

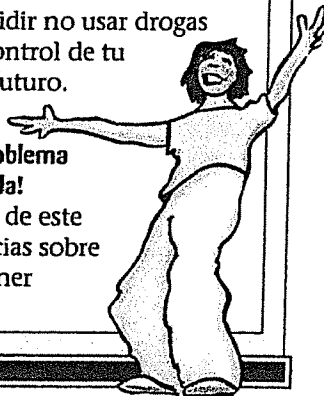
El uso de drogas es riesgoso

- Las drogas cambian como funcionan la mente y el cuerpo.
- Su uso puede crear problemas con la familia, amigos, la escuela y el trabajo.
- Cuando se usan drogas, es más probable tener relaciones sexuales sin protección, pone a la persona en riesgo de las infecciones de transmisión sexual y de embarazos no planeados.
- La mayoría de las violaciones entre conocidos ocurren cuando una o más personas involucradas tomaron alcohol u otras drogas.
- Los choques, suicidios y crímenes violentos a menudo están vinculados a las drogas.
- El uso de drogas es ilegal. Algunas de las consecuencias son la corte de drogas, multas, cárcel o prisión.
- Cada año, miles de muertes están vinculadas a las drogas.

Toma buenas decisiones

- La mejor forma de evitar la adicción y otros problemas de drogas es no usarlas.
- Si has probado drogas, habla sobre los riesgos con alguien de confianza.
- Si alguien te ofrece drogas di, firme y claramente, "NO".
- Recuerda que decidir no usar drogas te mantiene en control de tu mente, cuerpo y futuro.

¡Si tú, o alguien que conoces tienen un problema de drogas, obtén ayuda!
(En la parte de atrás de este folleto hay sugerencias sobre dónde y cómo obtener ayuda).



¿Tú, o alguien que conoces, necesitan ayuda?

- Llama al Instituto Nacional de Abuso de Drogas, al 1-800-662-4357 o visite www.drugabuse.gov para encontrar a un programa en tu área.
- Busca un Programa de Doce Pasos como Narcóticos Anónimos o Alcohólicos Anónimos en tu directorio local o visita www.na.org o www.aa.org en Internet.



Escrito por Mardi Richmond.

Diseñado por Eva Bernstein. Ilustrado por Meg Biddle.
Con un agradecimiento especial a nuestros revisores del Distrito Escolar Unificado de Sacramento y del Racine Council on AODA.

2011 Revised and updated.

©2002 Journeyworks Publishing. All rights reserved.
Please do not duplicate. Printed on recycled paper.

Spanish Title #5292 (Rev. 3/11) ISBN 978-1-56885-292-4
English Title #5158 ISBN 978-1-56885-158-8

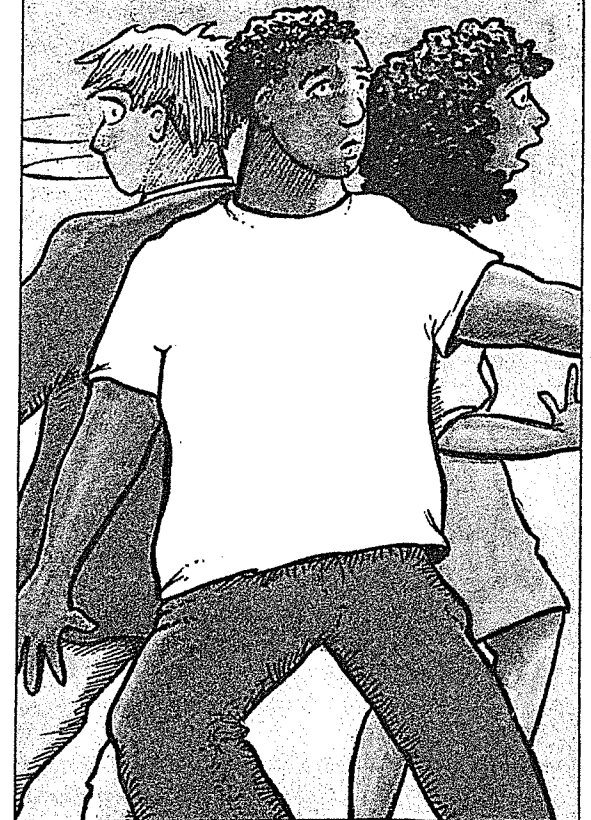
For ordering information contact:

JOURNEYWORKS PUBLISHING

P.O. Box 8466 • Santa Cruz • CA 95061
800 • 775 • 1998 www.journeyworks.com

ENTÉRATE

37 hechos sobre las drogas que dan susto pero son ciertos



LO QUE DEBES SABER

37 HECHOS SOBRE LAS DROGAS, QUE DAN SUSTO PERO SON CIERTOS

Cocaína y crack

(coca, nieve, roca, base)

- Los efectos inmediatos de la cocaína y el crack duran solo de 5 a 30 minutos. Luego, en general, la persona tiene un "bajón" o se siente muy deprimida.
- La cocaína y el crack son muy adictivos.
- Algunas personas gastan cientos o miles de dólares semanales para mantener su adicción.

PUEDES DECIR "NO".



Inhalantes

(cemento, activo, gomas, amys)

- Los inhalantes –incluyendo solventes, aerosoles y gomas– pueden causar dolor de cabeza, alucinaciones o conducta violenta. También pueden causar problemas de control de la vejiga y de los intestinos.
- Pueden causar un daño cerebral tan grave que es posible que una persona ya no pueda caminar, hablar o hasta pensar.
- Usar inhalantes aunque sea una vez te puede matar. Esto se conoce como muerte súbita al inhalar.

Heroína y otros narcóticos

(caballo, dama blanca, OK, Vikes)

- La adicción de la gente a la heroína es muy rápida. Abstenerse de la heroína puede ser doloroso. Puede causar vómitos, calambres y temblores.
- Inyectarse heroína pone al que la usa en riesgo de contagiarse el VIH/SIDA y la hepatitis.
- Una sobredosis de heroína puede ser mortal.
- Otros narcóticos adictivos son morfina, codeína, OxyContin y Vicodin.

NO QUIERO EL RIESGO DE LA ADICCIÓN.



Marihuana y hachís

(mota, monte, hierba, hachich, zacate)

- Fumar marihuana puede causar problemas de memoria a corto plazo y de aprendizaje.
- Los niños y los adolescentes que fuman marihuana podrían tener cambios permanentes en el cerebro.
- Algunas personas pasan a depender de la marihuana.

Metanfetaminas y otros estimulantes

(anfetás, meta, tiza, polvo, PCP, blancas)

- La metanfetamina es muy adictiva.
- La meta puede causar alucinaciones y hacer que la gente se sienta paranoica o violenta.
- El uso de meta a largo plazo puede resultar en dientes podridos, daño cerebral, derrame cerebral, coma o la muerte.
- El abuso de estimulantes como Adderall, Dexedrine y Ritalin puede afectar el corazón y la temperatura del cuerpo.

NO VALE EL RIESGO.



Alucinógenos

(ácido, cucuy, shrooms, salvia)

- Algunos alucinógenos comunes son LSD, PCP, hongos psilocibios y salvia.
- Todos reaccionan de diferentes maneras a estas drogas. No hay manera de saber si el que las usa tendrá un "mal viaje".
- Pánico, confusión, ansiedad, paranoia y pérdida del control son síntomas de un "mal viaje".

Alcohol y otros depresivos

(trago, cheles, calmantes, fenos, benzos)

- Algunos depresivos comunes son alcohol, fenobarbital, Valium y Xanax.
- Todas las formas de alcohol –cerveza, vino y licores fuertes– pueden ser peligrosas.
- Beber demasiado alcohol demasiado rápido puede conducir a intoxicación alcohólica.
- Mezclar alcohol con otras drogas puede resultar en problemas de salud serios, caer en estado de coma o la muerte.
- El abuso de depresivos puede hacer que la respiración y los latidos del corazón sean demasiado lentos y puede poner la vida en peligro.

EL ALCOHOL ES UNA DROGA.



Otras drogas comunes

(XTC, K, gup, R2, dex, tabaco)

- El éxtasis (MDMA) es una droga de club. Las dosis altas pueden resultar en un aumento peligroso de la temperatura del cuerpo.
- Ketamina, GHB y Rohypnol también son drogas de club. Las dosis altas o mezclarlas con otras drogas puede resultar en convulsiones, caer en estado de coma o la muerte. También se conocen como drogas de "violación entre conocidos". Cuando se echan en la bebida de una víctima, pueden hacer que esa persona pierda el conocimiento.
- El DXM se encuentra en muchos medicamentos para el resfriado. El abuso puede causar náuseas y vómitos, latidos rápidos del corazón, daño cerebral y la muerte.
- La nicotina, que se encuentra en el tabaco, es una droga tan adictiva como la heroína y la cocaína.

