

Meta: 6

Articulo: 4

Frase: “El consumo de drogas deteriora la salud y las relaciones familiares y sociales, involúcrate en el desarrollo de tu hijo para que te actives ante las mínimas sospechas”

Resumen: Nada es más atractivo que lo prohibido, y en el caso de la marihuana su atractivo radica en que es prohibida y en la sensación de alterar la percepción y relajamiento que otorga, sin embargo esa alteración es costosa a la hora de ejecutar tareas productivas de la vida diaria. Éste articulo enlista los problemas que conlleva el consumo de la marihuana.

Articulo: El nombre científico de la marihuana es *cannabis sativa* y también puede usarse el hachis, el cual es la resina tratada de la planta de marihuana y contiene hasta el 50% de THC (tetrahidrocannabinol principio activo de la marihuana) está ultima tiene efectos más fuertes.

La droga de mayor consumo es la marihuana, que en promedio comienza a ser utilizada entre los 15 y 18 años, los adolescentes que consumen sustancias ilegales tienen cinco veces más probabilidad de presentar conductas suicidas. Además existe una importante relación entre el consumo de sustancias y la comisión de delitos así lo menciona el Programa Nacional de salud 2007-2012.¹ (no porque el uso de marihuana sea la causa, sino porque tanto el uso de marihuana como la comisión de delitos se dan con mayor frecuencia en hogares desintegrados).

Los efectos de la marihuana a corto y largo plazo en la persona que la consume son:²

CORTO PLAZO	LARGO PLAZO
Sensación de relajamiento, de tranquilidad. Probable riesgo de alteraciones cardíacas. Resequedad de la mucosa oral (ulceraciones).	Enfermedades respiratorias y pulmonares: cáncer y bronquitis crónica.
Sensación de mayor libertad y confianza. Aumento de la frecuencia cardíaca. Alteraciones en la memoria para hechos recientes.	Disminución de los niveles de testosterona y mayor riesgo de esterilidad en las mujeres
Aumento del apetito	Disminución del placer sexual
Aumento en la percepción de los colores, sonidos y otras sensaciones; puede alterar la visión y percepción del tiempo y espacio.	Psicosis paranoide, cuadro de “locura” con sintomatología semejante a la esquizofrenia.
Menor coordinación motora	Dependencia Psicológica
Disminución de la habilidad para realizar tareas que implican concentración y coordinación.	Síndrome amotivacional, sin deseo para actuar o llevar a cabo alguna actividad.
Alucinaciones y Psicosis paranoide: se escuchan voces y se ven personas y cosas que los demás no ven, sensación de persecución.	
Retardo en el tiempo de reacción.	

¹ Programa Nacional de Salud 2007-2012. Por un México sano: construyendo alianzas para una mejor salud.

http://www.dgis.salud.gob.mx/descargas/pdf/ProNaSa_2007-2012.pdf Recuperado el 06 de noviembre de 2012.

² Mujer y drogas. (2004). Centros de Integración Juvenil A.C. México. D.F.

Alteraciones en el juicio (dificultad para evaluar situaciones y tomar decisiones).

Ten cuidado con el consumo de estas sustancias, no sólo te perjudican a ti, también deterioran las relaciones familiares y sociales, principalmente el daño es físico y psicológico en la persona que la consume. Es importante que los padres se involucren en el desarrollo del hijo para percatarse de cualquier síntoma o conducta que hagan sospechar el consumo y poderlos ayudar a tiempo, observa el comportamiento cotidiano de tu hijo, convive o conoce a sus amigos con los que se relaciona más, para que puedas detectar posibles situaciones de peligro.

Es importante que tu como padre de familia te incorpores en la vida diaria de tus hijos, cuidando no ser intrusivo o sobreprotector, sólo es necesario involucrarse en algunas actividades y pláticas cotidianas para cuidar a los integrantes de tu familia contra este problema.

No te desesperes si no logras a la primera lo que esperas en relación a tu hijo, el aprendizaje de cualquier forma de relación entre padres e hijos, requiere de la acción continua respecto a lo que se quiere lograr.