

LOS ADOLESCENTES Y LA **COCAÍNA**



NO TROPIECES CON LA **COCAÍNA**



Junta de
Castilla y León

LOS ADOLESCENTES Y LA COCAÍNA



NO TROPIECES CON LA COCAÍNA

Edita: Junta de Castilla y León
Consejería de Familia e Igualdad de Oportunidades
Comisionado Regional para la Droga

Autor: Lorenzo Sánchez Pardo

Diseño: Doblehache / www.grupohh.com

Imprime:

Depósito legal:

Contenido

■ 1. Esto te interesa: viejas leyendas sobre la cocaína	4
■ 2. Cosas que debes saber acerca de la cocaína	6
■ 3. Efectos de la cocaína	8
■ 4. Consecuencias sobre la salud y el rendimiento escolar y laboral del consumo habitual de cocaína	10
■ 5. Algunas ideas equivocadas acerca de la cocaína	15
■ 6. Razones por las que algunos adolescentes consumen cocaína y consejos para no hacerlo	18
■ 7. Sugerencias para seguir pasando de la cocaína	21
■ 8. ¿Dónde puedes obtener información y ayuda?	24



1 • Esto te interesa: viejas leyendas sobre la cocaína

Hay una leyenda sobre la cocaína que vincula su consumo con el prestigio, el éxito social y el poder, lo que favoreció la expansión de su uso, aunque lo cierto es que **la cocaína dejó hace tiempo de ser una droga de triunfadores.**

El consumo de cocaína se promovió recurriendo a dos ideas básicas: afirmar que era una droga limpia, que supuestamente no generaba problemas, y señalar que su uso estaba reservado a las personas con éxito social (ejecutivos, modelos, artistas, etc.). Se creó de este modo una imagen social positiva de la cocaína que, lamentablemente, aún perdura entre algunos jóvenes, a pesar de estar muy alejada de la realidad.

Como ha ocurrido con otras drogas, como la heroína, aunque inicialmente el consumo de cocaína se puso de moda entre ciertos círculos profesionales y artísticos de éxito, poco a poco su uso se extendió entre personas de clase media y baja, perdiendo su carácter elitista.

La percepción inicial de la cocaína como una droga limpia se vio favorecida por el hecho de que, en algunos consumidores, las consecuencias negativas asociadas a su uso tardaron algún tiempo en hacerse sentir. Esto hizo pensar a muchos consumidores que, efectivamente, los efectos de la cocaína podrían no ser tan graves.

Pero desgraciadamente los problemas causados por la cocaína son muchos y visibles, como lo confirma el que cerca de 25.000 personas demanden cada año asistencia en España por problemas de adicción a la cocaína.





**QUE NO TE CUENTEN CUENTOS:
la cocaína no es en absoluto una
droga limpia, inocua o controlable.**

LA COCAÍNA ES UNA DE LAS DROGAS CON MAYOR CAPACIDAD DE CREAR ADICCIÓN Y SU CONSUMO HABITUAL CONSTITUYE UN CAMINO CASI SEGURO PARA DESTRUIR LA CARRERA EDUCATIVA Y PROFESIONAL, LAS RELACIONES DE PAREJA Y LA VIDA FAMILIAR Y SOCIAL DE QUIENES MANTIENEN ESTA CONDUCTA.

**ENTÉRATE SI NO QUIERES
TERMINAR RAYADO.**



2. Cosas que debes saber acerca de la cocaína

¿QUÉ ES EL COCAÍNA?

La cocaína o clorhidrato de cocaína es uno de los principales derivados de la hoja de coca, obtenido a partir de la pasta base. Es un polvo blanco, fino y cristalino, de sabor amargo, que se conoce coloquialmente como "coca", "perico", "nieve", etc.

Por sus potentes efectos estimulantes sobre el Sistema Nervioso Central este alcaloide pertenece a la categoría de las drogas estimulantes mayores.

Existen otros derivados de la hoja de coca que en España tienen una presencia testimonial, como la pasta base o basuco y el crack, que se fuman mezclados con tabaco o marihuana.

La cocaína es consumida en forma de polvo blanco, mayoritariamente a través de la inhalación o aspiración de la misma por la nariz con ayuda de un rulo (habitualmente un billete enrollado), en lo que popularmente se conoce como "esnifar una raya o línea de coca" o "meterse una raya".

¿CÓMO ACTÚA EN EL ORGANISMO?

La cocaína es un potentísimo estimulante, que se absorbe y distribuye rápidamente por el organismo. Cuando se consume por vía inhalada (esnifada) pasa desde la nariz directamente a la sangre, a través de las membranas nasales, provocando distintos efectos euforizantes de carácter pasajero, que duran entre 30 y 60 minutos, tras los cuales aparece un período de cansancio y disforia.



Aunque los efectos varían según la persona, la dosis o la vía de administración, tras la inhalación de cocaína los consumidores suelen experimentar una sensación de euforia, excitabilidad, hiperactividad, sociabilidad, comportamientos estereotipados o repetitivos, un estado de alerta y el deterioro de la capacidad de juicio. Además de estos cambios psicológicos y del comportamiento, los consumidores sufren diversos efectos físicos como taquicardias, dilatación de las pupilas, aumento de la presión arterial, sudor, vómitos, pérdida de apetito, etc. En casos de intoxicación crónica aparece una sensación de tristeza, retrainimiento y cansancio.



DESPUÉS DE UNA RÁPIDA Y BREVE SUBIDA SE PRODUCE UN ACUSADO “BAJÓN”

PASADO EL EFECTO ESTIMULANTE O DE SUBIDA (A LOS 20 -30 MINUTOS DEL CONSUMO) APARECE UN “BAJÓN”, CARACTERIZADO POR LA FATIGA, EL CANSANCIO Y LA DISFORIA, TANTO MÁS INTENSO Y DESAGRADABLE CUANTO MÁS ALTA SEA LA DOSIS CONSUMIDA O MÁS PROLONGADAS LAS SESIONES DE CONSUMO.



3. Efectos de la cocaína

La cocaína altera el funcionamiento del cerebro, modificando la comunicación entre las células nerviosas (neuronas), en especial de ciertos neurotransmisores como la dopamina, que son claves en el control de las sensaciones de placer. Provoca, además, el estrechamiento de los vasos sanguíneos, obligando al corazón a trabajar de forma más rápida para bombear sangre a todo el organismo, alterando su ritmo natural de funcionamiento y provocando diferentes alteraciones cardiovasculares. Por este motivo los consumidores de cocaína tienen un riesgo siete veces mayor de sufrir infartos.

Debido a la corta vida de la cocaína en el organismo, los consumidores precisan de dosis frecuentes para mantener los efectos euforizantes, lo que les lleva a realizar múltiples tomas en pocas horas. Esta forma de consumo compulsivo es responsable de que un elevado número de los consumidores habituales de cocaína hayan tenido que ser atendidos en los servicios sanitarios de urgencias por episodios de sobredosis.

El consumo de cocaína suele ir acompañado de distintos síntomas psicológicos y físicos de carácter desagradable o adverso, en especial cuando se ingiere de forma simultánea alcohol u otras drogas. Algunas de estas complicaciones pueden ser especialmente graves, como ocurre con las taquicardias y las arritmias, el fallo cardíaco, la disminución brusca e intensa de la circulación sanguínea, el infarto de miocardio, las hemorragias cerebrales, las crisis convulsivas con pérdida de conciencia, la asfixia o el síndrome hipertérmico (subida brusca e intensa de la temperatura corporal), que pueden desembocar en insuficiencia renal y en un fallo metabólico generalizado.





EL FINAL DE UN SUEÑO

MUCHOS JÓVENES ACABAN ENGANCHADOS A LA COCAÍNA,
DESCUBRIENDO QUE LO QUE COMENZÓ SIENDO UN CONSUMO
OCASIONAL EN UN CONTEXTO LÚDICO HA TERMINADO EN UNA ADICCIÓN.

RECUERDA:

RESULTA MUY DIFÍCIL “CONTROLAR”
EL CONSUMO DE COCAÍNA...

... Y MUY FÁCIL ACABAR CON
PROBLEMAS DE ADICCIÓN.



4. Consecuencias sobre la salud y el rendimiento escolar y laboral del consumo habitual de cocaína

La cocaína tiene una enorme capacidad adictiva, provocando su consumo habitual y/o abusivo importantes complicaciones orgánicas, psicológicas, sociales y en el rendimiento escolar:

COMPLICACIONES A NIVEL PSICOLÓGICO

- Fuerte dependencia, incluso tras períodos de consumo no demasiado largos, caracterizada por un intenso e incontrolable deseo de consumir cocaína.
- Un síndrome de abstinencia caracterizado por la presencia de decaimiento, somnolencia, fatiga, irritabilidad, etc.
- Trastornos de la atención y la concentración.
- Trastornos del sueño (insomnio, exceso de sueño, etc.).
- Trastornos psíquicos severos (ideas paranoides, depresión, agotamiento general, crisis de angustia, ideas suicidas, etc.).
- Afectación de los circuitos cerebrales responsables del placer (reduce la capacidad para sentir placer de forma natural) y menor sensibilidad a las emociones y las gratificaciones.



COMPLICACIONES ORGÁNICAS

- Cardiovasculares: taquicardias, infartos de miocardio, etc.
- Neurológicas: dolor de cabeza, hemorragias cerebrales, interrupción brusca de la actividad cerebral, crisis convulsivas, etc.
- Alteraciones menstruales, infertilidad e impotencia.
- Problemas respiratorios (irritación de la mucosa nasal, perforación del tabique nasal, etc.).
- Anorexia, pérdida de peso.
- Complicaciones en el parto (abortos, toxicidad sobre el feto).
- Muertes por reacción aguda o sobredosis, etc.

PROBLEMAS ESCOLARES Y LABORALES

- Reducción intensa del rendimiento escolar como resultado del descenso del rendimiento intelectual y de los problemas de atención y concentración asociados al consumo.
- Fracaso escolar.
- Problemas de relación con compañeros y profesores.
- Pérdida de interés por los estudios y abandono temprano del sistema educativo.
- Problemas laborales (accidentes, despidos, etc.).

El consumo de cocaína es además responsable de numerosos problemas familiares (discusiones con los padres o la pareja, separaciones y divorcios, episodios de violencia doméstica, etc.), legales (comisión de delitos para financiar el consumo, peleas y agresiones) y económicos (al dedicar grandes sumas de dinero a financiar el consumo).





SABÍAS QUE...

LA MAYORÍA DE LOS ADOLESCENTES QUE HAN CONSUMIDO COCAÍNA MANIFIESTAN HABER SUFRIDO CONSECUENCIAS NEGATIVAS DERIVADAS DEL CONSUMO, PRINCIPALMENTE DIFICULTADES PARA DORMIR, PROBLEMAS ECONÓMICOS, IRRITABILIDAD, FATIGA O CANSANCIO, TRISTEZA O DEPRESIÓN Y RIÑAS, PELEAS O AGRESIONES FÍSICAS.

¿TODAVÍA SIGUES PENSANDO QUE LA COCAÍNA ES UNA DROGA INOCUA Y CONTROLABLE?



El impacto de los consumos de cocaína, como el de las restantes drogas, es especialmente grave durante la adolescencia, puesto que no se han completado los procesos de maduración física, intelectual y afectiva.



La cocaína deteriora gravemente el rendimiento intelectual, siendo responsable del fracaso escolar de muchos de sus consumidores.

AUNQUE INMEDIATAMENTE DESPUÉS DE CONSUMIR COCAÍNA SE PRODUCE UN ESTADO DE ALERTA Y LA FALSA SENSACIÓN DE AGUDEZA MENTAL, ESTOS EFECTOS ESTIMULANTES DESAPARECEN RÁPIDAMENTE, PROVOCANDO UNA SENSACIÓN DE FATIGA Y DECAIMIENTO Y TRASTORNOS DEL SUEÑO, QUE DAN LUGAR A UN BRUSCO DESCENSO DEL RENDIMIENTO INTELLECTUAL Y AL FRACASO EN EL SISTEMA EDUCATIVO.

NO TE JUEGUES TU FUTURO POR UNAS RAYAS...



CONSUMOS DE ALTO RIESGO

Los ya de por sí graves riesgos que entraña el consumo de cocaína se agravan de manera importante en ciertas circunstancias o contextos. Por ello debes tener presente que:

El consumo de cocaína resulta incompatible con la conducción.

Los consumidores de cocaína sufren alteraciones de la percepción y de la capacidad para discriminar y tomar decisiones, además de un estado de cansancio y fatiga cuando han transcurrido entre 30 y 60 minutos desde el último consumo, que afectan gravemente a las aptitudes para conducir vehículos. Los riesgos de sufrir accidentes se agravan cuando, además de cocaína, se consumen otras drogas como alcohol o cannabis.

Cocaína y alcohol: una mezcla explosiva.

El consumo simultáneo de cocaína y alcohol resulta muy peligroso, porque tiene un efecto más duradero y tóxico sobre el cerebro que el de estas mismas sustancias consumidas por separado.

En ambientes lúdicos algunas personas consumen cocaína para contrarrestar los efectos del alcohol (para poder beber sin emborracharse) y seguir de marcha hasta altas horas de la madrugada. Pero, como la cocaína produce un exceso de excitación, es habitual que tras meterse una raya de coca muchos consumidores continúen bebiendo, teniendo que recurrir de nuevo a la cocaína para mantenerse lúcidos, entrando en una espiral de difícil control. El resultado es que se ingieren importantes cantidades de alcohol y cocaína, sin que el consumidor sea consciente de ello.

El consumo simultáneo de cocaína y otras drogas incrementa notablemente el riesgo de sobredosis.

Las tomas reiteradas de cocaína en un período breve de tiempo o su mezcla con otras sustancias producen, con cierta frecuencia, episodios de sobredosis que pueden poner en grave riesgo la vida de sus consumidores.





CONSUMIENDO COCAÍNA NO CONSEGUIRÁS EVITAR LOS EFECTOS DEL ABUSO DE ALCOHOL.

**AUNQUE TE SIENTES APARENTEMENTE LÚCIDO, DARÁS POSITIVO EN LOS
CONTROLES DE ALCOHOLEMIA Y, EN CUALQUIER MOMENTO, SENTIRÁS UN
BAJÓN QUE PUEDE HACER QUE SUFRAS UN ACCIDENTE DE TRÁFICO.**

EL ALCOHOL POTENCIA Y AGRAVA LOS RIESGOS DERIVADOS DEL CONSUMO DE COCAÍNA.



5. Algunas ideas equivocadas acerca de la cocaína

Conviene que nunca olvides que las drogas en general, y de manera particular la cocaína, son un gran negocio, que mueve sumas astronómicas de dinero y del que viven numerosas organizaciones dedicadas a su tráfico, generalmente relacionadas con otros negocios ilícitos como el tráfico de armas y de personas, el blanqueo de dinero, la extorsión o la prostitución. Estas organizaciones tienen mucho interés en promover su consumo y son responsables de buena parte de los mitos e ideas erróneas sobre estas sustancias y sus efectos que todavía hoy comparten algunos adolescentes.

Estos son algunos de los principales tópicos y mitos que pueden estimular el consumo de cocaína y los argumentos que demuestran lo erróneo de los mismos:



LOS ADOLESCENTES Y LA COCAÍNA

EL MITO	LA REALIDAD
“Me ayudará a animarme, a darme marcha”	<ul style="list-style-type: none">• Su efecto estimulante es muy breve, desaparece después de 20-30 minutos y a continuación aparece un “bajón” intenso (depresión, decaimiento, cansancio).
“Hará que se note que tengo clase”	<ul style="list-style-type: none">• Hace años que perdió todo su glamour, dejando de ser considerada una droga elitista, cuando se hicieron evidentes los graves daños que causaba.• Muchas de las personas adictas a esta sustancia tienen antecedentes judiciales, han sido detenidos o estado en prisión.
“La consumen quienes tienen éxito, los triunfadores”.	<ul style="list-style-type: none">• Sus consumidores pertenecen a todos los grupos sociales, incluidos los más desfavorecidos.
“Me ayudará a tener relaciones sexuales satisfactorias”	<ul style="list-style-type: none">• El consumo habitual de cocaína provoca pérdida del deseo sexual, además de problemas de erección y eyaculación precoz en los varones.
“Es una droga menos peligrosa que otras sustancias”	<ul style="list-style-type: none">• Junto con la heroína es una de las drogas más peligrosas, por su grave impacto sobre la salud física y psicológica y los actos delictivos y violentos que provoca.
“A diferencia de la heroína, es fácil controlar su uso”.	<ul style="list-style-type: none">• Es una de las drogas con mayor capacidad de generar adicción, incluso más que la heroína. Lo demuestra el hecho de que cerca de 25.000 personas reciban tratamiento todos los años por este motivo en España.



LOS ADOLESCENTES Y LA COCAÍNA

EL MITO	LA REALIDAD
<p>“No hay problemas, porque la consume todo el mundo”.</p>	<ul style="list-style-type: none">• Se trata de una sustancia ilícita, considerada como una droga que causa un grave daño para la salud, cuyo tráfico es sancionado con penas de prisión de tres a nueve años.• Su consumo en lugares públicos (bares, discotecas, calles, etc.) está sancionado administrativamente con multas de 300 a 30.050 euros.• La conducción de vehículos a motor o ciclomotores bajo la influencia de la cocaína está sancionada con penas de prisión de 3 a 6 meses o las de multa y trabajos en beneficio de la comunidad y, en todos los casos, de privación del derecho a conducir por un tiempo de uno a cuatro años.



SI DE VERDAD TE GUSTA ESTAR A LA ÚLTIMA...

CONOCE QUÉ HAY DE VERDADERO Y FALSO
EN MUCHAS DE LAS COSAS QUE SE
DICEN ACERCA DE LA COCAÍNA.



6. Razones por las que algunos adolescentes consumen cocaína y consejos para no hacerlo

Es probable que, a lo largo de los próximos años, escuches argumentos animándote a consumir cocaína. Te dirán que te ayudará a divertirse, que podrás aguantar toda la noche de marcha, que te ayudará a beber sin emborracharte, a desinhibirte o a trabajar o estudiar mejor. Si eres mujer, es posible que además te digan que no hay ninguna razón para que no hagas lo mismo que hacen algunos chicos, o que si quieres estar delgada y tener el tipo de una modelo la cocaína te hará perder el apetito. Incluso puede que te inviten a consumir para impresionarte o intentar seducirte.

Lo que, con seguridad, nunca te dirán es que la mayor parte de las expectativas que los consumidores depositan en la cocaína nunca se cumplen. Que lo que comienza como una forma de diversión suele acabar en una adicción, que cada vez es más difícil controlar el consumo.



LOS ADOLESCENTES Y LA COCAÍNA

RAZONES PARA CONSUMIR	... Y CONSEJOS PARA NO HACERLO
Porque es una droga de moda.	<ul style="list-style-type: none">• Aunque las organizaciones dedicadas al tráfico de drogas tratan de extender su consumo, lo cierto es que el mismo es minoritario entre los jóvenes (el porcentaje de adolescentes de entre 14 y 18 años que han probado alguna vez la cocaína no llega el 6%). Si quieres estar a la moda imita a este 94% de jóvenes que “pasan” de probar la cocaína.
Por curiosidad, para sentir nuevas sensaciones	<ul style="list-style-type: none">• Ahora ya conoces los efectos y consecuencias del consumo de cocaína, ¿crees que te sentará bien sufrirlo personalmente? No resulta demasiado inteligente experimentar síntomas desagradables, ni mantener conductas peligrosas simplemente por probar.
Para divertirse, bailar	<ul style="list-style-type: none">• Precisamente porque eres joven y estás llen@ de energía no necesitas “doparte” para bailar y disfrutar. Sólo necesitas buena música y a tus amigos.



LOS ADOLESCENTES Y LA COCAÍNA

RAZONES PARA CONSUMIR	... Y CONSEJOS PARA NO HACERLO
"Me ayudará a relacionarme con los demás, a desinhibirme".	<ul style="list-style-type: none">• Una de las secuelas más recurrentes que manifiestan los consumidores habituales de cocaína es la profunda soledad.• La irritabilidad y agresividad que provoca su consumo incrementa el riesgo de verse implicados en peleas y agresiones, dentro y fuera de su entorno familiar.• Es probable que mucha gente pase de ti cuando sepa que consumes y que otros sólo se relacionen contigo para que les invites a consumir.
Porque no pueden dejar de hacerlo	<ul style="list-style-type: none">• Evita que te ocurra como a muchos consumidores que se iniciaron en el consumo de cocaína por probar, o que consumían ocasionalmente en fiestas y salidas nocturnas y hoy tratan de superar su adicción.



EL CONSUMO DE COCAÍNA, COMO DE CUALQUIER OTRA DROGA, NO VA A MEJORAR TU ASPECTO FÍSICO, MÁS BIEN AL CONTRARIO. SI CONSUMES DE FORMA REGULAR SERÁS PERCIBID@ COMO ADICT@ Y PROVOCARÁS EL RECHAZO DE LAS PERSONAS CON LAS QUE TE RELACIONES.

**¡SE INTELIGENTE,
LA COCAÍNA MEJOR
NO PROBARLA!**



7. Sugerencias para seguir pasando de la cocaína

Es probable que hayas recibido o que recibas a lo largo de tu vida propuestas, sugerencias o presiones para iniciarte en el consumo de cocaína. Por ello, aquí tienes una serie de pautas que puedes seguir si deseas continuar pasando de la cocaína y las drogas:

1) Mantente informado sobre los verdaderos efectos de la cocaína y otras drogas.

No te creas todo lo que escuches acerca de las drogas a tus amigos o en algunos medios de comunicación. Consulta libros o revistas científicas, solicita información a las instituciones que trabajan en este ámbito y que conocen de primera mano sus efectos y plantea tus dudas a tus profesores o padres.

2) Piensa primero qué ventajas puede aportarte consumir cocaína y analiza todos los riesgos y daños que puede ocasionarte.

Tendrás dificultades para dormir, cansancio, problemas para rendir en el instituto, la universidad o en el trabajo, problemas económicos (es una droga cara), te mostrarás irritable y agresiv@, o bien decaíd@ o deprimid@ y, lo que es más grave, es probable que acabes con problemas de adicción y en la más absoluta soledad. Valora tu mism@ si de verdad te compensa consumir.



3) No te dejes llevar por lo que digan o hagan tus amig@s.

Pueden estar equivocados. Como irás comprobando a lo largo de tu vida, cada uno irá tomando su propio camino, sus propias decisiones, acertadas o equivocadas. No seas un mero número, si tienes claro que no te conviene consumir cocaína o cualquier otra droga, exige y lleva a la práctica tu derecho a ser diferente, a tomar las decisiones que te convienen. Respeta y exige respeto a los demás.

Una persona no es más adulta porque consuma ciertas sustancias. La madurez radica en la capacidad de tomar libremente decisiones, de enjuiciar la trascendencia de nuestros actos, de saber rechazar las influencias y presiones negativas. **SÉ TÚ MISMO, decide libremente** y siéntete seguro de las decisiones que adoptes.



**NADIE QUE SEA TU AMIGO
O TE APRECIE DE VERDAD TE
INVITARÁ NUNCA A UNA RAYA
DE COCA O A CONSUMIR
OTRAS DROGAS.**

4) Ten presente que ninguna droga va a mejorar tus habilidades personales y sociales.

Consumir cocaína no te va a ayudar a modificar tu carácter, ni te hará más divertid@, ni más sociable. Es probable que inicialmente pueda ayudarte a desinhibirte, pero ¿vas a pasarte toda tu vida consumiendo drogas en lugar de afrontar tu timidez? A pesar de que quieran venderte otra cosa, no ligarás más, ni tendrás más amigos, ni mejorarás tu vida sexual con la cocaína.

5) Mejora tu autoestima.

La cocaína, como otras drogas, provoca alteraciones en el estado de ánimo que inducen a los consumidores a sentir euforia, un exceso de confianza, a percibirse como superiores. Se trata de un mero sueño del que se despierta al poco tiempo con una sensación de culpa. Las drogas simplemente deforman nuestra percepción de la realidad, pero no la modifican y, desde luego, no van a hacernos más interesantes, seductor@s o inteligentes.

Si de verdad deseas que los demás te acepten y respeten empieza por valorarte a ti mism@, a destacar todas aquellas cosas positivas que tienes. No necesitas consumir ninguna droga para que los demás lo descubran.

6) Tienes por delante mucha vida.

No hay soluciones mágicas, el éxito, la aceptación y el reconocimiento social vienen precedidos habitualmente de la constancia, del esfuerzo personal, de la preocupación y el cuidado de la gente que nos rodea.

Aprende a cuidarte, a vivir de manera saludable, con calidad.



RECUERDA:

SI TE GUSTA CUIDARTE, SENTIRTE BIEN, SER UNA PERSONA ACTIVA, DISFRUTAR Y DIVERTIRTE CON OTROS CHIC@S, LA COCAÍNA PUEDE CONVERTIRSE EN UN GRAVE OBSTÁCULO EN TU CAMINO.

¡TÚ DECIDES!



8. ¿Dónde puedes obtener información y ayuda?



**NO ESPERES A QUE SEA
DEMASIADO TARDE**

**SI TIENES CUALQUIER TIPO DE PROBLEMA
CON LA COCAÍNA SOLICITA ORIENTACIÓN Y
AYUDA PARA SUPERARLO.**

Consulta con el Departamento de Orientación
de tu centro educativo.

Puedes conseguir más información en la página Web del
Comisionado Regional para la Droga: www.jcyl.es
(selecciona Familia y Servicios Sociales y a
continuación Drogodependencias) o si lo
prefieres, puedes contactar con
los técnicos de los planes
municipales y provinciales
sobre drogas.



LOS ADOLESCENTES Y LA COCAÍNA

AVILA

PLAN MUNICIPAL SOBRE DROGAS DE ÁVILA	920 255 737
PLAN PROVINCIAL SOBRE DROGAS DE ÁVILA	920 257 474

BURGOS

PLAN MUNICIPAL SOBRE DROGAS DE BURGOS	947 288 823
PLAN MUNICIPAL SOBRE DROGAS DE ARANDA DE DUERO	947 512 648
PLAN MUNICIPAL SOBRE DROGAS DE MIRANDA DE EBRO	947 349 118
PLAN PROVINCIAL SOBRE DROGAS DE BURGOS	947 258 623

LEÓN

PLAN MUNICIPAL SOBRE DROGAS DE LEÓN	987 276 952
PLAN MUNICIPAL SOBRE DROGAS DE PONFERRADA	987 428 462
PLAN MUNICIPAL SOBRE DROGAS DE SAN ANDRÉS DEL RABANEDO	987 848 730
PLAN PROVINCIAL SOBRE DROGAS DE LEÓN	987 085 010

PALENCIA

PLAN MUNICIPAL SOBRE DROGAS DE PALENCIA	979 718 177
PLAN PROVINCIAL SOBRE DROGAS DE PALENCIA	979 165 990

SALAMANCA

PLAN MUNICIPAL SOBRE DROGAS DE SALAMANCA	923 279 163
PLAN PROVINCIAL SOBRE DROGAS DE SALAMANCA	923 272 444

SEGOVIA

PLAN MUNICIPAL SOBRE DROGAS DE SEGOVIA	921 460 543
--	-------------

SORIA

PLAN MUNICIPAL SOBRE DROGAS DE SORIA	975 234 100
PLAN PROVINCIAL SOBRE DROGAS DE SORIA	975 101 064

VALLADOLID

PLAN MUNICIPAL SOBRE DROGAS DE VALLADOLID	983 426 105
PLAN MUNICIPAL SOBRE DROGAS DE MEDINA DEL CAMPO	983 812 880
PLAN PROVINCIAL SOBRE DROGAS DE VALLADOLID	983 427 100

ZAMORA

PLAN MUNICIPAL SOBRE DROGAS DE ZAMORA	980 536 678
PLAN PROVINCIAL SOBRE DROGAS DE ZAMORA	980 680 228



LOS ADOLESCENTES Y LA **COCAÍNA**



NO TROPIECES CON LA **COCAÍNA**



Junta de
Castilla y León