



UPF
UNIVERSIDAD
PARA LA FAMILIA



LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA CRISTIANA

LAS DROGAS Y LAS EMOCIONES

Un análisis sobre el impacto del consumo en los jóvenes, la familia y el entorno social

Materia: LPF621 ADICCIONES
Estudiante: Renata Karina Juárez Martínez

Oaxaca de Juárez, Oax.
9 de Julio de 2026

Índice

- **Introducción.....** Pág. 3
- **Capítulo I: ¿Por qué se relacionan las emociones y las drogas?.....** Pág. 4
 - 1.1 El contexto y la historia de cada persona
 - 1.2 Las tres razones principales para empezar a consumir
 - 1.3 Personas con mayor riesgo
- **Capítulo II: El cerebro de los jóvenes y el camino a la adicción.....** Pág. 4 y 5
 - 2.1 El cerebro de los adolescentes sigue creciendo
 - 2.2 Cuando se pierde el control
- **Capítulo III: La cultura y el dolor de la familia.....** Pág. 5
 - 3.1 El alcohol en la cultura mexicana
 - 3.2 El sufrimiento de los familiares
 - 3.3 El caso de las mujeres indígenas
- **Capítulo IV: La realidad de los consumidores de crack.....** Pág. 6
 - 4.1 El círculo del consumidor
 - 4.2 La crítica a los "Anexos"
- **Conclusiones.....** Pág. 7
- **Referencias Bibliográficas.....** Pág. 8

Monografía: Las Drogas y las Emociones

Introducción

La forma en que nos sentimos y el consumo de drogas están muy unidos. Muchas veces las personas empiezan a usar sustancias por lo que están viviendo en su día a día, y al mismo tiempo, las drogas cambian por completo sus emociones y las de sus familias.

Esta monografía se basa en las explicaciones de la doctora Guillermina Natera Rey, una experta que trabaja en el Instituto Nacional de Psiquiatría. El objetivo de este trabajo es explicar de manera sencilla por qué la gente busca las drogas, cómo afecta esto al cerebro de los jóvenes, el sufrimiento que vive la familia y la falta de lugares adecuados para recibir ayuda.

Capítulo I: ¿Por qué se relacionan las emociones y las drogas?

1.1 El contexto y la historia de cada persona

Una emoción es lo que siente nuestro cuerpo y nuestra mente ante lo que nos pasa. La forma en que cada persona reacciona depende mucho de su pasado (lo que le ha tocado vivir) y del lugar o situación en la que se encuentre en ese momento.

1.2 Las tres razones principales para empezar a consumir

Por lo general, la gente se acerca a las drogas por tres motivos:

- **Para sentirse bien:** Al principio, la mayoría de las drogas causan mucho placer. Si la primera vez fuera desagradable, nadie las volvería a probar.
- **Para dejar de sentirse mal (Automedicación):** Las personas que sufren de mucha tristeza, nervios, miedo de hablar con la gente o estrés, usan las drogas para intentar "apagar" ese dolor y poder seguir con su vida.
- **Por curiosidad:** Esta es la razón principal en los adolescentes. Quieren experimentar cosas nuevas o ver qué se siente.

1.2 Personas con mayor riesgo

No todas las personas reaccionan igual. Alguien tiene más peligro de caer en una adicción si ha vivido traumas, abusos o mucho estrés desde niño. También influye si es una persona muy impulsiva, si en su familia hay problemas graves o si tiene una tendencia familiar hacia las adicciones. Todo esto altera el control de las emociones y hace que sea más difícil decir "no".

Capítulo II: El cerebro de los jóvenes y el camino a la adicción

2.1 El cerebro de los adolescentes sigue creciendo

El cerebro de un joven no ha terminado de madurar. La parte que siente las emociones y busca la diversión ya está lista, pero la parte de la frente llamada corteza prefrontal, que es la encargada de pensar en las consecuencias, evaluar los peligros y controlar los impulsos, termina de crecer hasta la edad adulta.

Por eso, muchos adolescentes creen que ya pueden tomar decisiones maduras, pero su propio cuerpo todavía no está listo para medir los riesgos. Esto explica por qué es la edad donde hay más peligro de probar sustancias.

2.2 Cuando se pierde el control

Al principio, una persona consume droga porque quiere. Pero con el uso repetido, el cerebro cambia físicamente. Las sustancias dañan las zonas que controlan el juicio, la memoria y el comportamiento.

El cerebro deja de producir de forma natural los químicos del placer (como la dopamina). Entonces, la persona ya no consume por gusto, sino por una necesidad desesperada de no sentirse mal. El consumo se vuelve obligatorio y destructivo.

Capítulo III: La cultura y el dolor de la familia

3.1 El alcohol en la cultura mexicana

Las emociones también están guiadas por la sociedad. Por ejemplo, en México, el alcohol está muy metido en la cultura: se usa para celebrar, para hacer amigos, para ahogar las penas o para arreglar problemas. Aunque el alcohol es legal, la doctora explica que es el problema de salud más grave en el país, por encima de las drogas ilegales, y es lo que causa más muertes y violencia.

3.2 El sufrimiento de los familiares

Casi siempre se culpa a la familia cuando alguien es adicto, pero nadie se fija en lo que la familia sufre. Vivir con un consumidor causa:

- Violencia en la casa.
- Falta de dinero porque todo se gasta en la sustancia.
- Descuido de los hijos.
- Enfermedades por culpa del estrés constante.

3.3 El caso de las mujeres indígenas

La doctora Natera hizo un estudio con mujeres de una comunidad indígena (hñähñu) donde los esposos tomaban mucho. En esa cultura, se acostumbra que las mujeres no deben hablar de los problemas de su casa con extraños. Sin embargo, el maltrato y las patadas eran tantos que muchas pensaron en quitarse la vida.

El dolor las obligó a romper las reglas de su comunidad y buscar ayuda psicológica. Al hablar, pasaron de sentirse "un objeto" maltratado a ser dueñas de su vida. Aprendieron que ellas podían estar bien y trabajar, aunque el esposo decidiera seguir tomando.

Capítulo IV: La realidad de los consumidores de crack

4.1 El círculo del consumidor

Los adictos al crack también viven un infierno emocional y no consumen "solo porque quieren", sino porque están atrapados:

1. **Al inicio:** Sienten placer, libertad y relajación.
2. **En la crisis:** Sienten pánico de que los descubra la policía, culpa, vergüenza, soledad y pierden su dignidad. Cuando se les baja el efecto, les da una depresión muy fuerte.
3. **El engaño de la marihuana:** Muchos usuarios dicen que fuman marihuana para intentar dejar el crack, porque la marihuana los tranquiliza y les quita las ganas de robar o de buscar la otra droga. Esto demuestra que buscan desesperadamente algo que los calme.

4.2 La crítica a los "Anexos"

El estudio revela que los hospitales del gobierno atienden bien y no maltratan, pero cierran en la noche y sus tratamientos son "muy suaves". Cuando un adicto tiene una crisis en la madrugada, los únicos lugares abiertos son los "anexos" informales.

Lamentablemente, en muchos anexos se les recibe con insultos, golpes y humillaciones. Los usuarios dicen que esto no ayuda, porque la persona ya viene muy dañada de la calle como para recibir más violencia.

Conclusiones

- **Ayuda para todos:** Para solucionar las adicciones, se debe atender tanto al enfermo como a su familia. A la familia hay que enseñarla a perdonar y a recibir al usuario sin juzgarlo, porque el rechazo provoca que vuelva a caer en las drogas.
- **Atención rápida y digna:** Se necesitan centros de ayuda que atiendan las 24 horas del día, con tratamientos accesibles en el campo y la ciudad, y que respeten los derechos humanos, sin golpes ni insultos.
- **Apoyo a las mujeres:** Es urgente proteger a las madres y esposas que sufren la violencia causada por el consumo de sus parejas.
- **Atacar el problema desde la raíz:** Las adicciones se alimentan de la pobreza, la falta de escuelas y la falta de oportunidades. La mejor forma de prevenir es educar bien a los niños y darles un entorno seguro para que crezcan lejos de las drogas.

Referencias Bibliográficas

1. **Natera Rey, G.** (Conferencista). *Drogas y Emociones*. Conferencia Magistral. Dirección de Investigaciones Epidemiológicas y Psicosociales, Instituto Nacional de Psiquiatría Ramón de la Fuente Muñiz (INPRFM) [yMsbyBToB6M].
2. **Bronfenbrenner, U.** (Referenciado en el texto). *Modelo Ecológico del Desarrollo Humano*. (Teoría utilizada por la doctora para explicar cómo el entorno, la familia y la sociedad influyen en el consumo de drogas del individuo).
3. **Marlatt, G. A.** (Referenciado en el texto). *Modelo de Prevención de Recaídas*. (Teoría utilizada en el texto para explicar que las recaídas son parte del proceso de aprendizaje en la recuperación de una adicción).