

# NOTICIAS SOBRE EL PODER DEL CEREBRO

BOLETÍN INFORMATIVO PARA PADRES

VOLUMEN 1, NÚMERO 5

## Alcohol, marihuana e inhalantes

En el *Módulo 4*, su hijo aprendió acerca de los estimulantes, los cuales conforman un grupo de drogas. Durante este módulo se concentrará en tres drogas más: el alcohol, la marihuana y los inhalantes. Los estudiantes descubren cómo el alcohol, la marihuana y los estimulantes afectan al cerebro y al sistema nervioso. El alcohol y la marihuana afectan el sistema nervioso de distintas maneras, pero ambos pueden resultar en pérdida de memoria, coordinación motriz deteriorada, pensamiento y resolución de problemas deteriorados y cambios en el comportamiento emocional. Los inhalantes son vapores de sustancias químicas que se inhalan y tienen un fuerte efecto en el cerebro. Pueden resultar en disminución de la coordinación y alteración del pensamiento, la memoria y la capacidad de aprendizaje.

Droga	Fuente	¿Cómo se usa la droga?	Efectos sobre el cuerpo	¿Cómo funciona la droga?
Alcohol	Se encuentra en la cerveza, el vino y los licores	Se consume bebiéndolo	Deteriora la concentración, retrasa los reflejos (tiempo de reacción reducido), disminuye la coordinación y causa somnolencia cuando se usa en exceso	Deprime el sistema nervioso central y puede matar neuronas cuando se usa en exceso
Marihuana	Se obtiene de las hojas y flores secas de la planta de cannabis	Se fuma, se hornea en galletas dulces o en bizcochos de chocolate ("brownies"), o se cuele como un té	Deteriora la memoria, la concentración, la percepción y el movimiento	Actúa en los receptores del cerebro causando aumento de la presión arterial y del ritmo cardíaco, somnolencia y trastornos de atención
Inhalantes	Se encuentra en el pegamento a base de caucho, diluyente de pinturas, removedor de esmalte para uñas y latas presurizadas de laca para el cabello y de crema batida	Los vapores se aspiran o se inhalan	Disminuyen la coordinación y causa una especie de estupor; el pensamiento, la memoria y la capacidad de aprendizaje se ven afectadas	Inhíbe la actividad nerviosa, mata neuronas y cambia la estructura del cerebro

Esta actividad cumple con el siguiente estándar identificado en los Estándares Nacionales de Educación Científica (National Science Education Standards): ciencia desde una perspectiva personal y social. Los estudiantes observan los efectos que estas tres drogas tienen en el cerebro y el sistema nervioso. Comentan sobre el impacto que esta información tiene en su vida y cómo pueden usarla para tomar decisiones inteligentes sobre su propia salud.



## La ciencia en el hogar

Hable con su hijo sobre los distintos tipos de drogas y cómo afectan al cerebro y al cuerpo. Vuelva a hablar de los motivos por los cuales las personas usan drogas aún cuando saben lo nocivas que pueden ser.

## Recursos adicionales

National Institute on Drug Abuse (NIDA)  
[www.drugabuse.gov](http://www.drugabuse.gov), 301-443-1124

Este sitio Web tiene información acerca del abuso de drogas y una sección destinada específicamente a padres, maestros y estudiantes. Hay publicaciones y otros materiales disponibles sin costo. Muchas publicaciones están disponibles en español.

National Institute on Drug Abuse (NIDA): Mind Over Matter  
[www.nida.nih.gov/MOM/TG/MOMTG-index.html](http://www.nida.nih.gov/MOM/TG/MOMTG-index.html)

Este sitio Web ha sido elaborado para educar a los niños acerca de los efectos biológicos del abuso de drogas en el cerebro y el cuerpo.

National Clearinghouse for Alcohol and Drug Information (NCADI)  
[www.health.org](http://www.health.org), 1-800-729-6686

El NCADI es el recurso mundial más grande para encontrar información y materiales relacionados con el abuso de sustancias. Aquí se pueden obtener muchas publicaciones gratuitas.

*Drug Abuse Sourcebook*. Health Reference Series, Vol. 14. [Bellenir, K., ed.] Detroit, MI: Omnigraphics, Inc., 1996. Información básica relacionada con la salud y acerca del abuso de sustancias legales e ilegales, tales como el alcohol, el tabaco, la marihuana y la cocaína.

*Focus on Drugs and the Brain*. [Friedman, D. & Neuhaus, D.] Frederick, MD: Twenty-First Century Books, 1990. Parte de la serie de libros de alerta sobre las drogas; describe la función del cerebro y del sistema nervioso y cómo las drogas afectan al cuerpo.

*Inhalant Drug Dangers (Drug Dangers)*. [Monroe, J.] Berkley Heights, NJ: Enslow Publishers, Inc., 2002. Este libro explica los graves riesgos asociados con el abuso de sustancias químicas, incluyendo secciones sobre cómo funcionan estas sustancias químicas en el cuerpo humano y otras sobre las presiones sociales a los niños que conducen al abuso.

*Bottled Up*. [Murray, J.] New York, NY: Dial Books for Young Readers. *Bottled Up* es la historia de un muchacho de 16 años que se metió en problemas por el alcohol y la marihuana. El libro describe los problemas que enfrenta como resultado del abuso de sustancias.

*The Encyclopedia of Drugs and Alcohol (Reference)*. [Roza, G.] New York, NY: Franklin Watts, Inc., 2001. Este libro, escrito para niños de 9 a 12 años, cubre más de 250 drogas usadas habitualmente, ambas legales e ilegales, incluyendo medicamentos recetados y de venta libre, así como drogas recreativas.