

GUIÓN DE LA UNIDAD DIDÁCTICA

(documento para el profesorado)

INTRODUCCIÓN

Los adolescentes buscan formas de afirmación y de identificación. La facilidad para acceder a las drogas o atribuirles connotaciones transgresoras, la curiosidad y la presión grupal pueden inducirlos a consumir. Informarlos y formarlos al respecto es, en primer término, responsabilidad de la familia y de la institución escolar.

Hacerlo adecuadamente presupone, en cualquier caso, contrastar las propias ideas para comprobar que se correspondan con la realidad actual y el perfil de los consumidores de hoy. Y también con los conocimientos sobre la biología de las drogas: qué son, en qué consiste el proceso de adicción, cuál es su base neuronal y qué efectos causan sobre el cerebro y la salud en una etapa –la adolescencia– en la que el desarrollo orgánico no se ha completado aún.

GUIÓN DE LA SESIÓN

1. ¿QUÉ SON LAS DROGAS?:

Una droga es una sustancia natural o artificial que altera el rendimiento físico, la percepción, el estado de ánimo, la conducta y el conocimiento de quien la consume, lo que suele conllevar cambios tanto en su salud como en su entorno.

“Droga” es una palabra polisémica. En un sentido estricto –el de droga de abuso–, la OMS considera que puede calificarse así cualquier sustancia con efectos sobre el sistema nervioso central, capaz de generar un consumo abusivo y, de forma eventual, conducir hacia un proceso de dependencia psicológica, física, o ambas al mismo tiempo. Existen muchos tipos de drogas: unas son totalmente naturales, otras, fruto de una síntesis o purificación química; las hay legales e ilegales... Lo que tienen en común es que son sustancias psicoactivas, que modifican el cerebro, en ocasiones con severas consecuencias.

Según su efecto sobre el sistema nervioso, las drogas pueden agruparse en tres tipos:

- Depresoras del sistema nervioso central (SNC): alcohol, hipnóticos, ansiolíticos (como las benzodiacepinas), opiáceos (heroína, morfina, codeína, metadona), tranquilizantes e inhalantes.
- Estimulantes de la actividad del SNC: anfetaminas, nicotina, cocaína, cafeína, teobromina...
- Sustancias psicodélicas o perturbadoras: alucinógenos (LSD, mescalina...), cannabinoides (hachís y marihuana) y drogas de síntesis (éxtasis y otras).

GUIÓN DE LA UNIDAD DIDÁCTICA

(documento para el profesorado)

2. PROCESO DE LA ADICCIÓN:

Las drogas afectan la convivencia familiar, en ocasiones hasta límites intolerables, y pueden arruinar las relaciones sociales del individuo. Tienen elevados costes laborales y sanitarios, provocan accidentes y pueden potenciar conductas agresivas y el maltrato. Aun así, su consecuencia más directa es la que afecta la biología y la salud de quien las consume.

El consumo de drogas puede convertirse en compulsivo y derivar en situaciones de adicción severa. Junto con circunstancias que pueden ser agravantes –de contexto, dosis o policonsumo–, existen factores genéticos, fisiológicos y ambientales por los que algunos individuos son más vulnerables que otros.

Se entiende por adicción el estado que lleva al consumo abusivo de una droga para obtener una sensación de bienestar o, al menos, prevenir las consecuencias negativas derivadas de la abstinencia.

El consumo repetido de algunas drogas puede generar tolerancia: habituado a su presencia, el organismo necesita una cantidad más elevada para obtener los mismos efectos. Por otro lado, se denomina dependencia, respecto a una droga, la necesidad de consumirla que experimenta el organismo para compensar el malestar que produce su ausencia.

La dependencia puede ser física –en cuyo caso está muy relacionada con la tolerancia– cuando el consumo resulta necesario para que su nivel en sangre posibilite un funcionamiento normal del cuerpo sin caer en un síndrome de abstinencia. La dependencia psíquica es una compulsión al consumo que requiere cambios conductuales para poder ser desactivada.

3. BASE NEURONAL:

Las drogas actúan sobre el sistema nervioso, intensificando o inhibiendo la actividad de los mecanismos neurotransmisores de las sinapsis neuronales. Las drogas adictivas ejercen su influencia sobre los llamados circuitos de gratificación mesolímbicos (integrados por un centro situado en el tronco encefálico que envía sus fibras hacia el sistema límbico, incluido el núcleo accumbens, todo ello en la parte más interna del encéfalo). Aquellos circuitos utilizan dopamina como neurotransmisor.

GUIÓN DE LA UNIDAD DIDÁCTICA

(documento para el profesorado)

Las drogas adictivas alteran el funcionamiento normal de estas vías de distintas formas, inhibiendo la recaptación de la dopamina (caso de la cocaína) o facilitando su liberación (anfetaminas y éxtasis), lo que también favorece la liberación de serotonina. La heroína se une directamente al receptor del neurotransmisor, mimetizando los efectos de los opioides endógenos. El cannabis también es mimético, mientras que la nicotina y el alcohol, que también elevan los niveles de dopamina, desencadenan toda una cascada de efectos neuroquímicos. Son estos mecanismos neurobiológicos los que explican las variadas consecuencias orgánicas y psicológicas de las drogas: relajación, desinhibición, euforia, agitación, taquicardia, hiperactividad, sopor, confusión, locuacidad, hipertermia, angustia, alucinaciones... Unos mecanismos neuronales que están en la base, asimismo, del proceso adictivo.

4. EFECTOS SOBRE EL CEREBRO Y LA SALUD:

Los riesgos más importantes asociados a las drogas tienen que ver con su consumo habitual y sus efectos a largo plazo, en forma de problemas de salud orgánica y psicológica que afectan distintos órganos, el cerebro y la conducta personal.

Es sabido que el tabaco, que causa enormes perjuicios sobre el sistema respiratorio y el circulatorio, está en el origen de gran variedad de cánceres, no solo de pulmón sino también de laringe, esófago, riñón, vejiga, etc. O que el alcohol provoca daños severos en el tubo digestivo y glándulas anexas, cardiopatías, impotencia sexual y, en fase avanzada, demencia alcohólica.

De forma paralela también se conocen los trastornos ocasionados por el consumo de hachís y marihuana, cocaína, heroína, éxtasis, LSD, etc., que pueden ser consultados en el kit educativo "Hablemos de drogas" (véanse la guía y los DVD). Para documentarse sobre la biología y la neurobiología de las drogas existen, de todos modos, numerosas páginas web de referencia.

GUIÓN DE LA UNIDAD DIDÁCTICA

(documento para el profesorado)

BIBLIOGRAFÍA Y DOCUMENTACIÓN COMPLEMENTARIA

Para la preparación de la sesión os recomendamos las siguientes tres fuentes de información (que os damos en mano).

1. Kit educativo Hablemos de drogas. Una realidad a tratar en las escuelas?? de la Obra Social "la Caixa"
2. Plan Nacional sobre Drogas. Guía de drogas. Accesible en línea en:
<http://www.pnsd.msc.es/Categoria2/publica/pdf/guiaDrogas.pdf>
3. NIDA. La ciencia de la adicción. Accesible en línea en:
[http://www.nida.nih.gov/scienceofaddictionSP/SoA_Spanish.pdf?bc si scan 4E49B21250F54E72=0&bc si scan filename=SoA_Spanish.pdf](http://www.nida.nih.gov/scienceofaddictionSP/SoA_Spanish.pdf?bc%20si%20scan%204E49B21250F54E72=0&bc%20si%20scan%20filename=SoA_Spanish.pdf)

También podéis consultar las siguientes páginas:

- Plan Nacional sobre Drogas (MSC): <http://www.pnsd.msc.es/>
- NIDA, Instituto Nacional sobre Abuso de Drogas (EE. UU.): <http://www.nida.nih.gov/NIDAEspanol.html>
- Lasdrogas.info, Instituto para el Estudio de las Adicciones: <http://www.drogasycerebro.com/>