

full d' assessorament *de* *l'escola de pares de la FaPaC*

COORDINADOR DEL SERVEI: MARTÍ COSTA



ADDICCIÓ A LES DROGUES

Quan utilitzem el terme “Addicció” sovint ho fem, per referir-nos a una conducta que una persona realitza perquè no pot estar sense fer-la, o no pot prescindir-ne, o necessita realitzar-la per trobar-se bé. De vegades, aquesta addicció acaba comportant que la persona perdi el control d’alguns aspectes de la seva vida i pot arribar a crear-li problemes de salut.

Tot i que hi ha addiccions a activitats o substàncies molt diverses; el joc d’atzar (a vegades potenciat per la mateixa Administració), Internet, la feina, les drogues, etc., en aquest Full ens centrarem només en aquestes darreres, és a dir, en aquelles substàncies que, en ingerir-les, provoquen alteracions del sistema nerviós.

QUÈ SÓN LES DROGUES?

Segons l'OMS (Organització Mundial de la Salut) les drogues són aquelles **substàncies** que, en ser **introduïdes** a l'organisme, **modifiquen** l'activitat del sistema nerviós. Aquesta definició exclou altres activitats o productes que, tot i que poden coincidir en algunes de les tres característiques esmentades, no les reuneixen totes: així, es podrà considerar el joc com quelcom que provoca addicció, i que modifica el sistema nerviós, però no es podrà considerar una droga, ja que no es cap substància ni s'ingereix. Tanmateix, hi ha persones que són addictes a menjar dolços, però aquests no poden ser considerats com una droga ja que, tot i que són substàncies que s'introdueixen a l'organisme, no alteren, per sí mateixes, el funcionament del sistema nerviós.

PERSPECTIVA HISTÒRICA

L'ús de les drogues és tan antic com la història de la humanitat. Són nombroses les referències a aquestes substàncies en la mitologia grega i romana. Els països àrabs han estat tradicionalment consumidors dels derivats del Cannabis i a certes zones de Sudamèrica és habitual mastegar fulles de coca, que contribueixen a disminuir el cansament. A l'Extrem Orient, és habitual el consum dels derivats de l'opi. En la nostra societat, tot i la poca informació fiable al respecte, es comenta sovint la capacitat que tenen molts bolets de provocar al·lucinacions, i es consumeix alcohol en quantitats considerables.

EXTENSIÓ DEL CONSUM

En èpoques passades, el consum de les drogues ha estat molt lligat a factors de tipus cultural/territorial: com s'ha dit abans, el consum dels derivats del Cannabis és habitual a la cultura àrab, on en canvi no ho és una droga tan habitual al nostre país com és l'alcohol.

Amb la millora de les comunicacions, l'augment del turisme i el comerç, les drogues surten de la seva ubicació tradicional i s'estenen cap a entorns on abans no eren habituals. Això, unit al fet que el marge de beneficis que proporcionen és enorme, ha fet que en les societats desenvolupades l'oferta de drogues sigui molt àmplia. Així, en la nostra societat, se'n troben gairebé de tots els tipus.

TIPUS DE DROGUES

Hi ha moltes maneres de classificar les drogues: en funció dels efectes que produeixen, del preu, de la manera de fabricar-les, de la seva legalitat o il·legalitat, etc. A nivell pràctic, ens centrarem en la classificació que fa referència als seus efectes:

a) Drogues **estimulants** del sistema nerviós: Són aquelles que acceleren les funcions de l'organisme. Esee ús social sol estar lligat a situacions de diversió.

Les drogues són
aquelles **substàncies**
que, en ser
introduïdes a
l'organisme,
modifiquen
l'activitat del
sistema nerviós

Les més conegudes són la *cocaïna*, la *cafeïna*, les *amfetamines* i el *tabac*. Algunes d'aquestes substàncies són utilitzades també per disminuir el cansament, augmentar el rendiment, etc.

b) Drogues **depressores** del sistema nerviós: Alenteixen les funcions de l'organisme, fan que aquest funcioni a "velocitats" més lentes. Les més conegudes són l'*alcohol*, els *somnífers*, els *tranquil·lizants* i l'*heroïna*.

c) Drogues **al·lucinògenes** o també anomenades pertorbadores del sistema nerviós. Són un grup de drogues que no tenen ben bé efectes estimulants ni depressors, sinó que alteren el funcionament del sistema nerviós de diferents maneres. Les més conegudes són el *Cannabis* i derivats (marihuana i haixix), les drogues de *síntesi* (també mal anomenades de disseny), els *al·lucinògens* (LSD) i els *dissolvents* (substàncies que s'inhalen com les coles).

Val a dir que aquestes són algunes de les drogues que, en aquest moment, circulen de manera habitual en la nostra societat. El seu consum, que es pot estendre a d'altres substàncies, depèn, en alguns casos, de factors com la moda, la facilitat d'obtenció, el preu, etc. Les modes, ja se sap, canvien amb bastant facilitat. Aquest fenomen de les drogues que apareixen i desapareixen es dona sobre tot en les que són il·legals, ja que les que estan dins de la legalitat presenten, en general, un consum més regular.

Contràriament al que es creu, la majoria de les drogues no són il·legals. Si considerem com a legals les drogues que estan autoritzades per ser venudes en diferents comerços o establiments farmacèutics, encara que sigui amb uns determinats requisits (una certa edat, prescripció mèdica, etc.), veurem que la majoria de les drogues esmentades fins ara poden obtenir-se sense sortir dels marges de la legalitat: Seria el cas de la

cafeïna, les *amfetamines*, el *tabac*, l'*alcohol*, els *somnífers*, els *tranquil·lizants* i els *dissolvents* (inhalants).

D'altres es situen estrictament al marge de la legalitat (sempre parlant del nostre país): l'*heroïna*, la *cocaïna*, els *al·lucinògens* i les drogues de *síntesi*.

En el cas del *cannabis*, el seu consum és autoritzat, però la comercialització o el tràfic estan prohibits.

Com es pot observar, les drogues prohibides, sobretot l'*heroïna* i la *cocaïna*, són les que tenen un preu més alt i una incidència negativa més gran sobre la salut.

INTERESSOS ECONÒMICS

El fet que les drogues siguin considerades legals o il·legals (amb la imatge social que això els hi atribueix) no sempre està en concordança amb criteris educatius o de salut. En efecte, els països mediterranis són grans productors i consumidors d'alcohol, i la ingestió d'aquest està lligat a situacions que es consideren normals, bones i, fins i tot desitjables (qui és capaç d'imaginar una festa d'aniversari sense begudes alcohòliques?). No és fàcil fer una anàlisi sobre la "bondat" o "maldat" d'una droga com l'alcohol quan està tan arrelat en els nostres costums, i tantes persones en depenen econòmicament, sigui directament o indirecta. D'altra banda, darrerament s'està transmetent, des dels mitjans de comunicació, que una petita quantitat d'alcohol pot ser fins i tot beneficiosa per la salut.

CONDUCTES D'INICIACIÓ

L'inici del consum de drogues sol donar-se a l'adolescència. Com és sabut, aquesta és una etapa en la vida dels nois i les noies que es caracteritza per una sèrie de trets, massa llargs d'explicar en un escrit com aquest, però entre els quals hi ha el trencament de les normes que se'ls inculquen i el desig de provar coses noves. Una d'aquestes normes, que sovint els pares i les mares repeteixen és: "No provis les drogues", "Les drogues són molt perilloses" i d'altres formulacions similars. Els joves, doncs, (almenys una bona part d'ells), proven les drogues per "desafiar" la conducta dels pares i al mateix temps per afirmar-se a si mateixos. En efecte, les drogues són, en general, "cosa de grans", i en provar-les, els joves es fan a si mateixos el plan-tejament que ja són grans, perquè actuen com ells.

CONSEQÜÈNCIES DE LES DROGUES

Encara que les drogues comparteixen tota una sèrie de característiques, també són molt diferents entre elles. Per veure quines són aquestes diferències hem de conèixer tres idees importants:

Dependència psicològica: Es produeix quan aconseguir la droga passa a ser la principal preocupació en la vida

Si considerem com a legals les drogues que estan autoritzades per ser venudes en diferents comerços o establiments farmacèutics, veurem que la majoria de les drogues esmentades poden obtenir-se sense sortir dels marges de la legalitat.

de la persona. Sovint, aquest fet fa que, en estar molt preocupat per aconseguir-la, l'individu acabi tenint problemes amb la família, la feina, els estudis, etc.

Dependència física: Es produeix quan l'individu es troba malament quan no consumeix i necessita fer-ho per tal de trobar-se bé. És el que en els heroïnòmans es coneix com a "mono" i el que els passa als alcohòlics. Pot manifestar-se com un lleuger malestar amb tremolor de mans fins arribar al *delirium tremens*.

Tolerància: És aquella característica de les drogues que fa que, conforme mes llarga és la història de consum, com més temps fa que se'n prenen, més quantitat se'n necessita perquè faci els mateixos efectes que al principi. L'alcohol és una substància en la que aquest efecte és clar. Com més temps fa que se'n beu, més quantitat se'n necessita per arribar a uns certs efectes, el que no vol dir que els efectes indesitjables sobre diferents òrgans (fetge, ronyons, estómac, etc.), no es produeixin.

LES DROGUES ENTRE ELS JOVES AVUI

En el moment actual, i parlant en termes generals, el tabac és una droga d'un consum ampli entre la població jove. El seu consum augmenta, l'edat d'inici disminueix i les noies fumen tant com els nois.

Pel que fa a l'alcohol, el seu consum es ceneix bastant als caps de setmana, seguint el model de beure dels països anglosaxons (abstinència de dilluns a divendres i consum elevat el cap de setmana). En aquest cas, les conseqüències són especialment greus quan s'ajunta el consum d'alcohol amb la conducció, ja que aquest té efectes negatius sobre els reflexos, la vista i la coordinació, al mateix temps que dóna una **falsa** sensació de seguretat i valentia a les persones que n'abusen. La combinació d'ambdós factors és, com és fàcil deduir, altament perillosa.

Els derivats del cannabis (haixix i marihuana), consumits en forma de cigarretes anomenades *porros* són fàcils d'aconseguir i el seu consum és bastant general. Tot i la seva imatge d'il·legalitat, és fàcil observar els joves consumir-les en els llocs on es reuneixen.

Les drogues de síntesi, a causa del seu baix preu, són habitualment consumides en les discoteques. El seu consum presenta, però, freqüents alts i baixos. El mateix val a dir respecte dels inhalants.

L'heroïna i la cocaïna no són gaire consumides entre els adolescents. La seva elevada tolerància, dependència física i psíquica fa que la detecció del seu consum sigui relativament fàcil.

ALGUNS SIGNES D'ALERTA

El consum d'algunes drogues es detecta fàcilment: el tabac deixa una olor molt característica, l'alcohol produeix uns efectes molt coneguts per la majoria de la població, i els derivats del haixix produeixen envermelliment dels ulls. En tot cas, cal estar alerta a manifestacions com ara: alteracions de l'humor, de la parla, de la mobilitat, del son, de la concentració, etc.

Un altre aspecte a tenir present és el canvi sobtat d'amistats (és freqüent que hi hagi grups d'amics en els quals el consum sigui bastant freqüent i, en canvi, en d'altres sigui molt esporàdic o inexistent).

Les drogues legals tenen un preu relativament assequible; per tant, caldrà estar atent a demandes molt elevades de diners, ja que poden ser un signe d'alerta respecte de les

El consum d'algunes drogues es detecta fàcilment: el tabac deixa una olor molt característica, l'alcohol produeix uns efectes molt coneguts per la majoria de la població, i els derivats del haixix produeixen envermelliment dels ulls. En tot cas, cal estar alerta a manifestacions com ara: alteracions de l'humor, de la parla, de la mobilitat, del son, de la concentració, etc.

drogues il·legals, molt més cares.

ALGUNS CONSELLS PER ALS PARES

L'educació dels fills respecte de les drogues és un tema complex. Resulta una mica il·lògic dir-li a un fill que no consumeixi drogues quan es té una cigarreta a una mà i una cervesa a l'altra. En tot cas, i donat l'escàs valor que solen tenir pels fills les opinions dels seus pares, sol ser més convenient

informar-los el més objectivament possible de les drogues i els seus efectes que no pas limitar-nos a parlar en general del seu perill, ja que això podria provocar reaccions de rebuig cap a les opinions dels pares.

A partir d'una certa edat, si es detecta un consum esporàdic (cosa molt habitual en gran part de la població), pot intentar-se orientar els fills cap a un consum responsable (no fumar massa, no beure alcohol si s'ha de conduir, vigilar amb el consum de les drogues que produeixen dependències més fortes, etc.).

En cas que es sospitin consums més continuats i freqüents, els pares poden adreçar-se als serveis sanitaris, on els orientaran sobre professionals que els poden ajudar. Tanmateix, en alguns ajuntaments pot trobar-se ajuda en serveis específics sobre drogoaddicció o en els punts d'informació juvenil.

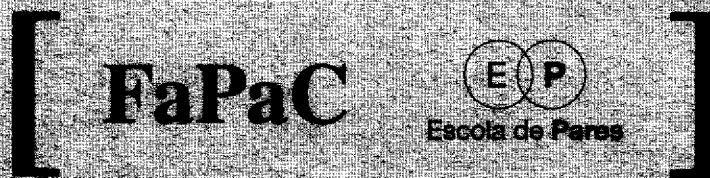
El que pot considerar-se fonamental, en aquest cas, és una actuació ràpida: **esperar sense fer res mai resol els problemes.**

AUTOR DEL TEXT:
Ferran Marco
(Psicòleg)

IL·LUSTRACIONS:
Silvia Castells

IMPRESSIÓ:
Serviç d'Impressió
i Coordinació S.L.

AMB EL
SUPPORT DE:



FEDERACIÓ D'ASSOCIACIONS DE MARES I PARES D'ALUMNES DE CATALUNYA

Cartagena 245, àtic
Tel. 93 433 76 86*
Fax 93 433 03 61
08025 Barcelona

C/ de la Rulla 20-22
Tel. 972 21 92 12
Fax 972 22 25 60
17002 Girona

Avda. Catalunya 24, 1er
Tel. 973 28 18 29
Fax 973 27 17 02
25002 Lleida

Fortuny 23
Tel. 977 23 45 49
Fax 977 21 76 08
43001 Tarragona