

Drogas... ¿sabes qué son?



DROGAS... ¿SABES QUÉ SON?



¿QUÉ SON?

Otros nombres

para drogas: fármaco, sustancias psicoactivas, estupefacientes, narcóticos, productos químicos tóxicos...



Seguro que estando con amigos ha salido muchas veces el tema de las drogas y sabes qué son ¿verdad? Pero ¿realmente lo sabes? ¿Conoces los efectos que tienen las drogas? Y sobre todo, ¿eres consciente de cómo pueden afectarte cuando conduces?

Si entras en el apartado ["Diccionario"](#) podrás ver muchas palabras relacionadas con las drogas que es importante que conozcas, por ejemplo: tolerancia, síndrome de abstinencia, dependencia...



¿QUÉ SON?

Si buscas la definición de drogas, encontrarás que es "toda sustancia que, introducida en el organismo por cualquier vía, produce una alteración del funcionamiento del sistema nervioso central del individuo y puede crear dependencia, psicológica, física o ambas". Y esto, ¿qué quiere decir? Pues significa que una droga es algo que al entrar en tu cuerpo afecta a tu cerebro, haciendo que tengas comportamientos diferentes o raros, que no puedes controlar, y que si la tomas con frecuencia, puede convertirse en algo necesario para sentirte bien o para evitar que te sientas mal.

¿Son todas las drogas iguales? Seguro que sabes que hay muchos tipos de drogas y que tienen diferentes efectos o consecuencias en el cerebro y en el cuerpo. Aquí tienes alguna clasificación de las drogas:

Drogas legales e ilegales

Piensa en una droga... ¿Cuál se te ha ocurrido?

¿Cocaína, heroína...? En general, si le preguntas a una persona sobre drogas, suele pensar en las ilegales. Las drogas ilegales son aquellas que la ley prohíbe como por ejemplo la cocaína, la marihuana, la heroína... No se permite su consumo, ni su compra o venta ni su cultivo o fabricación.

Pero recuerda que hay algunas sustancias que en nuestro país son legales y también son drogas (porque al tomarlas, producen cambios en nuestro cerebro) como por ejemplo el tabaco, el alcohol, los medicamentos... Pero es importante que recuerdes, que no siempre son legales. El tabaco y el alcohol son ilegales para menores de 18 años.

Efectos que producen

¿Si te metes una raya de cocaína es igual que si te fumas un porro o te bebes una copa? Podemos diferenciar tres grupos de drogas, dependiendo de cómo afecten a nuestro cerebro:

- **Depresoras:** producen un funcionamiento más lento del cerebro, lo "adormecen". Pueden provocar desde desinhibición hasta el coma. En este grupo está el alcohol, la heroína, la morfina...
- **Estimulantes:** aceleran el funcionamiento del cerebro, quitando el sueño, provocando que estés muy activo e inquieto. ¿Se te ocurre alguna? Algunos ejemplos son las anfetaminas y la cocaína y también la nicotina del tabaco o la cafeína.
- **Perturbadoras:** alteran el funcionamiento del cerebro y pueden producir, entre otras cosas, alucinaciones (hacer que veas, huelas, escuches o sientas cosas que en realidad no hay). Esto puede pasar con las setas, LSD, éxtasis, marihuana...

Formas de consumo

- Dependiendo de cuál sea la vía de administración, es decir de cómo se tome la droga, seguirá un proceso de absorción (recorrido de la droga hasta llegar a la sangre) y los efectos aparecerán más rápidamente o más lentamente.
- Seguro que ya has pensado que se pueden inyectar, esnifar... ¿se te ocurre alguna otra forma?
- **Ingestión:** tragar la droga directamente, como pasa con las pastillas o el alcohol. Suele ser de absorción lenta, a través de la sangre pasa por el estómago, hígado, corazón, pulmones y al final llega al cerebro. Es decir, suelen tardar en hacer efecto, excepto el alcohol.
- **Mascada:** antes de tragarla, se mastica. Por ejemplo las setas. El cuerpo la absorbe por la mucosa bucal (la parte interna de la boca).
- **Intranasal (esnifada):** la droga se absorbe a través de la nariz como por ejemplo la cocaína.
- **Inhalación:** por ejemplo el pegamento, pinturas, esprays... Se inhala (respirar los vapores) de la sustancia, por lo que se absorbe por los pulmones, llegando al cerebro en muy pocos segundos y haciendo efecto casi inmediato. Esta forma crea dependencia muy rápidamente.
- **Fumada:** como por ejemplo el tabaco o el hachís. Se puede fumar la sustancia pura o mezclada con el tabaco.
- **Intravenosa (inyectada):** la heroína puede consumirse así. Se inyecta la sustancia en la vena, entrando directamente en la sangre. Es la que crea dependencia más rápidamente y además hay muchos riesgos de sobredosis, intoxicación e infección.



¿Sabías que...?

Hay muchas drogas y cada una tiene unos efectos, dependiendo de cuánto has tomado, qué, cómo... pero aunque ya se hayan pasado los efectos de la droga y creas que estás bien, sigue habiendo restos en tu cuerpo (para que desaparezca totalmente puedes necesitar varios días). Eso quiere decir que si te tienes que hacer una analítica o te paran y te hacen un control de drogas, puede dar positivo.

El alcohol y el tabaco son drogas legales pero hay muchísimas más muertes por el consumo de alcohol y tabaco que por cualquier otra droga...



"Las drogas no son buenas ni malas, depende del uso que hagas de ellas."

FALSO: Las drogas (menos los medicamentos que se utilizan siguiendo las indicaciones del doctor) son sustancias tóxicas y desde la primera vez que las consumes, pueden afectar a tu salud. ¿Te atreverías a decir que las pistolas no son buenas ni malas? Pues lo mismo sucede con las drogas...

"Las drogas ilegales como por ejemplo la cocaína y la marihuana son más peligrosas que las legales, como por ejemplo el alcohol y el tabaco."

FALSO: Las drogas legales, como por ejemplo el alcohol, pueden crear más dependencia física y psicológica que algunas drogas ilegales.

Tipos :

Tipos y sus efectos



¿Sabes cuántos tipos de drogas hay? y cómo te afectan si tomas drogas y conduces? En este apartado podrás conocer algunas, las más consumidas y cómo te influyen.

Si quieres sa  nías sobre estas drogas u otras y sus efectos a corto y largo plazo, entra en ["Enlaces de interés"](#)

Drogas
y conducción

Tipos :

Tipos y sus efectos

Alcohol



Otros nombres

Caña, cubata, tinto, licor, copa, chupito...



Legal



Depresoras



¿Qué es?

El alcohol es, junto con el tabaco, una de las drogas legales más consumidas (legal para los mayores de 18 años).

Cuando hablamos de alcohol, nos referimos a aquellas bebidas que contienen alcohol etílico, que es el que produce los efectos que seguro conoces... ¿o no los conoces tan bien?

El alcohol no influye a todas las personas por igual, depende de muchos factores, pero sobre todo de la graduación alcohólica, es decir la cantidad de alcohol (no tiene la misma graduación una copa whisky que una cerveza) y de la cantidad que se haya bebido. ¿Te suenan estas fases?

Estar con el punto" o "contentillo" (en la sangre hay como mucho 0'5 g/l de alcohol): cuando has bebido poquito, el alcohol te desinhibe (haces cosas que normalmente no harías), te relaja, hace que te relaciones más fácilmente con la gente, que te rías, tienes sensación de seguridad y de "controlar" pero también disminuye la capacidad de reacción.

• "Estar pedo" (en la sangre, hay entre 1-2 g/l de alcohol): empiezas a perder el control. Cuesta hablar y coordinar los movimientos, ves las cosas borrosas, empiezas a tener sueño, puede que mareos y vómitos e incluso que te pongas agresivo o agresiva.

• "Coma etílico" (a partir de 4 g/l de alcohol en sangre): tu cuerpo ya no puede aguantar tanto alcohol (intoxicación aguda) puedes desmayarte y perder la conciencia o tener una parada cardio-respiratoria, que puede llegar a provocar la muerte.

Efectos a la hora de conducir

FASE	TASA DE ALCOHOL	EFEKTOS
Inicio de zona de riesgo	0,15 a 0,25 mg/l en aire espirado	Hay pequeñas alteraciones en la visión, pérdida de reflejos... aunque pueden pasar desapercibidos (tal vez ni te des cuenta).
Zona de Alarma	0,25 a 0,50 mg/l en aire espirado	Comienza a perderse la capacidad de reaccionar, sensación de falsa seguridad "yo controlo". Pero a partir de aquí si surge algún imprevisto, es difícil de controlar.
Conducción peligrosa	0,50 a 0,60 mg/l en aire espirado	Reflejos y capacidad de respuesta ante imprevistos mucho más lentos de lo normal. Dificultades para controlar los movimientos. Gran dificultad para mantener la atención y la concentración.
Conducción altamente peligrosa	0,60 a 1,25 mg/l en aire espirado	Gran dificultad de reacción y de coordinación (para caminar, hablar y, por supuesto, para conducir). Visión doble o borrosa.
Conducción Imposible	más de 1,25 mg/l en aire espirado	Alto riesgo de quedarse dormido mientras se conduce. En caso de surgir algún imprevisto, imposibilidad de reaccionar a tiempo, no hay control.

El alcohol y otras drogas

- * **Alcohol + cannabis:** cuando se mezcla el alcohol y el cannabis, hacen que te vuelvas más torpe (mayor dificultad para coordinar los movimientos), aumentan los problemas de memoria, de concentración y dificulta la capacidad para tomar decisiones. Puede producir ansiedad y como el cannabis es una droga perturbadora, puede darse una alteración de los estímulos sensoriales (lo que vemos, oímos, olemos...).
- * **Alcohol + cocaína:** al tomar cocaína se "camuflan" los efectos del alcohol (parece que el alcohol no te afecta) y hay una falsa sensación de tus capacidades. Crees que ves mejor, que mejora tu atención y coordinación pero no es real, tus capacidades empeoran. Algo característico de la cocaína, es que puede producirte visión de túnel, se reduce el campo visual y sólo ves lo que tienes justo enfrente, no lo de los lados.
- * **Alcohol + medicamentos:** en general, mezclar el alcohol con otros medicamentos puede producir euforia descontrolada (gran sensación de bienestar, felicidad...) o una fuerte necesidad de dormir, pasando de un extremo al otro de manera inesperada. En los prospectos médicos indican cómo puede influir esta mezcla.



¿Sabías que...?

La palabra alcohol viene de la palabra árabe "kohol" que es un polvo negro muy fino que usan mujeres y hombres desde la antigüedad para maquillarse los ojos (por ejemplo los faraones) y protegerlos en el desierto.

En España, todos los años mueren más de 12.000 personas por efecto directo de las bebidas alcohólicas. Y en Europa, una de cada cuatro muertes de jóvenes de 15 a 29 años, es por el alcohol.

Cuando bebes, el alcohol pasa a tu sangre y llega al cerebro. El momento en que más alcohol hay en sangre, es entre los 25 y los 90 minutos después de haber bebido. Pero después de esos 90 minutos, el alcohol no desaparece. Para que tu cuerpo lo elimine totalmente y esté "limpio" necesita unas 8 o 10 horas.



"Si mi amigo y yo bebemos lo mismo, estaremos igual de pedo y daremos lo mismo en un control de alcoholemia"

FALSO: La tasa de alcoholemia depende de muchos factores, como el sexo (si eres mujer u hombre) y el peso corporal (es diferente pesar poco o mucho). Tomando la misma cantidad de alcohol una mujer o una persona delgada, tendrá mayor tasa de alcoholemia que un hombre o una persona con más peso. Otros factores que pueden influir son la edad, cuánto has bebido (no es igual una copa que cinco) y la rapidez con que lo has hecho (en una hora, en tres...), el tipo de bebida (una caña o un tequila), cuánto hace que has bebido, si has comido algo o nada... Recuerda que desde la primera copa, aunque no te lo parezca, tu capacidad para conducir ya se ve afectada.

"El alcohol te ayuda a ligar y relacionarte"

FALSO: Es cierto que el alcohol cuando has bebido poco te desinhibe, puede parecer que eres menos tímido y hacer cosas que normalmente no harías, porque controlas menos tu comportamiento. Pero a lo mejor ese nuevo comportamiento no le gusta a los demás, pueden verte como un pesado o puede que tú hagas cosas de las que te arrepientas al día siguiente.

Tipos :

Tipos y sus efectos

Cannabis



Otros nombres

- Porros, costo, hachís, peta, marihuana, maría, chocolate, canutos, polen...



ilegal



Perturbadoras



¿Qué es?

El cannabis es una planta de la que se obtienen diferentes tipos de drogas, dependiendo de la parte que se utilice y de cómo se trate (qué se haga con esas partes). Con la resina que se saca de los cogollos de la planta, mezclándolo con otras sustancias se hace el hachís, una pasta marrón. Si se trituran o machacan esos cogollos, entonces es lo que llamamos marihuana.

Esta droga es muy popular, sobre todo entre los jóvenes, para "echar unas risas" pero además de la relajación y esas risas, tiene muchos otros efectos, menos divertidos.

Efectos a la hora de conducir

Esta droga hace que te sientas más relajado o relajada, es como si te quitase la energía, aumentando el cansancio y la necesidad de dormir. Tu cuerpo y cabeza van más lentos y puedes tener bajadas de tensión. Te cuesta mantener la atención y estar vigilante, puede costarte incluso pensar. Puedes tener una falsa sensación de seguridad, de que no te va a pasar nada, que no seas consciente del peligro. Por eso, si surge algún imprevisto cuando conduces, te va a costar reaccionar a tiempo. Además, al ser una droga perturbadora, puedes tener dificultad para ver algunos colores e incluso tener alucinaciones (ver o sentir cosas que en realidad no hay).

¿Te imaginas que te sucediese esto mientras conduces?



¿Sabías que...?

El instituto Británico del Pulmón calcula que fumar tres porros perjudica a los pulmones igual que fumar 20 cigarrillos.

Estudios arqueológicos indican que en el 8.000 a. C., ya se cultivaba marihuana. Desde entonces se ha utilizado para muchas cosas como por ejemplo para hacer ropa, cuerdas, alimentos, como medicina para los dolores, para hacer papel...

Al ser ilegal, no pasa por controles de calidad. ¿Que cómo te influye eso? Para aumentar su peso, que parezca más grande y así vender más, se mezcla con cosas como estiércol, alquitrán, clara de huevo, henna para el pelo, ceras, goma de neumáticos...



"El cannabis es la única droga que no afecta para conducir"

FALSO: Todas las drogas afectan a la conducción. El cannabis dificulta la coordinación, aumenta el tiempo de reacción (si hay algún imprevisto, te costará reaccionar) y puede hacer que no seas consciente de los riesgos.

Tipos :

Tipos y sus efectos

Benzodiacepinas



Otros nombres

- Benzos, ansiolíticos, pastillas para dormir...



Legal



Depresoras



¿Qué es?

Es un medicamento, que reduce la ansiedad y actúa como un calmante, para que sientas menos dolor. Debes tomarlas sólo si un médico te las receta y cumpliendo con sus indicaciones, ya que si no lo haces, es muy fácil depender o "engancharte" a estas pastillas.

Efectos a la hora de conducir

Este medicamento se usa para conseguir que los músculos se relajen, que te sientas más tranquilo y calmado, reduciendo tu estado de alerta y vigilancia. Se suele recetar para problemas de sueño como por ejemplo el insomnio. Es decir, hacen que poco a poco pierdas el control de tu cuerpo, que se relajen tus músculos, lo cual puede hacer que la conducción sea imposible.



¿Sabías que...?

Como es una medicina que puede crear dependencia fácilmente, cuando el médico decide que ya no es necesario seguir tomándola, no dejas de tomarla de golpe o inmediatamente, como por ejemplo con un tratamiento para el catarro. Se va dejando de manera gradual, cada vez se toma menos cantidad de benzodiazepinas o se toman con menos frecuencia, para evitar el síndrome de abstinencia (consecuencias negativas y malestar al dejar de tomarlas).



“El cannabis es la única droga que no afecta para conducir”

FALSO: Todas las drogas afectan a la conducción. El cannabis dificulta la coordinación, aumenta el tiempo de reacción (si hay algún imprevisto, te costará reaccionar) y puede hacer que no seas consciente de los riesgos.

Tipos :

Tipos y sus efectos

Medicamentos



Otros nombres

- Fármacos, psicofármacos...



Estimulante



Depresoras



Legal

Perturbadoras



¿Qué es?

Son pastilla, cápsulas y jarabes que elaboran las empresas farmacéuticas o los profesionales farmacéuticos para prevenir, curar o reducir los síntomas de una enfermedad.

Hay algunos medicamentos que se llaman psicoactivos (significa que afectan al Sistema Nervioso Central) que para tomarlos necesitas que te los recete un médico y cumplir con el tratamiento que te diga. Sin embargo, otros medicamentos pueden conseguirse sin la receta médica, puedes comprarlos directamente en la farmacia, porque son menos peligrosos.



Efectos a la hora de conducir

Es posible que conozcas o te suenen los efectos de los psicofármacos. Los medicamentos que se usan para corregir por ejemplo la depresión, ansiedad, alucinaciones. Pero también hay medicamentos que utilizamos normalmente, y pueden tener efectos negativos en la conducción. Algunos ejemplos:

- ~ Medicamentos para resfriados, alergias o tos: pueden producir sueño;
- ~ Medicamentos para problemas de corazón: a veces pueden producir complicaciones en la visión por ejemplo para ver los colores, aparición de vértigos, dolores fuertes de cabeza y mareos, etc.
- ~ Medicación para la diabetes: a algunas personas puede darles mareos, debilidad general y cansancio muscular.

Si quieres saber qué efectos negativos puede tener un medicamento en particular, o si se puede conducir cuando los tomas o no, pregunta a tu médico y lee atentamente el prospecto. No es ninguna tontería, podrías estar poniéndote en peligro a ti y a otras personas, sin saberlo.

¿Sabías que...?

El medicamento más usado en todo el mundo es la aspirina. Desde que los laboratorios Bayer la pusieron en venta en 1899, se han consumido más de 350 billones (¡350 millones de millones!) de aspirinas.



Si me encuentro mal, no hace falta que un médico me diga qué tomar. Más o menos sé qué medicina es buena para que se me pase."

FALSO: Tal vez creas que sabes lo que tienes y lo que puedes tomar pero es muy importante que tomes los medicamentos según te indica el doctor o doctora: cuántos tomar -¿1 o 2 al día?-, cada cuánto tiempo - ¿cada 8 horas, cada 12...?-, durante cuánto tiempo -¿7 días, 15 días, un mes...?-. Si no lo haces así, puede que el medicamento no te haga efecto, o si es un medicamento fuerte, como por ejemplo los tranquilizantes, puedes llegar a tener dependencia de ellos. O puede que, sin saberlo, si conduces, te estés poniendo en peligro porque ese medicamento te afecta de algún modo.



Tipos :

Tipos y sus efectos

Cocaína



Otros nombres

- Coca, farlopa, nieve, raya, tiro, merca, perico, crack...



ilegal



Estimulante



¿Qué es?

Tú qué crees ¿la cocaína es una planta o se hace en un laboratorio? Las dos cosas a la vez, es una sustancia semisintética. Es decir, se obtiene de las hojas de la coca (un arbusto que se cultiva por América del Sur, en Bolivia, Colombia y Perú) y después pasa por un proceso químico. Normalmente se esnifa (la gente lo llama "meterse un tiro o una raya") aunque también puede fumarse (aquí la coca tiene forma de cristales y se le llama crack) o inyectarse, pero esto cada vez se hace menos porque es muy arriesgado.

Es una droga muy adictiva, a pesar de tener muchas consecuencias negativas. Tiene un efecto muy rápido pero dura poco tiempo (entre 30 o 45 minutos) lo que puede hacer que la gente la consuma muchas veces para que los efectos duren más.



Efectos a la hora de conducir

La cocaína es un estimulante, cuando la tomas los efectos son de "subidón": te aceleras (tu corazón va más rápido, las pupilas se dilatan y sube tu temperatura corporal), te sientes eufórico, no paras de hablar con todo el mundo (a esto se le llama verborrea), estás hiperactivo, con una falsa sensación de seguridad y sobrevaloras tus capacidades ("todo va genial", "yo controlo", "a mí no me va a pasar nada", "soy el rey de la carretera"...). Pero cuando el efecto se pasa, sucede justo lo contrario, te viene el "bajón": necesitas dormir, sientes cansancio, todo te molesta, puedes comportarte de manera agresiva... Si conduces, te resultará muy difícil mantener la atención en la carretera, mantenerte despierto. Además, algo característico al tomar cocaína, es que se reduce tu campo visual y puedes tener "visión en túnel". Es decir, ves lo que tienes justo enfrente pero no lo de los lados. ¿Te das cuenta de lo peligroso que puede ser conducir así? ¿Qué puede pasar con los coches que estén en otros carriles o con los peatones o con los cruces...

Es decir, ves lo que tienes justo enfrente pero no lo de los lados. ¿Te das cuenta de lo peligroso que puede ser conducir así? ¿Qué puede pasar con los coches que estén en otros carriles o con los peatones o con los cruces...?

Además, si tomas cocaína de manera habitual, puedes llegar a tener alucinaciones, paranoias (creer que te persiguen, que todo el mundo te mira...) e incluso depresión además de numerosos problemas de salud por ejemplo de corazón, de pulmones, de riñones...

¿Sabías que...?

Durante los primeros años del siglo XX, el principio activo de la coca se utilizó en la elaboración de algunas bebidas como la Coca Cola y también en el vino Mariani.

El crack es el nombre que se da a la cocaína en forma de cristales. Se llama así porque al fumarla o calentar la mezcla para fumarla cruje, parece que haga "crac".

En los países de América del Sur donde se cultiva la coca (Colombia, Bolivia y Perú), se mastican las hojas de coca cuando se sube a montañas de mucha altura, para no sentirse mal por la falta de oxígeno. En estos casos, el efecto de masticar las hojas es parecido a tomar un par de tazas de café.





"Pues yo conozco a gente que se mete rayas y conduce y no le pasa nada... ¡no es para tanto!"

FALSO: Cuando tomas coca y estás en la fase de "subidón", crees que no te va a pasar nada y tienes una falsa sensación de seguridad y de estar mejor que nunca. Pero cuando estás en la fase de "bajón", que viene de repente, entonces empieza el cansancio, agresividad, sueño... Es cuestión de tiempo que tengas un accidente. Piensa bien en las consecuencias que puede tener para ti o para otras personas.



Tipos :

Tipos y sus efectos

Cocaína



Otros nombres

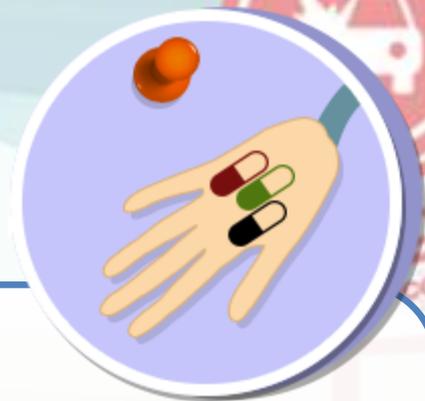
Anfetas.



Legal



Estimulante



¿Qué es?

Es un medicamento, unas pastillas o cápsulas de diferentes formas y colores. Se pueden recetar para subir el ánimo y aumentar los niveles de energía y la atención (por ejemplo para personas que tienen hiperactividad o falta de atención) y en algunos casos para perder peso. Si las compras sin receta, no es legal. El riesgo de adicción y dependencia a este medicamento es muy alto, casi igual que a la cocaína.

Efectos a la hora de conducir

Las anfetaminas aumentan el estado de alerta, que estés en tensión y vigilante. También aumentan la sensación de seguridad pero no es real, disminuye el cansancio, el hambre y el sueño. A veces pueden producir temblores, ansiedad, irritabilidad, ira repentina y sin motivo y un comportamiento impulsivo y descontrolado. Hacen que te sientas activo o activa, pero en ocasiones, puede darse un efecto rebote, que hace que de manera repentina tengas una fuerte necesidad de dormir.



¿Sabías que...?

El uso de las anfetaminas empezó a generalizarse durante la Segunda Guerra Mundial. Los dos bandos que se enfrentaban las usaban para que los soldados estuviesen más despiertos y no sintiesen el cansancio o el hambre, que aguantasen más y fuesen más agresivos. A los kamikazes japoneses (los pilotos de aviones que en lugar de tirar bombas estrellaban sus aviones contra los objetivos) se les daba una importante cantidad antes de sus misiones suicidas.



"Si las tomo alguna vez para ayudarme a concentrarme, por ejemplo sólo en época de exámenes, no pasa nada".

FALSO: Las anfetaminas son muy adictivas, aunque las tomes muy pocas veces, puede tener consecuencias negativas en tu organismo y si conduces, aunque creas que no te va a pasar nada, puedes tener problemas.

Tipos :

Tipos y sus efectos

Éxtasis



Otros nombres

MDMA, XTC, eme, chupaditas, cristal...



ilegal



Perturbadoras



¿Qué es?

Es un derivado de las anfetaminas, se obtiene de las anfetaminas, y tiene efectos similares a ellas. Es una "droga de síntesis" o "de diseño", es decir que se producen en laboratorios ilegales. Tiene fuertes efectos estimulantes y pueden producir alucinaciones o ataques de pánico.

El éxtasis suele consumirse en forma de pastillas de colores, pero cada vez se toma más en forma de polvo cristalino (cristal) que se chupa.

Efectos a la hora de conducir

El efecto suele tener dos fases, igual que pasa con la cocaína. Después de tomar la droga hay una fase de subida física y psicológica: sensación de euforia, mayor confianza y concentración, facilidad para relacionarte con otras personas... Pero después de 3 o 5 horas, empieza la fase de bajada, con los efectos contrarios: depresión, insomnio, agotamiento...

También pueden producir complicaciones en la percepción de la realidad: visión borrosa, deslumbramientos, sensibilidad a la luz, manchas de luz...



¿Sabías que...?

El MDMA se utilizó hasta los años sesenta en tratamientos psiquiátricos, pero se dejó de utilizar por los efectos secundarios que provocaba.

Cuando se mezcla el éxtasis con el alcohol, te puede dar un "golpe de calor". El cuerpo se deshidrata, te sube mucho la temperatura y puedes sufrir mareos, vómitos, calambres, taquicardia, el corazón late más deprisa, e incluso paranoias: creer que te persiguen, que la gente te mira, que te espían...



"Las pastillas no son peligrosas si las tomas sólo el fin de semana"

FALSO: Algunos de las consecuencias negativas de las pastillas, por ejemplo el golpe de calor, pueden aparecer independientemente de cuántas veces las tomes. Y si tomas pastillas el fin de semana, para salir de fiesta, y coges el coche, estás poniendo en peligro tu vida y la de los demás.

Tipos :

Tipos y sus efectos

Speed



Otros nombres

Metanfetaminas, ice, hielo...



ilegal



Perturbadoras



¿Qué es?

Es otro derivado de las anfetaminas y tiene efectos similares a ellas. Igual que el éxtasis, es una droga "de síntesis" o "de diseño", es decir que se produce en laboratorios ilegales. Tiene fuertes efectos estimulantes y pueden producir alucinaciones o ataques de pánico.

El speed puede presentarse en pastillas o como un polvo amarillento que se inhala.



gas
ción
on

Efectos a la hora de conducir

Los efectos son casi iguales a los del éxtasis, suele tener dos fases. Después de tomar la droga hay una fase de subida física y psicológica: sensación de euforia, mayor confianza y concentración, facilidad para relacionarte con otras personas... Pero después de 3 o 5 horas, empieza la fase de bajada, con los efectos contrarios: depresión, insomnio, agotamiento...

También pueden producir complicaciones en la percepción de la realidad. Por ejemplo visión borrosa, deslumbramientos, sensibilidad a la luz, manchas de luz...



¿Sabías que...?

El speed cuando se consume esnifado puede hacer que te sangre un poco la nariz. Al machacar el speed, no se queda hecho polvo como la cocaína, si no que deja aristas o piquitos sin romper que pueden arañar el tabique nasal y hacer que sangres.



"El speed hace menos daño que la cocaína."

FALSO: Ambas sustancias generan alto nivel de tolerancia y dependencia, pudiendo producir muchos daños y alteraciones en el organismo.

Tipos :

Tipos y sus efectos

Tabaco

Otros nombres

Cigarrillo, pitillo, piti, puro...



Legal



Estimulante



¿Qué es?

Es legal, para las personas mayores de 18 años, no para los menores, y lo consume mucha gente, pero el tabaco sigue siendo una droga. Produce mucha dependencia, física (seguro que has oído hablar del mono, ese sentimiento de malestar al dejar de fumar) y especialmente psicológica.



Efectos a la hora de conducir

Algo que ya sabe prácticamente todo el mundo, es que el tabaco es muy negativo para la salud, pero ¿influye en la conducción?

En este caso, a diferencia del resto de drogas, el tabaco puede influir negativamente en la conducción por las distracciones que puede provocar. Sacar el cigarrillo, buscar el mechero, tirar la ceniza... prestar atención a esta tarea puede hacer que te despistes de la carretera y que si surge algún imprevisto, no puedas responder de la manera correcta. O también puede suceder que, si te quedas sin tabaco, te pongas más nervioso o nerviosa, con más ansiedad o incluso más agresivo o agresiva y esto puede afectar a la conducción.

¿Sabías que...?

Además de la nicotina, en el humo de un cigarrillo se han identificado componentes tóxicos como el alquitrán, amoníaco (producto de limpieza), cadmio (lo tiene la batería de los coches), ácido arsénico (veneno para hormigas)...

El tabaco llegó a Europa con el descubrimiento de América, gracias a un compañero de Cristóbal Colón. Pero cuando éste volvió a España y le vieron fumar, la Santa Inquisición le arrestó por brujería porque decían que "sólo el diablo puede conseguir que un hombre saque humo por la boca".

A los 50 años un fumador tiene la misma capacidad respiratoria que una persona de 75 años que no ha fumado nunca.

El tabaquismo es la primera causa de enfermedad y muerte prematura que se puede prevenir



"La contaminación atmosférica es más peligrosa que el tabaco"

FALSO: Es cierto que la contaminación atmosférica por el tráfico y las industrias es peligrosa, pero piensa que de cada tres personas a las que se les diagnostica cáncer, una lo tiene por culpa del tabaco.

Tipos :

Tipos y sus efectos

Heroína



Otros nombres

Caballo, jaco, pico, chino, reina, nieve, dama blanca...



ilegal



Depresoras



¿Qué es?

La heroína viene de una planta que se llama adormidera. Si se trata químicamente esta planta (pasa por un proceso químico en un laboratorio) se obtiene el opio, del opio la morfina y de la morfina la heroína.

La heroína es un polvo blanco o marrón. Se si se mezclar con agua e inyectarse o calentarse en un papel de aluminio y fumarse, aspirando los vapores con un tubo.

Efectos a la hora de conducir

La heroína es muy adictiva, en muy pocos segundos llega al cerebro y puedes sentir sus efectos, que suelen ser muy fuertes.

Suele aumentar la sensación de relajación y de sedación. Algunas personas dicen que al tomarla "nada parece ser importante". Puedes quedar en "shock", como paralizado, por lo que es imposible que estés alerta a lo que pasa en la carretera o que puedas reaccionar a tiempo. También puedes perder el control de los músculos, tener convulsiones y fuertes calambres.



¿Sabías que...?

La morfina se utiliza en medicina para sedar al paciente y que no sienta dolor. Un farmacéutico alemán le puso este nombre en honor a Morfeo, el dios griego del sueño.

¿Te suena la palabra yonki? En España, a las personas que tienen problemas de adicción a drogas se les llama yonkis, pero ¿de dónde viene esa palabra? En inglés, a la heroína la llamaban "junk" que significa basura y a las personas que tomaban heroína las llamaban "junkies" (que se pronuncia yonki).



"La heroína fumada es más fácil de controlar que la inyectada."

FALSO: Ninguna droga es fácil de controlar, crees que lo controlas pero cuando te quieres dar cuenta, no es así... La heroína crea mucha dependencia y tolerancia, haciendo que necesites consumir cada vez más para sentir lo mismo, independientemente de que la tomes inyectada o fumada.

Tipos :

Tipos y sus efectos

Setas



Otros nombres

Hongos mágicos, monguis, pajaritos, trufas...



ilegal



Perturbadoras



¿Qué es?

Hay miles de especies de setas y hongos pero tan sólo tres o cuatro son setas alucinógenas. ¿Cómo que alucinógenas? Son setas que tienen algo que hace que puedas ver, oler, sentir o escuchar cosas que en realidad no hay. Las setas son una "lotería" no se sabe cómo va a reaccionar tu mente. Los efectos pueden durar entre 4 y 8 horas. y algunas personas dicen que puede ser un sueño o una pesadilla.

Pueden ser setas frescas que se comen crudas, cocinadas o en infusión. O pueden ser setas secas, que normalmente se fuman junto con el tabaco.

Efectos a la hora de conducir

Si tienes un "mal viaje" una mala experiencia con las setas, puede ser muy agobiante ya que el efecto dura mucho tiempo. Puedes tener alucinaciones y paranoias (creer que te persiguen, sentir que te estás volviendo loco), ver cómo las cosas cambian de tamaño o de forma, sentirte muy confuso, que te cueste coordinar tus movimientos... Estos efectos son totalmente incompatibles con la conducción.



¿Sabías que...?

Te suena el cuento "Alicia en el País de las Maravillas", ¿verdad? Lewis Carroll, el autor, cuenta que la oruga, sentada encima de una seta y fumando en pipa, le dice a Alicia que si come de un lado de la seta, se hará más grande pero si come de otro se hará más pequeña... Ése es justamente uno de los efectos alucinógenos que pueden tener algunas setas alucinógenas y, de hecho, a este efecto se le llama "síndrome de Alicia en el País de las Maravillas".



"Cuando tomo setas, aunque alucine, tengo el control de lo que hago"

FALSO: Cuando tomas setas y estas empiezan a hacer efecto, tomas decisiones que pueden ser incorrectas, porque respondes a los estímulos que percibes. Por ejemplo: puedes estar viendo que un coche va muy rápido y te va a dar un golpe y tú das un frenazo para esquivarlo, pero en realidad no hay ningún coche.

Tipos :

Tipos y sus efectos

Inhalantes



Otros nombres

Colas, pegamento, gasolina, laca, pinturas...



ilegal



Perturbadoras



Depresoras



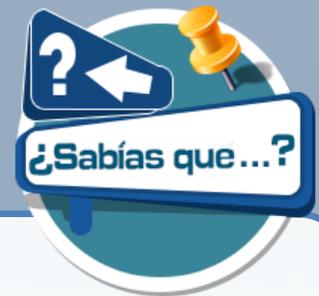
¿Qué es?

Los inhalantes son productos industriales o domésticos, que tenemos en nuestras casas, como los quitaesmaltes, líquidos de limpiar, pegamentos, gasolina... Al respirar los vapores que producen estos productos, alteran la mente. Los efectos se notan a los pocos segundos de haber inhalado la sustancia y duran aproximadamente una hora.

Resultan muy peligrosos, con daños irreversibles (para siempre) pudiendo causar la muerte incluso con inhalarlos una única vez. En general, este tipo de drogas las consumen jóvenes en una situación muy mala, marginal, que no tienen dinero.

Efectos a la hora de conducir

Los efectos de estas drogas son parecidos a los de una borrachera pero bastante más fuertes. Dificultades para controlar los movimientos, visión borrosa, dificultades para concentrarse y razonar, para mantener el equilibrio, mareos y desorientación. Pero los efectos y la gravedad dependerán mucho de qué producto es el que inhalen, es muy diferente inhalar pegamento que gasolina.



¿Sabías que...?

El daño que provoca en tu cerebro, a nivel neuronal, es irreversible. Es un daño definitivo, del que no podrás recuperarte aunque dejes de inhalar esos productos.



"No son adictivas... puedo parar cuando quiera."

FALSO: Con las drogas casi todo el mundo cree que "controla" que no se va a enganchar y puede dejarlo cuando quiera, pero no suele ser así. Una vez empiezas a inhalar estos productos, tu cuerpo te pedirá que cada vez inhales más para sentir lo mismo. Además, aunque no llegues a "engancharte" a esa sustancia, esos vapores que respiras están dañando a tu cerebro y a tu cuerpo.

Tipos :

Tipos y sus efectos

LSD



Otros nombres

Ajos, sellos, ácidos, tripis, micropuntos, secantes, Batman ...



ilegal



Depresoras



¿Qué es?

El LSD es una sustancia "semisintética", como la cocaína y otras drogas. Tiene una parte natural, viene de un hongo llamado cornezuelo y pasa por un proceso químico en el laboratorio. Al final se obtiene un líquido que se echa en un papel secante, en pequeños cuadraditos con diferentes figuras y dibujos. Antiguamente se vendía en terrones de azúcar en lugar de en el papel.

Es una de las drogas alucinógenas más potentes y rápidas, con efectos impredecibles (como con las setas, es una "lotería") y muy duraderos.



Efectos a la hora de conducir

El LSD puede hacer que te sientas más nervioso, en tensión, ansioso. También puede hacer que sientas pánico y que tengas alucinaciones táctiles, visuales, gustativas y auditivas, por ejemplo ver que los objetos cambian de forma y tamaño. Tendrás dificultades para mantener la atención y la concentración y para percibir correctamente la realidad, por ejemplo los relieves o los colores, por ejemplo de repente puedes ver cómo una señal cambia de forma o de color.

¿Puedes imaginarte cómo sería conducir viendo que las señales cambian de tamaño? o ¿pensando que alguien te persigue y quiere hacerte daño? ¿Y si ves formas de colores que cambian constantemente?

¿Sabías que...?



Uno de los mayores peligros del LSD son los "flash back". Tiempo después de haber tomado LSD u otro alucinógeno, incluso pueden pasar años, de repente y sin motivo puedes revivir lo que sentiste en el momento en que tomaste LSD (alucinaciones, paranoia, pánico...). El LSD puede producir algo que se llama "sinestesia". Lo que pasa es que los sentidos están alterados, por ejemplo: los sonidos se ven, los objetos se escuchan, los olores se sienten...

¿Por qué se llaman tripis? Viene de la palabra inglesa "trip" que significa viaje. Por eso se habla de un viaje o un mal viaje, dependiendo de si han tenido una buena o mala experiencia con la droga.



"Si tomas LSD, aunque sólo sea una vez, te puedes volver loco."

FALSO: Por tomar una sola vez LSD u otra droga no vas a volverte "loco" pero si tomas LSD durante mucho tiempo y mucha cantidad, puede llegar a desencadenar una psicosis esquizofrénica, y también alteraciones de la memoria y del pensamiento que necesiten un tratamiento psiquiátrico específico.

Volante + drogas = ¡¡Más peligro!!



VOLANTE + DROGAS= ¡¡MÁS PELIGRO!!



PELIGROS



Accidentes

Desde hace más de 50 años en España, y en casi todo el mundo, se trabaja para que el número de accidentes sea cada vez menor, que los coches sean más seguros y los conductores más responsables. Por eso se han hecho muchas campañas para sensibilizar a la gente, cursos de formación, talleres... y también las normas que controlan la seguridad vial son cada vez más duras, con límites más fuertes, por ejemplo de velocidad o de alcohol, y con sanciones cada vez más duras. Se ha conseguido reducir el número de accidentes en los últimos años, pero todavía el número de muertos es muy alto.

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS) más del 80% de los accidentes de tráfico se deben a fallos de las personas, por ejemplo por despistes, por no cumplir los límites de velocidad, por no estar atento a la carretera... y por supuesto por haber bebido o tomado drogas. Se calcula que de cada 100 accidentes de coche, casi la mitad se han producido por culpa del consumo de alcohol o de otras drogas. Es una cantidad bastante importante, ¿verdad?

Recuerda que si bebes o tomas drogas y conduces:

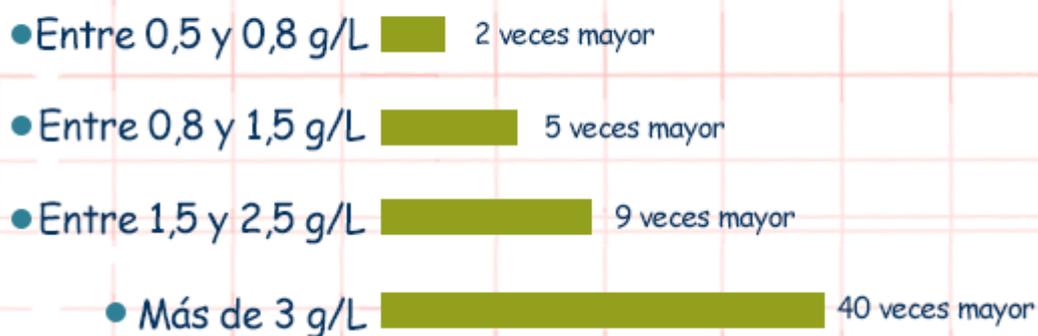
Tienes más probabilidades de sufrir un accidente de tráfico: si bebes, el funcionamiento de tu cuerpo y de tu cerebro se altera y es más fácil que tengas un accidente. Piensa en este ejemplo: si bebes varias copas, probablemente verás borroso o te costará centrar la vista, te costará pensar con claridad, moverte normalmente y reaccionar si surge algún imprevisto... así es muy fácil que tengas un accidente.

Según publica el Plan Nacional Sobre Drogas (PNSD) en *Alcohol y otras drogas incompatibles con la conducción*. "Lo que tienes que saber", si tienes más de 3 gramos de alcohol por litro de sangre, la probabilidad de tener un accidente se multiplica por 40! Piénsatelo bien, siempre que bebes y conduces estás poniéndote en peligro.

La única tasa segura es 0'0%.

Aquí puedes ver la gráfica en la que explica cómo aumenta el riesgo de tener un accidente cuando bebes:

Riesgo de sufrir un accidente según la tasa de alcoholemia



El número de muertes entre conductores que han dado positivo en alcohol u otras drogas, es muy alto: según el informe del año 2013 del Instituto Nacional de Toxicología, por cada 100 conductores muertos en accidentes de tráfico, 43 habían tomado drogas, alcohol o psicofármacos. ¡Casi la mitad!

El número de heridos graves o muy graves entre conductores que han dado positivo en alcohol u otras drogas, es muy alto: normalmente si bebes o tomas drogas y conduces, eres más imprudente. Puedes conducir a una velocidad incorrecta, más rápido o más lento de lo que deberías. O puede que no hagas caso de las señales de tráfico porque no las ves bien, las ves tarde, estás más lento y te cuesta pensar o porque crees que controlas y no pasa nada. O a lo mejor no te pones el cinturón... Si tienes un accidente y por ejemplo vas muy rápido o no llevas el cinturón, es muy probable que las lesiones sean más graves que si vas a la velocidad adecuada y llevas el cinturón.

Si te interesa saber más sobre cómo te afectan las drogas para conducir, entra en el apartado [Drogas ¿sabes qué son? > Tipos y sus efectos](#). También puedes entrar en el apartado Materiales Recurso Interactivo "Las drogas y la conducción. Hablemos de drogas" de la Obra Social la Caixa (2012).

Según datos de marzo del 2013 de la Organización Mundial de la Salud (OMS) cada año mueren casi 1'24 millones de personas por culpa de los accidentes de tráfico y entre 20 millones y 50 millones de personas sufren lesiones de distinta gravedad. Piensa en cómo puede cambiar tu vida si tienes un accidente de tráfico... tu vida y la de tu familia.



En España, las normas y las leyes de la seguridad vial, son cada vez más duras.

Casi todos los días podemos ver noticias en la televisión, los periódicos e internet sobre conductores que habían tomado drogas o habían bebido y han tenido un accidente de coche. Muchas veces por culpa de ese accidente muere alguna persona, un peatón que iba por la calle, un ciclista, alguien que iba en el coche del conductor borracho o en otro coche. Y cada vez más personas tienen que ir a un juicio y les condenan. Seguro que puedes pensar en alguna persona famosa o conoces a alguien que le haya pasado...

Dependiendo de lo que hayas hecho, de lo gravedad que sea, por ejemplo si muere o no alguna persona, o las lesiones que tengan... las sanciones son diferentes y cada vez más duras.

Si quieres tener más información sobre este tema entra en el apartado [La ley ¿qué dice?](#) e infórmate.

Si te interesa conocer las normativas españolas referentes a la seguridad vial y el consumo de alcohol y drogas, puedes buscarlas en el Boletín Oficial del Estado (BOE) o en la web de la Dirección General de Tráfico DGT.



En nuestra sociedad es muy normal tomar unas copas para celebrar algo o cuando estamos con amigos o con la familia. Es algo aceptado por todos y parece que no nos damos cuenta de los riesgos. Pero recuerda que si bebes y conduces, la policía puede pararte y ponerte una multa pero es mucho más grave que tengas un accidente y te pase algo a ti o a otra persona.

Cuando una persona atropella a alguien por conducir borracho o porque había tomado drogas o se queda en una silla de ruedas, su vida cambia totalmente. Afecta a todos los aspectos de tu vida.

La forma en que te sientes y te veas a ti mismo cambiará. Imagínate por un momento qué atropellas a una persona con tu coche porque bebiste demasiado, ¿cómo te verías a ti mismo? Seguro que te sentirías triste, culpable, arrepentido, enfadado contigo mismo, deprimido...

Todo eso influiría también en tu relación con la familia, amigos o tu pareja. Al sentirte tan mal es posible que no quieras salir con tus amigos ni ver a nadie, que te alejes de la gente que te quiere, que les grites o les trates mal porque tú no estás bien. O también puede suceder que tus amigos o la gente con la que solías estar no quieran tener relación contigo porque no les gusta lo que hiciste. También te afectará en el trabajo. Es posible que al no sentirte bien, ya no trabajes igual que antes, que no seas tan bueno como eras y puedes llegar a perder el trabajo. O si estás buscando trabajo puede ser más difícil encontrar un buen trabajo si se enteran de lo que ha pasado...



¿Sabías que...?

Una de las funciones de la Dirección General de Tráfico (DGT) es realizar un análisis detallado sobre las estadísticas e indicadores de los accidentes de tráfico (cuántos accidentes, tipo de accidente, tipo de vía...), conductores (si son hombres o mujeres, edad...), vehículos (coches, motos...) etc. Si te interesa conocer esos datos, entra en la web de la DGT.

En 1960 se empezaron a hacer por primera vez las estadísticas sobre accidentes de tráfico y número de muertos. Ese año, en España había aproximadamente un millón de coches y murieron 1.300 personas en accidentes de tráfico. En 1.990 murieron en las carreteras casi 6.000 personas. En 2013, con unos 31 millones de coches en España, el número de muertos en accidente de tráfico fue de unas 1130 personas. Es una evolución muy positiva, ¿no te parece? Entre todos podemos hacer que continúe así...

La DGT ha creado una Unidad de Víctimas de Accidentes de Tráfico (UVAT) para poder informar a las víctimas de accidentes de tráfico, en toda España, de los recursos que hay y atenderles correctamente. Esperamos que no te haga falta, pero si necesitas ponerte en contacto con estas unidades, puedes hacerlo acudiendo a las Jefaturas Provinciales de Tráfico o llamando al 060.

Según la Fiscalía de Seguridad Vial, en el año 2006 aproximadamente 35.000 conductores tuvieron un juicio por conducir bajo la influencia de bebidas alcohólicas y drogas o por no querer hacer las pruebas de alcoholemia y detección de drogas. En el 2012, 75.000 conductores, ¡más del doble! han tenido juicios por los mismos motivos.



"Hay mucha gente que ha tenido un accidente por conducir cuando ha bebido y al final no le pasa nada, casi nadie va a la cárcel."

FALSO: las sanciones por conducir cuando se ha bebido alcohol o tomado drogas son cada vez más duras. Cuando tienes un accidente y has bebido, te pueden poner una multa, prohibirte conducir, e incluso ir a la cárcel. Pero siempre hay un castigo. Además, si eres reincidente, es decir si ya te han sancionado antes por conducir cuando has bebido, la sanción será más dura todavía.

Volante + drogas = ¡¡Más peligro!!



VOLANTE + DROGAS= ¡MÁS PELIGRO!!



Necesito conducir ¿Qué hago?



Piensa bien

Te gusta conducir, ¿verdad? Piensa por un momento en las ventajas que tiene conducir cuando sales de fiesta, por ejemplo un sábado. Si quieres, anótalas y haz tu propia lista.

A nosotros se nos han ocurrido estas, puede que a ti se te ocurra alguna más.

Si conduzco el sábado por la noche...

- Puedo irme a casa cuando quiera, sin depender de nadie. Cuando me canse o me aburra, me voy en mi coche.
- Llego a casa mucho más rápido, no tengo que estar esperando transporte público o a que el conductor quiera irse.

¡Es mucho más cómodo!

- No me gasto el dinero en un taxi o en el transporte público.
- En invierno en mi coche es calentito, si llueve no me mojo, estoy a gusto...
- Puedo llevar a mis amigos o amigas a casa.
- Puedo guardar mis cosas en el coche y no hace falta que vaya cargado al bar (chaquetas, abrigos, pañuelo, bolso...).



Ahora piensa en las consecuencias

De conducir si has tomado unas copas o te has fumado algún porrillo o alguna otra cosa...

No trates de engañarte pensando que a ti no te va a pasar nada malo, imagina por un momento en qué cosas podrían pasarte a ti o a otras personas...

Si conduzco el sábado y he bebido o tomado drogas...

Podría pararme la policía en un control y puedo tener muchos problemas... por ejemplo:

● *1 Me pondrían una multa y es mucho dinero...*

¿Podrías permitirme ese gasto? ¿Cómo te afectaría pagar por ejemplo 500€ o 1.000€?

● *2 Perdería puntos o incluso podría perder el carné y no podría conducir.*

Piensa cómo podría afectarte ¿Te influiría en el trabajo? ¿Y para quedar con tus amigos o salir por ahí? ¿Podría afectar también a tu familia?

● *3 ¡Hasta podría ir a la cárcel!*

Es cierto que si es la primera vez, no se suele ir a la cárcel pero ¿si no es la primera vez?

Puedo quedarme dormido mientras conduzco o todo lo contrario (estar muy alterado)... y no estar atento a la carretera. Podría llegar a tener un accidente o llevarme un buen susto.

● *Si tengo un accidente, puedo estropear o destrozarse el coche, tener problemas con mi seguro y tener muchos gastos...*

Tendrías que llamar a la grúa y que se lleve el coche al taller, la reparación... tal vez durante un tiempo no tendrías coche o puede que el seguro del coche diga que es "siniestro total", que no lo pueden reparar y entonces te quedas sin coche, comprar otro nuevo...

● *Si tengo un accidente, puedo tener lesiones. Con suerte, podrían ser heridas leves aunque también podrían ser graves, romperme algo y que me tengan que operar, tener que ingresar en un hospital, quedarme en una silla de ruedas...*

¿Cómo podría afectarte eso? Tal vez no puedas ir a trabajar durante un tiempo, que te den de baja o dependiendo de los daños, o tener una incapacidad laboral o permanente. Puede que a partir del accidente no puedas trabajar ni tampoco puedas hacer cosas del día a día, que antes hacías sin ningún problema (ir a comprar, limpiarte, vestirte, comer...). A lo mejor tendrías que depender de otras personas para hacer todas esas cosas. ¿Cómo crees que podría afectarte eso? ¿Y a tu familia? ¿Crees que la relación con tus amigos podría cambiar?

● *Puedo hacer daño a otras personas que van conmigo en el coche (mi pareja, amigos, familiares...), o a personas que van en otro coche o caminando tranquilamente por la calle. Incluso podría matar a alguien o matarme yo...*

¿Crees que podrías aguantar eso? ¿Qué sentirías si supieses que por tu culpa, por haber conducido después de beber o tomar alguna droga, ha muerto alguna persona? Tal vez un desconocido o tal vez una persona a la que querías... Debe de ser realmente duro vivir con eso... ¿Cómo crees que quedaría tu familia si mueres porque conducías borracho? ¿O cómo quedaría la familia de las otras personas que murieron en el accidente?

¿Qué te parece todo esto?

Tal vez a ti se te han ocurrido otras consecuencias. O puede que creas que estamos siendo un poco exagerados y que no es para tanto, que conoces a gente que conduce cuando ha bebido o tomado alguna droga y no les ha pasado nada. O a lo mejor pienses que eso le sucede a los demás, que es gente que "no controla" pero tú sí sabes lo que haces y no bebes tanto o tomas tantas drogas como para que te pase eso.

La verdad es que desde la primera copa o la primera raya de cocaína o la primera pastilla, aunque tú creas que estás bien, tu cuerpo ya no funciona con normalidad y cuando conduces, necesitas estar en plenas condiciones, porque está en juego tu vida y la de otras personas.

Antes de coger el coche, piénsalo bien, piensa en lo que podría llegar a suceder y si realmente te compensa. Todos los días hay noticias de gente que ha tenido un accidente y que le gustaría poder dar "marcha atrás" y que no hubiese sucedido. No seas una de esas personas...



Volante + drogas = ¡¡Más peligro!!



VOLANTE + DROGAS= ¡¡MÁS PELIGRO!!

Experiencias personales

Aquí puedes ver las experiencias de algunas personas que también creían que a ellas no les iba a pasar nada... Trata de ponerte en su situación, ¿cómo crees que te sentirías?

"Cuando cojo el coche nunca bebo porque sé que es muy peligroso, pero pensaba que con los porros no pasaba nada. Una noche estuvimos en casa de un amigo y nos fumamos varios porros de marihuana. Esa noche cogí el coche y después de unos 10 minutos conduciendo empecé a sentirme muy mareado, empecé a sudar, me quedé sin energías y sin fuerza, me costaba incluso girar el volante... Cuando me quise dar cuenta estaba en el carril de enfrente y tuve que dar un frenazo para no chocarme con otro coche. Tuve mucha suerte y no me pasó nada, pero imenudo susto!"

Experiencias

- *Mi hijo venía a cenar a casa pero nunca llegó... Un conductor que triplicaba la tasa de alcoholemia e iba a 126 Km/h por una carretera en la que el límite era 90 Km/, invadió su carril y chocaron de frente. El conductor que iba borracho estuvo horas atrapado en su coche, varios meses hospitalizado por las lesiones... Mi hijo murió en el acto, no pudieron salvarle. Ahora estamos esperando el juicio."*
- *"Había tenido una comida con compañeros de trabajo y habíamos bebido un poco. En una rotonda le di un golpe a otro coche. No nos pasó nada, pero tuvimos que dar parte del accidente y nos hicieron el control de alcoholemia. Creí que no había bebido mucho, pero no cumplía el límite de la tasa permitida y di positivo en el control. Tuve que pagar una multa y también trabajar en beneficio de la comunidad, en una asociación de víctimas de accidentes de tráfico. Durante ese tiempo estuve con personas que habían tenido accidentes, muchos por haber bebido o tomado drogas, me ayudó a darme cuenta de lo peligroso que puede ser y cómo puede cambiar tu vida."*
- *"Esa noche bebimos, fumamos y nos metimos de todo... Nunca me había pasado nada cuando conducía hasta que me pasó... No sé muy bien cómo sucedió. De repente me pareció ver un peatón cruzando por la calle. No sé si realmente lo había o lo imaginé... Di un volantazo para no atropellarle y como iba muy rápido y no me había puesto el cinturón, terminé chocando el coche contra un muro y salí despedido por el parabrisas. Ahora tengo una paraplejia. Ahora no siento nada del pecho para abajo, ni puedo moverme... estoy en una silla de ruedas. Esa noche mi vida y la de mi familia, cambió por completo. ¡Ojalá nunca hubiese pasado!"*
- *Estuve de fiesta con amigos y me metí algunas rayas de speed. Cuando iba hacia casa, vi que había un control de policía y pensé que si me hacían la prueba iba a dar positivo, así que decidí darme la vuelta para no hacer la prueba. La policía me vio y me siguió con su coche. Al final me pillaron y me hicieron la prueba. Tuve que ir a juicio: me pusieron una multa, me condenaron a hacer trabajos en servicio a la comunidad y me quedé sin carné durante 8 meses. Como tenía que hacer servicios a la comunidad y no podía conducir, faltaba al trabajo y terminé perdiéndolo. Cada vez que lo pienso, me doy cuenta de que fui un tonto y de que tuve suerte de no tener ningún accidente. Ya he aprendido la lección."*

¿Qué hago?

Si vas a beber o tomar drogas, no cojas el coche porque te estás poniendo en peligro tú y a otras personas. Tienes otras alternativas para pasarlo bien sin ponerte en peligro.

Aquí tienes algunas opciones, pero seguro que se te ocurre alguna otra:

- Si vas a salir, utiliza el transporte público o un taxi. Seguro que puedes irte con algún amigo y repartir los gastos y así sale más barato.
- Si vives lejos o en otro sitio y has bebido, puedes quedarte a dormir en casa de algún amigo o amiga. Seguro que lo pasáis genial y a la mañana siguiente después de haber descansado y sentirte mejor, puedes volver a tu casa en coche.

Conductor alternativo: seguro que ya conoces esta opción. Si sales con un grupo de amigos, podéis elegir a alguien para que esa noche os lleve a casa. Ese día no bebe ni toma nada y otro día le toca a otra persona.

Hay empresas de alquiler de coches o empresas privadas que ofrecen servicios de "alquiler de conductores para que te lleven a casa". Si has bebido o tomado algo y no quieres arriesgarte a tener un accidente o que te pongan una multa, llamas a esta empresa y te envían un conductor en una moto pequeña para que te lleve a tu casa en tu propio coche. Hemos encontrado estas empresas en Madrid, Barcelona, Valencia... tal vez en tu ciudad también hay algún servicio parecido y no lo sabes ¡infórmate!

Empiezan a desarrollarse aplicaciones móviles para que la persona que haya bebido pueda encontrar a posibles conductores que le lleven a casa en su propio coche. Es algo parecido a pedir un taxi gracias a una aplicación móvil.

Algunas empresas de seguros ofrecen pólizas muy completas y entre los diferentes servicios que dan, está el de llevarte a casa si has bebido alcohol. ¿Sabes si tu seguro ofrece ese servicio o alguna otra compañía de seguros?



¿Sabías que...?

Suecia es uno de los países con menos muertes por accidente de tráfico. En este país hay muchas medidas para reducir las muertes y para reducir el consumo de alcohol cuando se conduce. Una de ellas, se llama "alcolock" y es un sistema que se instala en los coches, para soplar y que impide que el vehículo arranque si el conductor ha bebido.



Tampoco hay que exagerar... si he tomado drogas o he bebido, conduzco más despacio o con la ventana abierta y ya está... Yo lo he hecho más veces y no me ha pasado nada"

FALSO: Cuando bebes, aunque sea poco, o tomas cualquier droga, tu cerebro y tu cuerpo se ven afectados y es más fácil que tengas un accidente. Si bebes y conduces eres un peligro en la carretera. Además, si te hacen un control, te pueden sancionar. ¿Merece la pena?

La ley ¿Qué dice?



LA LEY ¿QUÉ DICE?



TASA DE ALCOHOLEMIA



Tasa de alcoholemia

Seguro que sabes qué es la tasa de alcoholemia pero a veces no lo tenemos del todo claro. En este apartado aclararemos algunos conceptos relacionados.

La alcoholemia es la proporción de alcohol en el organismo, es decir, en tu cuerpo. Normalmente se mide en gramos por cada litro (g/l) de sangre, haciéndote una analítica, o en miligramos por cada litro (ml/l) de aire espirado, al soplar.

Factores que influyen en la tasa

Aunque dos personas beban la misma cantidad de alcohol pueden tener diferente tasa de alcoholemia. Incluso si tú bebes la misma cantidad de alcohol, en días diferentes, es muy posible que la tasa de alcoholemia sea diferente. ¿Y eso por qué? Porque hay muchos factores que influyen y hacen que en tu sangre haya más o menos alcohol. Algunos de esos factores son:

La rapidez con que bebes: cuanto más rápido bebas, antes pasa el alcohol a la sangre y en mayor cantidad.

El tipo de alcohol que bebes: ya dijimos que no es lo mismo beber una copa de ron o de whisky que una cerveza o copa de vino, porque no tienen la misma graduación. Por ejemplo, una cerveza puede tener 5° o más y un whisky puede tener 38°.

- **Tener el estómago vacío o lleno:** si has comido, la absorción del alcohol es más lenta y al final pasa menos cantidad de alcohol a la sangre, te afectará menos.
- **La edad:** a las personas más jóvenes o mayores (a partir de 65 años) les afecta más el alcohol.
- **Ser hombre o mujer:** el alcohol se distribuye por el cuerpo de forma distinta en hombres y en mujeres. Por eso si eres una mujer, tendrás una tasa de alcoholemia más alta que un hombre, aunque bebas las mismas copas que él.
- **El peso de la persona:** si eres una persona delgada, absorberás más alcohol y tendrás mayor tasa de alcoholemia que otra persona con más peso.
- **La hora del día:** la eliminación del alcohol es mucho más lenta cuando duermes. Si antes de acostarte has bebido mucho, es posible que cuando te despiertes por la mañana, si te hacen una prueba de alcoholemia, des positivo.
- **Factores personales:** como por ejemplo si estás cansando, si tienes sueño, o si estás estresado o ansioso... Esto puede hacer que te afecte más el alcohol y tengas una mayor tasa de alcoholemia.

Límites Tasa de alcoholemia

En España, hay unos límites de alcohol a la hora de conducir (en sangre y en aire espirado), que son diferentes para los conductores profesionales y noveles que para el resto de conductores. La tasa de alcoholemia permitida para los conductores noveles y profesionales es más baja que para los conductores en general porque unos todavía no tienen mucha experiencia conduciendo y otros llevan a gente o cargas peligrosas y por eso tienen que tener más cuidado.

Si quieres saber cuáles son los límites permitidos, podrás encontrarlos en la web de la Dirección General de Tráfico (DGT), dentro de seguridad vial, el apartado de normativa y legislación. www.dgt.es

Pero ¿sabes quiénes son conductores noveles y quiénes son conductores profesionales?



- Conductor novel: aquel conductor que obtiene el carné de conducir por primera vez desde hace menos de un año. Sin embargo, para la tasa de alcoholemia, tendrán que cumplir un límite especial que marca la ley, durante dos años.
- Conductor profesional: estos son los conductores de vehículos de transporte de mercancías con una masa máxima autorizada superior a 3.500kg (furgonetas, camiones...) y los de vehículos destinados al transporte de viajeros de más de nueve plazas (autobuses, minibuses...), transporte escolar y de menores, de mercancías peligrosas o de servicios de urgencia (por ejemplo ambulancias), transportes especiales o de servicio público.

La ley prohíbe que conduzcas si has bebido más de lo permitido y te dice qué tipo de sanción se te pondrá. Si quieres saber más sobre las consecuencias legales y administrativas entra en el apartado [Sanciones!](#) Pero lo más importante es que recuerdes que cada vez que bebes alcohol y conduces, te estás poniendo en peligro. La única tasa segura es 0'0.





¿Sabías que...?

Si viajas a otro país y conduces ¡ten cuidado! Cada país pone la tasa máxima de alcoholemia para conducir y en algunos países no se puede beber absolutamente nada. Por ejemplo en Hungría, República Checa o Rumanía la tasa de alcoholemia para todos los conductores es siempre CERO.



"Si he bebido menos de lo que dice la ley, ¡no existe peligro para conducir!"

FALSO: Desde que empiezas a beber, da igual que sea muy poquito y que pienses que estás bien y no notes nada diferente, el alcohol afecta a tu cuerpo y a tu cerebro (por ejemplo la percepción, la atención, los reflejos, la coordinación motora...) y eso hace que no conduzcas igual. Lo más seguro es no beber nada y así no te arriesgas, es la mejor manera de evitar tener un accidente o de que te "pille" la policía.

La ley ¿Qué dice?



LA LEY ¿QUÉ DICE?



CONTROLES



"Una noche me paró la Guardia Civil en uno de los controles de alcoholemia. Me había tomado tres o cuatro copas y sabía que no iba a cumplir el límite permitido. No quería que me multasen ni me quitaran puntos y quise hacer algo para bajar la tasa de alcoholemia y no dar positivo. Un amigo me dijo que al sudar baja la tasa porque eliminas el alcohol, y por eso me puse a correr y hacer abdominales. Pero al final di positivo, me pusieron una multa y me quitaron puntos del carné. Además mis amigos se rieron de mí..."

Cada vez hay más controles de alcoholemia y de drogas y seguro que alguna vez te ha "tocado soplar" o conoces a alguien a quien le han hecho la prueba. Pero ¿realmente sabes cómo se hace? o ¿si estás obligado a hacerlo o no?

Más abajo, si entras en **¿Sabías que...?** y **Mitos**, podrás aprender cosas interesantes sobre estos controles.



Control de alcoholemia

Puedes pasar esta prueba si hay un control en la carretera o si tienes algún accidente de tráfico. El agente de policía te pedirá que coloques la boquilla en el alcoholímetro y soples durante unos segundos, para comprobar si has bebido o no.

Alcoholímetro digital: mide la cantidad de alcohol en aire espirado (mg/l).

Si la tasa de alcohol es superior a los límites permitidos, se realizará una segunda prueba de contraste, para ver si vuelve a salir positivo.

Síntomas: los agentes controlan si tienes síntomas de haber bebido o no. Si haces la primera prueba y da negativo, pero ven síntomas que indican que puedes haber bebido (por ejemplo se te cierran los ojos, mirada rara o te cuesta moverte o caminar...), pueden hacerte la segunda prueba de alcoholemia o la prueba de detección de drogas.

Alcoholímetro "evidencial" o etilómetro: si has dado positivo en la primera prueba, debes volver a soplar. Ahora la prueba se hace en la furgoneta de los agentes de tráfico, no en tu coche y el alcoholímetro es de mayor precisión. Al hacerte esta prueba, se imprimirá un ticket con los datos del conductor, el lugar, la matrícula del vehículo, la tasa que has dado... Si das positivo en esta segunda prueba, el agente de tráfico te denunciará y también juntará el ticket, ya que vale como prueba en un juicio, por eso se llama "evidencial".

Si das positivo en la primera prueba, tienes que esperar como mínimo diez minutos para hacerte la segunda prueba, no se pueden hacer seguidas. Tienes derecho a controlar ese tiempo y que no se te haga la prueba antes de esos 10 minutos.

Sangre: Si en las dos pruebas has dado positivo y tú no estás de acuerdo con los resultados del alcoholímetro, puedes pedir una tercera prueba, en general un análisis de sangre. Te trasladarán a un centro médico y allí te harán una revisión y el análisis. Pero si das positivo en esta prueba, tú deberás pagar los gastos ocasionados, (traslado al centro de salud, atención médica, análisis...). Piénsalo bien, porque estos aparatos son bastante fiables, no fallan casi nunca.



Control de drogas

Cuando te hacen un control de drogas se podrá saber si has tomado o no y qué has tomado exactamente. Si das positivo en ese control, serás sancionado.

Vamos a ver cómo es este control, paso a paso:

- **Saliva:** Con unos dispositivos especiales se toma una muestra de saliva para saber si se ha consumido algún tipo de droga.

Si el test da positivo en algún tipo de sustancia, se te hará otra prueba de saliva.

Síntomas: Además, los agentes te observarán para ver si hay signos externos que indiquen que has tomado algo, como por ejemplo: si estás muy nervioso, si sudas mucho, temblores (por ejemplo de la mandíbula), ojos muy dilatados...

- **Laboratorio:** se hace una segunda prueba de saliva, que se envía al laboratorio toxicológico para que la analicen y saber qué droga o drogas has tomado y también la cantidad exacta.

Los resultados de este segundo control de drogas, valen como prueba en tu contra en un juicio.

- **Sangre:** Igual que pasaba con el control de alcoholemia, si no estás de acuerdo con los resultados del alcoholímetro, puedes pedir un análisis de sangre, en un centro médico. **Si el resultado es positivo, tú tendrás que pagar los gastos ocasionados** (traslado al centro de salud, atención médica, análisis...).



¿Sabías que...?

Realizar las pruebas de alcoholemia o de detección de drogas **ies obligatorio!** No querer hacerlo, es un delito castigado por el Código Penal. Te quitarán puntos del carné, no podrás conducir durante meses i hasta podrías ir a la cárcel!

¿Quién está obligado a pasar los controles? Si eres un conductor (de un coche, camión, autobús, bicicleta, moto o incluso de vehículos de tracción animal) y un agente de tráfico te para, estás obligado a hacer las pruebas de alcoholemia y otras drogas. Pero además si eres peatón u otro usuario de la vía (por ejemplo un trabajador o un ciclista) y te ves implicado en un accidente de tráfico, por tu culpa o porque eres la víctima del accidente, también estás obligado a hacer el control.

Si no puedes hacer las pruebas de detección de drogas o de alcoholemia, por motivos justificados y que puedas demostrar, el agente podrá ordenar que se te haga un análisis clínico en un centro médico, por profesionales sanitarios.



"Si comes chicle, disminuye la tasa de alcoholemia."

FALSO: Con el chicle lo máximo que puedes conseguir es que tu aliento no huela a alcohol. Si has bebido, no hay nada que te ayude a reducir el nivel de alcohol, ni comer chicle, ni beber aceite, ni masticar césped, ni hacer ejercicio...
"Si doy positivo pero digo que es porque tengo un tratamiento médico, no me pasará nada."

FALSO: Si el medicamento que te han recetado tiene efectos en tu capacidad para conducir, aunque lo tomes porque tienes un tratamiento médico, ino debes conducir! Estás poniendo en riesgo tu vida y la de los demás y podrían multarte.

La ley ¿Qué dice?



LA LEY ¿QUÉ DICE?



CONTROLES

Sanciones por conducir bajo los efectos del alcohol y las drogas

Hay muchos accidentes de tráfico por culpa del alcohol y otras drogas y estos accidentes tienen consecuencias muy graves. Según el informe del Instituto Nacional de Toxicología, el 43% de los muertos en accidentes de tráfico en el 2013 habían tomado alcohol, drogas o psicofármacos. En el año 2011, el porcentaje era más alto, un 47%. Por eso, las normas que controlan la seguridad vial y el consumo de drogas y de alcohol es cada vez más estricta y con sanciones cada vez más duras.

Si quieres conocer la normativa española referente a la seguridad vial y el consumo de alcohol y drogas, puedes buscarla en la web de la DGT, en el apartado de seguridad vial/normativa y legislación www.dgt.es





Tipos de sanciones: Administrativa

Hablar de las sanciones y de la normativa es complicado, porque son temas jurídicos que a veces nos cuesta entender y que no conocemos bien.

Cuando conduces, dependiendo del tipo de infracción que cometas (por ejemplo saltarte un semáforo o superar la velocidad permitida o hacer un adelantamiento en una zona prohibida...) se puede ver como una infracción leve, grave, un delito... y la sanción será diferente.

Sanción administrativa: cuando se ha cometido una infracción grave. Hay dos tipos de sanciones, te pueden poner una o las dos:

- Sanción económica (una multa).
- Pérdida de puntos.

➔ **¿Cuándo se pone esta sanción?**

Cuando se supera la tasa de alcohol pero sin llegar al doble del límite permitido.

Cuando es más del doble, entonces es un delito y la sanción es más grave.

Tipos de sanciones: Penal

- Cuando se ha cometido un delito, castigado por el Código Penal. Además de la sanción administrativa (la multa y la pérdida de puntos) habrá un juicio para decidir la sanción. Puede ser de tres tipos:
- **Privación del derecho a conducir:** no podrás conducir ningún vehículo durante un tiempo. El juez lo decidirá. Pueden ser unos meses o unos años.
- **Realizar trabajos en beneficio de la comunidad:** el juez puede preguntarte si quieres hacer estos trabajos para no ir a la cárcel. Durante unos meses, harás algún tipo de trabajo útil para la sociedad, relacionado con el delito (acudir a un curso de sensibilización o a alguna asociación u ONG...).
- **Prisión:** dependiendo del tipo de delito, puedes ir a la cárcel.
- **¿Cuándo se pone esta sanción?** → Si no quieres hacer las pruebas de detección de drogas y alcohol.
- → Si la tasa de alcoholemia es igual o superior al doble del límite permitido .
- → Si se ha dado positivo en la prueba de detección de drogas.
- → Si conduces bajo la influencia de bebidas alcohólicas o drogas, es decir, se prueba que la conducción en esa situación supone un grave peligro. La condena puede ser más grave, más tiempo de cárcel o de prohibición de conducir, si además se dan también otras situaciones.
- ● Se conduce de manera "temeraria". Por ejemplo, conduces mucho más rápido de lo que está permitido.
- ● Se conduce "mostrando un claro desprecio por la vida de los demás. Por ejemplo, conduces en dirección contraria.
- ● Si se tiene un accidente en el que alguien resulta lesionado o muere.
- No hay una definición clara de qué es una conducción "temeraria" o "mostrando un claro desprecio por la vida de los demás", en función de las pruebas presentadas en el juicio, se decidirá.

Es decir, debes recordar que conducir bajo los efectos del alcohol o de las drogas puede suponer las siguientes sanciones:

Sanción Económica (multa):

Las multas cada vez son más altas

Pérdidas de puntos del carné

El carné tiene un número de puntos. Dependiendo de lo que hagas, por ejemplo conducir si has bebido, conducir más rápido de lo permitido... te quitan puntos. Si te quitan todos los puntos, pierdes el carné. Para poder conducir otra vez recuperar los puntos, deberás pagar e ir a un curso.

Prohibición de conducir

Pueden prohibirte conducir algunos meses o varios años, depende de lo que hayas hecho

Servicios en beneficio de la comunidad

Depende de lo grave que sea lo que has hecho, el juez puede proponerte que hagas trabajos en servicio a la comunidad durante unos meses, para no ir a la cárcel. Estos trabajos no se pagan y son en beneficio de la comunidad, algo útil para toda la sociedad.

Cárcel

Puedes ir a la cárcel unos meses o años. El juez lo decidirá dependiendo de lo grave que sea lo que has hecho.



¿Sabías que...?

Si te niegas a pasar las pruebas de alcoholemia o de drogas, estarás cometiendo un delito. Además de la sanción administrativa y penal, el agente de tráfico podrá inmovilizar tu coche, es decir, dejarlo donde está prohibiéndote que te lo lleves.

Si das positivo en un control de detección de drogas o de alcohol, no te permitirán mover el coche. Entonces, ¿qué puedes hacer? Tienes varias opciones:

- 1. Si alguien más iba en el coche contigo, le harán el control de drogas y alcohol. Si da negativo, podrá conducir tu coche.
- 2. Puedes avisar a alguien para que venga a recogerte y se lleve el coche. Pero también le harán la prueba de alcohol y otras drogas para asegurarse de que puede conducir.

Es posible que además de no dejarte conducir el coche para evitar accidentes, si no hay nadie que pueda conducir, lo lleven a un depósito, porque supone un obstáculo para la conducción. Si pasa esto, tendrás que hacerte cargo de todos los gastos asociados (si se tiene que llamar a una grúa para llevarlo al depósito, si le colocan un cepo...).



“La semana pasada me hicieron un control de alcoholemia y di positivo. Me pusieron una multa y no me dejaron coger el coche. Una amiga venía conmigo en el coche y también le hicieron la prueba, pero ella dio negativo. Yo creo que hacen estos controles para poder multar a la gente y que paguen...”

FALSO: Los controles de alcoholemia y detección de drogas se hacen para evitar que la gente coja el coche y ponga en peligro su vida y la de los demás. Cuando se hace el control a otros pasajeros del coche, no se les puede multar aunque den positivo, sólo se puede multar al conductor. Ellos hacen la prueba para ver si pueden conducir y que así se lleven el coche y no afecte a otros conductores.





DICCIONARIO



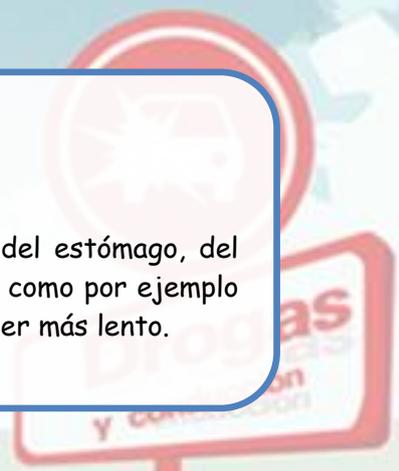
Absorción

Proceso por el cual el alcohol o las drogas pasan a la sangre, a través del estómago, del intestino delgado..., hasta llegar al cerebro. Depende de muchos factores, como por ejemplo haber comido y tener el estómago lleno, este proceso de absorción puede ser más lento.

Adicción

Necesidad de tomar alguna droga, a pesar de las consecuencias negativas. Sinónimo de dependencia a las drogas.

(ver Dependencia)



Aire espirado

El aire que se saca de los pulmones. La respiración es un proceso que se divide en dos fases: la inspiración, que consiste en meter el aire en los pulmones y la espiración, sacar el aire de los pulmones.

Alcoholímetro

Aparato que sirve para medir la cantidad de alcohol en aire espirado que tiene una persona, es decir, al soplar.

Conductor novel

Aquel conductor que tiene el carné de conducir por primera vez desde hace menos de un año. Sin embargo, para la tasa de alcoholemia, tendrán que cumplir un límite especial, durante dos años.

Conductor profesional

Dentro de este grupo están los conductores de vehículos de transporte de mercancías con una masa máxima autorizada superior a 3.500kg (por ejemplo: furgonetas, camiones etc.), de vehículos destinados al transporte de viajeros de más de nueve plazas (por ejemplo autobuses, minibuses etc.), de transporte escolar y de menores, de mercancías peligrosas o de servicios de urgencia (por ejemplo ambulancias) y de transportes especiales o de servicio público.

Dependencia

Necesidad de tomar una droga para sentirse bien o dejar de sentirse mal. Tomar esa droga es la prioridad, a pesar de tenga efectos negativos para la persona que la consume. Puede ser de **dos tipos**:

Dependencia física: Necesidad física de una droga. El cuerpo se acostumbra a que haya un determinado nivel de droga en la sangre y lo necesita para funcionar con normalidad.

Dependencia psíquica: Necesidad psicológica de tomar una droga, para producir placer o evitar malestar. Normalmente la dependencia psíquica dura más que la física y es más difícil de superar.

Drogas de síntesis

Drogas ilegales, estimulantes, que se preparan en un laboratorio. La mayoría son derivados de las anfetaminas como el speed; MDMA, GHB, Ketamina... muchas de estas drogas están adulteradas con otras sustancias, mezcladas con cosas como tiza, detergente, yeso etc., para aumentar su volumen. También se llaman "drogas de diseño".

Efecto

Se refiere a los cambios que producen las drogas en el cerebro y en el cuerpo en el momento de entrar y un tiempo después. Estos efectos dependerán de cuánto se ha tomado, cómo, de cada persona... pero en general se clasifican en tres grupos.

Efecto depresor: hacen que el funcionamiento del cerebro y del cuerpo en general sea más lento, como si se durmiese. Algunas drogas con estos efectos son el alcohol, la heroína, la morfina...

Efecto estimulante: hacen que el funcionamiento del cerebro y del cuerpo esté acelerado, sea más rápido de lo normal. Por ejemplo las anfetaminas, la cocaína, el tabaco...

Efecto perturbador: alteran el funcionamiento del cerebro y del cuerpo, haciendo que veas, huelas, sientas o escuche cosas que en realidad no hay. Algunas drogas con estos efectos son las setas, el LSD, el éxtasis, la marihuana...

Efecto rebote

Algunas drogas pueden producir este efecto. Una vez que se pasa el efecto de la droga, puede aparecer el efecto contrario. Por ejemplo, si tomas una droga estimulante, cuando deja de hacer efecto la droga, puedes sufrir los efectos opuestos, sueño, cansancio...

Graduación alcohólica

Cantidad de alcohol etílico que contiene una bebida alcohólica. Por ejemplo, el vino tinto puede tener una graduación alcohólica del 13%, el tequila entre el 37% y el 45%.

Indicadores

Los indicadores de accidentes de tráfico se refieren a aquellos datos estadísticos que sirven para estudiar los accidentes de tráfico, que pueden ayudar a saber por qué se producen, cómo...etc.

Paraplejía

Es una enfermedad por la que la mitad inferior del cuerpo queda paralizada. Si también se ven afectados los brazos, se llama tetraplejía.

Sanción

Castigo o pena que una ley o un reglamento establece para las personas que no lo cumplen.

Seguridad vial

El objetivo principal de la seguridad vial es reducir el número de accidentes en la carretera y el número de víctimas, heridos y muertos. Para ello se ponen en marcha acciones, mecanismos y normas que controlan a los vehículos, a las personas que utilizan las vías y el entorno, para garantizar el buen funcionamiento de la circulación.

Síndrome de abstinencia

"Tener el mono" Conjunto de síntomas, reacciones físicas y psicológicas que aparecen cuando una persona que es adicta a una droga, deja de tomarla de manera repentina. Los síntomas serán diferentes dependiendo de la droga.

Siniestro

Daño o accidente de cualquier tipo que puede ser indemnizado por una empresa aseguradora.

Siniestro total

Destrucción total o pérdida total como consecuencia de un daño o accidente, siendo imposible su reparación. Un perito es el encargado de valorar si se trata o no de un siniestro total.

Sistema Nervioso Central (SNC)

Este sistema controla todo el cuerpo, cómo reacciona el cuerpo ante los estímulos internos y externos. Está compuesto por la médula espinal y el encéfalo. El encéfalo es el órgano que está protegido por el cráneo, está formado por diferentes partes, una de ellas es el cerebro. La médula espinal está protegida por la columna vertebral.

Tasa de alcoholemia

Límite de alcohol en sangre y en aire espirado que permite la ley para conducir. En España, esta tasa es diferente para los conductores profesionales y noveles que para el resto de conductores.

Tolerancia

Habitación a la droga y a sus efectos. El cuerpo se acostumbra a esa droga, por lo que para conseguir los mismos efectos, se necesitan cada vez mayores cantidades.

Trabajos en beneficio de la comunidad

Es una medida alternativa al ingreso en prisión, con una función reeducativa. Dependiendo de la gravedad del delito, en lugar de ir a la cárcel, se le ofrece al condenado la posibilidad de hacer un trabajo útil y provechoso para la sociedad (sin recibir dinero a cambio) durante el tiempo que decida el juez o la jueza. Los trabajos a la comunidad suelen estar relacionados con el delito cometido.



MATERIALES



Manual de conducción en LSE

El Ministerio del Interior, a través de la Dirección General de Tráfico, presenta el Manual de conducción en lengua de signos española.



DVD

Drogodependencia en LSE

La Consejería de Sanidad y Servicios Sociales del Gobierno de Cantabria y FESCAN han realizado un dvd en LSE.



DVD

Drogodependencia en LSE

Campaña de sensibilización accesible para las personas sordas acerca de los posibles efectos de las drogas.



Web Consumo de drogas.

Primero se escoge el vehículo (coche o moto), después la droga (alcohol o marihuana) y, finalmente, el grado de consumo (bajo, medio o alto).





ENLACES



CONDUCCIÓN

Dirección General de Tráfico (DGT)

Información de carreteras, información administrativa, legislación y consejos de seguridad vial, información de la DGT e información sobre la revista Tráfico.

- www.dgt.es
- www.dgt.es/es/seguridad-vial/normativa-y-legislacion

Unidad de Coordinación de Víctimas de Accidentes de Tráfico (UVAT)

El objetivo fundamental de esta Unidad, es crear y coordinar una red integral de ámbito nacional de información (sobre los recursos existentes) y atención a las víctimas de accidentes de tráfico. Para utilizar este servicio, puedes acudir a las Jefaturas Provinciales de Tráfico o llamar al 060.

- www.dgt.es/es/seguridad-vial/unidad-de-victimas-de-accidentes-de-trafico

Instituto Nacional de Toxicología y Ciencias Forenses (INTCF)

Memorias anuales de tráfico con los resultados de los análisis toxicológicos realizados a las víctimas mortales implicadas en accidentes de tráfico, ya sean conductores o peatones.

- www.institutodetoxicologia.justicia.es

Confederación Nacional de Autoescuelas (CNAE)

Patronal de escuelas particulares de conductores, representa al 90% de los empresarios que dedican su actividad a las enseñanzas teórico-prácticas de la conducción de automóviles.

- www.cnae.com

DROGAS

Plan Nacional de drogas (PNSD)

Es una iniciativa gubernamental creada el año 1985 destinada a coordinar y potenciar las políticas que, en materia de drogas, se llevan a cabo desde las distintas Administraciones Públicas y entidades sociales en España.

- www.pnsd.msc.es

Proyecto Hombre

Es una organización formada por 26 Centros que trabaja para ofrecer soluciones en materia de tratamiento y rehabilitación de las drogodependencias y otras adicciones, fundamentalmente en tres áreas: la prevención del consumo de drogas de diferentes ámbitos, la rehabilitación y reinserción de las personas drogodependientes.

- www.proyectohombre.es

Fundación de Ayuda contra la Drogadicción (FAD)

Institución privada, sin ánimo de lucro, no confesional e independiente de toda filiación política, de carácter benéfico-asistencial, que tiene como misión fundamental la prevención de los consumos de drogas y sus consecuencias.

- www.fad.es

Unión de Asociaciones y Entidades de Atención al Drogodependiente (UNAD)

La UNAD es una organización no gubernamental, sin ánimo de lucro, que interviene en el ámbito de las drogodependencias y los problemas derivados de las mismas. Engloba a más de 250 entidades.

- www.unad.org

OTROS

Confederación Estatal de Personas Sordas (CNSE)

ONG de acción social, sin ánimo de lucro y de ámbito estatal que lucha por la igualdad de oportunidades para las personas sordas, a través de políticas encaminadas a suprimir las barreras que impiden el ejercicio de los derechos de este colectivo.

- www.cnse.es

Miembros asociados y Miembros colaboradores de la CNSE

- www.cnse.es