



Tomar calmantes es como poner un cojín sobre un detector de humo en una casa en fuego.

Este algo puede ser un calmante, alcohol y aún puede ser un helado triple de chocolate, sea lo que sea, si dependes de ello, usualmente, tienes problemas.

Y mientras algunas dependencias son problemas más grandes que otras, (los helados de chocolate son un problema más grande para alguien que está gordo, que para alguien que no lo está).

Los calmantes pueden ser el problema más grande que alguien pueda tener.

Tomar calmantes es como poner un cojín sobre un detector de humo en una casa en fuego. El cojín te podrá ayudar a no ser molestado por el ruido del detector, sin embargo, no hará nada para impedir que tu casa se queme.

Otro de los problemas de los calmantes es la adicción (quiere decir que alguien se pone muy enfermo si dejan de usarlos por un corto tiempo) y mientras están adictos sus problemas se empeoran mucho más.

Por eso decimos que tomar calmantes es como poner un cojín sobre un detector de humo cuando la casa se está quemando, el cojín evitará que el ruido te moleste, pero no hará nada para evitar que tu casa se queme.

Tampoco lo harán los calmantes.

Otro problema que causan los calmantes es la sobredosis, que puede ocurrir por tomar demasiados calmantes o—como mencionamos antes —por combinarlos con alcohol.

De cualquier forma una sobredosis es muy peligrosa y aun mortal.

La línea entre drogarse y matarse es tan angosta como para dar miedo, y es tan angosta que muchas personas nunca la llegan a ver.

¿Qué Hacer?

Cuál es la respuesta acerca de los calmantes? Desafortunadamente no hay solo una, porque aún con todos los problemas que causan, cuando son usados cuidadosamente y bajo la dirección médica pueden ser el medio para mostrar a la gente como relajarse a fin de reducir la tensión o 'stress' en sus vidas.



Sin embargo, no son para todos. Ni aún para la mayoría de la gente. Ya que ni el mejor calmante o pastilla para dormir trabaja mejor que nosotros mismos para reducir la tensión nerviosa y dormir naturalmente.

Así que a menos que un médico te diga que tienes que tomarlos, mantente lo más alejado posible de los calmantes.

Por que los calmantes son un camino corto que estarás feliz de nunca haber tomado.



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 completa de títulos disponibles.



Do It Now Foundation

Box 27568 ■ Tempe, AZ 85285-7568 ■ 480.736.0599

Todo Sobre Calmantes



Un Reporte Especial Para Jóvenes

Caminos Más Cortos

Una de las tendencias de la humanidad es encontrar siempre caminos más cortos.

Ya sea un camino para llegar más pronto de la escuela a la casa, o una manera de prepararnos más pronto para el examen de mañana.

Y siempre confiamos en lo bueno que somos para encontrar maneras más fáciles a fin de hacer más cosas en el menor tiempo posible.

Esta es una razón por la que las drogas calmantes se usan tanto hoy en día. Parecen ofrecer a la gente un escape; un escape de las cosas que las ponen tensas, irritables, y hacen infelices a las personas.

Por esta razón hemos escrito este folleto, para ponerte al tanto de las cosas que tú debes saber, sobre el grupo más grande de drogas usadas en América hoy día: los calmantes.

Y es información que realmente debes conocer, ya que muchas veces un escape fácil puede resultar ser un camino más corto hacia problemas.

La Pura Verdad

¿Qué son los calmantes?

Se llama calmante a cualquier droga que retarda las funciones del cuerpo.

Pero para los propósitos de este folleto llamaremos calmante a cualquier droga de receta que se use para aliviar la tensión nerviosa o para dormir.

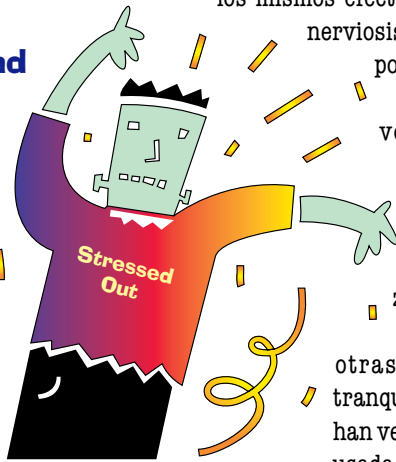
Dejando fuera a otras drogas que causan efectos similares como el alcohol, la heroína, etc.

El efecto que causan los calmantes es de retardar o reducir el funcionamiento del cerebro y el sistema nervioso, lo cual permite al cuerpo dos cosas: relajarse y dormir.

Por esta razón los doctores recetan tanto los calmantes como tranquilizantes y pastillas para dormir.

Sin embargo, el hecho de que los doctores receten

Demasiada tensión nerviosa: Mucha gente usa los calmantes porque piensa que necesita ayuda para relajarse.



El efecto principal de los calmantes es de deprimir el cerebro y sistema nervioso central.



los calmantes no quiere decir que estos no hagan daño; si lo hacen, especialmente cuando se toman incorrectamente o cuando se toman varios en poco tiempo. Los calmantes pueden causar serios problemas y aún la muerte.

Si deseas tener una mejor idea de como una dosis ordinaria de calmantes afecta el cuerpo, piensa en el alcohol.

Ya que en muchas maneras el alcohol produce los mismos efectos que los calmantes, reduce el nerviosismo y aumenta el relajamiento, y por tal razón la persona se duerme.

Pero como el alcohol es un veneno para el cuerpo causa muchos efectos malos para la salud.

Y por esto se ha dejado de usar el alcohol como tranquilizante.

Pero en América, así como en otras partes del mundo, los tranquilizantes y píldoras para dormir han venido a ser la forma de droga más usada hoy en día.

Efectos en Acción

Si todavía no alcanzas una idea clara de como los calmantes afectan la gente, piensa en alguien tomando alcohol.

Una dosis regular de calmante generalmente

afecta igual que lo hace uno o dos vasos de cerveza ó vino.

Usualmente la persona se muestra más amigable, relajada y menos tímida, esto con una dosis pequeña.

Con dosis más grandes se producen los mismos efectos que con más cantidades de alcohol: Se afecta el habla y los movimientos del cuerpo se hacen más lentos y sin control.

De hecho las personas que toman grandes dosis de calmantes actúan de la misma manera que alguien que está borracho, la única diferencia es que su aliento no es alcohólico, a menos que también haya estado tomando.

Esto nos deja ver uno de los peligros de los calmantes, el riesgo y peligro que traen cuando se toman junto con alcohol ya que ambos afectan al cuerpo en maneras similares, usarlos trae un riesgo mucho mayor.

Como el hígado se encarga de filtrarlos del cuerpo, cuando los dos están en el, no dejan al hígado hacer su trabajo adecuadamente.

Esta es una razón para no combinar calmantes y alcohol.

Los peligros son tan grandes que no justifican los riesgos.



Drogado. Los calmantes hacen más difícil el poder concentrarse y aun pensar.

Otros Riesgos

Otro de los riesgos es el peligro de la dependencia o adicción. ¿Qué es la dependencia?

Podemos decir que es lo que le sucede a una persona que tiene que tomar algo muy a seguido a fin de funcionar adecuadamente.