

# COMO ACTUAR SI SURGEN PROBLEMAS

## CUANDO UNO MISMO TIENE PROBLEMAS

Existe una tendencia bastante extendida entre los consumidores de drogas a negar, o al menos minimizar, la presencia de problemas. Una de las frases más repetidas es aquella de *yo controlo*. A veces, incluso contra toda evidencia.

**Algunos datos nos pueden poner sobre la pista de una posible pérdida de control respecto a las drogas:**

- Por ejemplo, cuando los dos o tres cigarrillos con los que uno decía que tenía suficiente van poco a poco camino de la docena o aún más.
- O cuando alguien desea dejar el tabaco y, tras comprobar que le cuesta más de lo que imaginaba, empieza a elaborar todo tipo de cuentos para justificar un consumo del que empieza a desconfiar.
- O cuando todas las salidas con los amigos acaban siempre en borrachera.
- O cuando son cada vez más frecuentes las mañanas de resaca en las que una capa de amnesia lo envuelve todo.
- O cuando en la vida cotidiana de una persona hay cada vez más sustancias ocupando un lugar.
- O cuando, a pesar de estar embarazada, una mujer se siente incapaz de renunciar a sustancias probadamente tóxicas para el feto.
- O cuando se empieza a tener la sensación de lo que uno se maneja peor en sus tareas cotidianas (estudios, trabajo, etc.), y de vez en cuando cruza por la mente la idea, rápidamente descartada, de si esto no tendrá algo que ver con el consumo de drogas.

## CUANDO LOS DEMAS TIENEN PROBLEMAS

A veces, es más fácil reconocer situaciones de riesgo en los demás y detectar una creciente importancia del consumo de drogas en el estilo de vida de amigos o familiares. En estos casos, hablar con calma de la situación con un experto resultará sin duda beneficioso.

En ocasiones, la gravedad de la situación obliga a actuar con rapidez, porque la salud, e incluso la vida del consumidor de drogas, pueden estar en riesgo. En estos casos es imprescindible ponerse en contacto, a la brevedad, con los sistemas sanitarios de urgencias.

Algunas de las situaciones más frecuentes de este tipo de urgencias en relación con las drogas son:

### Alcohol

- Intoxicación aguda: Estado de somnolencia profunda en el que el sujeto está amorrado, incapaz de articular palabra o coordinar movimientos.

- Coma etílico: Sobredosis de alcohol que puede incluso amenazar la vida del consumidor.

### Alucinógenos

- Intoxicación aguda: Mal viaje, caracterizado por inquietud, desorientación, alucinaciones, pensamientos, paranoides que pueden llegar al pánico, etc.

### Anfetaminas y cocaína

- Intoxicación aguda: Sudor, taquicardia, agitación, hiperactividad y posible aparición de pensamientos paranoicos.
- Trastorno delirante. Sentimientos delirantes de ser perseguido y controlado, con alucinaciones, hiperexcitación y angustia.
- Depresión reactiva. La supresión brusca del consumo puede provocar en usuarios habituales un cuadro caracterizado por sueño y depresión, con posible aparición de ideas de suicidio.

### Éxtasis

- Golpe de calor: Fatiga, desorientación, calambre, agitación, pérdida de conocimiento, aumento de la temperatura corporal. Puede provocar el coma y la muerte por parada respiratoria.