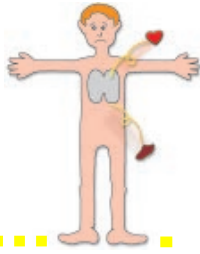


## Speed y cocaína hacen que el cuerpo corra más rápido de lo que debería ser.



Otro de los efectos de los estimulantes es *la tolerancia*. Esto significa que una persona tiene que ir tomando cantidades más grandes de droga para poder obtener el efecto deseado.

Speed y cocaína producen altos niveles de tolerancia. Y a mayor cantidad de droga mayor el peligro de daño físico y psicológico.

De hecho los estimulantes causan desgaste físico. Ya que hacen que el cuerpo corra más rápido y por más tiempo de lo que se supone debería.

Y tú sabes lo que pasa cuando empujas una cosa demasiado y por mucho tiempo: se rompe. Y eso es precisamente lo que pasa a los que usan demasiado los estimulantes.

Hay también problemas indirectos, puesto que los estimulantes quitan el hambre, el cuerpo acaba pronto con sus reservas nutritivas muy importantes para él.

Cuando las vitaminas y minerales se agotan, esto trae serios problemas de salud. Los dientes y los huesos se afectan así como el corazón, hígado y pulmones.

Otro problema puede ser la falta de sueño. Como los estimulantes permiten a una persona pasar varios días sin dormir, el cuerpo no recibe el descanso que dormir trae al cuerpo, y cuando una persona no duerme lo necesario su personalidad cambia, ese resultado puede ser muy serio y aun permanente.

Y esto es sólo el inicio de una lista grande de problemas que causan los estimulantes.

Tal vez la cosa más importante que debemos recordar es: los estimulantes destruyen muchas vidas. En pocas palabras: speed y cocaína pueden destruir tu vida.

## ¿Te Hace Falta Realmente?

**Q**uienes la usan creen que speed y cocaína son una fuente de energía para el cuerpo ya que hacen que trabaje y funcione aunque este muy cansado o tenga hambre. Pero esto no es verdad.

Lo que la droga realmente hace es permitir al cuerpo ignorar los mensajes enviados por el cerebro y el sistema nervioso central para que no sientas que “estas cansado y que necesitas comida.” Y aunque el cuerpo realmente lo necesita, la droga le hace no buscarlo.

Los estimulantes no proveen a las personas de más energía y no son un recurso ilimitado de energía de ser así ya alguien habría encontrado alguna manera de usarlo en los automóviles en lugar de gasolina.

Los estimulantes hacen perder el contacto con los sentimientos y necesidades, y aun cuando pareciera muy bonito correr continuamente por días a la vez, con miles de pensamientos destellando dentro de tu cabeza, si pierdes el contacto con tus propios sentimientos, no importa que tan rápido vas, no llegarás a ningún lado.

Así que hazte un favor: aléjate de los estimulantes. ¡Ya eres suficiente fuerte y ágil por ti mismo! ■



Esta es una en la serie de publicaciones sobre el abuso de sustancias químicas y la salud de la Do It Now Foundation. Llame o escriba por una lista de títulos disponibles.



**Do It Now Foundation**

Box 27568 ■ Tempe, AZ 85285-7568 ■ 480.736.0599

# Todo Sobre Estimulantes



## Un Reporte Especial Para Jóvenes

Una Publicación D.I.N. por Jim Parker

## ¡Más Rápido!

**T**al parece que en ocasiones todos tratamos de ir más rápido de lo que vamos.

Y no es que sea malo hacerlo así. Después de todo el que la gente quiera ir más rápido, nos ha llevado a gozar de las comodidades de los automóviles y otros medios de transporte, hasta los cohetes espaciales; de no ser por esto es probable que ni siquiera tuvieramos bicicletas, ni patines.

Pero acelerar las cosas no siempre es lo más adecuado. Algunas personas, por ejemplo, tratan de ir más rápido y se forzan más de lo que deberían, y lo hacen con la ayuda de alguna sustancia química.

Si puedes pensar en la reacción del cuerpo con relación a la velocidad, ya sea en un automóvil o en una patineta; podrás darte cuenta y saber como reacciona una persona con la cocaína

y los demás estimulantes conocidos como “speed.”

Este tipo de sustancias, aceleran todas las funciones del cuerpo, hacen que el corazón trabaje más rápido, aumentan la presión sanguínea y hacen que

tus pensamientos y emociones sean tan rápidos como los destellos incontrollables de los juegos de video.

Quitán el apetito y el deseo de dormir, aumentan los sentimientos de confianza, control, agilidad mental, y fuerza, al menos por un corto tiempo.

**Corriendo:** Speed hace que el cuerpo funcione como si estuviera realizando trabajo pesado.

Es como correr una competencia sin llegar a ningún lugar.

¡Bienvenido a Edge City!

## Los estimulantes hacen lo que tal vez tu crees que hacen: Estimulan, o aceleran, la mente y el cuerpo.



Si todo esto te parece emocionante o divertido, tienes que entender que esto es sólo la mitad de lo que tú debes saber sobre los estimulantes, ya que al igual que en otros casos, conocer sólo la mitad acerca de cocaína y speed puede ser muy peligroso.

¿Quieres escuchar la otra mitad? Pues sigue leyendo porque precisamente es lo que este folleto te explicará. ¡Qué coincidencia!, ¿eh?

### Café, Coca y “Crack”

“Speed” es el grupo de drogas conocidos como estimulantes. Se les llama estimulantes porque precisamente es lo que hacen, estimulan o aceleran la mente y el cuerpo. Se usan muchos estimulantes hoy en día. Y probablemente has escuchado de ellos, los tres más populares son cafeína, anfetaminas y cocaína.

■ **Cafeína.** El estimulante más conocido en el mundo hoy en día es la cafeína. La encontramos en el café, así como en los refrescos de cola y otros. También se encuentra en muchas medicinas y pastillas para no dormir.

Las personas las toman cada día en una forma o en otra. Escuchamos a algunos decir, no me siento completamente despierto sin mi primer taza de café. Esto es porque la cafeína reduce los sentimientos de fatiga y lo pone a uno alerta.

Y al igual que otros estimulantes la cafeína se puede convertir en un hábito, lo cual quiere decir que la primer tacita de café en la mañana puede llevarte a una taza cada mañana, luego tal vez la segunda y así sucesivamente hasta tomar café todo el día.

■ **Anfetaminas.** Este es un estimulante potente que se ha venido usando por muchos años en las pastillas para dieta. Y esto es porque la anfetamina destruye el deseo por la comida, y así quienes la toman ni siquiera quieren pensar en comida.

Desafortunadamente el peso perdido con estas drogas es sólo temporal. Cuando la persona deja de tomar las pastillas, el apetito regresa y muchas veces más fuerte que antes, lo cual lleva a otra dieta, más pastillas y problemas más grandes.

■ **Cocaína.** Es la droga más popular entre las llamadas “speed.” Pero desafortunadamente puede ser también la más peligrosa. Se vende en forma de polvo blanco o en forma de pequeñas piedras y puede ser inhalada, inyectada o fumada.

La forma de cocaína que está causando muchos problemas hoy día, es la que se conoce como “roca” o “crack.” “Roca” se le dió este nombre por la forma en que es vendida—en forma de roca—y ha ganado gran reputación por la cantidad de vidas que ha destruido.

Ya que “roca” es una forma muy concentrada de cocaína—y como es inhalada—y va directamente a los pulmones de quienes la fuman en pequeñas pipas es considerada una de las drogas más adictivas.

Lo cual quiere decir que aunque la gente la empieza a usar a fin de sentirse bien, terminan usándola para no sentirse mal.

### Desgaste Físico

Como ya hemos mencionado los efectos de los diferentes estimulantes son similares: reducen el hambre y la fatiga e incrementan en gran manera la fuerza, agilidad y bienestar.

En general, entre más poderoso el estimulante, mayor la intensidad de sus efectos, y mayor el peligro para quien la usa.

**Bombas Químicas:** Los efectos de speed y cocaína no vienen sin precio. Causan serio desgaste y sufrimiento al cerebro y al cuerpo.

