

## Salud mental y drogas

### Mental Health - Drugs

*Francisco Javier Domínguez Estrada<sup>1</sup>, Jesús Antonio Simón Hernández<sup>2</sup>, Manuel Odilón Minior Granados<sup>3</sup>*

---

#### Abstract:

Millions of people take drugs. But for those who do not feel very good about themselves, the need to escape from themselves may be greater. Unfortunately, that artificial paradise can worsen your mental health. The excessive use of these substances harmful to health can bring can cause severe consequences to the physical and mental health of the consumer.

#### Keywords:

*Health, Drugs, Consumer, Disorders, Depression. Diseases.*

---

#### Resumen:

Millones de personas toman drogas. Pero para aquellos que no se sienten muy bien con ellos mismos la necesidad de escapar de sí mismos puede ser mayor. Desafortunadamente, ese paraíso artificial puede empeorar su salud mental. El uso excesivo de estas sustancias nocivas para la salud puede traer severas consecuencias a la salud física y mental del consumidor

#### Palabras Clave:

*Salud, Drogas, , Desordenes, Depresión, Enfermedades.*

---

### Introducción

El consumo de drogas y los problemas de salud mental afectan las mismas partes del cerebro. En parte, este es el motivo por el cual algunas personas tienen ambos problemas.

Además, alguien que se siente muy mal física y mentalmente puede tratar de sentirse mejor consumiendo drogas, pero por lo general eso no ayuda por mucho tiempo. Al contrario, esa

persona puede volverse adicta a las drogas y así entonces sentirse mucho peor que antes. Un problema de drogadicción puede empeorar un problema de salud mental. Y un problema de salud mental puede empeorar un problema de drogas. Una persona que tiene ambos problemas necesita tratar los dos al mismo tiempo para mejorar.

#### 1.1 Salud Mental

Las personas emocionalmente sanas tienen control sobre sus pensamientos, sentimientos y

---

<sup>1</sup> Lic. Médico Cirujano, Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo, Escuela Superior Tepeji del Río, Av. De Maestro No. 41 Colonia Noxtongo 2ª Sección, Tepeji del Río, Hidalgo, México. Email: [francisco\\_javier\\_de@hotmail.com](mailto:francisco_javier_de@hotmail.com)

<sup>2</sup> Lic. Médico Cirujano, Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo, Escuela Superior Tepeji del Río, Av. De Maestro No. 41 Colonia Noxtongo 2ª Sección, Tepeji del Río, Hidalgo, México. Email: [simjan\\_hdez@hotmail.com](mailto:simjan_hdez@hotmail.com)

<sup>3</sup> Lic. Médico Cirujano, Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo, Escuela Superior Tepeji del Río, Av. De Maestro No. 41 Colonia Noxtongo 2ª Sección, Tepeji del Río, Hidalgo, México. Email: [manuel.odilon@hotmail.com](mailto:manuel.odilon@hotmail.com)

comportamientos. Se sienten bien consigo mismas y tienen buenas relaciones con otras personas. Además, pueden poner los problemas en perspectiva y tienen maneras de hacerle frente al estrés y a los problemas.

La salud mental incluye nuestro bienestar emocional, psicológico y social. Afecta la forma en que pensamos, sentimos y actuamos cuando enfrentamos la vida. También ayuda a determinar cómo manejamos el estrés, nos relacionamos con los demás y tomamos decisiones. La salud mental es importante en todas las etapas de la vida, desde la niñez y la adolescencia hasta la adultez.

El estrés y los problemas con la familia, el trabajo o estudio pueden causar una enfermedad mental o hacer que empeore. También esto conlleva a caer en problemas de drogadicción. Con frecuencia, la enfermedad mental tiene una causa física como un desequilibrio químico en el cerebro.

## 1.2 Drogas

Las drogas son sustancias naturales o sintéticas que debido a su ingesta existen probabilidades de que se originen y desarrollen cambios psicológicos, físicos (orgánicos) y emocionales de manera exponencial, dando como resultado la muerte de la persona a la que se suministran dichas sustancias, a pesar de que originalmente su uso está relacionado con fines médicos y terapéuticos actualmente se utilizan más para fines recreativos, provocando así un consumo descontrolado de los diferentes narcóticos.

Hay muchos factores que están relacionados con las personas que presentan comportamientos de consumo de drogas, los más frecuentes se relacionan a la vida social en la que se desarrolla cada individuo, así como su entorno y las diversas acciones que los llevan a el comienzo de su consumo.

Se puede llegar a la drogadicción mediante dos caminos, uno brusco, agudo y compulsivo de aquellos que se encuentran gravemente perturbados en su psique, que, bien se pudo haber generado con cualquier otra alguna otra cosa o

persona; el otro camino, en cambio es mucho más lento y de evolución progresiva que pasa por dos etapas previas, el uso y el abuso; el primero se define como el uso de una misma droga, frente a un estímulo, pero sin regularidad de tiempo, y la segunda etapa, en la que se comienza a abusar de la droga en dos tipos de modalidad, una frente a diferentes estímulos, pero sin regularidad de tiempo y la segunda, que se caracteriza no por la modificación del estímulo, sino la variación de la droga.

Si una persona consume de manera frecuente este tipo de sustancias puede comenzar por manifestar diversos comportamientos que son muy notorios y con los cuales se puede diagnosticar a un paciente que consume drogas, en primer lugar, el individuo comienza por desarrollar una conducta de adicción, la cual se define como una enfermedad crónica del cerebro con recaídas, caracterizada por la búsqueda y el uso compulsivo de drogas, a pesar de las consecuencias nocivas. Se considera una enfermedad del cerebro porque las drogas cambian dicho órgano en diferentes aspectos: modifican su estructura y su funcionamiento.

Con el paso del tiempo y un consumo consecutivo una persona adicta comienza por desarrollar lo que se define como tolerancia a las sustancias o fármacos que consume, dando como resultado una resistencia a los efectos que eran generados en un principio en el sistema nervioso del individuo, dicha resistencia puede verse influida por factores como la periodicidad y la cantidad de la dosis, además de que existen algunos otros factores que intervienen en el tiempo de respuesta y metabolismo, como son: peso, talla, sexo, edad, IMC, el consumo de alimentos antes de la ingesta y el hecho de haber consumido o no algunas otras sustancias de la misma índole.[10]

El consumo excesivo, aunado a la tolerancia y la periodicidad pueden desembocar en lo que se conoce como dependencia, que es la sujeción del individuo a la droga; presenta dos variantes:

**Dependencia psíquica:** Es la sumisión psíquica del sujeto a la droga. Sus impulsos y toda su vida giran alrededor de esta.

**Dependencia psicofísica:** Forma parte importante de la fisiología del individuo, al punto que su brusca supresión llega a producir un colapso e inclusive la muerte

En último lugar, el síndrome de abstinencia es un término usado para referirse al conjunto de signos y síntomas producido por la reducción o interrupción de la administración de un psicotrópico, después de un tiempo de uso prolongado, o en casos menos frecuentes, por el consumo de dosis altas. [11] [9]

Todas las manifestaciones de este síndrome siempre estarán relacionadas con el tipo de sustancias que un individuo hubiese consumido, ya que los diferentes psicotrópicos actúan sobre el SNC afectando y modificando los diferentes tipos de receptores relacionados con la sinapsis neurológica.

La severidad de este síndrome está dada por diversos factores a los que se mantuvo expuesto el individuo, algunos de estos por no mencionarlos todos son: El tiempo de acción de la sustancia, el tamaño de las dosis y la frecuencia con la que se suministraba, el tipo de sustancia, el estado de salud y la personalidad del paciente y el tipo de estimulaciones que se generaban debido a el ambiente en el que se consumía la sustancia. [11]

### 1.2.1 Principales drogas de consumo.

Entre las sustancias más comúnmente consumidas se encuentran:

- Los opiáceos y otros narcóticos: Son calmantes muy potentes que pueden causar somnolencia y algunas veces sentimientos intensos de bienestar, regocijo, euforia, entusiasmo y júbilo. Entre ellos se encuentran la heroína, el opio, la codeína y los analgésicos narcóticos que pueden ser recetados por el médico o se pueden comprar de manera ilícita.
- Los estimulantes: Son medicamentos que estimulan el cerebro y el sistema nervioso. Ellos

incluyen cocaína y anfetaminas, como las drogas utilizadas para tratar el trastorno de hiperactividad con déficit de atención (THDA) (el metilfenidato o la Ritalina). Una persona puede empezar a necesitar cantidades mayores de ellas con el tiempo para sentir el mismo efecto.

- Los depresivos: Causan somnolencia y reducen la ansiedad. Ellos incluyen alcohol, barbitúricos, benzodiazepinas (Valium, Ativan, Xanax), hidrato de cloral y paraldehído. El uso de estas sustancias puede llevar a que se desarrolle adicción.
- El LSD, la mescalina, la psilocibina (setas u hongos) y la fenciclidina (PCP o polvo de ángel): pueden hacer que las personas vean cosas que no existen (alucinaciones) y pueden llevar a dependencia psicológica.
- La marihuana (cannabis o hashish).



### 1.2.2 ¿Cómo actúan las drogas en el organismo?

Las drogas interfieren con la forma en que las neuronas envían, reciben y procesan las señales que transmiten los neurotransmisores. Algunas drogas, como la marihuana y la heroína, tienen la capacidad de activar neuronas porque su estructura química es similar a la de un neurotransmisor natural del organismo. Esto permite que se adhieran a las y los receptores de las neuronas y las activen. Si bien estas drogas imitan los neurotransmisores, no activan las neuronas de la misma manera que un neurotransmisor natural, pero producen sensaciones de placer y tranquilidad. Entonces hacen que se envíen mensajes anormales a través del impulso nervioso. (sinapsis) [4]

Farmacocinética

**Absorción:** Ingresa en el organismo mediante una determinada vía de administración; la dosis se dispersa rápidamente en la circulación general, cuando son inyectadas por vía intravenosa. No hay barrera de absorción y la dosis total se distribuye en la circulación sistémica. Una alternativa cada día más común es el esnifado nasal. una práctica popular entre heroína y cocaína. Aquí, la droga debe penetrar en las membranas lipoideas de los cilios del tracto nasal al objeto de ingresar en la circulación general. La absorción es más lenta por otras vías, como la inyección subcutánea, administración sublingual, administración rectal y oral. [8]

Cuando las drogas son ingeridas por la boca, un número de factores importantes reducen la proporción de la droga absorbida dentro de la sangre. Incluyen en la liberación de la droga, su formulación particular, su estabilidad química en las condiciones ácidas del estómago o las condiciones alcalinas del intestino. Bacterias existentes en el tracto gastrointestinal o enzimas en la mucosa, permiten el metabolismo de algunas drogas en la absorción. La presencia de alimento retarda la rapidez de absorción de muchas drogas y la motilidad gastrointestinal y el flujo sanguíneo también inhiben este proceso. La droga es transportada por la vena hepática portal al hígado, donde la sustancia puede ser metabolizada antes de su llegada a la circulación general. [8]

La vía de entrada dentro del organismo es crucialmente importante, y en ella influye de manera prioritaria la absorción dentro de la circulación general, y consecuentemente el mantenimiento de la respuesta clínica.

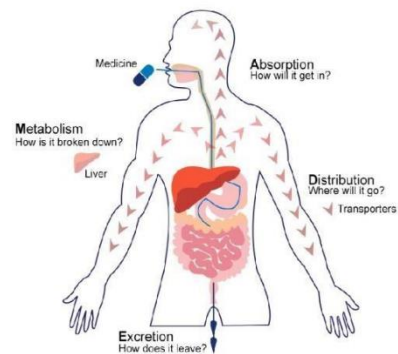
**Distribución:** Una vez en la circulación sistémica, la droga es distribuida a través de los tejidos y órganos del organismo. Drogas como el THC y LSD son depositadas rápidamente dentro de los tejidos lipídicos. Tetrahidrocannabinol (THC), puede volver y permanecer en los tejidos durante un largo período, así los metabolitos del THC son detectados en la orina durante 1-2 semanas

después de una dosis única. La rapidez con que las drogas son captadas por los tejidos es también proporcional a su solubilidad lipídica. [8]

**Metabolismo:** El hígado es el principal lugar del metabolismo de las drogas. Generalmente el objetivo es producir derivados polares (solubles en agua) los cuales son más rápidamente excretados por los órganos. Dos tipos de procesos metabólicos han sido identificados y son designados como fase I y fase II. Las reacciones de la fase I involucran principalmente oxidación por hidroxilación, N y O- dealkilación o formación de sufóxidos. La conjugación con ácido glucurónico es la reacción más importante de la fase II, a través de acetilación, metilación y conjugación con aminoácidos como la glicina y con sulfato. La capacidad individual de metabolizar las drogas, disminuye con la edad; puede verse incrementado por el tabaco y la bebida, o por tomar drogas como el fenobarbital que induce enzimas microsomales. [8]

**Excreción:** Las drogas y sus metabolitos son predominantemente excretados por el riñón.

Vías menos importantes incluyen la leche, saliva y glándulas sebáceas. La secreción de la bilis también elimina metabolitos altamente solubles en agua como el glucurónido de morfina: una porción es eliminada en las heces y el resto es reabsorbido por el tracto gastrointestinal. Los procesos de circulación enterohepática prolongan el período sobre el cual estos metabolitos son excretados por la orina. [8]



### 1.3 Trastornos de uso de sustancias

Los trastornos de uso de sustancias pueden referirse al uso o a la dependencia de sustancias. Entre los síntomas de estos trastornos se pueden encontrar: [6]

- o Disminuir la asistencia y el rendimiento en la escuela
- o Estar en problemas con frecuencia (peleas, accidentes, actividades ilegales)

**Haga clic o pulse aquí para escribir texto.**

- o Usar sustancias en situaciones que representan un peligro físico, por ejemplo, mientras conduce u opera una máquina.
- o Actuar a escondidas o de manera sospechosa.
- o Manifestar cambios en el apetito o los patrones de sueño.
- o Exhibir cambios sin explicación en la personalidad o la actitud.
- o Demostrar cambios en el estado de ánimo, irritabilidad o estallidos de ira
- o Pasar por períodos inusuales de hiperactividad, agitación o aturdimiento
- o No tener motivación
- o Mostrarse temeroso, ansioso o paranoico, sin razón alguna

### 1.4 Principales enfermedades mentales

Más de uno de cada cuatro adultos que padecen un problema de salud mental grave también tienen un problema de abuso de sustancias. Los problemas por uso de sustancias se observan más frecuentemente asociados a ciertos problemas de salud mental, entre los que se incluyen [3]

- Depresión
- Trastornos de ansiedad
- Esquizofrenia
- Trastornos de la personalidad



### Conclusiones

Las drogas pueden dañarte el SNC (SISTEMA NERVIOSO CENTRAL), pero aun siendo consciente de esto la gente las sigue consumiendo para tener un bienestar físico y social.

Te bajan, te elevan y te lanzan a un lado y a otro, ya sea un relajante cigarro de marihuana después del trabajo, unos tragos el viernes en la noche, una pastilla para rematar una noche de fiesta o una “raya” que te transporte a un mundo espacial donde te sientes el rey del mundo. Las sustancias psicotrópicas ofrecen a los individuos que la consumen una salida temporal a sus vidas cotidianas hacia un mundo donde todo es perfecto, sin problemas y se sienten bien consigo mismos.

Millones de personas lo hacen. Pero para aquellos que no se sienten bien consigo mismos, la oferta de un amplio manto de narcóticos, la necesidad de escapar, o perder la cabeza puede ser más fuerte. Por desgracia, este santuario de sustancias químicamente habilitado puede empeorar la salud mental de la gente y puede conllevar a consecuencias irreversibles como lo es la muerte.

La prueba de la doble conexión entre las drogas y la salud mental está principalmente en las revistas científicas, aunque también se puede ver en la vida cotidiana ya que más de uno de los conocidos o amigos han tenido problemas mentales por las drogas, legales o ilegales.

Sobre el consumo de drogas, que consumidas con fines terapéuticos son beneficiosas, y por el contrario utilizadas como diversión solamente acarrearán consecuencias negativas.

### Agradecimiento

Le agradecemos a la M. en C. Biológicas Diana Verónica Sánchez Martínez por habernos apoyado, alentado y confiado en nosotros para lograr este proyecto. Así mismo, agradecemos a nuestra casa de estudios, la Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo, que nos ha brindado herramientas para poder culminar con nuestra carrera profesional.



## Referencias

- [1] Daly, M. (2015). Salud mental y drogas. ¿Nos estamos jodiendo la vida al colocarnos? Abril 13, 2019, de LA GUÍA VICE DE LA SALUD MENTAL Sitio web: <https://www.vice.com/es/article/avpvea/saludmental-y-drogas-recreativas-nos-estamos-jodiendo-la-vida-al-colocamos765>
- [2] Rivadavia, C. (2016). Consumo Problemático de Sustancias y Nueva Ley de Salud Mental Droga: sobre el bien de uso, de cambio y la mercancía perfecta. Abril 13, 2019, de Club Ensayos Sitio web: <https://www.clubensayos.com/Psicolog%C3%ADa/ConsumoProblem%C3%A1tico-de-Sustancias-y-Nueva-Ley-de/3456058.html>
- [3] Instituto Nacional sobre el Abuso de Drogas (2018). El consumo de drogas y los problemas de salud mental suelen ir de la mano. Abril 13, 2019, de Instituto Nacional de la Salud. Sitio web: <https://easylead.drugabuse.gov/es/content/el-consumo-de-drogas-y-los-problemas-de-salud-mental-suelen-ir-de-la-mano>
- [4] NIDA. (2018). Las drogas, el cerebro y la conducta: la ciencia de la adicción. Abril 13, 2019, de NIH Sitio web: <https://www.drugabuse.gov/es/publicaciones/serie-de-reportes/las-drogas-el-cerebro-y-el-comportamiento-la-ciencia-de-la-adiccion/las-drogas-y-el-cerebro>
- [5] Universidad de Antioquia, Facultad de Medicina. (2018). Farmacometría y Estudios Clínicos. Abril 13, 2019, de CIEMTO Sitio web: <http://ciemto.medicinaudea.co/unidades/farmacometria>
- [6] U.S. Department of Health & Human Services. (2019). Trastornos de uso de sustancias y salud mental. Abril 13, 2019, de Mental Health Sitio web: <https://espanol.mentalhealth.gov/sintomas/abuso-de-sustancias>
- [7] Samu Wellnes. (2018). La compleja relación entre las drogas y los trastornos mentales. Abril 13, 2019, de Samu Wellnes Sitio web: <https://clinicasamu.com/samu-wellness/la-compleja-relacion-entre-lasdrogas-y-los-trastornos-mentales/>
- [8] Paredes, F. (1989). Farmacocinética de Drogas de abuso depresoras del sistema nervioso central. Abril 13, 2019, de Laboratorio de Toxicología, Hospital Naval San Carlos Sitio web: [http://www.emergencias.portalsemes.org/descargar/farmacocinetica-dedrogas-de-abuso-depresoras-del-sistema-nervioso-central/force\\_download](http://www.emergencias.portalsemes.org/descargar/farmacocinetica-dedrogas-de-abuso-depresoras-del-sistema-nervioso-central/force_download)
- [9] En genérico. (2012). Fármacos: tolerancia, dependencia y síndrome de abstinencia. Abril 13, 2019, de en genérico Sitio web: <https://www.engenerico.com/farmacos-tolerancia-dependencia-sindrome-abstinencia/>
- [10] Astolfi, E., Maccagno, A. & Kiss, J. (1973). Uso, abuso y dependencia de drogas. Abril 13, 2019, de Centro de Prevención de Toxicomanías. Universidad de Buenos Aires, Facultad de Medicina, Catedra de Toxicología. Sitio web: <https://scielo.conicyt.cl/pdf/rcp/v44n3/art08.pdf>
- [11] Jiménez, F. (2015). Síndromes de intoxicación y abstinencia a drogas psicoactivas: recomendaciones para su manejo. Recuperado de IAFA: <https://www.iafa.go.cr/images/descargables/aprobaciondeprogramas/normas-para-el-tratamiento-del-sindrome-de-intoxicacion-y-abstinencia-a-droga>