



Nombre de alumno: Karla Paulina López Santis

Nombre del profesor: Nayeli Morales Gómez

Nombre del trabajo: Alcoholismo y drogadicción en jóvenes de la Ranchería El Progreso Municipio de Las Margaritas Chiapas.

Materia: Seminario de tesis

Grado: 8vo

Grupo:

Comitán de Domínguez Chiapas 18 de febrero 2023

Capitulo I.- Planteamiento del problema

En la Rancheria el Progreso Municipio de Las Margaritas Chiapas el consumo de alcohol y drogas en los jovenes es una problemática sumamente grave, esto es mas comun los fines de semana cuando los jovenes no asisten a la escuela y aprovechan el tiempo para irse de fiesta o hacer reuniones en casa de sus amigos y se dedican a tomar y consumir drogas. Se puede decir que cada vez que un joven recurre al alcohol y las drogas para disfrutar de la vida o enfrentarse a sus exigencias, está limitando la oportunidad de desarrollar sus propias capacidades.

El consumo de alcohol y drogas induce por otra parte a comportamientos descontrolados en los que no se miden riesgos, ni las consecuencias de lo que se está haciendo, muchas veces dejándose llevar por los amigos, vecinos o por los problemas personales que lo agobian. Lo anterior permite deducir que, cada vez más, el mundo de las drogas y el alcohol está al alcance de los jóvenes, que trae consigo muchos factores que los vuelven vulnerables, como la falta de educación y de información adecuada, sobre los efectos de los estupefacientes.

El alcoholismo es una enfermedad crónica caracterizada por la ingesta descontrolada de alcohol y preocupación por el consumo. El alcoholismo es la incapacidad de controlar el consumo de alcohol debido a una dependencia física y emocional. Los síntomas incluyen consumo recurrente de alcohol a pesar de los problemas legales y de salud relacionados. La drogadicción es una

enfermedad que se caracteriza por afectar el funcionamiento del cerebro, al impedir que una persona sea incapaz de controlar el consumo de drogas o medicamentos de naturaleza legal o ilegal. A diferencia del alcoholismo, la drogadicción incluye un espectro mucho más amplio de sustancias como la marihuana, tabaco, opioides, entre muchas otras.

Por lo tanto, el problema se sitúa en que, en la Ranchería el progreso Municipio de Las margaritas Chiapas no se ha trabajado con la difusión de información sobre el alcoholismo y drogadicción en los jóvenes y eso ha generado un índice muy alto de alcoholismo y drogadicción. La comunidad no responde por los casos de alcoholismo y drogadicción que existen, los jóvenes no están informados sobre las consecuencias que les puede afectar a largo plazo, y están sumamente desinteresados sobre el tema.

Por tanto, la investigación propone solucionar o ayudar a bajar esos índices a través de la difusión de información por medio de programas escolares y comunitarios, conferencias en las escuelas sobre los daños que causan la ingesta y consumo de alcohol y drogas, esperando con ello reducir y apoyar a la comunidad.

Hipótesis

Hoy en día el experimentar con el alcohol y las drogas en los jóvenes es muy común desgraciadamente, con frecuencia los jóvenes no ven la relación entre sus acciones en el presente y las consecuencias del mañana. Ellos tienen la tendencia a sentirse indestructibles e inmunes hacia los problemas que ellos experimentan.

Los jóvenes usan el alcohol y las drogas por varias razones, incluyendo la curiosidad, para sentirse bien, para reducir el estrés, para sentirse personas adultas o para pertenecer a un grupo.

Unidad de análisis: Grupo de personas y viviendas en la Ranchería El Progreso municipio de Las Margaritas Chiapas.

Variable independiente: Alcoholismo y drogadicción

Variable dependiente: Mujeres, hombres, edad, causas y consecuencias

Se observa que el tema del alcoholismo y drogadicción, hoy en día aumenta cada vez más, de tal manera que los jóvenes no tienen el suficiente conocimiento de los problemas de salud que les puede causar, y eso ha provocado que la tasa aumente con facilidad. Por eso es necesario explicar causas y consecuencias de este problema.

Objetivo general:

Señalar las consecuencias físicas, psíquicas y sociales derivadas de la ingesta de alcohol y consumo de distintas drogas, así como también conocer los problemas de salud derivados del consumo e ingesta de alcohol y drogas, conocer pautas de actuación para minimizar los riesgos asociados por esta problemática. Identificar los distintos tipos de drogas y bebidas alcohólicas, como sustancias capaces de crear, en las personas consumidoras, dependencia y tolerancia.

Objetivos específicos

- a) Explicar la progresión de como los jóvenes llegan al punto de convertirse en dependientes.
- b) Argumentar los motivos que influyen en la toma de decisiones del alcohol y drogas en los jóvenes.
- c) Analizar las causas del por qué los jóvenes consideran indispensable al alcohol y las drogas como método de diversión.

Justificación

La presente investigación surge de la necesidad de conocer más a fondo sobre las consecuencias que el consumo excesivo de alcohol y drogas generan. Ya que esto puede aumentar el riesgo de tener problemas de salud graves, con el propósito de saber y conocer los tipos de patología que este problema puede provocar.

El trabajo parte de la metodología de investigación. Actualmente existen muchas maneras de drogarse no exclusivamente con drogas, sino que los jóvenes experimentan también con aromatizantes ambientales en aerosol, con diésel, con gasolina, con pegamento líquido, entre otras. Para alcoholizarse no ingieren únicamente bebidas alcohólicas, sino que también experimentan con el alcohol etílico o gel desinfectante.

Con el tiempo, beber demasiado alcohol puede causar problemas de salud y de conducta, como presión arterial alta, problemas hepáticos, cardíacos, cerebrales y del sistema nervioso, como también problemas con la digestión, y puede causar problemas sexuales, osteoporosis e incluso cáncer. Las personas adictas a menudo tienen uno o más problemas de salud relacionados con las drogas, que pueden incluir enfermedades pulmonares o cardíacas, embolia, cáncer o problemas de salud mental.

Debido a los antecedentes familiares con el problema de adicción de alcohol y drogas genera estrés, preocupaciones constantes, además aparecen

sentimientos de fracaso y desesperanza al no poder hacer nada para la estabilidad y el bienestar de la persona, orienta a saber más del tema y así poder ayudar a concientizar.

La percepción de riesgo sobre el consumo de alcohol y drogas entre la población es cada vez menor por lo que socialmente es aceptado y por lo tanto se favorece el incremento en el consumo de alcohol entre los jóvenes.

Diseño metodológico

El tema de investigación parte de una investigación básica porque inmiscuye conocimientos que se desarrolla sin el propósito de una aplicación inmediata. Además, que nos aporta elemento teórico, específico del tema de investigación elegido, dando a conocer las causas y consecuencias del alcoholismo y drogadicción, así como también la prevención y su relación con salud mental.

Según el tipo de investigación el objeto de estudio es no experimental, ya que no se contrala ni se manipula las variables, se observa de acuerdo al entorno.

1.- Variable independiente: Alcoholismo y drogadicción

2.- Variable dependiente: Hombre, mujer, edad, causas, consecuencias

El tema de investigación parte de un enfoque cuanti- cualitativo ya que se analizará la prevalencia e incidencia de casos existentes de personas sometidas al alcohol y drogas, así también para comprender con mayor facilidad y profundidad el complejo fenómeno del uso y abuso de alcohol y drogas. Así como se tiene conocimiento de las consecuencias de la misma persona y hacia la sociedad.

El proyecto por el método de recolección de información se basa en una investigación mixta ya que se combina de diferentes fuentes de información, a través de fuentes o documentos tanto impresos como digitales y realizar trabajo de campo para observar el objeto de estudio de acuerdo a su naturaleza es decir a jóvenes y adolescentes y su relación con el consumo de alcohol y las drogas.

Así también parte de un diseño de investigación de cohorte ya que se hará una comparación de dos grupos entre los jóvenes drogadictos y los jóvenes alcohólicos. Así también de un diseño observacional ya que no se manipulará las variables.

El numero de personas que se requiere para darle a conocer un poco más del alcoholismo y drogadicción, sobre las consecuencias de este problema es de 15 personas, estas serán seleccionadas para así poder ayudar a concientizar un poco.

La investigación es de tipo probabilístico ya que se establece una selección de unos pocos criterios y elige al azar a los miembros de la población y utiliza un muestreo aleatorio simple.

A través del procesamiento y análisis de datos se recopila la información a través de libros, documentos, PDF, páginas web, encuestas, se seleccionará toda aquella información que sea útil y de calidad. Así mismo poder abordar la preparación de datos y poder detectar errores, una vez obtenida la información concreta y completa se seleccionará los datos, se interpretarán a través de graficas y tablas para así poder entender mas de los casos, finalmente se almacenará toda la información útil del procesamiento y análisis de datos.

Capítulo II: Marco Teórico

2.1 Historia del alcoholismo y drogadicción

En los últimos años, está siendo cada vez más frecuente entre los jóvenes de diferentes países una modalidad de consumo concentrado, caracterizada por la ingesta de cantidades elevadas de alcohol, realizada durante pocas horas, principalmente en momentos de ocio de fin de semana, manteniendo un cierto nivel de embriaguez y con algún grado de pérdida de control. Como veremos a lo largo de este trabajo, el consumo abusivo de alcohol en la adolescencia es el reflejo de una manera de adaptarse a la sociedad. La dimensión psicosocial del beber abusivo alude a un nivel de análisis en el cual el comportamiento de los individuos adquiere sentido, necesariamente, desde los significados socioculturales. La explicación no puede reducirse a la manifestación de una patología o, en el mejor de los casos, una conducta individual sin referentes colectivos. (O'Malley, 1996)

En el paso del tiempo los jóvenes no se divierten, si en las fiestas no hay botellas de alcohol, prefieren dedicarse más a tomar que a convivir con amigos, los jóvenes no hacen conciencia de las consecuencias que en un largo plazo pueden llegar a suceder, como por ejemplo algunos accidentes automovilísticos o algunas enfermedades.

La palabra alcohol se deriva de la palabra alkehal, que significa lo más fino, lo más depurado y su destilación es antiquísima. Desde tiempos muy remotos el hombre observó que un jugo de frutas azucarado expuesto al aire libre durante algunos días se convertía en un brebaje que tenía propiedades psicotrópicas especiales. Así aprendió a fermentar granos y jugos para obtener una sustancia que le provocaba un estado especial. Un estado que variaba en las diferentes personas de acuerdo a la cantidad ingerida y de acuerdo a las motivaciones de su injerencia. Nos referimos al estado de intoxicación alcohólica. (Castillo, Junio 2010)

La intoxicación alcohólica es una consecuencia grave y, en ocasiones, mortal, de tomar grandes cantidades de alcohol en un período corto de tiempo. La intoxicación por alcohol puede afectar el juicio de una persona. Los síntomas después de beber incluyen problemas de dicción, falta de coordinación y cambios de ánimo y de comportamiento. A veces, se puede producir un coma. La intoxicación por alcohol se trata con reposo, hidratación y suspensión de la ingesta. Los casos más graves requieren hospitalización, administración de líquidos por vía intravenosa, observación y tratamiento de apoyo.

La droga es una sustancia química natural que altera el funcionamiento del cuerpo cambiando sentimientos, percepciones y conductas. Las drogas cuando son receptadas por un médico y usadas correctamente, alivian muchas enfermedades y dolores, en cambio sí se usan en forma incorrecta, podrían ocasionar dificultades económicas, sociales, legales y problemas de salud.

(Coronel, 2016)

El consumo de drogas causa mayor riesgo a sufrir enfermedades respiratorias como la neumonía. Los efectos secundarios de algunas drogas incluyen dolores en el pecho y los pulmones o depresión respiratoria. Además, el consumo de drogas como el tabaco o la cocaína pueden causar serios problemas de salud pulmonar. Consumir drogas durante la juventud puede interferir con los procesos de desarrollo del cerebro. También puede afectar la toma de decisiones. Es más probable hacer cosas riesgosas, como tener sexo sin protección y conducir peligrosamente.

La persona con conducta adictiva no tiene control sobre la misma, además de que le produce dependencia, tolerancia, síndrome de abstinencia y una incidencia negativa muy importante en su vida que va a ser en muchos casos la causa de que acuda en busca de tratamiento o le fueren a buscarlo (Narvaez, 2016)

La conducta adictiva es aquel comportamiento que provoca la necesidad imperiosa de ser repetido, a pesar del evidente daño psíquico y físico que genera tanto a nivel personal como sobre terceros.

En la historia del adicto, se puede encontrar la verdad de una inestabilidad familiar desgarrada por la ausencia de padres, por el abandono sin infancia. La ambientación urbana frenética, de la diversión indolente auspicia su consumo. La droga necesita una personalidad deficiente e inmadura, un ambiente adverso y una realidad de frustración, sin liberación ni esperanza. (Maya, 1977)

No hay un solo factor que puede predecir si una persona se volverá adicta a las drogas. Una combinación de factores influye el riesgo a la adicción. Si una persona tiene más factores de riesgo, el potencial de llevarse adicta con usar drogas es más grande. Los jóvenes se vuelven adictos a las drogas por Factores como la presión social, abuso físico y sexual, exposición temprana a las drogas, estrés y orientación parental pueden afectar mucho la probabilidad de que una persona use drogas y que lleve a la adicción.

Referencias

Castillo, R. U. (Junio 2010).

Coronel. (2016).

Maya. (1977).

Narvaez. (2016).

O'Malley, H. y. (1996).

2.2 Objeto de estudio

2.2.1 Alcoholismo

El alcoholismo es una enfermedad crónica, progresiva y fatal caracterizada por tolerancia y dependencia física, o cambios orgánicos patológicos, o ambos; todo consecuencia directa o indirecta de alcohol ingerido. Ha sido definido con las siguientes características: Los cambios crónicos y progresivos físicos, emocionales y sociales que se desarrollan son acumulativos y progresan si se continúa bebiendo. Los síntomas ambientales, sociales y emocionales y las consecuencias del alcoholismo resultan del efecto del alcohol sobre la función del cerebro. El grado del cual estos síntomas y signos son considerados patológicos dependerá de las normas culturales de la sociedad, o grupo en que la persona se desenvuelva. Dependencia física (síntomas de la abstinencia que ocurren cuando disminuye o cesa el consumo de alcohol). (Astoviza, 2000)

La persona con alcoholismo no puede predecir la duración del episodio o la cantidad que ira a consumir. El patrón de bebida es generalmente continuo, pero puede ser intermitente con periodos de abstinencia entre los episodios de bebida. Los cambios orgánicos patológicos pueden encontrarse en cualquier órgano, pero mas a menudo involucra al hígado, cerebro, sistema nervioso periférico y tracto gastrointestinal. (Astoviza, 2000)

2.2.2 Indicios y síntomas del abuso de alcohol

Existen muchos indicios y síntomas que pudieran indicar la presencia de un problema con el alcohol. Adicionalmente, debido a que el alcoholismo es una enfermedad progresiva, estos síntomas suelen empeorar gradualmente si la persona no recibe el tratamiento necesario. A continuación, se enlistan algunos de los síntomas conductuales, físicos, cognitivos y psicosociales que pudieran presentarse:

Síntomas del comportamiento:

- Incumplir repetidamente con las responsabilidades del trabajo, la casa o la escuela
- Participar en conductas riesgosas
- Utilizar alcohol en situaciones peligrosas, tales como beber alcohol y conducir un vehículo
- Ocultar el hábito de beber alcohol
- Mentir u omitir información
- Mayor interacción con el sistema legal
- Disminución del desempeño académico
- Continuar con el consumo del alcohol a pesar de las consecuencias negativas
- Funcionamiento ocupacional deficiente
- Aislamiento social
- Beber solo
- Ocultar el alcohol

Síntomas físicos:

- Náusea
- Ruborización de la piel
- Falta de coordinación
- Vómito
- Dolores de cabeza
- Falta de apetito
- Aumento o pérdida de peso
- Arrastrar las palabras al hablar

Síntomas cognitivos:

- Toma de malas decisiones
- Cambios en la personalidad
- Deficiencia de la memoria
- Incapacidad para concentrarse

Síntomas psicosociales:

- Irritabilidad
- Cambios drásticos en el estado de ánimo
- Estado de ánimo depresivo
- Aumento de la ansiedad
- Hostilidad
- Aumento de la agresión o la ira

2.2.3 Beber en exceso

Beber en exceso incluye los atracones de alcohol, beber demasiado y cualquier consumo de alcohol por parte de mujeres embarazadas o personas menores de 21 años.

- El atracón de alcohol, la forma más común de consumo de alcohol en exceso, se define como beber lo siguiente:
 - En las mujeres, 4 o más tragos en una sola ocasión.
 - En los hombres, 5 o más tragos en una sola ocasión.
- Beber demasiado alcohol se define como consumir lo siguiente:
 - En las mujeres, 8 o más tragos a la semana.
 - En los hombres, 15 o más tragos a la semana.

La mayoría de las personas que consumen alcohol en exceso no son alcohólicas ni tienen dependencia al alcohol. (CDC, 2022)

2.2.4 Beber en moderación

Beber con moderación como el consumo de 1 trago o menos al día en las mujeres y 2 tragos o menos al día en los hombres. Además, las Guías alimentarias no recomiendan que personas que no beben alcohol comiencen a beber por cualquier razón. Beber menos es mejor para la salud que beber más.

Sin embargo, algunas personas no deberían consumir ninguna cantidad de alcohol, como las siguientes:

- Las personas menores de 21 años.
- Las mujeres embarazadas o que podrían estar embarazadas.
- Las personas que están manejando, planeando manejar o participando en otras actividades que requieran destreza, coordinación y estar alerta.
- Las personas que están tomando medicamentos recetados o sin receta médica que pueden causar reacciones adversas si se mezclan con el alcohol.
- Las personas que sufren afecciones que pueden empeorar si se consume alcohol.

- Las personas que se están recuperando del alcoholismo o que no pueden controlar la cantidad que beben. (CDC, 2022)

2.2.5 Efectos sobre tu salud

Beber demasiado alcohol en una sola ocasión o a lo largo del tiempo puede ocasionar problemas de salud, como los que se nombran a continuación:

- **Enfermedad hepática.** El consumo excesivo de alcohol puede aumentar la grasa en el hígado (esteatosis hepática) y producir la inflamación del hígado (hepatitis alcohólica). Además, con el tiempo, ocasiona la formación de cicatrices y la destrucción irreversible del tejido hepático (cirrosis).
- **Problemas digestivos.** El consumo excesivo de alcohol puede provocar la inflamación de la pared que recubre al estómago (gastritis), así como úlceras estomacales y esofágicas. También puede interferir en la capacidad del cuerpo de absorber vitaminas B y otros nutrientes. El consumo excesivo de alcohol puede dañar el páncreas o producir la inflamación del páncreas (pancreatitis).
- **Problemas cardíacos.** El consumo excesivo de alcohol puede ocasionar presión arterial alta y aumenta el riesgo de padecer cardiomegalia (agrandamiento del corazón), insuficiencia cardíaca o un accidente cerebrovascular. Incluso un solo consumo excesivo de alcohol puede causar latidos cardíacos irregulares (arritmia), llamados fibrilación auricular.
- **Complicaciones vinculadas con la diabetes.** El alcohol afecta la liberación de glucosa del hígado y puede incrementar el riesgo de tener niveles bajos de glucosa en la sangre (hipoglucemia). Esto es peligroso si

tienes diabetes y te inyectas insulina o tomas algún otro medicamento para la diabetes para reducir el nivel de glucosa en la sangre.

- **Problemas con la función sexual y la menstruación.** Los hombres que consumen mucho alcohol pueden tener dificultad para mantener una erección (disfunción eréctil). En las mujeres, el consumo excesivo de alcohol puede interrumpir la menstruación.
- **Problemas oculares.** Con el tiempo, el consumo excesivo de alcohol puede provocar un movimiento ocular involuntario y rápido (nistagmo), así como debilidad y parálisis de los músculos oculares, debido a una deficiencia de la vitamina B1 (tiamina). Si no se trata rápidamente, una deficiencia de tiamina puede estar asociada con otros cambios cerebrales, como la demencia irreversible.
- **Defectos de nacimiento.** El consumo de alcohol durante el embarazo puede provocar un aborto espontáneo. También puede causar trastornos del espectro de alcoholismo fetal (TEAF). Los trastornos del espectro de alcoholismo fetal pueden ocasionar que un bebé nazca con problemas físicos y de desarrollo que padecerá durante toda su vida.
- **Daño en los huesos.** El alcohol puede afectar la producción de hueso nuevo. La pérdida de masa ósea puede provocar un adelgazamiento de los huesos (osteoporosis) y un mayor riesgo de sufrir fracturas. El alcohol también puede dañar la médula ósea, encargada de producir células sanguíneas. Es posible que esto provoque un recuento de plaquetas bajo, lo que puede ocasionar hematomas y sangrado.
- **Complicaciones neurológicas.** El consumo excesivo de alcohol puede afectar el sistema nervioso, lo que provoca entumecimiento y dolor en las manos y en los pies, trastornos del pensamiento, demencia y pérdida de la memoria a corto plazo.
- **Sistema inmunitario debilitado.** El consumo excesivo de alcohol puede dificultar la resistencia del cuerpo a las enfermedades, lo que incrementa el riesgo de sufrir diversas enfermedades, en especial, neumonía.

- **Mayor riesgo de padecer cáncer.** El consumo excesivo y prolongado de alcohol se ha relacionado con un mayor riesgo de tener muchos tipos de cáncer, como cáncer de boca, garganta, hígado, esófago, colon y mama. Incluso el consumo moderado de alcohol puede aumentar el riesgo de desarrollar cáncer de mama.
- **Interacciones entre los medicamentos y el alcohol.** Algunos medicamentos interactúan con el alcohol, lo que incrementa sus efectos tóxicos. Beber mientras tomas estos medicamentos puede aumentar o disminuir su eficacia o hacerlos peligrosos. (Mayoclinic, 2022)

2.2.6 Riesgo para la salud a corto plazo

El consumo excesivo de alcohol tiene efectos inmediatos que aumentan el riesgo de muchas consecuencias dañinas para la salud. Las cuales son en su mayoría el resultado de los atracones de alcohol e incluyen las siguientes:

- Lesiones, como por choques de vehículos automotores, caídas, ahogamientos y quemaduras.
- Violencia, como homicidios, suicidios, agresión sexual y violencia doméstica con parejas sexuales.
- Intoxicación por alcohol, una emergencia médica que es ocasionada por niveles altos de alcohol en la sangre.

- Comportamientos sexuales riesgosos, como tener relaciones sexuales sin protección o con múltiples parejas. Estos comportamientos pueden ocasionar embarazos no planeados o enfermedades de transmisión sexual, como el VIH.
- Abortos espontáneos y muerte fetal o trastornos del espectro alcohólico fetal en las mujeres embarazadas y los bebés. (CDC, 2022)

2.2.7 Riesgo para la salud a largo plazo

Con el tiempo, el consumo excesivo de alcohol puede causar enfermedades crónicas y otros serios problemas como los siguientes:

- Alta presión arterial, enfermedad cardíaca, accidentes cerebrovasculares, enfermedad del hígado y problemas digestivos.
- Cáncer de mama, boca, garganta, laringe, esófago, hígado, colon y recto.
- Problemas de aprendizaje y memoria, como demencia y bajo rendimiento escolar.
- Problemas de salud mental, como depresión y ansiedad.
- Problemas familiares, problemas relacionados con el trabajo y desempleo.
- Dependencia al alcohol o alcoholismo. (CDC, 2022)

2.2.8 Factores de riesgo

De acuerdo con la investigación los factores de riesgo se pueden ver desde diferentes dimensiones:

- **A nivel individual:** Baja autoestima, predisposición genética, búsqueda de sensaciones y emociones intensas, agresividad, problemas de conducta, fracaso académico, dificultad para el manejo de las emociones, dificultad para la toma de decisiones, falta de asertividad, entre otros.
- **A nivel familiar:** Se evidencia el tener padres alcohólicos, prácticas de crianza permisivas frente al consumo de alcohol, disciplina laxa, patrones negativos de comunicación, problemas de crianza, falta de habilidades para enfrentar situaciones difíciles, ausencia de cuidado, sobreprotección, valores poco claros o inexistentes, entre otros.
- **A nivel escolar:** Se identifica que la falta de apoyo a los valores y actitudes positivas de los colegios y/o instituciones, altas tasas de abuso de sustancias, bajos niveles morales de profesores y alumnos, falta de sentido de pertenencia hacia las instituciones, fracaso escolar y discriminación, y escasa información sobre la problemática del consumo.
- **A nivel laboral:** Por un lado, se evidencian los conflictos laborales, la inestabilidad laboral, el ambiente altamente competitivo, el consumo dentro del trabajo... y por el otro, la presión de pares, la tolerancia al consumo de ciertas sustancias y la accesibilidad a determinadas sustancias. (Doctoraki, 2022)

2.2.9 Causas

Los factores genéticos, psicológicos, sociales y ambientales pueden influir sobre la manera en que el alcohol afecta tu organismo y tu conducta. Hay teorías que sugieren que en algunas personas el alcohol tiene un impacto diferente y más fuerte que puede causar trastornos relacionados con el consumo de alcohol. Con el paso del tiempo, tomar demasiado alcohol puede cambiar el funcionamiento normal de algunas áreas del cerebro asociadas con la experiencia de placer, el razonamiento y la capacidad de controlar tu conducta. Eso podría ocasionar un fuerte deseo de tomar alcohol para intentar recuperar los sentimientos positivos o disminuir los negativos. (Mayoclinic, 2022)

Los factores genéticos, fisiológicos, psicológicos y sociales juegan un papel fundamental en las causas del alcoholismo.

- Necesidad de sobrellevar problemas emocionales o situaciones de pobreza o abuso.
- Presión del entorno con el que se rodea la persona o el fácil acceso al alcohol.
- Dificultad para gestionar situaciones de estrés.
- Necesidad de consumir para evitar el síndrome de abstinencia de alcohol.
- Factores genéticos pueden hacer que ciertas personas sean más vulnerables al alcohol. Aquellas que consumen alcohol y no aparentan estar perjudicadas, pueden incluso estar expuestas a mayor riesgo.
- Problemas económicos, laborales o sociales. (Guadalsalus, 2022)

Otras causas serian:

- **Autoestima:** Entre las causas que incita a un individuo a comenzar a beber están la falta de autoestima y la timidez, estando esta última muy asociada con la anterior. Este es uno de los motivos por los que muchos jóvenes inician con el alcohol, ya que sienten que así pueden dejarse llevar más fácilmente e, incluso, acercarse a otras personas, por la desinhibición que les produce la ebriedad. Aunque la toma de alcohol suele iniciarse gradualmente, el problema es evidente cuando la persona asocia erróneamente a este tipo de bebidas un beneficio que, realmente, no existe.
- **Un progenitor alcohólico:** La estadística nos ha demostrado que de muchos padres alcohólicos surgen hijos con el mismo problema. Esto puede darse por muchos factores, como el de imitación por aprendizaje, ya que desde pequeño ha observado una normalización en la ingesta de bebidas alcohólicas. A pesar de las malas experiencias que haya podido sufrir un menor con padres que padecen esta enfermedad, a veces termina adoptando el consumo y desarrollando una adicción, como una forma de afrontar diversas situaciones vitales, hecho que ya pudo observar en sus progenitores.
- **Trastornos psiquiátricos:** Algunas patologías psiquiátricas pueden aumentar el riesgo de desarrollar una adicción, en este caso, estaríamos hablando de una patología dual. Hoy en día, la intervención ante patologías duales se recomienda que sea integradora, con un programa multicomponente en el que poder tratar la sintomatología de ambas patologías a la vez. Existen diversos factores, que pueden provocar en la persona consecuencias depresivas que, a su vez, le pueden incitar a buscar en el alcohol una vía de escape a la realidad. (Lendinez, 2021)

2.2.10 Consecuencias

El consumo nocivo de alcohol presenta como consecuencias una carga social y económica para la sociedad, asimismo puede perjudicar a otras personas, como familiares, amigos, compañeros de trabajo, e incluso personas desconocidas. Suele estar relacionado con el desarrollo de trastornos mentales y de comportamiento, llevando a la persona a convertirse en alcohólica.

- **A nivel familiar:** La familia se ve gravemente afectada ante la existencia de una persona dependiente del alcohol y/u otras drogas. Generalmente se presentan enormes dificultades para todos los miembros, perturbando el ambiente familiar, provocando que haya más conflictos, generando violencia intrafamiliar (insultos a la pareja o agresión a los hijos) y una relación más lejana entre padres hijos.
- **A nivel social:** Se generan problemas serios de convivencia social, aumento de la accidentabilidad, perturbación a vecinos, no cumplimiento de actividades laborales, y /o académicas; aparición de episodios de violencia y agresión física y psíquica.
- **A nivel emocional:** Ansiedad, depresión, trastorno del sueño, irritabilidad, ideación suicida, sentimientos de desesperanza, culpabilidad, vergüenza, entre otros. (Doctoraki, 2022)

2.2.11 Tipos de alcohólicos

No todos los que beben habitualmente tienen por qué convertirse en alcohólicos. ¿Existen individuos con mayor predisposición que otros a caer en el alcoholismo? Sin duda sí. Abundan los estudios que demuestran que los hijos de alcohólicos tienen más posibilidades de convertirse, a su vez, también en alcohólicos. Esta predisposición tiene que ver, según se ha comprobado en

distintos trabajos, con factores sociales y ambientales, pero también con factores genéticos. Entonces, ¿alguien puede estar “condenado” a ser alcohólico? Ni mucho menos. La predisposición, tanto genética como social o ambiental, no deja de ser un condicionante, más o menos influyente, pero nunca absolutamente determinante. ¿Cuántos tipos de alcoholismo existen, entonces? Jellinek describió los tipos de alcohólicos clasificándolos en cinco grupos. Las categorías de Jellinek son antiguas (1952) pero su clasificación ha tenido mucha influencia en modelos posteriores. (Fabregas, 1981)

- **Alcohólico ALFA:** Es el tipo de bebedor al que podemos caracterizar como enfermo psíquico. El alcohólico alfa presenta una dependencia del alcohol psicológica, pero no física. No existe, por tanto, síndrome de abstinencia. El consumidor mantiene el control sobre el consumo, pero no lo abandona porque utiliza la sustancia para paliar algún dolor emocional o psíquico.
- **Alcohólico BETA:** Bebedor excesivo regular. Tampoco existe dependencia fisiológica. Los factores socioculturales son determinantes. Presentan complicaciones alcohólicas como gastritis, cirrosis hepática, etc.
- **Alcohólico GAMMA:** Bebedor Alcohómano. Existe dependencia fisiológica, pero también una gran importancia de los factores psicológicos, que son los más importantes. En estos casos son relativamente frecuentes largos periodos de abstinencia.
- **Alcohólico DELTA:** Bebedor alcoholizado. Dependencia fisiológica y psicológica. Los factores sociales son determinantes, son bebedores sociales incapaces de largos periodos de abstinencia. Es un perfil de progresión lenta.

- **Alcohólico EPSILON o DIPSOMANIA:** Bebedor episódico. el estado habitual de abstinencia o consumo moderado se interrumpe por episodios de ingesta masiva de alcohol. (Fabregas, 1981)

2.2.12 Efecto del alcohol en la sangre

El análisis de alcohol en la sangre (alcoholemia) mide la cantidad de alcohol (etanol) en su cuerpo. El alcohol se absorbe rápidamente en la sangre y se puede medir a los pocos minutos de ingerir una bebida alcohólica. La cantidad de alcohol en la sangre alcanza su nivel más alto aproximadamente una hora después de beber. Pero el alimento en el estómago puede aumentar la cantidad de tiempo que tarda el alcohol en la sangre en alcanzar su nivel más alto. Alrededor del 90% del alcohol se descompone en el hígado. El resto se elimina del cuerpo en la orina y en el aliento exhalado. (Healthwise, 2022)

El alcohol tiene un efecto evidente en el cuerpo, incluso cuando se consume en pequeñas cantidades. En grandes cantidades, el alcohol actúa como un sedante y deprime el sistema nervioso central. La prueba de alcohol en la sangre se utiliza, a menudo, para determinar si usted está ebrio según lo define la ley. Si esta prueba se hace por razones legales, puede ser necesario un formulario de consentimiento; sin embargo, negarse a hacer la prueba puede tener consecuencias legales. (Healthwise, 2022)

2.2.13 Efecto del alcohol en el cuerpo

- **Efectos en el sistema nervioso central:** El alcohol es especialmente tóxico sobre las neuronas, produce una lesión y pérdida neural permanente. También sobre los nervios periféricos. Se relaciona con el desarrollo de demencia (pérdida de memoria y deterioro cognitivo), enfermedades como el síndrome de Wernicke –Korsakoff y alteraciones del sueño y del carácter. Además de los trastornos asociados al grado de dependencia alcohólica (síndrome de abstinencia, encefalopatía alcohólica, etc).
- **Efectos en el sistema gastrointestinal:** En el aparato digestivo puede afectar a cualquier tracto del mismo, tanto su consumo agudo como crónico, favoreciendo la aparición de enfermedades esofágicas (esofagitis, enfermedad por reflujo), gástricas (gastritis, sangrado gástrico), hepáticas (cirrosis hepática) y del páncreas (pancreatitis aguda y crónica). El consumo alto se ha relacionado con cáncer de estómago, de laringe, de esófago y de páncreas. Además, su consumo continuado provoca problemas de malnutrición, ya que aporta una gran cantidad de calorías con muy poco valor nutritivo (“calorías vacías”), impide la absorción de algunos minerales y vitaminas y elimina el apetito.
- **Efectos a nivel cardiovascular:** El consumo de alcohol provoca un aumento de la actividad cardíaca. Puede aumentar la presión arterial provocando hipertensión arterial. También produce daño cardíaco cuya manifestación más típica es la miocardiopatía dilatada, una lesión del músculo cardíaco que se debilita y provoca cuadros de insuficiencia cardíaca muy graves. (Salud, 2021)

2.2.14 Diagnostico

Las primeras manifestaciones del alcoholismo son las respuestas físicas que aparecen durante la abstinencia (temblores, sudoración, dolor de cabeza, náuseas, ansiedad o aumento de la frecuencia cardiaca y de la presión sanguínea). Estos síntomas se acompañan por un fuerte deseo de consumir más alcohol. Sin embargo, no es frecuente que un alcohólico reconozca en un primer momento que tiene un problema con el alcohol. Este hecho dificulta enormemente el diagnóstico médico, mientras que el alcohólico continúa bebiendo y desarrollando una mayor tolerancia al alcohol. (Lopez, 2017)

Desde el punto de vista analítico existen algunos indicadores en sangre que permiten al médico saber si existe un consumo excesivo y habitual de alcohol. Concretamente, el volumen de los glóbulos rojos o hematíes aumenta considerablemente (VCM) presentando cifras por encima de 94-95, e incluso por encima de 100. Además, la gamma glutamil transpeptidasa (GGT) suele elevarse en esta situación, incluso con las transaminasas normales. La determinación de etanol en sangre no es muy útil dado que tan solo indica la presencia de esta sustancia en sangre en el momento de la extracción, y puede detectarse no solo en consumos crónicos, sino en intoxicaciones agudas o en consumos esporádicos. Se estima que más de 60 gramos de etanol al día para el varón y más de 40 g de etanol diario para la mujer son cifras a partir de las cuales se entra en riesgo de daño visceral en el consumo crónico de alcohol (una cerveza o un vino son 10 gramos). (Lopez, 2017)

La evaluación psicológica será fundamental, junto al diagnóstico médico de los síntomas mencionados, para valorar el grado y el patrón de consumo de alcohol del paciente (uso, abuso, dependencia). El médico interrogará al paciente, o a un familiar en caso de que el afectado no quiera o no pueda responder a las preguntas, sobre sus hábitos en relación al consumo de alcohol. También se realiza un examen físico, y pruebas para detectar los problemas físicos o patologías que haya podido desarrollar a consecuencia del abuso de alcohol. (Lopez, 2017)

El diagnóstico de alcoholismo supone la elaboración de una correcta anamnesis, junto con la correcta exploración clínica. Es necesario realizar la valoración de la cantidad y frecuencia de la ingesta alcohólica. Puede ser útil el uso de cuestionarios diagnósticos. Realizaremos una analítica completa con marcadores biológicos y un adecuado diagnóstico dual de las psicopatologías previas o asociadas. Las dificultades diagnósticas dependen de conceptos de tipo epidemiológico (cantidades y frecuencia de bebida) y de tipo clínico (problemas por el consumo), excesiva rigidez de los criterios diagnósticos, ausencia en ocasiones de complicaciones somáticas objetivables, escasa conciencia de patología con negación del problema por el paciente y banalización por parte del profesional. En la anamnesis y exploración clínica se valorará el consumo alcohólico y sus repercusiones (trastornos conductuales, repercusiones familiares, sociales y legales). En la exploración física se buscarán alteraciones somáticas y otros datos, inespecíficos pero orientativos sobre el abuso de alcohol, y signos clínicos que evidencien las consecuencias del consumo etílico.

- Cuestionarios de detección o screening
- Cuestionarios y entrevistas diagnósticas
- Evaluación de la gravedad o intensidad de la dependencia
- Evaluación de la motivación
- Marcadores biológicos del alcoholismo (Scielo, 2009)

Los registros del consumo de alcohol aportarán datos sobre la duración, frecuencia y cantidad de la ingesta de cada consumición. Son muy recomendables, aunque poco registrados en Atención Primaria, donde el consejo terapéutico sobre la reducción de un consumo de riesgo puede ser útil. Orientan hacia un patrón de consumo clásico latino o hacia el intermitente anglosajón a la vez que evalúa el consumo con o sin riesgo, y el consumo patológico. El consumo de alcohol medido en gramos de alcohol se calcula multiplicando los mililitros de bebida por la graduación de la misma y por 0,8 y dividiendo el resultado por 100. Cada vez es más frecuente el uso de la Unidad de Bebida Estándar (UBE) que se refiere al contenido medio en alcohol de una consumición habitual en cuanto a su graduación y volumen. Se acepta que 1 UBE equivale a 10 gramos de alcohol. (Scielo, 2009)

2.2.15 Tratamiento

La mayoría de las personas con trastorno por consumo de alcohol pueden encontrar ayuda con alguna forma de tratamiento. Estos incluyen medicamentos y terapias conductuales. Muchas personas obtienen un mejor resultado recibiendo ambos tratamientos. Las personas que reciben tratamiento por trastorno por consumo de alcohol también pueden beneficiarse al asistir a un grupo de apoyo como Alcohólicos Anónimos (AA). Si usted tiene el trastorno y una enfermedad mental, es importante conseguir tratamiento para ambos. (Medlineplus, 2021)

Algunas personas pueden necesitar un tratamiento intensivo para este trastorno. Por ejemplo, pueden internarse en un centro de tratamiento de rehabilitación residencial, donde el tratamiento es altamente estructurado. En general, incluye varios tipos diferentes de terapias conductuales. También puede incluir medicamentos para la desintoxicación (un tratamiento médico para la abstinencia de alcohol) y/o para tratar el trastorno por consumo de alcohol. (Medlineplus, 2021)

Tres medicamentos están aprobados para tratar el trastorno por consumo de alcohol:

- **Disulfiram:** Causa síntomas desagradables como náuseas y enrojecimiento de la piel cada vez que bebe alcohol. Saber que beber causará estos efectos desagradables puede ayudar a mantenerlo alejado del alcohol
- **Naltrexona:** Bloquea los receptores en el cerebro que le hacen sentir bien cuando bebe alcohol. También puede reducir sus ansias por beber. Esto puede ayudarle a reducir su consumo de alcohol
- **Acamprosato:** Ayuda a evitar el alcohol después de haber dejado de beber. Funciona en múltiples sistemas cerebrales para reducir sus ansias, especialmente justo después de haber dejado de beber.

Su médico le puede ayudar a determinar si uno de estos medicamentos es adecuado para usted. No son adictivos, por lo que no tiene que preocuparse por

reemplazar una adicción por otra. Si bien no son una cura, pueden ayudarle a manejar el trastorno por consumo de alcohol. Es similar a tomar medicamentos para manejar una enfermedad crónica, como el asma o la diabetes. (Medlineplus, 2021)

Terapias conductuales pueden tratar el trastorno por consumo de alcohol

Otro nombre para las terapias conductuales es asesoramiento o consejería sobre el alcohol. Se trata de trabajar con un profesional de la salud para identificar y ayudar a cambiar los comportamientos que conducen a su consumo excesivo de alcohol.:

- La **terapia cognitivo-conductual** ayuda a identificar los sentimientos y situaciones que pueden conducir a un consumo excesivo de alcohol. Enseña habilidades para enfrentarlo, incluyendo cómo manejar el estrés y cómo cambiar los pensamientos que le llevan a querer beber. Usted puede recibir la terapia uno-a-uno con un terapeuta o en grupos pequeños
- La **terapia de mejora motivacional** (o terapia de estímulo de la motivación) ayuda a construir y fortalecer la motivación para cambiar su hábito de beber. Incluye alrededor de cuatro sesiones en un corto período de tiempo. La terapia comienza con la identificación de los pros y los contras de buscar tratamiento. Luego, usted y su terapeuta trabajan en la creación de un plan para cambiar su hábito. Las próximas sesiones se centran en aumentar su confianza y desarrollar las habilidades que necesita para poder cumplir con el plan
- La **consejería matrimonial y familiar** incluye a los cónyuges y otros miembros de la familia. Puede ayudar a reparar y mejorar sus relaciones familiares. Los

estudios demuestran que un apoyo familiar fuerte a través de esta terapia puede ayudarle a mantenerse lejos del alcohol

- Las **intervenciones breves** son sesiones de consejería cortas, individuales o en grupos pequeños. Incluyen entre una a cuatro sesiones. El consejero le entrega información sobre su patrón de consumo y riesgos potenciales. El consejero trabaja con usted para establecer metas y proporcionar ideas que pueden ayudarle a hacer un cambio (Medlineplus, 2021)

2.2.16 Prevención

La prevención debe iniciarse en edades tempranas, con una educación basada en la moderación, reforzada con el ejemplo en la familia, así como acciones que fomenten la autoestima y habilidades sociales, para que en el futuro elijan formas sanas de diversión. (IMSS, 2015)

Los problemas de salud, de seguridad y socioeconómicos atribuibles al alcohol pueden reducirse si los gobiernos formulan y aplican políticas apropiadas. Se alienta a los encargados de la formulación de políticas a adoptar medidas sobre estrategias que han demostrado ser eficaces y costoeficaces. Entre ellas:

- Dar un buen ejemplo con tu propio consumo de alcohol.
- Habla abiertamente con tu hijo, dedícale tiempo y participa activamente en su vida.

- Hazle saber que comportamiento esperas que tenga y cuáles serán las consecuencias si no cumple las reglas.
- Regular la comercialización de las bebidas alcohólicas (en particular, la venta a los menores de edad).
- Regular y restringir la disponibilidad de bebidas alcohólicas.
- Promulgar normas apropiadas sobre la conducción de vehículos en estado de ebriedad
- Reducir la demanda mediante mecanismos tributarios y de fijación de precios.
- Sensibilizar a las personas y a la sociedad en general sobre los problemas sanitarios y sociales causados por el uso nocivo del alcohol.
- Garantizar el apoyo a políticas eficaces en materia de alcohol.
- Proporcionar tratamiento accesible y asequible a las personas que padecen trastornos por abuso del alcohol.
- Poner en práctica programas de tamizaje e intervenciones breves en servicios de salud para disminuir el consumo peligroso y nocivo de bebidas alcohólicas. (OMS, 2022)

2.2.17 Drogadicción

Se conoce como adicción a las drogas, o drogadicción, al consumo frecuente de estupefacientes, a pesar de saber las consecuencias negativas que producen. Entre otras cosas, modifican el funcionamiento del cerebro y su estructura, provocando conductas peligrosas. Se considera adicción, porque es difícil intentar dejar de consumirlas, ya que provocan alteraciones cerebrales en los mecanismos reguladores de la toma de decisiones y de control inhibitorio y porque el usuario de las mismas dedica gran parte de su tiempo en la búsqueda y consumo de ellas. Existen dos tipos de adicción: 1.- Adicción física, ocurre en los sitios del cerebro donde las neuronas crean la necesidad del consumo

compulsivo, debido a que el cuerpo se ha acostumbrado a la droga.

2.- Adicción psicológica, es la necesidad de consumo de una sustancia, que se manifiesta a nivel de pensamientos o emociones, ante una situación estresante, o algún problema. Por lo tanto, no existe dependencia física, debido a que no se desarrollan receptores a nivel neuronal para la acción de la sustancia adictiva. (IMSS, Definición de adicción a sustancias o drogas , s.f.)

2.2.18 Clasificación de las drogas

- **Estimulantes:** Los estimulantes del sistema nervioso central, aceleradores del funcionamiento cerebral, son usados con fines recreativos, pero también para erradicar la somnolencia o aumentar la concentración y el valor. Un estimulante relativamente suave es la cafeína del café, el té y algunos refrescos. En dosis alta puede provocar un efecto notable y perjudicial. La cocaína, alcaloide que se extrae de la coca, es un poderoso estimulante. Se trata de una droga sumamente adictiva. La pasta básica de cocaína, conocida como crack, tiene efectos similares. Las anfetaminas: estimulantes sintéticos que en algunos países hasta no hace mucho se seguían vendiendo en las farmacias. Las anfetaminas, usadas para tratar el mal de Parkinson, la epilepsia, el alcoholismo, la hiperactividad, y el déficit de atención, tienen efectos dañinos comparables a los de la cocaína. Dentro de este mismo grupo cabe hablar de los anoréxicos, los alcaloides de la piridina, y la nicotina.
- **Depresores:** Producen en el sistema nervioso central un efecto opuesto al de los estimulantes. Muchos depresores son usados como sedantes y tranquilizantes. Reducen la tensión y pueden mejorar el ánimo deprimido. En esta lista se incluyen los barbitúricos, las benzodiazepinas, los opiáceos, los opioides, y el alcohol.

- **Esteroides:** Los esteroides anabólicos favorecen la formación de tejidos vivos. Pueden fortalecer y aumentar la masa muscular por lo que son muy usados en doping deportivo.
- **Fármacos: sedantes, hipnóticos o ansiolíticos:** Los tranquilizantes mayores: antipsicóticos o neurolepticos son sustancias útiles para tratar la esquizofrenia, la manía y en general lo que se ha llamado psicosis frente a la neurosis(ansiedad). Los más conocidos son las fenotiazinas, el haloperidol y la reserpina con múltiples nombres comerciales. Se denominan neurolepticos porque abrazan a la neurona. Por otro lado, los tranquilizantes menores: ansiolíticos y benzodiazepinas, se consumen generalmente por descripción medica con el objeto de reducir la ansiedad y angustia en algunos pacientes, para el tratamiento de tensión y para inducir el sueño.
- **Alucinógenos:** Producen alucinaciones, un tipo muy notable de alteración en la percepción. Existe controversia para definir una alucinación, pero básicamente es una sensación subjetiva que no está causada por una impresión en los sentidos, y que tiene similitudes con los sueños. Es decir, carece de un verdadero e inmediato referente externo. Muchas personas son presa de un terror indescriptible cuando experimentan alucinaciones por causa de la droga, el sentir que pierden el control de su entorno.
- **Inhalantes:** Algunas autoridades consideran los inhalantes como depresores con cualidades alucinógenas. Aquí, en todo caso, los clasificamos aparte por su fácil disponibilidad y su rango diverso (hay desde inhalantes benignos hasta altamente peligrosos). Lo que se inhala de ellos son compuestos que liberan al entrar en contacto con la atmosfera. Es una práctica común entre niños y adolescentes. Destacan el pegamento, el tolueno, el éter, la gasolina, el butano. (CentroAdiccionesSevilla, 2021)

2.2.19 Causas

La drogadicción no aparece de manera espontánea, sino que es la respuesta a un cúmulo de situaciones previas que llevan a ella. Esto significa que la drogadicción no tiene una causa única. A pesar de que existan numerosos elementos que influyan en su aparición, tendrán que aparecer a la vez dos o más de éstos para que la persona decida comenzar a consumir drogas de forma habitual.

- **Curiosidad:** Son varios los estudios que muestran que la curiosidad es una de las principales causas del consumo de drogas. Muchas personas empiezan a experimentar con algunas sustancias en base a lo que han escuchado, lo que sienten después de haberlas probado o la simple curiosidad de porqué hay sustancias que están prohibidas. Este aspecto se aplica sobre todo en los más jóvenes. Éstos se inician en el consumo de drogas influidos por la información que reciben de su entorno. Aunque el uso haya podido empezar siendo recreacional, hay veces que resulta en una adicción real.
- **Prescripción médica:** Un pensamiento habitual es el que las drogas que causan adicción son solo sustancias ilegales u otras como el alcohol. Sin embargo, existen medicamentos prescritos con riesgo de adicción. Y es que utilizados de forma equivocada son susceptibles de convertirse en posibles drogas de abuso o, como mínimo, generar mucha dependencia. Los fármacos más usados son los antidepresivos, estimulantes y calmantes. Aunque la gran mayoría no se engancha a estas drogas, algunos sí que se vuelven adictos.
- **Presiones de la vida:** Hay personas que recurren a las drogas como una forma de adaptarse a las presiones de la vida, el estrés y los problemas. Cuando el ritmo de vida conlleva una gran presión o estrés, ya sea a nivel

laboral, familiar o social, las drogas pueden ser una vía de escape para relajarse y aliviar la tensión. Sin embargo, la propia adicción generará más y más tensión entre un consumo y otro, por lo que la persona necesitará cada vez más dosis y lo hará de forma más y más habitual. Otro factor que influye a la hora de recurrir a las drogas es haber experimentado vivencias traumáticas. A través de las drogas, estas personas intentan olvidar ciertos recuerdos que les torturan la mente y así distraer la mente para no tener que enfrentarse a ellos.

- **Mejorar el rendimiento:** En algunos ámbitos como el deportivo o académico, es habitual que algunas personas recurran al consumo de sustancias para intentar mejorar su rendimiento. Y es que hay drogas que sirven como suplementos alimenticios y funcionan para mejorar el desempeño. El problema radica en que, aunque estas sustancias sólo sean consumidas en momentos específicos con un objetivo concreto, es muy alta la probabilidad de que acabe convirtiéndose en una adicción.
- **Influencia:** Cuando una persona está expuesta a otra que es adicta, puede acabar desarrollando también una adicción. En este sentido, amigos cercanos, compañeros de trabajo o familiares son elementos potencialmente influenciables. El entorno familiar especialmente puede influir mucho sobre todo cuando se es pequeño. Ser hijo de padres drogadictos o con trastornos mentales puede llevar a los más jóvenes al consumo de drogas. Esto se explica porque los niños tienen tendencia a copiar los valores y comportamiento de sus progenitores ya que son un ejemplo para ellos. Y más cuando el consumo de drogas es algo habitual e incluso está normalizado en el ámbito familiar. Otro aspecto a tener en cuenta es cuando la influencia es ejercida por personas famosas o personajes públicos. Esto puede hacer que haya quien quiera imitar algunas de sus conductas como, por ejemplo, la experimentación con las drogas.
- **Presión del grupo:** En los adolescentes, una de las causas más frecuentes de drogadicción es la presión que reciben de su grupo de

amistades para iniciar el consumo. Si el consumo de drogas es algo habitual en el grupo, es muy posible que el joven se inicie también en el consumo con la intención de integrarse. Por otro lado, ceder ante la presión del grupo es otra forma de probar su independencia hasta el punto de rebelarse contra sus padres. Sin embargo, la presión del grupo no es exclusiva en los más jóvenes y le puede pasar a cualquiera en cualquier edad. De esta forma, ámbitos como el trabajo o entrar a formar parte de nuevas clases sociales pueden ser factores de presión en adultos.

- **Enfermedades mentales:** Hay algunos trastornos y enfermedades mentales cuya sintomatología puede llevar a la persona a consumir algún tipo de droga. Ya sea para aliviar el dolor o para reducir el malestar psicológico. Los trastornos más habituales asociados al consumo de drogas son depresión, ansiedad, esquizofrenia, trastorno bipolar, trastorno por déficit de atención e hiperactividad.
- **Problemas de sueño:** Muchas personas experimentan cada vez más problemas derivados del sueño. Aquellas que necesiten descansar correctamente o que trabajen por la noche y tengan que dormir durante el día pueden empezar a consumir fármacos que les ayuden a dormir. Sin embargo, si la persona comienza a obstinarse con las horas de sueño y el cansancio, el consumo repetitivo de estos medicamentos o drogas puede llegar a provocar una adicción seria. (CCadicciones, 2021)

2.2.20 Consecuencias

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), el abuso de sustancias psicoactivas, tiene el potencial de producir cualquier combinación de problemas crónicos de salud, problemas sociales, pérdida de la coordinación y la cognición e incluso la muerte por sobredosis. El consumo de drogas psicoactivas, genera alteraciones que pueden ser muy peligrosas. Algunas de las consecuencias que puede traer el abuso de estas sustancias, son:

- **Desajustes neuroquímicos en el cerebro:** El consumo de drogas produce cambios neuroquímicos y funcionales permanentes en el cerebro de los adictos. Causa problemas de motivación, en la memoria y el control cognitivo. Además, los estudios demuestran que también, se produce pérdida neuronal, problemas neurodegenerativos, disminución de proteínas ácidas y otras consecuencias que afectan directamente al cerebro.
- **Alteración del humor:** Las alteraciones del humor son frecuentes con el consumo de droga. No solamente a largo plazo, sino también a corto plazo, lo cual significa que una persona puede pasar de estar relajada a sentirse irritada y agresiva de manera fugaz. A largo plazo, la personalidad de muchas personas puede verse alterada con el consumo de sustancias psicoactivas.
- **Problemas familiares, relacionales y sociales:** Los problemas a nivel familiar son bastante frecuentes independientemente del tipo de drogas que se consuman. Los problemas sociales también pueden presentarse cuando una persona es consumidora habitual de estas sustancias, pudiendo perder amistades e incluso el trabajo. La persona que consume drogas puede mostrar una pérdida de interés en sus aficiones y otras actividades favoritas. Los problemas económicos también se asocian a las conductas de drogadicción.
- **Adicción:** La adicción es una de las principales consecuencias del consumo de drogas. En el caso de las drogas duras, la adicción puede provocar que una persona haga lo que esté en sus manos para obtener la sustancia que tanto quiere y necesita, llegando incluso a robar o a tener relaciones sexuales por dinero o por una dosis.
- **Problemas cardiovasculares:** Los problemas cardiovasculares son habituales con el consumo prolongado de la gran mayoría de drogas, pues estas sustancias alteran el funcionamiento normal del corazón. Mientras algunos fármacos provocan una actividad muy alta de este órgano, otras

hacen todo lo contrario. En ambos casos se produce una variación de la presión arterial. Abusar de las drogas puede conducir a ataques cardíacos, infecciones en los vasos sanguíneos y otros problemas cardiovasculares.

- **Debilitamiento del sistema inmune:** Los estudios muestran, que la mayoría de las drogas debilitan el sistema inmunológico. Muchos fármacos como los opiáceos que funcionan como analgésicos, provocan una serie de reacciones negativas en el sistema inmune, lo que causa que los consumidores sean más susceptibles a enfermedades e infecciones de todo tipo. Las conductas asociadas al consumo de drogas, además, pueden provocar otras enfermedades, como Sida o Hepatitis en el caso de inyectarse heroína, y llevan a realizar conductas temerarias que pueden causar otro tipo de consecuencias perjudiciales.
- **Problemas respiratorios:** El consumo de drogas causa mayor riesgo a sufrir enfermedades respiratorias como la neumonía. Los efectos secundarios de algunas drogas incluyen dolores en el pecho y los pulmones o depresión respiratoria. Además, el consumo de drogas como el tabaco o la cocaína pueden causar serios problemas de salud pulmonar.
- **Conductas antisociales:** El abuso de drogas, hace que los consumidores dejen de practicar actividades que disfrutaban con anterioridad, además tienen mayor probabilidad de tener problemas en el trabajo, como un rendimiento pobre e incluso su abandono o despido. En el caso de los jóvenes, el rendimiento en el colegio o el abandono del estudio, es una manifestación más que evidencia del consumo de este tipo de sustancias.
- **Aislamiento:** El aislamiento puede ser una consecuencia directa del consumo de drogas. Por un lado, los jóvenes pueden aislarse de la familia o del trabajo, y en casos graves como el consumo de heroína, el drogadicto puede aislarse a nivel social e incluso personal, dejando de preocuparse por su apariencia física e higiene. Los consumidores pueden vivir por y para la droga.
- **Ansiedad e insomnio:** Es muy habitual que las personas que consumen drogas con frecuencia, sufran ansiedad y alteraciones del sueño. de

hecho, algunos individuos reconocen que son incapaces de acostarse sin consumir marihuana una vez que se habitúan a hacerlo. Las drogas como el éxtasis o la cocaína pueden alterar la calidad del sueño, generando ansiedad nocturna o pesadillas.

- **Otros trastornos psicológicos:** Los problemas de ansiedad, insomnio y depresión, son algunos de los problemas psicológicos que pueden experimentar los consumidores de droga. En otros casos, además, pueden sufrir trastornos más serios como la esquizofrenia o el trastorno paranoide.
- **Sobredosis:** El consumo de drogas es peligroso y puede causar daños irreparables para la salud de las personas que hacen uso de estas sustancias. Son muchos los casos en que las dosis que se consumen son excesivas, lo que provoca serios problemas para la persona. En algunos casos la sobredosis simplemente puede hacer pasar un mal rato, al provocar náuseas, vómitos, dolor de cabeza e incluso alucinaciones.
- **Muerte:** En muchos casos el abuso de sustancias psicoactivas, puede llevar a la hospitalización del paciente, al coma e incluso la muerte. (EPSS, 2018)

2.2.21 Señales del consumo de drogas

Aunque existen ciertos síntomas emocionales y físicos de consumo de drogas, no asumas inmediatamente que la persona está usando. Podría haber otras razones por las cuales él o ella se comporta de manera inusual. Algunas señales emocionales y sociales son: Mal humor, excitación, ira, hostilidad, depresión; Mentir y robar constantemente; Negarse a reconocer los efectos nocivos de las drogas; Evitar a viejos amigos o a personas que podrían plantearles cara a cara la cuestión de las modificaciones de comportamiento; Guardar secreto sobre las llamadas telefónicas; Tener amigos que no quieren que usted conozca o de los que no quieren hablar; Contestar con evasivas cuando se les pregunta dónde

han estado; Pérdida de motivación; Falta de interés en la vida cotidiana; Faltar a clase. Así también estos son algunos signos clínicos: Somnolencia, temblor, ojos enrojecidos, pupilas dilatadas, falta de interés en la higiene personal y aspecto descuidado, arrastrar las palabras, pérdida o aumento del apetito, movimientos descoordinados, ojeras, horarios de dormir irregulares, frecuentes resfriados y tos, pérdida de peso. (ONODC, 2023)

2.2.22 Signos y síntomas

La sintomatología física y conductual de la drogadicción es variada, e incluye:

- Deseo incontrolable de drogarte diariamente.
- Incremento progresivo de la dosis para obtener los efectos deseados.
- Preocupación por que la droga se acabe.
- Creación de reservas de droga para prevenir una posible escasez.
- Utilizar todo el dinero disponible para comprar droga.
- Problemas en la escuela o el trabajo por preferir la droga a cumplir con las responsabilidades contraídas.
- Aislamiento social por preferencia de consumo.
- Percatarse de los daños físicos y mentales de la droga y no tener la voluntad de dejarla.
- Conseguir droga sin importar si se cometen delitos para lograrlo.
- Intentos frustrados al intentar dejar la droga.
- Síndrome de abstinencia al realizar el intento de abandonar el consumo.
- No pensar en nada más que en la droga.

2.2.23 Diagnóstico

- **Entrevista clínica:** El diagnóstico de un trastorno adictivo se realiza, principalmente, mediante la entrevista clínica con el paciente. Muchas veces en esta entrevista se incluyen también a familiares o personas cercanas que pueden aportar información relevante sobre la persona. Para confirmar que la persona ha consumido o consume la sustancia se le pregunta sobre su patrón de uso en relación con la droga, tanto presente como pasado.
- **Pruebas de laboratorio:** Existen ciertas pruebas de laboratorio que pueden ayudar de cara a confirmar el consumo de sustancia como, por ejemplo, el análisis de orina que analiza los restos de la droga consumida. Esta técnica sirve también para detectar recaídas. (PortaClinic, 2019)

Para que el uso de una droga se considere un trastorno adictivo es necesario, además, evaluar el impacto que tiene en la persona. Existen varios criterios consensuados por expertos como:

- Que el paciente consuma más cantidad de la que pretende de manera inicial, con sensación de pérdida de control ante la sustancia.
- Que el consumo de la droga tenga un impacto negativo en la vida del paciente (deterioro de las relaciones interpersonales, malestar físico o

psicológico, pérdida de trabajo, abandono de otras actividades como el ocio o el deporte).

- Que el paciente desarrolle tolerancia (cada vez necesita mas la cantidad de droga para obtener los efectos deseados) y/o dependencia física (al dejar de tomar la sustancia se encuentra en situación de abstinencia, lo conlleva un riesgo para la salud y mucho malestar psicológico).
- Que el consumo tenga repercusiones en la salud física y/o psicológica en la persona. (PortaClinic, 2019)

Aunque existen pruebas de alta sofisticación como, por ejemplo, pruebas de neuroimagen (escáneres cerebrales y similares) que permiten visualizar los cambios biológicos que ocurren cuando se desarrolla una adicción, es importante remarcar que el diagnostico definitivo es siempre clínico, es decir, a través de la entrevista con el paciente. Una vez diagnosticada la enfermedad, es importante evaluar el impacto que tiene para la persona en las diversas áreas de su vida, especialmente a nivel orgánico, psicológico y social. De nuevo, esta evaluación se basa fundamentalmente en la entrevista con el paciente y las personas de su entorno, así como en la realización de analíticas y otras pruebas complementarias cuando sea conveniente. (PortaClinic, 2019)

2.2.24 Tratamiento

Superar una adicción implica hacer cambios importantes en el estilo de vida que solo son posibles si la persona afectada decide emprender este proceso. Los

tratamientos actuales hacen que este proceso de cambio personal se pueda llevar a cabo mejor y de forma mas segura.

Los objetivos de tratamiento son básicamente tres:

- Mejorar las complicaciones físicas, psicológicas y sociales creadas por la adicción.
- Aprender o reaprender a llevar una vida normal sin consumir la droga.
- Adquirir estrategias útiles para evitar las recaídas (PortaClinic, 2019)

Para alcanzar estos objetivos se dispone de tratamientos farmacológicos y psicológicos.

- **Tratamiento psicológico:** los tratamientos psicológicos pueden ser tanto individuales como familiares o grupales. Estos tratamientos buscan el empoderamiento del paciente mediante un abordaje motivacional y son, generalmente, muy útiles para adquirir habilidades, tanto para evitar posibles recaídas como para afrontar las circunstancias cotidianas sin usar sustancias psicoactivas. Asimismo, permiten que de forma progresiva el paciente entienda y acepte la enfermedad que tiene, lo que le facilita una mejor actitud ante la adicción. En este ultimo aspecto, los tratamientos grupales tienen una especial relevancia.
- **Tratamiento farmacológico:** Los tratamientos farmacológicos son muy diversos y tienen también objetivos variados. Hay varias familias de medicamentos que se usan de manera habitual para tratar las adicciones.

- **Fármacos agonistas para sustituir la droga:** esto se puede hacer por un periodo corto de tiempo para facilitar lo que se llama la desintoxicación (como es el caso de los tranquilizantes para la desintoxicación de alcohol). O bien, por un periodo largo de tiempo, lo que se denomina programas de mantenimiento (los más conocidos son los programas de mantenimiento con metadona).
- **Fármacos antagonistas:** estos, en cambio, bloquean los efectos de la droga impiden que se manifiesten sus efectos como es el caso de la naltrexona, que bloquea la acción de los opioides.
- **Fármaco anticraving y antipriming:** en el ámbito del alcohol y drogas se han desarrollado medicamentos que reducen el deseo de consumir (efecto 'anticraving'), como es el caso del acamprosato, y también moléculas que reducen la tendencia a perder el control del consumo (efecto 'antipriming' como es el caso del nalmefeno).
- **Psicofármacos:** es importante reseñar que el consumo de drogas se asocia con mucha frecuencia a trastornos psíquicos y, por tanto, es muy habitual que en el proceso de recuperación el paciente tenga que tomar psicofármacos, especialmente antidepresivos. (PortaClinic, 2019)

2.2.25 Prevención

Para prevenir el fenómeno adictivo se recomienda:

- Integrar a la Familia en un ambiente de comunicación, respeto y confianza.
- Establecer lazos de afecto y convivencia positiva con familiares, grupos de amigos, vecinos, maestros etc.

- Reconocer a nuestros hijos los logros, habilidades y capacidades personales.
- Crear el hábito del estudio, lectura y participación en actividades fuera de la escuela.

Recuerde que la autoestima de los menores se fortalece:

- Demostrando interés por sus gustos.
- Aceptándolos, sin compararlos con nadie.
- Ayudándolos a obtener confianza en sí mismos, autovalorarse y quererse.
- Aprovechando el tiempo libre para la convivencia con ellos.
- Expresándoles cariño y respeto (Hernandez, 2014)

Conclusión y aportaciones personales

De acuerdo al tema de investigación nos vamos a enfatizar en el consumo de alcohol y drogas en jóvenes y adolescentes ya que la incidencia de los consumidores aumenta cada vez más. No obstante, debido a que representa un problema de salud pública por las situaciones de riesgo que conlleva, como los accidentes de tránsito, la dependencia, búsqueda de identidad que provoca que empiecen a cuestionar las cosas y a rebelarse contra las opiniones de sus padres. No quieren ser tratados como niños, necesitan ser considerados como adultos, desenvolviéndose en una suerte de ambivalencia en donde quiere independizarse de su familia para conocer el mundo, pero sigue dependiendo de la familia económicamente y a la vez regresa a ella por la protección que encuentra en la misma. Y estas actitudes conlleva a una mala relación con familiares, también, con amigos y pareja.

El sistema educativo para los jóvenes y adolescentes, no les importa para nada, recibirá de sus clases muy poco del aprendizaje, el rendimiento del alumno será muy bajo, no le pondrán importancia a lo que el profesor le explica y las crisis de ansiedad serán más frecuentes. el problema surge cuando la institución no actúa de manera preventiva ante el consumo de alcohol e ingesta de drogas y se vuelven indolentes ante este problema.

Los jóvenes consumidores de estas sustancias empiezan a ser muy problemáticos, con una muy mala conducta, ya sea en la escuela, casa o la calle. El consumo de alcohol y la ingesta de drogas entre los jóvenes y adolescentes suscita gran preocupación social, suele iniciarse a una edad más temprana, ciertas características de este periodo evolutivo pueden facilitar el consumo de alcohol e ingesta de drogas en los jóvenes y adolescentes.

Es una etapa transitoria provocando cierto desequilibrio y vulnerabilidad que al ser influenciado por la presión social pueden ser fácilmente involucrados en grupo de amigo que ya son consumidores, el adolescente al no ser comprendido y aceptado por su grupo tendrán mayor probabilidad de hacer varias acciones para agradar a sus compañeros, quizás experimentando con el consumo de

alcohol u otras drogas, satisfaciendo así las exigencias dadas por el grupo para formar parte del mismo. también tienen curiosidad sobre las reacciones de las sustancias, para sentirse bien ante un problema o hasta incluso para reducir el estrés. Los consumidores no son conscientes al gran daño que le provocan al organismo, no recapacitan de todas las enfermedades y patologías que pueden desarrollar a corto y largo plazo.

Marco conceptual

Adolescencia: Período de crecimiento que se produce después de la niñez y antes de la edad adulta, entre los 10 y 19 años. (OMS, 2015)

Alcoholismo: Es una enfermedad y no un vicio, cuya necesidad o dependencia a la ingesta de bebidas alcohólicas en las personas, genera deterioro en su salud física y mental. (IMSS, Alcoholismo , s.f.)

Ambivalencia: Estado de ánimo, transitorio o permanente, en el que coexisten dos emociones o sentimientos opuestos, como el amor y el odio. (Galindo, 2013)

Autoestima: La valoración, percepción o juicio positivo o negativo que una persona hace de sí misma en función de la evaluación de sus pensamientos, sentimientos y experiencias. (CEUPE, 2019)

Dependencia: Tal y como estipula la OMS "la esencia misma de la dependencia radica en no poder vivir de forma autónoma y necesitar de forma duradera de la ayuda de otros para las actividades de la vida diaria". (OMS, 2017)

Drogadicción: Consumo frecuente de estupefacientes, a pesar de saber las consecuencias negativas que producen. (IMSS, Definición de adicción a sustancias o drogas , s.f.)

Enfermedad: Cualquier estado donde haya un deterioro de la salud del organismo humano. (Sanitas, 2023)

Incidencia: Es la cantidad de casos nuevos de una enfermedad, un síntoma, muerte o lesión que se presenta durante un período de tiempo específico, como un año. (MedinePlus, 2021)

Juventud: Es un término que, por un lado, permite identificar el periodo de vida de una persona que se ubica entre la infancia y la adultez. (Mexico, 2017)

Mala conducta: Son un conjunto de síntomas que se alejan del comportamiento normal y que consiste en un patrón repetitivo y persistente de conducta antisocial, agresiva o desafiante. (FundacionOrienta, 2007)

Trastorno: Una amplia variedad de afecciones que afectan el estado de ánimo, el pensamiento y el comportamiento.

Vulnerabilidad: Incapacidad de resistencia cuando se presenta un fenómeno amenazante, o la incapacidad para reponerse después de que ha ocurrido un desastre. (Unisdr, s.f.)