamorar de la sensación.”

  P: “Cuánto tiempo te tomó engancharte al OxyContin?” R: *“Probablemente en el momento. Recuerdo cuando me desperté a la mañana siguiente... frotando mi dedo sobre el escritorio, viendo si quedaba algo (OxyContin).”*

  “Pensé que estaba seguro con estas drogas (Vicodin). Pensé que este tipo de síndrome de abstinencia sólo sucedía a los consumidores acérrimos y a los adictos a la heroína. Nunca seré el mismo de ninguna forma.”

- La adicción te cambia a tí y a tu cerebro - para siempre. Daña tu memoria y te vuelve depresivo. Te dejan de importar los placeres normales de la vida. Siempre te controla la droga.

  “Yo solía ser una persona muy extrovertida, capaz de animar cualquier fiesta... ahora casi después de 9 meses todavía tengo problemas para hablar a las personas, hasta a mis amigos y mi familia.”

  “Mi hermano se quitó la vida debido a una grave depresión por el OxyContin... esta droga es un asesino en más formas que sólo una sobredosis.”

Estimulantes de Venta Controlada

¿Qué son los estimulantes de venta controlada (anfetaminas)?

Los estimulantes de venta controlada o anfetaminas son una clase general de drogas que aceleran la actividad cerebral o física estimulando el sistema nervioso central. Se utilizan de forma medicinal para tratar la depresión, la obesidad, y el trastorno por déficit de atencióncon hiperactividad (TDAH).

Los estimulantes de venta controlada que más consumen los adolescentes como droga son Dexedrina, Ritalin, y Adderall. Son bastante parecidos químicamente. Los nombres callejeros para estas drogas son “speed”, “dex”, “dexies”, y “Jollies”. Al Adderall se le llama a veces “kiddie cocaine” (cocaína infantil). Se puede hacer referencia a los estimulantes de venta controlada como “pastillas para estudiar”. A la experiencia de consumir estas drogas se le llama “speeding” (acelere), “tweaking,” “spinning” girando (o estar “spun” (hilado)).

¿Por qué consumen los adolescentes estimulantes de venta controlada?

Para permanecer alertas o para estudiar con más eficiencia, para tener energía para ir a todas las fiestas, o sólo por drogarse.

¿Cómo consumen los adolescentes los estimulantes de venta controlada?

Todas estas drogas se pueden tomar, absorber por la nariz, o inyectar; las pastillas son una de las formas más comunes con las que los adolescentes se drogan.

¿Dónde consumen los adolescentes los estimulantes de venta controlada?

Los adolescentes que consumen estas drogas para estudiar las tomarán más probablemente cuando están solos. El consumo recreativo ocurre antes o durante las fiestas o en la escuela.

¿Dónde consiguen los adolescentes los estimulantes de venta controlada?

Como otros medicamentos de venta controlada que los adolescentes consumen para drogarse, los estimulantes se consiguen con facilidad. Se pueden robar de o compartir con los padres o los parientes, se obtienen (como un favor o por dinero) de adolescentes que tienen una prescripción legitima, o se compran por el Internet.

¿Por qué es peligroso consumir estimulantes de venta controlada que no te fueronprescritos?

Estos potentes estimulantes del sistema nervioso central tienen una amplia gama de reacciones secundarias físicos y psicológicos. Los síntomas comunes son pérdida del apetito, insomnio, aumento peligroso de la temperatura corporal, y nerviosismo. También son comunes la hostilidad y la paranoia.

Los síntomas que requieren atención médica son: aumento de la presión sanguínea, latidos cardíacos rápidos o irregulares, dolor de pecho (angina), dolor en las articulaciones, movimiento descontrolado del cuerpo, y fiebre.

El riesgo de reacciones secundarias aumenta con las dosis mayores. El consumo a largo plazo lleva a grave pérdida de peso o desnutrición, paranoia, sentimientos de hostilidad, enfermedad mental, períodos de delirio o pánico, insuficiencia cardíaca, convulsiones, y hasta la muerte.

Como la metanfetamina, con las que están relacionadas químicamente, los estimulantes de venta controlada son muy adictivos, y se desarrolla tolerancia al paso del tiempo. Se requieren cantidades más altas para conseguir el mismo efecto. Los consumidores pueden llegar a un punto en donde necesitan consumir alcohol o tranquilizantes para eliminar el efecto de u estado.

La abstinencia repentina a estas drogas produce fatiga; períodos largos y agitados de sueño; irritabilidad; psicosis o ansiedad; hambre intensa y sobrealimentación; y depresión moderada a severa.

Los adolescentes tienden a pensar que los medicamentos de venta controlada son “seguros” debido a que tienen un uso medicinal, pero los estimulantes de venta controlada tienen efectos peculiares, los cuales toman en cuenta los médicos cuando los prescriben. Los médicos también consideran la estatura, el peso, y los demás problemas médicos de un paciente. Los adolescentes que se drogan con estos medicamentos no pueden saber cómo reaccionarán con cierta pastilla, ni saben cómo interactúa la droga que están tomando con otras drogas.

Los mensajes de prevención más importantes:

- Es fácil engancharse con estas drogas; muy rápido la única cosa que importa es conseguir más.

  “Ni siquiera siento los buenos efectos, principalmente todo es malo pero no puedoevitar tomarlas.”

  “Fue algo de fin de semana, a unas cuantas veces por semana, a algo diario, a algo que tengo que tener.”

- Puedes comenzar a tomar estas drogas para mantenerte despierto, pero terminarás sin ser capaz de dormir cuando lo quieres hacer.

  “Terminamos permaneciendo despiertos toda la noche pero sin sentirnos bien. Me sentía terrible pero no podía dormir.”

“No podía dormir. Permanecí despierto durante tres o cuatro días y seguía tomando más y más... Pensé que iba a morir.”

- Tu corazón golpeará, te preguntarás quién está allí afuera para recibirte, verás cosas que no existen.

  “El peor efecto segundario hasta el momento es el problema social que me causa... Creo que la gente está hablando de mí a mis espaldas... y todavía ni siquiera puedo hablar con la gente.”

  “De repente comencé a sentir paranoia y experimentar alucinaciones graves... Sobre todo veo gente fuera de mi ventana o abajo en el vestíbulo, e insectos avanzando lentamente por debajo de las puertas. Todas ellas fueron muy aterradoras.”

- Experimentar con medicamentos que fueron prescritos para otras personas es una enorme apuesta. Existen tantas cosas tan importantes que no puedes controlar - lo que realmente tomaste, que tan potente es la pastilla, y cómo te afectará.

  “Tomar una droga que fue prescrita para otra persona es simplemente hacerle al tonto.”

  “Cuando llegamos con él a la sala de urgencias su corazón se había detenido. Murió más tarde aquella noche. Tenía 19 años de edad. Cuando salió la autopsia sólo tenía una droga en su sistema - Ritalin.”

Sedantes (benzodiazepanes y GHB)

¿Qué son los sedantes y cuáles son los que los adolescentes toman para drogarse?

Los sedantes son depresores del sistema nervioso central - hacen lenta la función cerebral normal. Los comúnmente prescritos y con los que más se drogan los adolescentes son: Xanax (conocido como Zanies o barras de Z), Valium, Ativan, y Klonopin. Dulce, downers (depresores), somníferos, y tranks (tranquilizantes) son otros nombres callejeros para estas drogas. Los adolescentes también consumen GHB, otro sedante, que se volvió ilegal en el año 2000. Cada vez más adolescentes están cambiando a formas alternativas de GHB que son más fáciles de conseguir.

¿Por qué consumen los adolescentes sedantes?

Para reemplazar al alcohol (intoxicarse sin las calorías), para desintoxicarse de la adicción al opio, o para eliminar el efecto de los estimulantes. Los violadores sexuales utilizan sedantes para dejar inconscientes a sus víctimas. Los adolescentes que tienen una prescripción médica para sedantes pueden compartir las pastillas con otros para ganar popularidad.

¿Cómo consumen los adolescentes los sedantes?

Generalmente en forma de pastillas. El GHB se puede producir en formas depolvo blanco, en líquido transparente, y en cápsulas. Los sedantes muchas veces se consumen en combinación con otras drogas.

¿Dónde consumen los adolescentes los sedantes?

En las fiestas como parte del “pharming”, donde las pastillas se comparten en una tazón de golosinas, o en la escuela con los amigos. Los adolescentes también consumen los sedantes en la casa, en donde los padres pueden darles estas drogas como relajantes. Las chicas pueden consumir los sedantes para “terminar” las experiencias sexuales incómodas. Otros adolescentes las toman para sentirse libres para ser imprudentes.

¿Dónde consiguen los adolescentes los sedantes?

Estas drogas pueden venir de amigos con prescripciones legítimas u obtenidas de, compartidas con, o robadas a los padres o los amigos. También se pueden comprar en el mercado ilegal.

¿Por qué es peligroso consumir sedantes que no te fueron prescritos?

Debido a que los sedantes se consumen con frecuencia en combinación con drogas, es fácil tomar una sobredosis. Te duermes y puedes nunca despertar.

Mezclar dos tipos diferentes de sedantes puede ser letal. Mezclar cualquier sedante con elalcohol es particularmente peligroso. En altas dosis, los consumidores pueden perder los reflejos normales que protegen sus vías respiratorias y morirse ahogados en su propio vómito.

Los sedantes también pueden ser adictivos. Tomarlos diariamente o hasta algunas veces por semana puede aumentar la tolerancia, de manera que los consumidores necesitan dosis aún más grandes para conseguir el efecto deseado. Laabstinencia puede causar ansiedad, ataques de pánico, delirio, insomnio, sensibilidad extrema a la luz y al sonido, convulsiones, comportamiento psicótico, y hasta la muerte.

La pérdida de inhibiciones que acompaña a estas drogas puede dar como resultado la actividad sexual no deseada. El mal juicio puede incrementar, aumentando el riesgo de accidentes, especialmente entre los chicos.

El GHB en particular está asociado con la agresión sexual - al ponerla en la bebida de la víctima, él o ella queda inconsciente o inmóvil. Y el margen entre una dosis de GHB recreativa y una sobredosis es muy estrecho.

Como con otros medicamentos de prescripción que se toman como drogas, los sedantes provocan la ilusión de la seguridad debido a que tienen un verdadero uso medicinal. Sin embargo, los individuos reaccionan de forma particular a cierta dosis de sedantes. Los médicos toman esto en cuenta cuando prescriben estos medicamentos; los adolescentes que las toman como drogas no lo hacen. Además, la dosis entre diferentes tipos de sedantes varía significativamente. Por ejemplo, 1 mg de Xanax es muy diferente de 1 mg de Valium.

Los mensajes de prevención más importantes:

- Mezclar los sedantes con alcohol puede ser mortal.

  “Me estaba quedando dormido y mi amigo me acababa de decir que no me durmiera. La siguiente vez que pude hablar fue tres días más tarde, después de que desperté de mi coma.”

  “Mi amigo metió sus dedos en mi garganta y me hizo vomitar una y otra vez. Si sólo hubiera ido a ese baño y me hubiera desmayado, sé que no hubiera despertado.”

- Estas drogas te pueden poner en un sueño tan profundo que puedes literalmente ahogarte en tu propio vómito.

  “Mi amiga vio que yo había vomitado algo rosa encima de mi ropa y que estaba haciendo un tipo de ruido de gárgaras como si me estuviera ahogando. Ella llamó al 911... Desperté de mi coma para ver a toda mi familia y mis amigos reunidos a mí alrededor como si fuera mi funeral.”

- No sabes que tan potente es la pastilla que estás tomando ni cómo vas a reaccionar a ella.

  “No sabía lo que estaba recibiendo cuando tomé estas pastillas o qué tan potente era el Xanax... lo siguiente que supe, desperté a la tarde siguiente sin saber qué había pasado.”

  “No tengo ningún tipo de recuerdo de ese día... Terminé el día en un hospital, en algún tipo de coma.”

  “No tengo idea de lo que sucedió. Evidentemente, iba conduciendo y perdí el control, estrellándome en un conjunto de buzones del vecindario.”

- Cuida siempre tu vaso o botella en una fiesta - aunque sólo estés bebiendo un refresco.

  “[En el hospital], encontraron GHB en mi sistema. Sucedió en una fiesta... No recuerdo mucho de esa noche.” - Víctima de violación anónima

  “Mi memoria de la noche anterior viene y va pero recuerdo que decía ‘Yo no quiero esto’ cuando él lo estaba haciendo.” - Víctima de violación anónima

Esteroides

¿Qué son los esteroides anabólicos?

Los esteroides anabólicos son sustancias de fabricación humana que se relacionan con la testosterona, la principal hormona sexual masculina. (Son diferentes del estrógeno esteroide femenino o de los esteroides que son producidos por nuestras glándulas adrenales que se utilizan para tratar la inflamación, el asma, y las erupciones.) Cuando se prescriben legalmente, los esteroides se utilizan para tratar problemas como la pubertad retrasada o la impotencia o para ayudar a reconstruir tejidos debilitados por enfermedades como el SIDA.

Los esteroides que se prescriben comúnmente son Anadrol, danazol, y Winstrol (pastillas) y dihidrotestosterona, nortestosterona, boldenona, y testosterona (inyecciones). Los nombres callejeros son Arnolds, roids, vitaminas, producto, gym candy (dulce de gimnasio), jugo, “pumpers” (bombeadores), y “stackers” (apiladores).

¿Por qué consumen los adolescentes los esteroides?

Los atletas masculinos y femeninos consumen los esteroides para mejorar su desempeño físico; el consumo con este propósito es mayor entre los chicos. Ambos sexos también usan los esteroides para mejorar su imagen corporal; las chicas pueden combinar los esteroides con las anfetaminas, las pastillas de dieta, o los laxantes para disminuir la grasa corporal. Dependiendo de la dosis, los esteroides permanecen en el cuerpo desde un par de semanas hasta varios meses.

¿Cómo consumen los adolescentes los esteroides?

Se pueden tomar oralmente, inyectar, mezclar con geles o cremas para frotarse en la piel. Los adolescentes generalmente comienzan con las pastillas. Debido a que el consumo oral causa problemas hepáticos, los consumidores a largo plazo pueden inyectarse las drogas, muchas veces compartiendo agujas al hacerlo.Los esteroides se toman generalmente en ciclos de semanas o meses (“cíclico”). Con frecuencia se incrementan las dosis, luego se disminuyen durante un ciclo (“haciendo pirámides”). Las personas que las consumen como drogas muchas veces combinan diferentes tipos de esteroides para levar al máximo su eficacia (“stacking”).

¿Donde consumen los adolescentes los esteroides?

Es probable que los atletas, especialmente los miembros de un equipo, consuman los esteroides en grupo. Esto es más común probablemente entre los hombres. Los culturistas pueden también consumir esteroides en grupos, especialmente si sólo una persona tiene acceso a las drogas y las está compartiendo. Las mujeres muchas veces son más discretas acerca del consumo de esteroides para mejorar sus cuerpos. Tanto los hombres como las mujeres tienen probabilidades de consumir esteroides la primera vez con alguien más para aprender a consumirlos.

¿Dónde consiguen los adolescentes los esteroides?

En los gimnasios, los centros de entrenamiento deportivo, y en el Internet.

¿Por qué es peligroso consumir esteroides que no te son prescritos?

Los esteroides te pueden llevar a problemas físicos y emocionales significativos. Las reacciones secundarias principales son: tumores hepáticos y renales, cáncer, ictericia, presión sanguínea alta, anormalidades del colesterol, coágulos sanguíneos, acné severo, y atrofia de la estatura.

Los esteroides también tienen reacciones específicas al género. Para los chicos, estas pueden ser reducción de lostestículos, reducción de conteo de esperma, infertilidad, calvicie, y desarrollo de senos femeninos. El agrandamiento de los senos puede requerir cirugía correctiva; la calvicie puede ser irreversible.

Las chicas que toman esteroides se vuelven masculinas. Les sale vello facial, sus voces se vuelven más profundas, y se les reducen los senos. Estos efectospueden ser permanentes.

Los consumidores que se inyectan esteroides muchas veces utilizan agujas sucias o comparten agujas, poniéndose en riesgo a ellos mismos o a otros de contraer VIH y hepatitis B y C.

Los esteroides también tienen consecuencias de comportamiento problemático como son la agresión, la irritabilidad, los cambios extremos de humor, el mal juicio, y los delirios. La depresión que acompaña la abstinencia repentina de esteroides se ha ligado al suicidio de los adolescentes, especialmente para las chicas.

Los atletas profesionales que consumen esteroides son ejemplos peligrosos a seguir. Los programas que enseñan a los chicos acerca de la nutrición deportiva y proporcionan alternativas para el consumo de drogas para mejorar la fuerza y el desempeño han tenido éxito en disuadir de su consumo.

Los mensajes de prevención más importantes:

- Los esteroides puede hacer que los chicos se vean como chicas y que las chicas se vean como chicos.

  “Yo era cantante... la música es mi vida. Corrección, era mi vida... La profundidad de mi voz es permanente.”

- Los esteroides pueden causar impotencia y desarrollo de los senos en los chicos y vello facial y disminución de los senos en las chicas.

  “Matt desarrolló bultos hinchados y grasosos debajo de sus pezones... Dejó de llamar la constante atención de las chicas a las cuales solía atraer.”

- Dejar de consumir esteroides repentinamente puede causar depresión profunda y te puede llevar alsuicidio.

  “No sólo no tenía fuerza, sino que no podía digerir la comida, tenía dolor en todo mi cuerpo... Estaba consumida por la depresión y pensaba constantemente en el suicidio.”