

HAZ LA PRUEBA PARA VER CUÁNTO SABES SOBRE LAS DROGAS Y EL ABUSO DE DROGAS:

Reto nacional sobre el coeficiente intelectual (CI) sobre las drogas

Visita <http://www.drugfactsweek.drugabuse.gov/IQchallenge> para ver la versión interactiva en el Internet.

1 La adicción es una enfermedad del:

- A. Hígado
- B. Cerebro
- C. Corazón
- D. Cuerpo entero

2 ¿Cuál o cuáles de las siguientes drogas pueden causar adicción? (Puedes escoger más de una respuesta)

- A. La marihuana
- B. La cocaína
- C. La nicotina
- D. El alcohol
- E. Todas las anteriores

3 ¿Cuál o cuáles de las siguientes cosas puedes hacer sin ningún tipo de peligro? (Puedes escoger más de una respuesta)

- A. Fumar cocaína crack
- B. Fumar marihuana
- C. Mandar un *tweet* en Twitter sobre los mensajes de texto
- D. Tomar éxtasis en una fiesta "rave"
- E. Inhalar un marcador permanente

4 ¿Cuál o cuáles de las siguientes frases son falsas? (Puedes escoger más de una respuesta)

- A. Tú puedes darte cuenta si eres el tipo de persona que se puede volver adicto.
- B. Si logras dejar de tomar drogas por una semana, estás curado de tu adicción.
- C. No te puedes volver adicto a la marihuana.
- D. Si fumas marihuana todos los días, tu nivel intelectual está reducido todo o casi todo el tiempo.

5 El Adderall puede ser un medicamento eficaz para tratar el síndrome de déficit de atención con hiperactividad (ADHD, por sus siglas en inglés), pero también puede ser peligroso cuando lo toman personas a las que no se les recetó. ¿Qué porcentaje de estudiantes del último año de secundaria reportan haber tomado Adderall por razones que no son médicas?

- A. 3.5%
- B. 12.7%
- C. 27.1%
- D. 6.5%

INSTITUTO NACIONAL SOBRE EL ABUSO DE DROGAS

Para más preguntas y para ver las respuestas correctas, continúa en la siguiente página.

? Reto nacional sobre el coeficiente intelectual (CI) sobre las drogas

6 En el 2009, ¿cuántas visitas a las salas de emergencias fueron debidas a la marihuana?

- A. 127,000
- B. 72,000
- C. 375,000
- D. 929,000

7 ¿Qué drogas están asociadas con comportamientos sexuales de riesgo, que pueden resultar en el contagio del VIH?

- A. El alcohol
- B. Los medicamentos para el dolor que necesitan receta médica
- C. La marihuana
- D. El éxtasis
- E. Todas las anteriores

8 Cuando una persona está adicta a las drogas, puede tener una reacción grave al tratar de dejar de tomarlas. Esta reacción se llama:

- A. Los "heebie-jeebies" (depresión o ansiedad)
- B. El síndrome de abstinencia
- C. El estado epiléptico
- D. Histeria
- E. Ninguna de las anteriores

9 ¿Qué es "la desintoxicación"?

- A. Un tratamiento para la drogadicción
- B. Un proceso que ayuda al cuerpo a deshacerse de las drogas
- C. Quitar todas las drogas de tu mochila, del casillero de la escuela y del botiquín de la casa
- D. B y C

10 Las drogas toman control del sistema de gratificación del cerebro (que es el que nos hace sentir placer), haciendo que cantidades exageradas de un neurotransmisor natural inunden el cerebro. Este neurotransmisor se llama:

- A. Dopamina
- B. Estrógeno
- C. Epinefrina
- D. Criptón

INSTITUTO NACIONAL SOBRE EL ABUSO DE DROGAS

Para ver las respuestas correctas, mira la última página

PREGUNTAS ADICIONALES PARA LOS QUE SABEN UN POCO MÁS:

1 Los inhalantes pueden dañar el cerebro, afectando al tejido grasoso que cubre los nervios. Este tejido se llama:

- A. Mielina
- B. Noradrenalina
- C. Corteza frontal
- D. Polineuropatía

2 Una persona que ha fumado marihuana puede tener problemas con el equilibrio, ya que esta droga afecta una de las siguientes partes del cuerpo. ¿Sabes cuál de ellas?

- A. La corteza cerebral
- B. El tálamo
- C. El hipocampo
- D. El cerebelo

3 Las estructuras del sistema de gratificación son parte de un sistema más grande del cerebro que se llama:

- A. El lóbulo frontal
- B. El centro nervioso
- C. El sistema límbico
- D. El sistema lógico

4 ¿Cuál de las siguientes cosas tiene el mismo tamaño que el cerebro humano?

- A. Una pelota de golf
- B. Un melón verde tipo "honeydew"
- C. Tus pulmones
- D. Dos puños juntos

5 La parte más grande del cerebro humano, que contiene el "centro de pensamiento" principal, se llama:

- A. Tronco encefálico (o tallo del cerebro)
- B. Corteza cerebral
- C. Fórceps de Picadilly
- D. Sustancia blanca

[HTTP://WWW.DRUGFACTSWEEK.DRUGABUSE.GOV/IQCHALLENGE](http://www.drugfactsweek.drugabuse.gov/iqchallenge)

Para ver las
respuestas
correctas, mira la
última página

RESPUESTAS AL

?

Reto nacional sobre el coeficiente intelectual (CI) sobre las drogas

1 B. El cerebro. La adicción se define como una enfermedad crónica del cerebro con recaídas, ya que las drogas alteran el cerebro haciendo que uno busque y consuma drogas de manera compulsiva, a pesar de las consecuencias dañinas. Aprende más en: <http://www.drugabuse.gov/ScienceofAddictionSP/>

2 E. Todas las anteriores. Todas estas drogas, aún las legales como la nicotina y el alcohol, afectan los niveles de dopamina en el cerebro y pueden interrumpir la función normal del cerebro, lo que puede llevar a la adicción. Aprende más en: <http://drugabuse.gov/nidahome.html> o <http://www.drugabuse.gov/nidaespanol.html>

3 C. Mandar un tweet en Twitter sobre los mensajes de texto. Todas las demás acciones (con excepción de mandar un tweet—a menos que se esté conduciendo un vehículo) pueden tener consecuencias peligrosas para la salud, una de las cuales puede ser la adicción. La cocaína puede causar ataques al corazón y convulsiones; la marihuana puede deteriorar la habilidad para conducir, especialmente si se combina con el alcohol; las pastillas de éxtasis pueden tener cualquier cantidad de ingredientes tóxicos; e inhalar marcadores permanentes puede hacer que el oxígeno no llegue al cerebro. Aprende más sobre estas drogas en el sitio Web del NIDA para adolescentes: <http://www.teens.drugabuse.gov>

4 Las respuestas correctas son A, B, y C. (A) No puedes saber con anticipación si tú te volverás adicto, aunque es verdad que algunas personas corren más riesgo que otras. Por ejemplo, si un miembro de tu familia tiene problemas con las drogas, tú puedes tener más riesgo de volverte adicto, ya que los factores genéticos contribuyen en aproximadamente un 50% al riesgo de la adicción. (B) La adicción está ligada a cambios de larga duración en el cerebro, entre ellos, el hecho de que ciertos recuerdos pueden provocar deseos intensos por la droga y hasta recaídas. Para algunas personas, la recuperación puede ser un proceso que dura toda la vida. (C) Alrededor de 1 de cada 11 personas que prueba la marihuana se vuelve adicta. Para los que comienzan en la adolescencia, las probabilidades son mayores, ya que 1 de cada 6 se vuelve adicto. En el caso de los que la fuman a diario, la tasa de adicción es del 25 al 50 por ciento. (D) Es la respuesta verdadera. Los efectos de la marihuana sobre la atención, la memoria y el aprendizaje pueden durar algunos días y hasta semanas, sobre todo si se la fuma a menudo. Mira la publicación del NIDA *Las drogas, el cerebro y el comportamiento*: <http://www.drugabuse.gov/scienceofaddictionSP/>

5 D. 6.5%. De acuerdo con la encuesta anual del NIDA a los estudiantes de 8°, 10° y 12° grado conocida como "Estudio de Observación del Futuro", alrededor de 1 de cada 15 estudiantes del último año de la secundaria informó haber tomado Adderall en el año anterior a la encuesta por razones no médicas. Es decir, se tomaron los medicamentos que fueron recetados para otra persona o se los tomaron para drogarse. Aprende más en: <http://www.drugabuse.gov/InfoFacts/Medicamentos-Sp.html>

6 C. 375,000. En la encuesta DAWN del 2009 sobre el número de visitas a las salas de emergencias por consumo de drogas, la marihuana estuvo mencionada en 375,000 de estas visitas. Entre los pacientes, las dos terceras partes (el 65 por ciento) eran varones y el 12 por ciento tenían entre 12 y 17 años de edad. Aprende más en: <http://www.drugabuse.gov/ResearchReports/Marihuana/marihuana2.html#scope>

7 E. Todas las anteriores. Todas las drogas de abuso pueden afectar el juicio y la capacidad para tomar decisiones, lo que puede llevar a comportamientos que son de riesgo, como por ejemplo, tener relaciones sexuales sin protección (o incluso sin consentimiento). Esto pone a las personas en riesgo de contagiarse de VIH u otras enfermedades de transmisión sexual. Aprende más en el sitio Web del NIDA "Educate": <http://hiv.drugabuse.gov/spanish/learn/overview.html>

8 B. El síndrome de abstinencia. Aunque los síntomas del síndrome de abstinencia pueden ocurrir después de usar drogas por largos periodos de tiempo, sea por uso médico o no médico, a menudo provocan que las personas adictas recaigan en el consumo de drogas. Los síntomas varían de acuerdo con la droga de abuso. Por ejemplo, en el caso de la heroína, los síntomas incluyen inquietud, dolor en los músculos y huesos, insomnio, diarrea, vómito y escalofríos con piel de gallina. Aprende más en: <http://www.drugabuse.gov/scienceofaddictionSP/>

9 B. Un proceso que ayuda al cuerpo a deshacerse de las drogas. El primer paso en el tratamiento de la drogadicción es liberar al cuerpo de la sustancia que se ha estado abusando. Sin embargo, la desintoxicación por sí sola no es suficiente para evitar las recaídas. La desintoxicación debe seguirse con el tratamiento adecuado, sea terapia de la conducta (en la que se conversa sobre el problema) o medicamentos (por ejemplo, cuando se reemplaza la nicotina para dejar de fumar o se usa el medicamento suboxona para la adicción a los opiáceos); o ambos. Es posible que se necesite la supervisión de un médico en el proceso de desintoxicación para reducir al mínimo los síntomas peligrosos o dolorosos, especialmente en el caso de drogas como los sedantes o los opiáceos. Aprende más en: <http://www.drugabuse.gov/scienceofaddictionSP/>

10 A. Dopamina. Algunas drogas inundan el cerebro con dopamina, lo que causa la euforia (o "high") que sienten las personas al drogarse. El uso continuado de la droga hace que el sistema de dopamina se adapte y que con el tiempo se haga menos sensible a las cosas que normalmente dan gratificación o placer, como escuchar tu música preferida o andar cogidos de la mano con tu nuevo novio o novia. Aprende más en: <http://www.drugabuse.gov/scienceofaddictionSP/>

RESPUESTAS A LAS PREGUNTAS ADICIONALES PARA LOS QUE SABEN UN POCO MÁS:

1 A. Mielina. Inhalar gases, sustancias orgánicas volátiles o marcadores puede reducir el cubrimiento de mielina que protege las células nerviosas. Sin esta protección, las células nerviosas se pueden dañar y volverse menos eficientes en la transmisión de mensajes a otras células nerviosas. Esto puede causar espasmos de los músculos, temblores o dificultad con las habilidades básicas del sistema motor como caminar, agacharse o hablar. Para más información, mira: <http://teens.drugabuse.gov/blog/word-of-the-day-axon/> (Disponible sólo en inglés).

2 D. El cerebelo. El cerebelo es la parte del cerebro que ayuda a regular la postura, el equilibrio y la coordinación al realizar actividades como jugar pelota, recoger objetos y balancearse. El cerebelo coordina nuestros movimientos musculares involuntarios como si fuésemos títeres y un titiritero nos hiciera mover los pies. Lee más en: <http://teens.drugabuse.gov/blog/word-of-the-day-cerebellum/> (Disponible sólo en inglés).

3 C. El sistema límbico. El sistema límbico está compuesto por varias estructuras del cerebro que generan nuestros sentimientos, emociones y motivaciones. También tiene un papel importante en el aprendizaje y la memoria. Al controlar nuestra habilidad para sentir placer, el sistema límbico nos motiva a repetir comportamientos que son necesarios para nuestra sobrevivencia como, por ejemplo, comer. Las drogas de abuso secuestran o toman control de este sistema haciendo que el mayor deseo de las personas sea consumir drogas y motivándolas para que repitan continuamente este comportamiento. Puedes aprender más en: <http://teens.drugabuse.gov/blog/word-day-lymbic-system/> (Disponible sólo en inglés).

4 D. Dos puños juntos. El cerebro pesa unas 3 libras y está compuesto por muchas partes que trabajan juntas como un equipo, cada una realizando un papel específico e importante. Para tener una idea del tamaño del cerebro, haz un puño con las dos manos y júntalas de manera que los nudillos estén frente a frente y las partes inferiores de las palmas se estén tocando. Puedes encontrar más información sobre el cerebro y el efecto que las drogas pueden tener sobre él en: http://teens.drugabuse.gov/facts/facts_brain1.php (Disponible sólo en inglés).

5 B. Corteza cerebral. La corteza es la parte externa del cerebro (la sustancia gris) y tiene forma de hongo. Está dividida en cuatro partes llamadas lóbulos y forma el 75 por ciento de todo el cerebro. La parte de enfrente de la corteza, a menudo llamada el lóbulo frontal, es el centro del pensamiento. Potencia nuestra capacidad para pensar, planear, resolver problemas y tomar decisiones. El exponerse a las drogas de abuso por mucho tiempo afecta la habilidad de la corteza cerebral para controlar los comportamientos relacionados con el abuso de drogas. Visita: http://teens.drugabuse.gov/facts/facts_brain1.php (Disponible sólo en inglés).



Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos

INSTITUTOS NACIONALES DE LA SALUD

NIDA NATIONAL INSTITUTE ON DRUG ABUSE

En Español

Para más información sobre las drogas y el abuso de drogas, visita drugabuse.gov o lláma al 1-877-643-2644. Número de pedido: AVD223(S).