

Lección 8

El uso seguro y legal de
los medicamentos
recetados y los riesgos
de su uso indebido



PROJECT
ALERT

Descripción general de la lección

Objetivos de la lección

1. Explicar el uso seguro y legal de los opioides recetados y otras drogas de venta bajo receta, y explicar de qué manera su uso indebido puede volverse adictivo o poner en peligro la vida
2. Brindar a los/as estudiantes habilidades de resistencia y autoeficacia para rechazar y resistirse al uso indebido de drogas recetadas

Alcance y secuencia con lineamientos sobre el ritmo

1. Introducir la lección (1 min)
2. El desarrollo del cerebro adolescente y la seguridad de los medicamentos recetados (15 min)
3. Describir los opioides recetados y el fentanilo (8 min)
4. Caso de estudio: La lesión de Ollie (8 min)
5. Preparar y actuar dramatizaciones (10 min)
6. Conclusión (2 min)

Breve descripción de la lección

Esta lección explica el uso seguro y legal de los medicamentos recetados y aborda los riesgos de su uso indebido, en especial de los opioides recetados, así como los riesgos del fentanilo. Asimismo, continúa representando situaciones de la vida real en las que a los/as estudiantes se les pueden ofrecer sustancias, como drogas recetadas, y formas de decir “no” para desarrollar su conocimiento, habilidades y autoeficacia.

Conocimiento de base: lectura previa

Opioides recetados

¿Qué son los opioides recetados?

Los **opioides recetados** son drogas que se utilizan para tratar el dolor y el malestar. Se los suele conocer como “medicamentos para el dolor”, “calmantes” o “analgésicos” recetados. Son medicamentos regulados que en general se fabrican en un **laboratorio aprobado**. Sólo deben utilizarse cuando los receta un médico. Los opioides recetados más comunes vienen en forma de píldora e incluyen nombres como oxicodona (OxyContin®, Percocet®), hidrocodona (Vicodin®), oximorfona (Opana®), morfina (Kadian®, Avinza®), codeína y fentanilo.

¿De qué manera los opioides recetados pueden producir un efecto de “subidón”?

Los analgésicos recetados van directamente al cerebro para **reducir la percepción de dolor del cuerpo**. Las sensaciones dolorosas se reemplazan con otras sensaciones o lo que a veces se denomina efecto de “subidón”. Cuando se sigue consumiendo la droga durante un largo período, el cuerpo necesita **más y más** para sentir los efectos.

¿Por qué los/as adolescentes podrían usar opioides recetados?

En ocasiones, los médicos recetan estos medicamentos a adolescentes para ayudarlos/as con el dolor físico. Se los puede recetar a deportistas para aliviar el dolor de una **lesión deportiva**. También se los puede recetar a adolescentes para el dolor de **migrañas o cólicos menstruales**. Si bien la mayoría de las personas no consumen analgésicos recetados, algunos/as adolescentes pueden sentir curiosidad por consumirlos.

¿Es peligroso consumir drogas recetadas que no han sido indicadas para ti?

La razón más importante para no consumir drogas recetadas que no han sido indicadas para ti es que pueden ser **mortales**. Una sobredosis de opioides puede **detener la respiración** y provocar **daño cerebral y la muerte, incluso con una sola dosis**. Y, desafortunadamente, es fácil sufrir una sobredosis con estas drogas.

Los analgésicos recetados vienen en muchas formas y concentraciones, y la dosis correcta que prescribe un médico es diferente para cada persona. Los únicos analgésicos que se deben tomar tienen que ser los recetados por tu médico, adquirirse en una farmacia y tomarse de acuerdo con las indicaciones de tu médico mientras estés bajo su atención.

A veces, estas drogas se fabrican en laboratorios ilegales. Los analgésicos que se compran en Internet, en la calle o de algún conocido se consideran ilegales. Son muy peligrosos porque no se sabe qué contienen realmente. Muchos/as adolescentes desconocen su contenido real, para qué son esas drogas o qué píldoras son más potentes que otras. Tampoco saben qué dosis son peligrosas y cómo reaccionan estas drogas en combinación con otras, como el alcohol, la marihuana o los estimulantes. **Combinar drogas es extremadamente peligroso** y puede afectar la realización de tareas simples, o puede causar la muerte por accidente cerebrovascular, ataque cardíaco o insuficiencia respiratoria (**incapacidad para respirar**).

¿Existen otros efectos además del alivio del dolor o un "subidón"?

Sí. Los opioides recetados **hacen más lenta la respiración**, lo que podría enviar muy poco oxígeno al cerebro y hacer que sientas cansancio o **confusión**, y pueden causar estreñimiento y **náuseas**.

¿Los opioides recetados son adictivos?

Sí. El uso de opioides recetados puede conducir al desarrollo de una dependencia a la droga y **adicción muy rápidamente**. Cuanto más a menudo se consuman estas drogas, mayor será la dosis que se necesite la próxima vez para obtener el mismo efecto. Por este motivo, los médicos son muy cuidadosos al recetar estas drogas y solo prescriben una dosis que funcione **para un paciente específico y por un período breve**. Si estas drogas se consumen de una manera diferente a estas indicaciones, se considera ilegal.

El consumo continuado de estas drogas produce deseos intensos tanto mentales como físicos, dependencia y adicción. Los síntomas mentales de quitar las drogas incluyen depresión y ansiedad. Los síntomas físicos de abstinencia de una adicción incluyen calambres estomacales, dolores, sudoración, escalofríos, náuseas, temblores y dificultad para dormir.

Fentanilo

¿Qué es el fentanilo?

El fentanilo es un opioide sintético potente que es hasta 100 veces más fuerte que la morfina (un opioide recetado) y 50 veces más fuerte que la heroína (un opioide ilegal). El fentanilo ha contribuido a un aumento en las muertes por sobredosis de drogas en los Estados Unidos. Incluso una pequeña cantidad de fentanilo puede ser mortal.

¿Por qué alguien podría usar fentanilo?

El fentanilo farmacéutico puede ser recetado por un médico para tratar a alguien con afecciones complejas dolorosas, como el cáncer avanzado. Sin embargo, el fentanilo fabricado ilícitamente se distribuye en forma ilegal porque es químicamente similar a otros opioides y puede producir un efecto de "subidón". El fentanilo a menudo se mezcla con otras drogas debido a su extrema potencia, lo que hace que las drogas sean más baratas, más potentes, más adictivas y más peligrosas. Es posible que una persona ni siquiera sepa que una droga contiene fentanilo.

Heroína

¿Qué es la heroína?

La heroína es una droga opioide procesada a partir de la morfina. Es muy adictiva. Es una droga **ilegal** que generalmente se vende como un polvo blanco o marrón. **La mayoría de las personas no consumen** heroína, pero a veces, cuando una persona es adicta a los opioides, puede comenzar a consumir heroína por sus efectos. Tanto para adolescentes como para adultos, es ilegal comprar o consumir heroína.

¿Cómo afecta la heroína al cuerpo?

Al igual que otros opioides, la heroína afecta el cerebro y evita por un corto lapso que el cerebro perciba el dolor. Puede haber un breve “subidón” de sensaciones agradables, seguido de una sensación de mucho sueño y luego una sensación de estar completamente despierto. Cuando se siguen consumiendo opioides, se necesitan cada vez más para sentir los mismos efectos y funcionar con normalidad; esto es adicción. Cualquier persona que consuma opioides puede volverse adicta y a veces esto sucede muy rápidamente.

Seguridad

¿Cuáles son los riesgos de sobredosis de los opioides recetados, el fentanilo o la heroína?

Los opioides sintéticos son las drogas más comunes involucradas en las muertes por sobredosis. Los opioides recetados solo deben tomarse según lo indicado por un médico, nunca deben compartirse con otra persona ni mezclarse con otras drogas. Al consumir un opioide ilegal aunque sea solo una vez se corre el riesgo de sufrir una sobredosis y la muerte, porque a menudo se mezclan con otras sustancias y no hay evidencia de lo que realmente contienen o de su concentración (o potencia). La sobredosis de opioides puede ocurrir por el uso indebido de cualquier tipo de opioide, y es potencialmente mortal y requiere atención de emergencia inmediata. La sobredosis de opioides hace que disminuyan, o se detengan por completo, la respiración y los latidos del corazón.

¿Qué se puede hacer ante una sobredosis de opioides?

Una persona que experimenta una sobredosis de opioides necesita atención de emergencia de inmediato para evitar la muerte. Se debe llamar al 911 de inmediato, seguir sus instrucciones y posiblemente comenzar la RCP si la persona ha dejado de respirar. Si estuviese disponible, se debe tratar a la persona con naloxona. La naloxona es un medicamento que puede salvar vidas y revertir una sobredosis de opioides si se administra correctamente y a tiempo para evitar la muerte. La naloxona es un antagonista de los receptores opioides que se une al cerebro para bloquear temporalmente los efectos de otros opioides.

Materiales y suministros para preparar

- **Material visual** - Reglas básicas: Estudiantes (guardado de la lección 1)
- **Material visual** - Póster 9: Formas de decir “no”
- **Material visual** - Póster 11: Las drogas recetadas van directo a tu cabeza
- **Materiales** - Video: *Hablemos sobre la seguridad de los medicamentos recetados*
- **Copia impresa:** copias de Sé inteligente, mantente seguro: Pautas para los analgésicos recetados, opcional
- **Copia impresa** - Copias de Opioides recetados, fentanilo y heroína: Información para educadores y jóvenes, opcional

Leyenda

Usamos los íconos a continuación para indicar qué decir durante la lección, qué tener en cuenta al impartir la lección y qué exhibir en el salón de clases durante la lección.

Qué decir	Qué tener en cuenta	Qué exhibir
		

Plan de la lección

1. Introducir la lección



Exhibe el material visual creado en la lección 1: *Reglas básicas para los/as estudiantes*



Hemos abarcado bastante material en el Project ALERT. Hoy vamos a hablar sobre el uso seguro frente al uso indebido de medicamentos recetados. Cubriremos algunos tipos de drogas recetadas, pero hablaremos más sobre un tipo en particular llamado *opioide*.

Veremos un video y discutiremos el desarrollo del cerebro adolescente y cómo ciertas drogas lo afectan y por qué pueden ser tan adictivas. Luego, practicaremos habilidades de resistencia en dramatizaciones, como lo hacemos a menudo en las lecciones del Project ALERT.

2. El desarrollo del cerebro adolescente y la seguridad de los medicamentos recetados



Para comenzar, hablemos sobre el cerebro. El cerebro humano es muy complejo y controla nuestros movimientos, pensamientos y funciones corporales. Es el centro de control o la "computadora" de nuestro cuerpo, y le lleva mucho tiempo madurar por completo.

El cerebro no está completamente desarrollado sino hasta alrededor de los 25 años. Aunque no pueden sentir que su cerebro cambia, está súper ocupado construyendo circuitos y programando.

Usando esta analogía del centro de control, nuestras experiencias pueden crear o romper conexiones de corta distancia entre las células cerebrales. Al guiar la creación de circuitos, las experiencias dan forma a nuestras percepciones, recuerdos y cosas que nos hacen únicos.

Nuestras experiencias también afectan nuestro cerebro en distancias más largas. Esto implica la construcción de conexiones como haces de fibras gruesos que unen diferentes regiones del cerebro. Al crear esta compleja red de conexiones, nuestras

experiencias ayudan a aumentar la "banda ancha" del cerebro, lo que le permite funcionar cada vez mejor.

En los cerebros de los y las adolescentes, las experiencias pueden afectar las conexiones de manera importante. Mientras que su cerebro está en desarrollo, el uso indebido de drogas puede causar problemas reales que pueden durar mucho tiempo.

Otras experiencias que influyen en el desarrollo de su cerebro incluyen el sueño, los pasatiempos, el ejercicio y la nutrición. Por lo tanto, deben tener en cuenta que cada decisión, las cosas que hacen y las cosas que les suceden, influyen en cómo se desarrolla su cerebro.

Ahora, vamos a ver un video para escuchar cómo ciertas drogas recetadas afectan el cerebro y sobre la importancia de usar los medicamentos recetados de manera adecuada y segura.



Mostrar el video: *Hablemos sobre la seguridad de los medicamentos recetados*



El video explicó tres tipos de drogas recetadas:

1. Los opioides recetados, indicados por los médicos para tratar médicamente el dolor al interferir con los mensajes de dolor enviados al cerebro.
2. Los sedantes recetados, indicados por los médicos para tratar médicamente la ansiedad, el estrés y los trastornos convulsivos al hacer más lenta la función cerebral normal.
3. Los estimulantes recetados, indicados por los médicos para tratar médicamente la depresión, la obesidad y el TDAH al acelerar las funciones normales del cerebro y del cuerpo, como la frecuencia cardíaca y la presión arterial.

Estas drogas recetadas afectan el cerebro. Las indicaciones de los médicos son únicas para cada persona y para su tratamiento médico. Por lo tanto, ¿cuáles son las precauciones de seguridad importantes para el uso seguro y legal de las drogas recetadas?

Las respuestas son:

1. Seguir las indicaciones de tu médico,
2. No mezclar medicamentos con alcohol u otras drogas, y
3. No compartir drogas recetadas.

Muy bien. ¿Y quién puede recordarnos a qué edad madura el cerebro?

Respuesta: alrededor de los 25 años.

Bien, el desarrollo cerebral importante ocurre hasta alrededor de los 25 años. El cerebro todavía está construyendo sus "circuitos y programación", si usamos la analogía de la computadora, a medida que madura y hace nuevas conexiones.

¿Qué pueden hacer para mantener su cerebro saludable y desarrollar todo su potencial?

Las respuestas pueden incluir: nada de drogas, uso seguro de drogas recetadas, alimentación saludable, ejercicio, sueño, aprendizaje y pasatiempos.

¿Son cosas sobre las que tienen control y pueden elegir hacer?

¿Pueden pensar en otras actividades útiles?

Genial. Pueden usar esta información para tomar sus propias decisiones y mantener nuestros cerebros protegidos y saludables.

3. Describir los opioides recetados y el fentanilo



Como ya sabemos, los opioides recetados son drogas que se recetan para tratar el dolor y el malestar. Se los puede conocer como “medicamentos para el dolor” o “analgésicos” recetados. Son medicamentos regulados que en general se fabrican en un laboratorio aprobado. Sólo deben utilizarse cuando los receta un médico. Los opioides recetados más comunes incluyen nombres como oxycodona, hidrocodona, morfina y fentanilo.

Van directamente al cerebro para reducir la percepción de dolor del cuerpo. En ocasiones, los médicos recetan estos medicamentos a adolescentes para ayudarlos/as con el dolor físico. Estas drogas vienen en muchas formas y concentraciones, y la dosis correcta que receta un médico es única para cada persona. La razón más importante de no consumir opioides recetados que no han sido indicados para ustedes es que pueden ser mortales. Una sobredosis de opioides puede detener la respiración y provocar daño cerebral y la muerte, incluso con una sola dosis.

La heroína es un opioide procesado a partir de la morfina. Tanto para adolescentes como para adultos, es ilegal comprar o consumir heroína.

El fentanilo es un opioide sintético potente que es hasta 100 veces más fuerte que la morfina y 50 veces más fuerte que la heroína.

El fentanilo farmacéutico puede ser recetado por un médico para tratar a alguien con afecciones complejas dolorosas, como el cáncer avanzado.

Sin embargo, el fentanilo fabricado ilícitamente se vende en forma ilegal porque es químicamente similar a otros opioides. A menudo se lo mezcla con otras drogas y se lo vende ilegalmente debido a su extrema potencia y concentración, lo que hace que las drogas sean más baratas, más potentes, más adictivas y más peligrosas. Es posible que una persona ni siquiera sepa que una droga tiene fentanilo.

El fentanilo ha contribuido a un aumento en las muertes por sobredosis de drogas en los Estados Unidos.



Como discutimos en una lección anterior, con base en datos a nivel nacional, si tuviéramos un salón con 100 estudiantes de 8.º grado, podría decirse que:

- **Alrededor de 9 de cada 100 consumieron nicotina en el último mes**
- **Alrededor de 5 de cada 100 consumieron marihuana en el último mes**
- **Alrededor de 6 de cada 100 consumieron alcohol en el último mes**

Bien, si pensamos en adolescentes de hasta 17 años, y tuviéramos 100 adolescentes de 12 a 17 años, ¿cuál creen que es el número promedio de adolescentes de 12 a 17 años que han hecho un uso indebido de analgésicos recetados en el último año?

(Trata de obtener algunas respuestas de los/as estudiantes).

Son menos de 3 de cada 100 los que hicieron un uso indebido de analgésicos recetados en el último año.

¿Cuántos creen ustedes que han consumido heroína en el último año?

(Trata de obtener algunas respuestas de los/as estudiantes).

Es mucho, mucho menor: menos de una décima parte de 1%. Los datos muestran que menos de 1 de cada 1,000 adolescentes ha consumido heroína en el último año.

¿Qué opinan de estos números? ¿Los y las adolescentes están consumiendo estas sustancias?

4. Caso de estudio: *La lesión de Ollie*



Exhibe el póster: Las drogas recetadas van directo a tu cabeza



Ahora vamos a hablar sobre un caso de estudio llamado La lesión de Ollie, que es la historia de un adolescente que tiene que tomar decisiones sobre el uso seguro y adecuado de una droga recetada. El adolescente en la historia se llama Ollie. Habrá cinco "puntos de decisión" en la historia donde Ollie puede elegir una acción para mantenerse seguro y saludable.



Ten en cuenta que este caso de estudio refuerza las lecciones anteriores que abordan el consumo de drogas para hacer frente a una emoción como la tristeza, la ira o la frustración, y la necesidad de buscar ayuda si se tienen problemas y dificultades para manejar situaciones y sentimientos difíciles.



Antes de comenzar a leer el caso de estudio, nos dividiremos en grupos y cada grupo elegirá un encargado o encargada de registrar. Para cada uno de los cinco puntos de decisión, su grupo discutirá las elecciones de Ollie, qué decisiones podrían llevar a Ollie al uso indebido de drogas recetadas y qué decisiones podrían mantenerlo seguro y saludable.

Divide a los/as estudiantes en grupos; cada grupo asigna un/a encargado/a de registrar; y cada grupo tiene una hoja de papel lista.



Comencemos.

Ollie es un deportista de la escuela secundaria. Parece que llegará a jugar en el equipo de fútbol titular esta temporada, algo por lo que ha trabajado muy duro para lograr. Es la semana anterior al comienzo de la temporada.

Cuando Ollie está en un parque de skate, sufre una fuerte caída y se quiebra el brazo. Quiere seguir jugando en el equipo de fútbol, pero le duele mucho el brazo y su entrenador no lo dejará jugar.

Cuando Ollie consulta con su médica, le explica que no puede jugar hasta que su brazo sane, y también dice que le va a indicar un analgésico recetado llamado Vicodin.

Este es el punto de decisión #1: Si tomar o no Vicodin, un medicamento recetado para controlar el dolor. ¿Qué acción puede tomar Ollie que lo ayude a mantenerse saludable y seguro?

Concede 1 minuto para que los grupos de estudiantes discutan, escriban una decisión y compartan ideas.

¿Qué podría hacer Ollie mientras habla con su médica sobre el plan de tratamiento?

Posibles respuestas, si no se dijeron antes:

- Ollie (o sus padres) podrían comentarle a su médica sus preocupaciones sobre el uso de opioides recetados y el riesgo de adicción.
- Podrían preguntar si se podría usar otro método para el control del dolor sin opioides en su lugar o qué otras cosas se pueden hacer para aliviar el dolor si es necesario.
- Ollie puede hacer preguntas sobre las indicaciones de la médica para el uso seguro del medicamento; puede seguir indicaciones y mantenerse en comunicación con la médica (y sus padres) sobre cómo se siente.

Si bien los opioides recetados pueden ser parte de un tratamiento seguro si se usan adecuadamente, es importante:

- 1) conocer los riesgos y tomar los medicamentos con precaución,**
- 2) tomarlos solo bajo la supervisión de un médico, y**
- 3) tomarlos por un plazo no mayor a lo absolutamente necesario.**

Ollie va a ver jugar a su equipo y se siente triste porque no puede estar en el campo de juego. Cada vez que asiste a un partido se siente peor porque su médica le dijo que no podrá jugar por al menos 4 semanas más y todavía le duele un poco el brazo.



Este es el punto de decisión #2: Cómo hacer frente a los sentimientos de tristeza y dolor leve. ¿Qué acción puede tomar Ollie que lo ayude a mantenerse saludable y seguro?

Concede 1 minuto para que los grupos de estudiantes discutan, escriban una decisión y compartan ideas.

¿Qué podría hacer Ollie para manejar su tristeza y el dolor leve?

Posibles respuestas, si no se dijeron antes:

- Hablar con el entrenador sobre cosas útiles que puede hacer por el equipo hasta que esté autorizado para jugar.
- Iniciar un programa de ejercicios para mantener las piernas fuertes y no perder su estado físico.
- Hacer otras actividades que disfrute y que todavía pueda hacer
- Hablar con los padres, el entrenador o un consejero sobre sus sentimientos.

Ollie se da cuenta de que cuando toma las píldoras se siente menos sensible y, últimamente el dolor en el brazo se ha vuelto leve.

Este es el punto de decisión #3: Si tomar o no opioides recetados cuando no es necesario, o para algo para lo que no están recetados, como la tristeza o depresión. ¿Qué acción puede tomar Ollie que lo ayude a mantenerse saludable y seguro?

Concede 1 minuto para que los grupos de estudiantes discutan, escriban una decisión y compartan ideas.

¿De qué otras maneras podría Ollie abordar sus emociones y controlar el dolor leve en lugar de usar las píldoras que le recetó su médica?

Posibles respuestas, si no se dijeron antes:

- Usar un medicamento para el control del dolor no opioide ya que el dolor es leve; controlar el dolor leve sin medicamentos recetados
- Hablar con la médica sobre los cambios en la lesión y preguntarle sobre los cambios en el plan de tratamiento.
- Hablar con su médica sobre sus sentimientos
- Hablar con un consejero u otro adulto sobre sus sentimientos
- Ejercitarse para ayudar a mantener su estado físico y sentirse mejor
- Hacer actividades que disfrute y que todavía pueda hacer

¿Qué podría pasar si Ollie decide seguir tomando el Vicodin que le recetó su médica cuando en realidad ya no lo necesita? ¿Cómo podría su uso indebido afectar su salud, sus calificaciones, sus relaciones, su familia, su futuro?

Posibles respuestas, si no se dijeron antes:

- Podría desarrollar una adicción; meterse en más problemas; las calificaciones y la asistencia pueden bajar
- Cuando se le acabe el Vicodin, podría estar tentado de probar otras drogas
- La familia podría verse alterada y herida por su uso indebido



Ollie había renovado su receta y se dio cuenta de que le sobraron píldoras, pero ya no le duele el brazo.

Este es el punto de decisión #4: Hacer un uso indebido de las drogas recetadas o desecharlas. ¿Qué acción puede tomar Ollie que lo ayude a mantenerse saludable y seguro?

Concede 1 minuto para que los grupos de estudiantes discutan, escriban una decisión y compartan ideas.

¿Qué debe hacer Ollie con las píldoras dado que ya no las necesita para el dolor? Si las mantiene cerca, ¿piensas que él o alguien más podría verse tentado a hacer un uso indebido?

Posibles respuestas, si no se dijeron antes:

- Averiguar la forma más segura de desecharlas (preguntar al farmacéutico, en el consultorio del médico)
- Contarle a un médico, padre u otro adulto de confianza que no las necesita y que las desechen
- Si Ollie todavía tiene problemas con los sentimientos, que consulte con un consejero para obtener ayuda

¿Qué podría pasar si Ollie decide seguir tomando píldoras cuando en realidad no las necesita?

Posibles respuestas, si no se dijeron antes:

- Podría desarrollar una adicción
- Cuando se le acabe el Vicodin, podría recurrir a otras drogas para satisfacer las ansias de consumir, ya que se está volviendo adicto o está desarrollando un trastorno por uso de sustancias

Después de tomar las píldoras durante 3 a 4 semanas, se da cuenta de que quiere y necesita más, pero su médica no renovará su receta. Ollie comienza a sentirse ansioso, irritado y enfermo. En el parque de skate, Ollie se encuentra con “JJ”, que es una especie de amigo de su primo mayor. Le dice a Ollie que tiene algunas píldoras que funcionarán igual que las píldoras para el dolor que le dio su médica. JJ dice que son “seguras”, que lo harán sentir igual que el Vicodin, y que son baratas y fáciles de conseguir. Se las ofrece a Ollie.

Este es el punto de decisión #5: Si usar o no las píldoras que le ofrece JJ. ¿Qué acción puede tomar Ollie que lo ayude a mantenerse saludable y seguro?

Concede 1 minuto para que los grupos de estudiantes discutan, escriban una decisión y compartan ideas.

¿Qué podría pasar si Ollie decide consumir las píldoras que le ofrece JJ?

Posibles respuestas:

- Los riesgos de consumir incluyen problemas legales, adicción
- Hacerse daño a uno mismo, a la familia, a amigos y amigas, a su futuro
- Muerte por ingerir píldoras callejeras que podrían estar mezcladas con fentanilo u otras sustancias peligrosas

También deben saber que las acciones de JJ son ilegales.



¿Qué recuerdan de lecciones anteriores del Project ALERT sobre la adicción?

Las respuestas de los/as estudiantes pueden incluir:

- el cuerpo desarrolla una tolerancia al uso de sustancias y necesita más para funcionar,
- se sienten fuertes deseos de consumir la sustancia,
- dejar de usar la sustancia causa síntomas de abstinencia y
- problemas con la familia, amigos/as, la escuela y en otros ámbitos de la vida.



El uso de opioides recetados puede conducir al desarrollo de una dependencia a la droga y adicción muy rápidamente. Cuanto más a menudo se usen estas drogas, mayor será la dosis que se necesite la próxima vez para obtener el mismo efecto. El uso continuado de estas drogas produce deseos intensos tanto mentales como físicos, dependencia y adicción.

Por este motivo, los médicos siguen pautas al recetar estas drogas y solo prescriben una dosis que funcione para un paciente específico y por un período breve. Si estas drogas se usan de una manera diferente a estas indicaciones, se considera ilegal.

Una sobredosis de opioides puede detener la respiración y provocar daño cerebral y la muerte, incluso con una sola dosis. Y, desafortunadamente, es fácil sufrir una sobredosis con estos medicamentos.

Los opioides sintéticos son las drogas más comunes involucradas en las muertes por sobredosis. Al consumir un opioide recetado de forma ilegal o un opioide fabricado ilícitamente aunque sea solo una vez se corre el riesgo de sufrir una sobredosis y la muerte porque no hay pruebas de lo que realmente contienen, si están mezclados con otra sustancia peligrosa, o la concentración o potencia de la droga. La sobredosis de opioides puede ocurrir por el uso indebido de cualquier tipo de opioide, y es potencialmente mortal y requiere atención de emergencia inmediata. La sobredosis de opioides hace que disminuyan, o se detengan por completo, la respiración y los latidos del corazón.

Una persona que experimenta una sobredosis de opioides necesita atención de emergencia de inmediato para evitar la muerte. Se debe llamar al 911 cuanto antes, seguir sus instrucciones y posiblemente comenzar la RCP si la persona ha dejado de respirar.

Si estuviese disponible, se debe tratar a la persona con naloxona. La naloxona es un medicamento que puede salvar vidas y revertir una sobredosis de opioides si se administra correctamente y a tiempo para evitar la muerte. La naloxona es un antagonista de los

receptores opioides que se une al cerebro para bloquear temporalmente los efectos de otros opioides.

5. Preparar y actuar dramatizaciones



Exhibe el póster: Las drogas recetadas van directo a tu cabeza
Exhibe el póster: Formas de decir “no”



Bien, hagamos algunas dramatizaciones con juegos de roles y practiquemos formas de decir “no”.

Nos dividiremos en grupos y elegiremos encargados o encargadas de registrar. En una hoja, cada grupo pensará:

- 1. Dos razones para no hacer un uso indebido de las drogas recetadas,**
- 2. Dos respuestas verbales diferentes que podrían darle a alguien que está tratando de convencerlos de que usen indebidamente drogas recetadas u opioides ilegales.**

Escriban las palabras concretas que usarían, pueden consultar el póster de Formas de decir “no” para obtener ideas.



Circula por el salón mientras los/as estudiantes trabajan en grupos.



Cuando los/as estudiantes hayan estado trabajando durante unos 4 minutos, dales una alerta sobre el tiempo.

Tienen dos minutos más para completar sus dramatizaciones.

Después de los siguientes 2 minutos

Se acabó el tiempo: escuchemos una de las razones de su grupo y la respuesta correspondiente que tiene su grupo para decir “no”.

¿Qué grupo se ofrece de voluntario para empezar?

Cada grupo presenta una razón y la dramatización de una respuesta.



Refuerza la participación de los/as estudiantes en la actividad y elogia sus aportes.



¡Lo han hecho todos muy bien!

6. Concluir la lección



Hoy hablamos sobre el uso seguro frente al uso indebido de drogas recetadas. Aprendimos sobre el desarrollo del cerebro y de qué manera consumir drogas afecta su desarrollo y funcionamiento. Seguimos practicando habilidades de resistencia. Todos ustedes se están volviendo fuertes y claros en sus palabras y decisiones de no consumir drogas y son capaces de resistir las presiones.

Pueden usar esta información y las dramatizaciones para tomar decisiones y hacer elecciones para mantener nuestro cerebro protegido y saludable.