



Los adolescentes y el alcohol II:

“El alcohol y las drogas”

Introducción

El alcohol es una droga sedativa, tanto a dosis moderadas como a dosis altas; si se combina el alcohol con otras drogas sedativas, el ritmo del corazón y la respiración serán más lentas, incrementando el riesgo de sufrir convulsiones, coma o la muerte.



Las drogas con efectos sedativos o hipnóticos que se prescriben, incluyen: barbitúricos, fenobarbital, nenbutal, seconal, amital, hidrato de cloral, cualude, ecuanil, palium, xanax, restoril y otros más.

El roinol, combinado con alcohol, es un sedativo poderoso que es comúnmente llamado droga. Este tipo de drogas se usan en las citas, cuando esté el propósito de violar a la muchacha.

El hidroxibutirato gama y el roinol no tienen olor ni sabor y se les pueden poner a las bebidas, sin que se den cuenta; pueden causar debilidad y mareo, como si no sintieras tu cabeza y confusión mental. Dosis mayores pueden llevar a la inconsciencia, a un coma y a la muerte.

Existe también la combinación de alcohol y drogas basadas en opiato axial, como los sedativos y los barbitúricos; y los narcóticos, basados en opiato, como heroína y morfina. Estas drogas disminuyen la respiración y el latido del corazón, producen sueño y pueden causar vómito. La combinación de opiato con alcohol puede llevar a la inconsciencia, a un coma o a la muerte.

Otra combinación que puede ser peligrosa es el alcohol y los estimulantes; a veces, los adolescentes utilizan el alcohol para calmar su estado nervioso, asociado al hecho de que cuando se le retiran las metanfetaminas u otros estimulantes, el tomar un estimulante y un sedativo al mismo tiempo los puede llevar a reacciones inesperadas. Provoca náuseas,

vómito, pérdida de conciencia, coma y la muerte.

El alcohol y los antiestamínicos es otra combinación peligrosa, por ejemplo: los medicamentos sin prescripción médica utilizados para tratar síntomas de alergia e insomnio tienen efectos sedativos que, por lo regular, son intensificados por el alcohol.

Al combinar alcohol y antidepresivos, éste incrementa los efectos sedativos de los antidepresivos, tales como: abil, trofanil, pertrofan, prosac, baxil, etc. Estas drogas también pueden causar problemas relacionados con la presión sanguínea e incrementar los efectos negativos que el alcohol provoca en el hígado.

¿Es el alcohol una droga adictiva?

Dog Figer, cantante de rock del grupo ‘**Dinack**’, dijo:

“Describo muchos de mis años anteriores, cuando bebía y usaba drogas, así: estando en un tren a velocidad en la noche, en una noche de total oscuridad, montando a caballo a través del campo, donde no hay luces en la calle y cae una tormenta muy violenta; de vez en cuando aparece un destello de luz y eso te levanta, miras a través de la ventana y ves el mundo iluminado por ese destello de luz, ves la lluvia cayendo y hay un fuerte viento. Entonces te vas a dormir.

Esto es lo que era mi vida por los dos años y medio anteriores, cuando tomaba alcohol y usaba drogas; yo no tenía esos ‘flash’ o destellos de imágenes y cada cosa se filtraba a través de algún tipo de locura”.

¿Es el alcohol una droga adictiva? ¿Produce dependencia física? Si y no, es la respuesta. El alcohol es una droga adictiva selectiva; esto significa que, mientras muchas personas pueden tomar alcohol sin hacerse adictas, ciertas personas, aquellos que están predispuestos a conductas adictivas, se convertirán en adictos.

En el 10% o 15% de las personas que consumen alcohol, éste les provoca algo diferente; los

hace sentirse muy bien, aún si el sabor es repulsivo y las consecuencias no son nada agradables: desean repetir la experiencia.

Los adolescentes, por lo regular, comienzan a consumir drogas a una edad temprana y frecuentemente combinan el alcohol con otras drogas, para intensificar el efecto y ponerse 'high'. Sin embargo, están en un grave riesgo, porque sus cerebros todavía están en desarrollo,

Los muchachos con desórdenes emocionales de comportamiento, podrían utilizar alcohol y otras drogas para sentirse normales y, con el tiempo, desarrollar problemas de adicción a sustancias que agravan sus problemas de salud mental.



Combinar drogas puede llevar a un grado de adicción más rápido; en el pasado, para la mayoría de las personas, la combinación más común de drogas era la de alcohol más drogas prescritas por los doctores para el dolor, el insomnio, la depresión o la ansiedad.

Pero hoy en día, hay muchas drogas disponibles para los adolescentes y las combinaciones no tienen fin; la marihuana y el alcohol componen la más común, pero casi cualquier combinación se vale.

La siguiente es una conversación ficticia entre Gerardo y Sofía, ambos de 16 años de edad:

- El mayor número de drogas que yo he combinado es ocho, vamos a ver: alcohol y marihuana, coricidín, dramamine, éxtasis, oxicontín o oxicodona, percocet y ácido. - Gerardo hizo una mueca y cerró sus ojos - Fue una noche, déjame decirte que nunca había estado tan high.

- Yo sólo consumí cinco drogas al mismo tiempo: marihuana mojada en heroína, cocaína, un medicamento prescrito para quitar el dolor, no te puedo decir exactamente qué es lo que era y alcohol, mucho alcohol, oh, verdaderamente estuve high.

Ahora bien, si un adolescente empieza a usar alcohol y otras drogas antes de los 15 años de edad; si frecuentemente usa alcohol y marihuana o alguna otra combinación de drogas, el riesgo de adicción es muy alto, aún si no hay historial de adicción de drogas en la familia.

Las borracheras, cinco o más bebidas alcohólicas a la vez para los muchachos y 4 o más para las muchachas, pueden dañar el desarrollo del cerebro del adolescente e incrementar la posibilidad de adicción.

Alcohol en casa, un grave peligro para tus hijos

Berenice, una adolescente, nos comenta sobre su adicción al alcohol y los problemas que éste le ha traído:

"Cuando yo tenía 12 años sentí la necesidad de un escape, pero no de correr. Desarrollé un gusto por el alcohol, mayormente consumí de lo que había en la casa en ese momento y mis padres nunca me cacharon; si ellos solamente se hubieran dado cuenta me habrían matado. Bebí tequila, vodka, whisky, ron y vino junto con mucha cerveza, bebidas a base de vino y muchos otros tipos de alcohol.

Ahora que tengo 15 años, mi adicción ha empeorado mucho, estoy tratando de reducir el consumo, aunque no mucho. El alcohol me da una clase de libertad que yo nunca había tenido antes, me gusta estar tomando; las únicas veces que desisto es cuando pierdo la memoria y no puedo recordar las cosas.

Cuando tenía 13 años me metí en problemas con la ley, me asignaron sesiones de consejería y luego un tratamiento dentro de un hospital. Yo me enojé porque no podía beber, solamente quería mi bebida alcohólica. El día que terminé el tratamiento me fui a la casa y bebí hasta ponerme borracha totalmente, mis padres ni aun así se dieron cuenta que yo estaba tomando".

Berenice ahora tiene 17 años, han pasado dos años desde que nos comentó lo que acabamos de leer: uno lo pasó en una institución para jóvenes donde recibió tratamiento para el alcoholismo, dejó de

beber por veinte meses y ahora nuevamente reincidió. Este ejemplo nos hace reflexionar en: ¿cómo es posible que los padres tengan los refrigeradores o las alacenas repletas de bebidas embriagantes, que son una gran tentación para los jóvenes?



Millones de jóvenes en este continente americano, tienen la facilidad de acceder al alcohol en casa. Muchos padres compran grandes cantidades del mismo y lo tienen guardado; los jóvenes beben a ocultas y lo peor de todo es que los padres ni cuenta se dan.

Reflexionemos, papá o mamá, ¿dónde estás?

¿Qué es tu hija o tu hijo para tí? ¿Los amas realmente? ¿Puedes acercarte a ellos y darles un beso para ver si no tienen aliento alcohólico? ¿Puedes establecer líneas de comunicación directas para explicarles los riesgos del alcohol a edad temprana?

Si tú eres alcohólico, ¿podrías dejar tu vicio, tu egoísmo, tu manera tan fría y calculadora de destruir a tus hijos, aún que no lo hagas con esa intención, y sacar tu veneno de la casa? ¿Haz pensado en el daño tan tremendo que produce el imitar modelos?

No estamos hablando de artistas ni de compañías que destilan veneno, sino de padres irresponsables que se embriagan delante de sus hijos, que dicen boberías y palabras mal sonantes, que tratan mal a la esposa, que siempre están con los amigos y no tienen tiempo para acercarse a sus hijos o a su esposa. ¿Qué ejemplo les estás dando?

Si tú eres un padre irresponsable, con tu ejemplo les estás diciendo: *“puedes embriagarte, no te pasa nada, el alcohol es bueno”, o bien, “no me importas, primero soy yo, luego yo y al último yo”*. ¿Regañas a tu hijo porque se bebió una cerveza cuando tú tienes alcohol en casa, bebes en exceso y, además, lo tomas como cosa ligera?

Los padres tienen las manos llenas de sangre al dar mal ejemplo a sus hijos, al beber en exceso delante de ellos, al tener en sus casas los refrigeradores y las alacenas llenas de alcohol, al no instruirlos y al no

estar cerca de ellos.

¿Escaparás del juicio en el día final, padre? ¿Podrás huir de la presencia del Juez Justo, del que todo lo juzga con rectitud y justicia? Aún que aquí escapes de la ley y burles a tu conciencia, en aquél día no podrás escapar; hay una cita para ti a la cual no podrás fallar. Ahí darás cuenta de cómo destruiste a tus hijos y a los demás que vieron tu pésimo ejemplo.

Signos de una adicción física

Los signos de una adicción física son: **la tolerancia al alcohol y el dejar de consumir alcohol**. La tolerancia al alcohol es la capacidad para beber mucho alcohol sin sentir o demostrar los efectos; y es un síntoma común en una etapa temprana y media de adicción al alcohol.

Una gran tolerancia al alcohol es un signo muy claro de las tempranas respuestas adaptativas del cerebro; en otras palabras, el cerebro le da la bienvenida al alcohol como un invitado regular combinando su estructura y funciona albergando grandes cantidades de dicha droga.

M u c h o s adolescentes tienen una gran tolerancia al alcohol, se enorgullecen por que pueden mantenerse sin perder los estribos, mientras que algunos de



sus amigos se desmayan y llegan hasta a vomitar. Ellos no saben que la capacidad de beber grandes cantidades de alcohol y seguir funcionando como una persona normal, podría ser una señal clara y temprana de adicción física al alcohol.

Los que beben mucho y dicen que pueden seguir bebiendo sin que su conducta pase a ser anormal, lo único que están declarando es: *“soy un adicto al alcohol”*.

Al dejar de consumir alcohol en las etapas tempranas y medias de la adicción, se manifiestan síntomas precisos, tales como: estar temblando, sensación de estar agitado acompañado de nerviosismo, debilidad, náusea, diarrea, transpiración

excesiva, pérdida del apetito, discapacidad en la memoria, sueños vívidos, insomnio, dolor de cabeza o de ojos, mareos y dolor gastrointestinal.

También se presenta una angustia psicológica, que puede manifestarse como: sentimiento de culpabilidad, vergüenza, ansiedad, aversión u odio a sí mismo, desesperación y desesperanza.

Los modelos negativos de conducta ejercen una grave influencia sobre nuestros hijos; pueden ser lo padres, los maestros, los líderes deportivos o, simplemente, gente que rodea al muchacho y que éste ve como personas a quienes imitar o ejemplos a seguir.

Con tristeza vemos que muchos maestros y maestras en América Latina y en otros países están cayendo en el consumo frecuente del alcohol. Es vergonzoso que un maestro diga a sus alumnos que quiere una 'botellita' para su cumpleaños; que hable de la cerveza como algo mágico, bonito y sabroso.

Es vergonzoso que un entrenador deportivo exalte las virtudes del alcohol y que después de un partido de fútbol se embriague; también es vergonzoso que una figura pública o un político lo agarren en estado de ebriedad, Es sumamente vergonzoso que un clérigo o una persona que se dedique a la religión, cualquiera que ésta sea, le guste tomar y diga que no pasa nada; los jóvenes lo escuchan y se dan licencia para embriagarse.

Los síntomas del síndrome de abstinencia

Durante el periodo en que se deja de consumir alcohol, las células del cerebro están en una extrema tensión o estrés y el cerebro registra el dolor de la única manera que puede: con síntomas de angustia, tanto emocionales como reflejados en el comportamiento.

Los investigadores **Catherine K. y Nicolas A.** afirman en su reporte:

“Conforme la persona continúa no consumiendo alcohol, el síndrome de abstinencia se hace cada vez más intenso e incontrolable y puede manifestar los siguientes síntomas: pulso, ritmo del corazón, respiración y presión sanguínea elevados; extrema agitación, confusión mental, paranoia, ansiedad y miedo; desorientación, confusión en cuanto al tiempo, a lugares o eventos pasados;

pérdida de memoria por minutos, horas o aún días completos; fiebres altas, diarrea, alucinaciones, usualmente involucrando los sentidos de la vista, el oído y el tacto; temblores severos y ataques”.

Cuando se deja de consumir alcohol de manera rigurosa, puede causar lo que se conoce como 'delirium tremens', que tiene un índice de mortalidad entre 5% y 15%, aún cuando es tratado apropiadamente.



El deseo intenso por las drogas es un signo claro de que el cuerpo necesita las drogas para funcionar normalmente; si se continúa no consumiéndolas, el deseo se intensifica pasando a ser de un fuerte deseo de consumirlas para experimentar placer y euforia, a una necesidad muy fuerte e irresistible de consumirlas para aliviar la angustia física y emocional.

Conforme pasa el tiempo, cada acción, deseo o emoción del adolescente es gobernada por la necesidad del uso del alcohol o de la droga para aliviar los síntomas causados al no consumirlos.

Cuando tenemos hambre el cerebro dice: “*dame comida*”. Cuando eres adicto al alcohol o a otras drogas tu cerebro dice: “*dame drogas*”. Las células hambrientas necesitan comida; las células adictas necesitan drogas, esto es así de simple y de profundo.

Al retirarse radicalmente de la sustancia adictiva, ésta es eliminada del torrente sanguíneo, causando una gran angustia física y emocional y un deseo por las drogas para aliviar los síntomas dolorosos.

No es fácil vivir siendo adicto a la droga o al alcohol, esto no lo dicen las compañías que venden alcohol, esta parte no la enseñan, la esconden. Enseñan la playa bonita, las muchachas en traje de baño, la cerveza que se antoja, la espuma, la sonrisa, la alegría, el momento feliz; pero nunca presentan el lado oscuro que llena sus bolsillos de dinero y los

panteones de jóvenes muertos.

¿Cómo puedo saber si mi hijo está consumiendo alcohol?

Enfrentemos una realidad: las compañías de alcohol, de cerveza y de bebidas embriagantes no van a perdonar a tus hijos; ya tuvieron sus juntas de mercadotecnia, ya hicieron cálculo de sus ventas, ya tienen sus cajas llenas de dinero y no van a dejar a tus hijos. Ellos son el blanco y para esto están preparando armas de todo tipo, una publicidad engañosa y mil cosas más.

Papá y mamá, defendamos a nuestros hijos, peleemos por ellos para que no sean las siguientes víctimas del alcohol. Si tú quieres saber si tus hijos están consumiendo alcohol, te proporcionamos la siguiente guía práctica, busca estas señales y síntomas específicos:

- **El olor:** algunos adolescentes beben cerveza porque es barata y disponible en cualquier lugar, la cerveza tiene la característica de que huele a levadura. Podrás oler su aliento a cerveza aún en la mañana siguiente.

- **Mantente despierto:** cuando tu hijo regrese a casa después de una fiesta con sus amigos, dale un beso y un abrazo, esto funciona de mil maravillas.

- **Síntomas físicos:** busca los síntomas físicos que ya hemos descrito, si tu hijo tiene náuseas, vómito o se siente enfermo después de una noche con sus amigos; si se tropieza, se tambalea, o empieza a calumniar y hablar mal de otros, debes levantar las banderas rojas de alerta.

- **Cuida sus amistades:** yo no recomendaría que des permiso a tus hijos adolescentes de irse a dormir a la casa de algún amigo, porque es una excusa para ir al club, al bar, a la disco y poder ingerir alcohol y, a veces, drogas. Pueden llegar a casa bañados, con una goma de mascar o una pastilla para el aliento y fingir que todo está bien.

- **Busca evidencias:** busca latas de cerveza o botellas vacías en el bote de basura; la mayoría de los muchachos son lo suficientemente inteligentes para limpiar

bien sus cuartos y sus carros, de manera que ahí no encuentras nada. Busca las tapas de las botellas, los corchos, etc. en los basureros, adentro de la casa, en el bote de basura que está afuera o por la barda detrás de la casa.

- **Comportamiento violento:** el alcohol es la droga que más se relaciona con el comportamiento violento, por eso la principal causa de violencia contra la mujer y contra los niños en los países latinoamericanos es el alcohol.

La principal causa de homicidios tiene que ver con la droga y el alcohol; en un estudio comprensivo de literatura científica en violencia y drogas se encontró que un cuarto de los asaltos o ataques a otras personas se llevaron a cabo bajo la influencia del alcohol, comparado con menos del 10% de los que estaban influenciados por drogas, tales como: heroína y cocaína.

Si tu hijo no es agresivo y de pronto se involucra en peleas, es una alerta que te puede dar aviso de que está consumiendo alcohol. Los adolescentes y adultos que consumen alcohol es más probable que fumen; si tu hijo fuma, busca cuidadosamente otros comportamientos asociados con el consumo de alcohol o drogas.

El alcohol está en todas partes, la leche puede escasear, estar vencida o haber pocas marcas y variedades, pero el alcohol siempre está bien surtido.

Reflexionemos en esto: hay una cacería atroz y despiadada, un genocidio contra los jóvenes del mundo entero, una campaña orquestada por compañías que fabrican alcohol en cantidades masivas y un gobierno corrupto que no legisla el consumo del alcohol en menores. Levantémonos, papá y mamá, despertemos ante esta realidad que acecha a nuestros hijos.

Profr. Humberto Ayub

Esperanza para la Familia, A. C.

Tel. Lada Sin Costo 01-800-690-62-35

Apartado Postal #41 C.P. 64581 Monterrey., N.L.

Página Web: <http://www.esperanzaparalafamilia.com>

Correo Electrónico: info@esperanzaparalafamilia.com