

Unámonos para colaborar con la prevención y la recuperación del consumo de sustancias psicoactivas.

Las adicciones son hoy un grave problema sanitario que provoca un gran daño en el enfermo, en su entorno y en toda la sociedad. El deterioro de un familiar, un amigo o un colega es también el deterioro de nuestra comunidad.

Si sos adicto o querés ayudar a un ser querido, ponete en contacto.

SEDRONAR



0800.222.1133

LÍNEA GRATUITA EN TODO EL PAÍS,
LAS 24 HORAS, LOS 365 DÍAS DEL AÑO

NARCÓTICOS ANÓNIMOS



0800.333.4720

LAS 24 HORAS, LOS 365 DÍAS DEL AÑO
www.na.org.ar

GRUPOS DE FAMILIARES DE ADICTOS
www.naranon.org.ar

IPLIDO

Instituto para la Igualdad de Oportunidades de la UTHGRA

- Av. de Mayo 945 piso 2
Ciudad Autónoma de Buenos Aires
- +11 4341.8097 / 8099
- info@iplido.org.ar • www.iplido.org.ar



CONCIENCIACIÓN
Y PREVENCIÓN

Adicciones
Uso, abuso y
dependencia
de sustancias
psicoactivas





Una droga es toda sustancia que, al ser introducida en un organismo y actuar sobre su sistema nervioso central, puede modificar una o varias de sus funciones físicas o psíquicas, como la percepción, el estado de ánimo, la conducta o las funciones motoras.

Una adicción es una enfermedad y, como tal, se puede prevenir y también curar. El enfermo que la padece presenta habitualmente estas fases:

- **dependencia psicológica:** cree necesitar la sustancia para poder desarrollar una actividad;
- **desarrollo de tolerancia:** necesita aumentar la cantidad y frecuencia de las dosis para experimentar los efectos iniciales;
- **dependencia física:** cuando el organismo se acostumbra, necesita la sustancia para funcionar y evitar el malestar por no consumirla;
- **síndrome de abstinencia:** aparecen signos y síntomas de malestar al suspender el consumo.

Curarse y perseverar

La adicción no se termina cuando la droga se elimina del cuerpo (desintoxicación), o cuando desaparece el síndrome de abstinencia. El proceso adictivo subyacente persiste y esto produce una tendencia a reincidir.

■ Ideas erróneas sobre los adictos y las drogas

Actitudes y prejuicios que cambiar para poder combatir las adicciones.

- **Estigmatizar al adicto.** Puede llevarlo a no pedir ayuda por temor a tener problemas legales. No lo insultemos ni lo critiquemos; estemos atentos a su pedido de auxilio.
- **Considerar a las sustancias legales como menos nocivas.** El carácter legal o ilegal de las drogas impacta en el nivel de tolerancia social y en la percepción de los daños a la salud que provoca su consumo.
- ¿Nunca tuvimos o fuimos testigos de esta reacción?

Adictos a sustancias legales
TABACO, ALCOHOL, PSICOFÁRMACOS, ETCÉTERA.

TIENE UN PROBLEMA DE SALUD.

Adictos a sustancias ilegales
MARIHUANA, COCAÍNA, ÉXTASIS, PACO, ETCÉTERA.

¡ES UN DELINCUENTE!

- Las sustancias con mayores tasas de consumo al menos una vez en la vida • EN PORCENTAJES

Población: personas de 12 a 65 años en localidades de más de 80.000 habitantes • Fuente: SEDRONAR (2010)

| | |
|------------------------------------|------|
| TABACO | 47,3 |
| ALCOHOL | 70,0 |
| TRANQUILIZANTES (SIN PRESCRIPCIÓN) | 3,1 |
| MARIHUANA | 8,1 |
| COCAÍNA | 2,6 |

■ Factores ambientales y personales

El entorno puede hacernos más vulnerables o fortalecernos ante la amenaza de las adicciones.

- **Sociedad.** La desigualdad, la falta de trabajo y oportunidades, el consumismo, el estrés y la competencia pueden propiciar el consumo.
- **Familia.** La desintegración familiar, la ausencia de límites o la sobreprotección, la rigidez en las normas, la falta de reconocimiento y de comunicación y las adicciones de los padres constituyen un marco de riesgo.
- **Escuela.** El mal rendimiento, un vínculo nocivo con los pares y las actitudes rígidas o de censura de docentes e instituciones pueden derivar en el uso y abuso de sustancias.
- **Individuo.** Una baja autoestima y la dificultad para resolver problemas y proyectar el futuro son factores de riesgo internos a atender.

Acompañar y contener. Dialogar. Atender a las señales. Así prevenimos y ayudamos a sanar.