

## **Adicción a las drogas en adolescentes:**



Muchos adolescentes experimentan con sustancias, pero no continúan usándolas. Sin embargo, para algunos adolescentes, probar una sustancia como el alcohol, la marihuana o las drogas ilícitas conduce a un consumo regular. Una vez que la abstinencia y los antojos se establecen, es posible que un adolescente que lidia con [la adicción](#) y la dependencia no pueda dejar de usar una sustancia, incluso si lo desea.

### **¿Qué hace que los adolescentes consuman drogas?**

Las razones por las que una persona consume drogas son complejas, y lo mismo ocurre con los adolescentes. El deseo de encajar con sus compañeros, sentirse abrumado por sus cerebros y cuerpos cambiantes y la presión para rendir en la escuela o en los deportes son solo algunas de las razones por las que los adolescentes pueden comenzar a experimentar con drogas. Es posible que los adolescentes no busquen drogas, sino que alguien que conocen, como un amigo, un compañero de equipo o incluso un miembro de la familia, les presenta las sustancias.

Los adolescentes a menudo no conocen ni comprenden los peligros del abuso de sustancias. Es posible que consideren que el uso ocasional es seguro y no crean que puedan volverse adictos a las drogas o enfrentar las consecuencias. También pueden suponer que pueden dejar de usarlo si así lo desean.

### **Otros factores de riesgo para el consumo de drogas en los adolescentes incluyen:**

- Antecedentes familiares de consumo de sustancias
- Presión académica
- Eventos adversos en la infancia ([ACES](#), por sus siglas en inglés)
- Falta de supervisión
- [Trastornos de salud mental](#)
- Presión de grupo
- Curiosidad
- Deseo de escapar (p. ej., situación externa como la vida en el hogar o situación interna como sentimientos complejos)
- Aceptación social (p. ej., encajar con los compañeros)
- Baja [autoestima](#)
- Mayor acceso a las sustancias
- Períodos de transición (p. ej., inicio de la pubertad o asistencia a una nueva escuela)

Si bien el consumo de drogas puede provocar trastornos de salud mental, a veces es al revés. Los adolescentes pueden usar sustancias para automedicarse o adormecer el dolor emocional.

### **¿Cuáles son los efectos del consumo de drogas durante la adolescencia?**

El cuerpo envía una sustancia química que "nos hace sentir bien" llamada [dopamina](#) cuando usa una sustancia. Esta respuesta le dice al cerebro que vale la pena usar la sustancia nuevamente para obtener esa sensación. Como resultado, una persona comienza a tener antojos de la sustancia. La adicción ocurre cuando los antojos no se

detienen, la [abstinencia](#) ocurre sin la sustancia y el uso continúa incluso cuando hay consecuencias negativas. Dado que el impulso físico y mental de consumir es tan fuerte, se vuelve muy difícil dejar de usar una sustancia.<sup>12</sup>

Los adolescentes que abusan de sustancias pueden experimentar dependencia de drogas ([trastorno por consumo de sustancias](#)). Desde el punto de vista del desarrollo, los adolescentes corren el mayor riesgo de sufrir dependencia a las drogas y una adicción grave.<sup>13</sup>

## **Efectos sobre el desarrollo y crecimiento del cerebro**

El cerebro humano continúa desarrollándose hasta aproximadamente los 25 años.<sup>14</sup> El consumo de sustancias durante la adolescencia puede cambiar la estructura del cerebro y afectar negativamente las funciones cerebrales como el aprendizaje, el procesamiento de las emociones y la toma de decisiones. También puede conducir a lo siguiente:<sup>13</sup>

- **Conductas más riesgosas:** El abuso de sustancias hace que los adolescentes sean más propensos a participar en conductas riesgosas como relaciones sexuales sin protección (o "sexo sin condón") o conducción peligrosa.
- **Mayor riesgo de problemas de salud en la edad adulta:** Los adolescentes que abusan de sustancias tienen un mayor riesgo de enfermedades cardíacas, presión arterial alta y trastornos del sueño.
- **Trastornos de salud mental:** Es común que los adolescentes con trastornos por abuso de sustancias tengan afecciones de salud mental (y viceversa).<sup>15</sup>
- **Deterioro del rendimiento académico:** El consumo de sustancias afecta la concentración y la memoria de un adolescente, lo que puede afectar negativamente su trabajo escolar.

**¿Cuáles son los riesgos para la salud del abuso de drogas?** El consumo de drogas y alcohol puede provocar un trastorno por consumo de sustancias, así como los riesgos específicos para la salud de la sustancia de la que se abusa.

## **Alcohol**

El consumo de alcohol puede conducir a un mayor riesgo de:<sup>16</sup>

- Enfermedad hepática, cirrosis y [cáncer](#)
- Enfermedades cardíacas y accidentes cerebrovasculares
- Depresión
- Falta de concentración
- Apagones
- Accidentes
- [Intoxicación etílica](#)
- Aumento de las conductas de riesgo
- Violencia
- Suicidio

## **Marihuana**

La marihuana puede afectar la concentración, empeorar la salud mental, interferir con los medicamentos recetados, provocar comportamientos sexuales riesgosos o contribuir a una conducción peligrosa. Fumar marihuana también puede afectar negativamente la salud pulmonar.<sup>18</sup>

A menudo se piensa que la marihuana no es "tan mala" como otras drogas y, en algunos casos, incluso es buena para usted. Sin embargo, la marihuana puede ser dañina para los adolescentes porque sus cerebros aún se están desarrollando. El consumo de marihuana en los adolescentes está relacionado con la dificultad para resolver

problemas, problemas de memoria y aprendizaje, deterioro de la coordinación y problemas para mantener la atención.<sup>19</sup>

## **Opiáceos**

Los opioides incluyen medicamentos legales recetados como la hidrocodona, el oxycontin y el fentanilo, así como drogas ilegales como la heroína. Estos medicamentos conllevan un alto riesgo de sobredosis y muerte. La tasa anual de muertes por sobredosis de opioides entre las personas de 15 a 24 años es de 12.6 por cada 100,000 personas.

## **Medicamentos de venta libre y recetados**

Los medicamentos de venta libre (OTC, por sus siglas en inglés) y los medicamentos recetados pueden usarse indebidamente más fácilmente que otros porque a menudo son fáciles de obtener para los adolescentes. Las píldoras para adelgazar, las píldoras de cafeína y los productos para el resfriado y la gripe con dextrometorfano son solo algunos ejemplos de sustancias de venta libre que los adolescentes pueden usar. También pueden tener acceso a las recetas de medicamentos como opiáceos, analgésicos y estimulantes, o obtenerlas de amigos que sí las tengan.<sup>10</sup>

Existen graves riesgos para la salud por el uso indebido de productos de venta libre para el resfriado y la tos, incluido el aumento de la presión arterial, la pérdida del conocimiento y la sobredosis. También puede haber problemas legales si un adolescente está usando las recetas de otra persona.<sup>22</sup>

## **Tabaco**

El tabaco puede provocar múltiples enfermedades crónicas, entre ellas<sup>23</sup>

- Enfermedad pulmonar
- Cáncer
- Diabetes
- Enfermedad cardíaca
- Golpe
- Pérdida de la visión
- Disminución de la fertilidad

## **Cigarrillos electrónicos (vapeo)**

[Vapear](#) es atractivo para los adolescentes porque los cigarrillos electrónicos a menudo tienen sabor a fruta, caramelo o menta. Estos productos pueden contener nicotina u otras sustancias sintéticas que dañan el cerebro y los pulmones. El cerebro adolescente es vulnerable a los efectos nocivos de la nicotina, como la ansiedad y la adicción.<sup>12</sup>

Los cigarrillos electrónicos vienen en una variedad de formas y tamaños, y podrían disfrazarse de artículos cotidianos, como:<sup>24</sup>

- Unidades flash USB
- Plumas
- Sudadera con capucha (sudadera) cuerdas
- Mochilas
- Relojes inteligentes
- Juguetes (p. ej., fidget spinners)
- Fundas para teléfonos

## **Cocaína**

[La cocaína](#) conlleva un riesgo de sobredosis y abstinencia. Provoca una disminución del control de los impulsos y una mala toma de decisiones. Los síntomas de abstinencia de la cocaína incluyen inquietud, paranoia e irritabilidad. Inhalar cocaína puede causar hemorragias nasales y pérdida del olfato. El consumo de cocaína puede provocar ataques cardíacos, problemas pulmonares, accidentes cerebrovasculares, paro respiratorio, convulsiones y coma.<sup>25</sup>

## **Éxtasis (MDMA)**

El éxtasis es un estimulante que provoca un aumento de la frecuencia cardíaca, visión borrosa y náuseas. También puede provocar hinchazón cerebral, convulsiones y daño a los órganos.<sup>26</sup>

El éxtasis también se conoce como:<sup>26X</sup>, XTC, Adam, E, Roll, A, 007, Molly

## **Inhalantes**

Los inhalantes son vapores de gases, pegamento, aerosoles o solventes que pueden dañar el cerebro, el corazón, los pulmones, los riñones y el hígado. El uso de inhalantes, incluso una vez, puede provocar sobredosis, asfixia, convulsiones y la muerte.<sup>27</sup>

## **Metanfetamina**

La metanfetamina (metanfetamina de cristal) es un estimulante altamente adictivo que tiene múltiples consecuencias para la salud, incluyendo:<sup>28</sup>

- Pérdida de peso severa
- Falta de sueño
- Problemas dentales
- Llagas en la piel
- Cambio en la estructura del cerebro
- Paranoia y alucinaciones
- Violencia

## **¿Cuáles son las señales de que un adolescente está consumiendo drogas?**

Las señales de advertencia conductuales del consumo de drogas en los adolescentes incluyen:

- Cambios de personalidad
- Paranoia
- Violencia
- Irritabilidad
- Dificultad para dormir
- Comportamiento inapropiado o extraño (p. ej., reírse al azar)
- Pérdida de interés en pasatiempos o actividades extracurriculares
- Evitar el contacto visual
- Actuar de manera reservada o como si estuvieran ocultando algo
- Quedarse hasta tarde
- Retraimiento social (p. ej., de la familia, los amigos)
- Bajo rendimiento académico
- Salir con nuevos amigos o dejar de salir con su grupo de amigos habitual
- [Falta de higiene](#)
- Hurto
- Mentiroso

- Faltar a la escuela
- Aislamiento (p. ej., quedarse en su habitación, negarse a comer en familia)

Los signos físicos del consumo de drogas en los adolescentes pueden incluir:

- Ojos rojos
- Tos persistente
- Pupilas dilatadas
- Aumento o disminución de la energía
- Dormir todo el tiempo o no dormir en absoluto
- Humor
- Problemas de memoria
- Hablar muy rápido o despacio
- Secreción nasal o hemorragias nasales
- Ronquera
- Aumento/disminución del apetito
- Pérdida de peso
- Fatiga
- Apagones
- Huele a humo o alcohol (por ejemplo, en la ropa, la piel o el aliento)

### **¿Cuáles son las cuatro etapas de la adicción a las drogas?**

También debes conocer las cuatro etapas de la adicción.<sup>3233</sup> Cuanto antes se reconozca el consumo de drogas por parte de los adolescentes, más pronto podrán obtener ayuda.

1. **Experimentación:** Un adolescente prueba una o más sustancias. Algunos adolescentes solo prueban una sustancia una vez. Otros continuarán experimentando y aumentando su uso.
2. **Uso regular o "social":** Un adolescente comienza a consumir una o más sustancias con regularidad. En esta etapa, pueden limitar su uso solo cuando están con amigos o solo en situaciones en las que sienten que es necesario, por ejemplo, antes de un examen.
3. **Uso riesgoso:** Un adolescente continúa usando una sustancia que ha estado usando regularmente, incluso si le ha causado problemas en la escuela, en casa y en sus relaciones. Anhelan la sustancia, tanto física como mentalmente. En esta etapa, la sustancia se ha convertido en el centro de la vida de un adolescente, y correrán riesgos para obtenerla y usarla.
4. **Dependencia y adicción:** Un adolescente es adicto a una sustancia, y la mayor parte de su tiempo y energía se dedica a obtenerla y usarla. En esta etapa, necesitarían intervención y tratamiento para dejar de fumar, ya que es posible que no puedan detenerse por sí mismos, incluso si quisieran.

### **Tratamiento de la adicción a las drogas para adolescentes**

Incluso si los adultos en sus vidas tratan de prevenirlo, algunos adolescentes desarrollarán trastornos por uso de sustancias. El apoyo para los adolescentes con adicción a las drogas incluye el tratamiento de la abstinencia o las afecciones de salud mental subyacentes, y el abordaje de las necesidades emocionales, generalmente con un profesional de la salud mental calificado, como un psiquiatra o un psicólogo.

El tratamiento para los adolescentes que experimentan un trastorno por consumo de sustancias incluye una combinación de los siguientes:

Clínicas ambulatorias, programas de 12 pasos, unidades de salud mental o abuso de sustancias para pacientes hospitalizados, medicamentos, terapia (individual, grupal o familiar).

- [Línea de ayuda nacional de la Administración de Servicios de Salud Mental y Abuso de Sustancias \(SAMHSA\)](#), por sus siglas en inglés) al 1-800-662-4357 para obtener información sobre centros de apoyo y tratamiento en su área.
- Si tiene pensamientos suicidas, marque **el 988** para comunicarse con la [Línea de Prevención del Suicidio y Crisis 988](#) y conéctese con un consejero capacitado. Si usted o un ser querido está en peligro inmediato, llame al **911**.