



Financiado por:



# RAYAS

(EL LIBRO NEGRO DE LA COCA)

**Material para la intervención preventiva del consumo juvenil de cocaína.**

**Autoras:**

Marta Franco Fernández

Teresa Hernández López

**ADES**

Asociación de Técnicos para el Desarrollo de Programas Sociales

C/Martínez Izquierdo, 82 - 28028 Madrid

**Diseño e ilustraciones:**

Anph Boxed Studio //  // [anph.es](http://anph.es)

**Imprime:**

Crein

Depósito Legal:

ISBN:



Si quieres estar informado sobre la cocaína, si has pensado probarla alguna vez, si la consumes de vez en cuando o si conoces a personas que la toman...

# Este material puede interesarte

En su elaboración han participado jóvenes como tú y otros que actualmente están en tratamiento por dependencia de la cocaína.

Todos ellos nos han ayudado a tratar aquellas cuestiones que son importantes para evitar los problemas que puede producir su consumo.

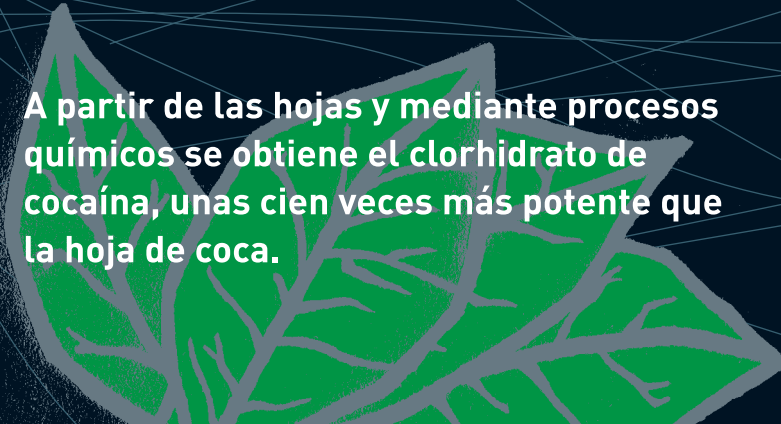
Nuestro objetivo es informarte y ayudarte a conocer y valorar los riesgos y las consecuencias de consumir cocaína.

También te animamos a hablar de este tema con otras personas cualificadas que pueden ampliar las cuestiones que vamos a tratar.

# ¿De verdad sabes lo que es la cocaína?

La cocaína es el principal alcaloide de la planta de la coca (*Erythroxylon coca*) que se cultiva en las zonas montañosas de varios países de Sudamérica. En estos lugares durante siglos se ha mantenido el consumo masticado de hojas de coca por sus efectos estimulantes para eliminar la sensación de sueño, el cansancio y el hambre.

**A partir de las hojas y mediante procesos químicos se obtiene el clorhidrato de cocaína, unas cien veces más potente que la hoja de coca.**





**La cocaína se presenta en forma de un polvo blanco cristalino y de sabor amargo.**

Habitualmente se consume esnifando el polvo a través de las fosas nasales, con la ayuda de un tubito (turulo, billete enrollado) que permite aspirar lo que popularmente se denomina “rayas”.

**Su efecto se produce en pocos minutos y se mantiene a lo largo de una media hora aproximadamente.** La brevedad de su efecto contribuye a repetir frecuentemente el consumo.

**el 91% de los jóvenes de 14 a 18 años han decidido no probarla.**

**Aunque se hable mucho de que “todo el mundo la consume”, es absolutamente falso ya que el 91% de los jóvenes de 14 a 18 años han decidido no probarla. Piensan con razón que tiene muchos riesgos.**

La mayoría de los jóvenes que la prueban no repiten o abandonan en poco tiempo el consumo, ya que menos del 4% dice consumirla en la actualidad.



# ¿Por qué se consume?

Algunas personas utilizan la cocaína para poder aguantar “la marcha” y prolongar la noche.

También les sirve para perder la timidez, para relacionarse, para ligar, para atreverse a....

Otras personas recurren a ella para tratar de superar sus complejos e inseguridades.

Frecuentemente los consumidores de cocaína también lo son de alcohol. La coca les permite disminuir la sensación de “borrachería” y seguir bebiendo.

Estas formas de consumo suponen graves riesgos para la salud y contribuyen a que se produzca una adicción.



**El consumo simultáneo de cocaína y alcohol  
provoca un aumento de la toxicidad cardiaca.**



# ¡Anticípate y piensa!

La sociedad de consumo, las modas, el mercado del narcotráfico, la mayor disponibilidad de la cocaína están influyendo en el aumento del consumo.

Y además, en ambientes donde “tomar coca está bien visto” resulta difícil resistirse a probarla.

Hay jóvenes que temen ser excluidos del grupo, ser “unos pringaos” y no se atreven a decir **no**.

**Es importante que pienses y te anticipes a estas situaciones para no dejarte llevar. Valora los riesgos de consumir.**

**¡Puedes pasártelo bien sin cocaína!**



**A veces es mejor buscar otros colegas que lleven “otro rollo”  
y no consuman drogas.**

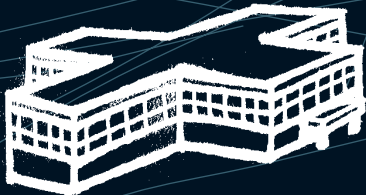
**Es evidente que el consumo de cocaína ocasiona muchos problemas.  
Veamos algunos datos:**

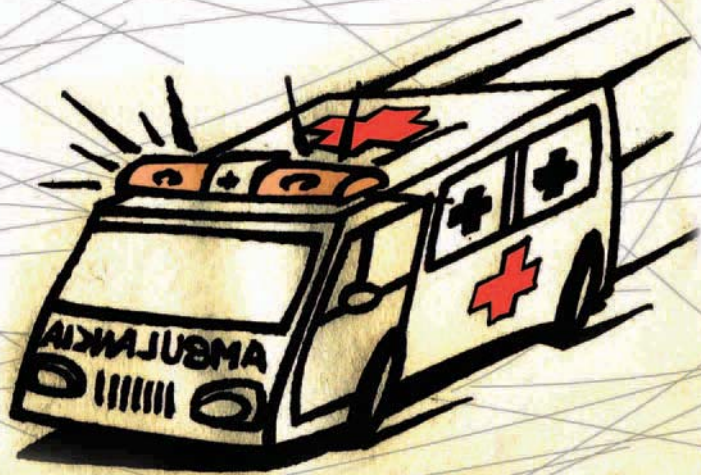
**Ha aumentado considerablemente el número de personas que demandan  
tratamiento por dependencia de la cocaína.**

Provoca numerosas urgencias médicas.

Más de la mitad de las urgencias hospitalarias por consumo de drogas  
están relacionadas con la cocaína.

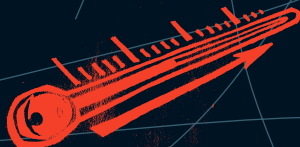
También la cocaína está presente en el 50% de las muertes por reacción  
aguda a drogas en nuestro país.





# Efectos y consecuencias que produce su consumo

- Euforia.
- Sensación de aumento de energía y lucidez.
- Sociabilidad.
- Hiperactividad motora y verbal (no paras de hablar)
- Pensamiento acelerado
- Inquietud, ansiedad e insomnio
- Disminución del apetito y de la sensación de fatiga.
- Aumento de la presión arterial.
- Taquicardia (aceleración del ritmo cardiaco).
- Sudoración y dilatación de las pupilas.
- Aumento de la temperatura corporal.





**Cuando se consumen dosis altas  
aparecen:**

## **Sintomas psicológicos de...**

Ansiedad intensa y ataques de pánico.

Irritabilidad y agresividad.

Agitación psicomotora.

Confusión.

Ideas y reacciones paranoides.

## **Y complicaciones físicas de:**

Arritmias (alteraciones del ritmo cardíaco).

Angina de pecho e infarto agudo de miocardio.

Hemorragia cerebral.

Convulsiones.





# Cuando se consume habitualmente

**La dependencia de la cocaína se produce poco a poco.**

Al principio se consume algunos fines de semana, después se convierte en una costumbre, se aumenta la dosis y el consumo se hace más frecuente, hasta tomarla todos los días.

Este proceso lleva a desarrollar la tolerancia y la dependencia de la cocaína.

**Cada vez es necesario aumentar la dosis para obtener los mismos efectos.**

Se desea estar todo el tiempo "puesto" y cuando no se tiene cocaína se siente un intenso malestar. **Aparece el síndrome de abstinencia.**

La persona centra toda su vida en el consumo. Abandona sus obligaciones, ya sea estudios o trabajo, gasta enormes cantidades de dinero, empieza a tener deudas y para pagarlas puede empezar a traficar exponiéndose a tener problemas con la ley. Suele tener conflictos familiares y se distancia de los amigos que no consumen. Surgen problemas físicos y psicológicos.



Es frecuente que la persona tarde en darse cuenta de su dependencia o la niegue. Cuando la situación llega a un extremo insostenible o se produce alguna consecuencia grave se acude a un centro de tratamiento.

**La mayoría de los adictos comenzaron a consumir cuando eran muy jóvenes. Desconocían los riesgos de la cocaína.**

# La cocaína ante la ley

Es una droga ilegal. Su consumo o tenencia en lugares publicos (calles, garitos, bares, discotecas...) está sancionado con multas desde 300 hasta 30.000 euros.

La ley prohíbe conducir vehículos bajo los efectos de las drogas, su infracción supone penas de arresto, multa y retirada del carnet de conducir de dos a cuatro años.

La elaboración de cocaína, su venta o tráfico y la posesión para estos fines son delitos sancionados con penas de carcel de 3 a 9 años y multas.



# HAGAMOS BALANCE...

La cocaína es una droga con un alto potencial adictivo.

Está demostrado que su consumo genera numerosas consecuencias negativas.

No vamos a negar que bajo los efectos de la cocaína se pueden experimentar sensaciones agradables. Pero, valora si estas supuestas ventajas compensan los riesgos y consecuencias que implica su consumo.

**Piensa si te merece la pena iniciar el consumo o mantenerlo si ya lo has empezado.**

# Ahora te toca decidir a ti

A lo largo de este material te hemos contado todo lo que nos parece útil para que estés informado.

La mejor forma de evitar problemas con la cocaína es no consumirla.

**La última palabra la tienes tú.**

**Si quieres tener más información**  
**[www.pnsd.msc.es](http://www.pnsd.msc.es)**



Asociación de Técnicos para  
el Desarrollo de Programas Sociales

Financiado por:



SECRETARÍA GENERAL  
DE SANIDAD

DELEGACIÓN DEL  
GOBIERNO PARA  
EL PLAN NACIONAL  
SOBRE DROGAS

 //diseño anph.es

**PARA LOS QUE  
CONSUMEN  
COCAINA**

Si piensas continuamente en cocaína,  
si cuando tienes coca no puedes evitar consumirla,  
si te metes cada vez más,....

## Estas enganchado

La cocaína es una droga que provoca dependencia muy rápidamente. Hay personas más vulnerables para desarrollar una adicción. Son aquellas que consumen para evitar el malestar psicológico, para solucionar sus dificultades (autoestima, relaciones con otros..) y que son muy impulsivas.

Además hay formas de consumir la cocaína que aceleran el proceso de adicción.

Fumar cocaína en "base" o "crak" provoca que los efectos sean más intensos, inmediatos y breves. Se incrementan rápidamente las dosis y, en semanas o pocos meses, aparece el trastorno de dependencia.

**Es la forma más rápida de ser dependiente de la coca.**

La mayoría de los consumidores esnifan la cocaína. El consumo continuado provoca lesiones en la mucosa de la nariz, moqueo persistente, hemorragias, heridas y perforación del tabique nasal.

La dependencia de la cocaína suele producir trastornos mentales graves como depresión y estados paranoides.

Las complicaciones orgánicas se hacen más frecuentes, también provoca disfunciones sexuales (impotencia, problemas de eyaculación,...) y alteraciones del sueño.

La ruina económica, los graves conflictos familiares y los problemas con la ley suponen también una constante en estas personas.

**Es imprescindible la ayuda profesional para tratar la dependencia de la cocaína**

## ¡Pide ayuda!

## Cómo actuar en casos de emergencia

Si tras el consumo aparece intensa presión o dolor en el pecho, dificultad respiratoria, fuertes palpitaciones, desfallecimiento, pérdida de conocimiento o fuerte dolor de cabeza, puede tratarse de problemas cardiovasculares serios que requieren ser tratados con urgencia. La presencia de convulsiones también requiere avisar a los servicios de emergencia.

Muchas veces los síntomas psíquicos como las alucinaciones (bichos de la coca), los estados paranoides, la agitación y agresividad son situaciones de alto riesgo para los consumidores y para terceros y deben tratarse por los servicios de urgencia.

**Activar servicios de emergencia a través de los teléfonos 112 y 061.**

En caso de llamar a los servicios de emergencia es conveniente dar información precisa para la localización inmediata de la persona afectada y comunicar que los síntomas se presentan tras consumir cocaína sola o con otras sustancias.