

Abuso de drogas en adolescentes: prevención y detección precoz

<http://www.cun.es/area-salud>



Última revisión: miércoles, 03 agosto 2011

Dr. César Soutullo Esperón Departamento de Psiquiatría y Psicología Médica

Clínica Universidad de Navarra

- Las drogas de abuso son sustancias con un efecto directo sobre el cerebro que producen una respuesta en los circuitos del placer.

Introducción

Casi todas las drogas cambian la forma en que funciona el cerebro y producen su efecto afectando los neurotransmisores. La heroína y el LSD imitan el efecto de los neurotransmisores normales, el PCP bloquea la transmisión de mensajes, y la cocaína interfiere con los sistemas de retirada de los neurotransmisores y produce acumulación excesiva.

Estos efectos sobre los neurotransmisores, a través del uso repetido, y la búsqueda del efecto placentero producen una cadena de cambios que perpetúan el uso y pueden desembocar en el abuso y la dependencia. La adolescencia es una época de la vida en la que se experimenta con alcohol y drogas, en parte porque los adolescentes no ven la conexión entre sus acciones presentes y las consecuencias futuras. También tienen tendencia a sentirse indestructibles e inmunes ante los problemas.

El uso temprano de alcohol o tabaco aumenta el riesgo del uso posterior de otras drogas. Algunos adolescentes experimentan un poco y dejan de usar las drogas, o las usan ocasionalmente sin tener problemas significativos. Sin embargo otros desarrollan abuso de la droga con la que inicialmente experimentaron, causando daños significativos a ellos o a otros.

Definición de abuso de sustancias

Se define abuso de sustancias como un uso repetido de una sustancia que produce consecuencias negativas. Para que se considere abuso se debe presentar al menos una de las siguientes consecuencias:

- A nivel académico o laboral (no poder rendir al nivel normal en el colegio o el trabajo por haber usado la droga)

- A nivel físico (uso de sustancias en situaciones peligrosas, como conducir un coche o usar maquinaria peligrosa)
- A nivel legal
- A nivel social o interpersonal (irritabilidad con los padres, peleas con amigos, pérdida de relaciones sociales, etc).

Los adolescentes pueden tener problemas serios con el alcohol u otras drogas aunque no desarrollen dependencia a las sustancias. Los adolescentes con alto riesgo de desarrollar abuso de sustancias incluyen aquellos con:

- historia familiar de abuso de sustancias,
- adolescentes con depresión
- con autoestima baja
- aquellos que no se sienten aceptados en su grupo.

Qué drogas son las más usadas

Las drogas de las que los adolescentes abusan con más frecuencia son legales como el alcohol o el tabaco, o ilegales como la marihuana. También abusan de otras drogas legales como inhalantes de los pegamentos o aerosoles, y los estimulantes (speed, anfetaminas), así como drogas de diseño como el éxtasis o LSD.

La **marihuana** son las hojas secas de la planta del cannabis, el hachís es la resina de la misma planta. Al fumarla produce una experiencia de euforia y calma, y afecta la percepción sensorial y la coordinación. Esto hace que los adolescentes puedan ver, oír, o sentir estímulos que no son reales, y tener peores reflejos, disminuyendo la capacidad para conducir vehículos como motos o coches. A largo plazo la marihuana afecta la memoria y la concentración, y produce síntomas de apatía, desinterés y falta de motivación, resultando en empeoramiento del rendimiento escolar. Además, como otras drogas, se asocia a comportamientos de oposicionalidad y trastornos de conducta, como saltarse las normas, faltar a clase, no volver a casa a su hora, irritabilidad y acciones deliberadas para hacer daño a los demás.

Los **estimulantes**, como la cocaína, las anfetaminas, o el speed son sustancias que aceleran el cerebro, haciendo que el corazón lata más rápido y suba la tensión arterial, con riesgo de infarto aún en personas jóvenes. El adolescente está más hablador, ansioso, acelerado y eufórico, se reduce el apetito y hay menor necesidad de dormir. Esto hace que puedan seguir un ritmo muy activo toda la noche sin dormir al día siguiente. Sin embargo, cuando se termina el efecto de la droga ocurre un bajón o “crash”, con síntomas depresivos, baja energía, y un aumento del apetito y del sueño. Los alucinógenos incluyen sustancias naturales como la mescalina o psilocibina que sale de plantas (cactus o setas) y otras químicamente manufacturadas, como el LSD, el MDMA (éxtasis), o el PCP. Tienen sus efectos afectando la serotonina, por lo que producen cambios muy bruscos del humor, alteración de las percepciones como alucinaciones auditivas (oír voces), o visuales (ver cosas que no están allí, o colores muy vivos, o alteraciones en las formas de las cosas). También pueden producir delirios de persecución y hasta síntomas psiquiátricos que perduran aún tras dejar de

usar la droga. La epidemia de abuso de derivados del opio (heroína, codeína) sigue siendo un problema, pero ya no son tan usados como hace unos años.

El **uso de alcohol** produce primero una sensación agradable de euforia y disminución de la ansiedad, lo que “ayuda” al adolescente a “romper el hielo” en un grupo de amigos, ya que disminuye el miedo a hacer el ridículo. Son especialmente vulnerables aquellos adolescentes con ansiedad social o timidez excesiva. Cuando el nivel de alcohol en sangre sube, aparecen cambios en el comportamiento como desinhibición (lo que puede producir comportamientos sexuales o violentos inapropiados), labilidad emocional (tristeza, euforia o irritabilidad), y disminución de la capacidad de juicio (infraestimación de los riesgos, creerse invencible). También afecta a la coordinación motora y los reflejos, produciendo riesgo de accidentes de tráfico. Finalmente produce dificultad al andar, alteración en el habla, pensamiento enlentecido, disminución de la atención, somnolencia, pérdida de la consciencia, y coma. Al volver a bajar los niveles de alcohol se producen temblores, sudoración, náusea, vómitos, taquicardia, y dolor de cabeza.

Síntomas del abuso de drogas en adolescentes

Los padres deben saber que hay distintas drogas que producen distintos síntomas durante la intoxicación y durante el periodo de abstinencia. Las señales principales del abuso de alcohol o drogas en adolescentes son:

- **Físicas:** fatiga, múltiples quejas sobre la salud física, ojos enrojecidos (por la marihuana) y sin brillo, o tos persistente.
- **Emocionales:** cambios en la personalidad, cambios bruscos de humor, irritabilidad, comportamientos irresponsables y arriesgados, baja autoestima, tristeza o depresión, desinterés general en actividades que antes les gustaban
- **Familiares:** riñas más frecuentes, desobediencia de las normas, mentiras repetidas, estar retraído o no comunicarse con la familia, secretos excesivos (respecto a amigos, sitios donde van, no poder entrar en su habitación, etc)
- **Escolares:** disminución del interés por el colegio, actitud negativa, no ocuparse de hacer los deberes, disminución de las calificaciones, ausencias del colegio, problemas de disciplina
- **Sociales:** amigos nuevos a los que no les interesan las actividades normales de la familia y el colegio, problemas con la ley, cambio hacia un estilo poco convencional de vestir o de gustos musicales, tatuajes o piercings excesivos.

Algunas de estas señales de aviso pueden indicar otros problemas. Los padres deben reconocer que existe un cambio en el comportamiento, humor, relaciones, rendimiento escolar, y hábitos de su hijo o hija. Se debe hablar con sinceridad y claridad con los hijos sobre nuestra preocupación sobre su posible uso de drogas. No nos debe tranquilizar una respuesta negativa si no se encuentra una causa al cambio de comportamiento. Una respuesta airada o frases como “no confiáis en mí”, “me estáis espiando”, ante nuestras preguntas indican un excesivo recelo del adolescente y deben inducir sospechas.

Una vez que se sospecha abuso de drogas, debe realizarse una visita al pediatra o médico de cabecera, que realizará una evaluación, y puede pedir un sencillo análisis para determinar la presencia de tóxicos en orina. Existen también kits para la detección de drogas en saliva o en orina, o detección de alcohol en el aliento que se pueden tener en casa, aunque son caros y difíciles de conseguir. A veces los análisis deben hacerse de forma repetida y por sorpresa, pues algunas drogas están muy pocas horas en la orina y luego se eliminan. Si se confirma el uso o abuso de sustancias deberán acudir a un especialista.

Factores de riesgo y factores protectores

Para prevenir el uso de alcohol y drogas en los adolescentes hay que conocer los factores de riesgo que aumentan la posibilidad de que se presente éste problema.

Factores de Riesgo en la familia

1. Ambientes familiares caóticos, especialmente si existe abuso de alcohol o drogas en los padres, o si sufren un trastorno psiquiátrico que interfiere con su función de padres
2. Problemas serios en la educación de los hijos por los padres, especialmente en niños con temperamentos difíciles o problemas serios de conducta
3. Falta de vínculo afectivo entre los hijos y los padres, y falta de cariño

Factores de riesgo en el colegio:

1. Comportamiento excesivamente tímido o agresivo del niño en clase
2. Fracaso escolar
3. Falta de habilidades para manejar situaciones adversas
4. Amistades con otros chicos que tienen comportamientos disruptivos, problemas de conducta o problemas legales
5. Percepción de un consentimiento implícito o tolerancia al uso de drogas en el colegio, los amigos, o la comunidad (términos como “drogas blandas”, o “uso responsable de drogas” son perjudiciales pues minimizan el riesgo)
6. El uso de tabaco o de alcohol aumenta el riesgo de usar marihuana 65 veces. El uso de marihuana aumenta 104 veces el riesgo de usar cocaína. Programas de retraso del inicio de la edad de fumar previenen el uso de drogas en adolescentes
7. Otros factores como la disponibilidad de las drogas, el tráfico de drogas en la comunidad, y la creencia de que el uso de drogas es inofensivo y tolerado también aumentan el número de jóvenes que empiezan a usar drogas.

Factores protectores:

1. Lazos fuertes con la familia
2. Experiencia de los adolescentes de que los padres monitorizan y supervisan sus comportamientos con reglas claras de conducta en la familia, dejando libertad suficiente pero claramente diciendo lo que no está permitido. Los padres que están al tanto de las actividades, aficiones y amistades de sus hijos, y que forman parte de la vida de sus hijos previenen el uso de drogas por sus hijos.
3. Éxito académico en los adolescentes
4. Participación y lazos con instituciones sociales como las familias, el colegio y organizaciones religiosas.

Los programas de prevención se centran en acciones para:

1. Reforzar las relaciones familiares (favoreciendo la comunicación, la disciplina y la adopción de normas de comportamiento estables);
2. Mejorar las relaciones con otros jóvenes (promover actividades de recreo sanas);
3. Actuar sobre el ambiente escolar (corregir la percepción falsa de que la mayoría de los estudiantes usan drogas, informar sobre los efectos de las drogas);
4. Mejorar el ambiente en la comunidad (ambiente sano y libre de drogas, vigilancia policial, programas sociales y de organizaciones religiosas, etc)

Tratamiento

El tratamiento del abuso de sustancias en adolescentes necesita de un equipo especializado. Lo primero es que se consiga la abstinencia completa de la droga de abuso. Si esto no se consigue pronto debe acudir a un equipo específico de especialistas en abuso de sustancias, donde además de psicoterapia individual y de grupo para el adolescente, se da apoyo e indicaciones concretas a los padres.

También pueden usarse medicinas para reducir el uso de sustancias. Además deben tratarse los problemas psiquiátricos asociados al abuso de sustancia, con una combinación de medicación, manejo conductual, y apoyo a los padres.