

Tarjeta de riesgos asociados con el uso de alcohol, tabaco y otras drogas

A Tabaco		
Su riesgo de sufrir estos daños es (marque uno):		
Bajo <input type="checkbox"/>	Moderado <input type="checkbox"/>	Alto <input type="checkbox"/>
Fumar tabaco con regularidad está asociado con:		
<input type="checkbox"/>	Envejecimiento prematuro y arrugas en la piel	
<input type="checkbox"/>	Condición física inferior y tiempos de recuperación más largos después de un resfriado o gripe	
<input type="checkbox"/>	Infecciones respiratorias y asma	
<input type="checkbox"/>	Alta presión sanguínea, diabetes mellitus	
<input type="checkbox"/>	Aborto espontáneo, parto prematuro y bebés de bajo peso al nacer	
<input type="checkbox"/>	Enfermedades renales	
<input type="checkbox"/>	Enfermedades crónicas de las vías respiratorias, entre ellas enfisema	
<input type="checkbox"/>	Enfermedades cardíacas, apoplejías, enfermedades cardiovasculares	
<input type="checkbox"/>	Cáncer de pulmón, vejiga, mama, boca, garganta y esófago	

B Alcohol		
Su riesgo de sufrir estos daños es (marque uno):		
Bajo <input type="checkbox"/>	Moderado <input type="checkbox"/>	Alto <input type="checkbox"/>
El consumo excesivo de alcohol con regularidad está asociado con:		
<input type="checkbox"/>	Resacas, conducta violenta y agresiva, accidentes y lesiones, náusea y vómito	
<input type="checkbox"/>	Disminución en el desempeño sexual, envejecimiento prematuro	
<input type="checkbox"/>	Problemas digestivos, úlceras, inflamación del páncreas, alta presión sanguínea	
<input type="checkbox"/>	Ansiedad y depresión, dificultades en las relaciones personales, problemas económicos y laborales	
<input type="checkbox"/>	Dificultad para recordar cosas y resolver problemas	
<input type="checkbox"/>	Deformidades y daño cerebral en los bebés de mujeres embarazadas	
<input type="checkbox"/>	Daño cerebral permanente que lleva a la pérdida de memoria, déficits cognitivos y desorientación	
<input type="checkbox"/>	Apoplejía, daño muscular y en los nervios	
<input type="checkbox"/>	Enfermedad del hígado y el páncreas	
<input type="checkbox"/>	Cáncer de boca, garganta y mama	
<input type="checkbox"/>	Suicidio	

C | Marihuana / Cannabis

Su riesgo de experimentar estos daños es (marque uno):

Bajo Moderado Alto

El consumo regular de cannabis está asociado con:

Problemas de atención y motivación
Ansiedad, paranoia, pánico, depresión
Disminución de la memoria y de la capacidad para resolver problemas
Presión sanguínea alta
Asma y bronquitis
Psicosis, en particular en personas con historial personal o familiar de esquizofrenia
Enfermedades cardíacas y enfermedad pulmonar obstructiva crónica
Cáncer de las vías respiratorias superiores y de garganta

D | Cocaína / Pasta Base

Su riesgo de experimentar estos daños es (marque uno):

Bajo Moderado Alto

El consumo regular de cocaína está asociado con:

Dificultad para dormir, aceleramiento del corazón, dolores de cabeza, pérdida de peso
Aletargamiento, hormigueo, piel húmeda, rascarse o arrancarse la piel
Ansias o deseo intenso, estrés por el estilo de vida
Accidentes y lesiones, problemas económicos
Cambios del estado de ánimo: ansiedad, depresión, manías
Paranoia, pensamientos irracionales, dificultad para recordar cosas
Conducta agresiva y violenta
Psicosis después del consumo repetido de altas dosis
Muerte repentina por enfermedades cardiovasculares agudas

E | Anfetamina y otros estimulantes

Su riesgo de experimentar estos daños es (marque uno):

Bajo Moderado Alto

El consumo regular de estimulantes de tipo anfetamina está asociado con:

Dificultad para dormir, pérdida de apetito y peso, deshidratación, reducción de la resistencia a las infecciones
Tensión en la mandíbula, dolores de cabeza, dolor muscular
Cambios del estado de ánimo: ansiedad, depresión, agitación, manías, pánico
Temblores, latido irregular del corazón, falta de aliento
Dificultad para concentrarse y recordar cosas
Paranoia, conducta agresiva y violenta
Psicosis después del consumo repetido de altas dosis
Daño cerebral permanente
Daño hepático, hemorragia cerebral, muerte repentina por enfermedades cardiovasculares agudas

F | Inhalantes

Su riesgo de experimentar estos daños es (marque uno):

Bajo Moderado Alto

El consumo regular de inhalantes está asociado con:

Síntomas semejantes a los de la gripe, sinusitis, sangrado de nariz
Náusea y vómito, indigestión, úlceras estomacales, diarrea
Mareos y alucinaciones, náusea, aletargamiento, desorientación, visión borrosa
Dolores de cabeza, accidentes y lesiones, conducta impredecible y peligrosa
Dificultades para la coordinación, reacciones lentas, poco abastecimiento de oxígeno al cuerpo
Pérdida de la memoria, confusión, depresión, agresión, cansancio extremo
Delirio, convulsiones, coma, daño en los órganos (corazón, pulmones, hígado, riñones)
Muerte por insuficiencia cardíaca

G Tranquilizantes		
Su riesgo de experimentar estos daños es (marque uno):		
Bajo <input type="checkbox"/>	Moderado <input type="checkbox"/>	Alto <input type="checkbox"/>
El consumo regular de sedantes está asociado con:		
Aletargamiento, mareo y confusión		
Dificultad para concentrarse y recordar cosas		
Náusea, dolores de cabeza, paso inestable		
Problemas para dormir		
Ansiedad y depresión		
Tolerancia y dependencia después de un período corto de tiempo		
Síntomas de abstinencia severos		
Sobredosis y muerte si se consumen con alcohol, opiáceos y otras drogas depresivas		

H Alucinógenos		
Su riesgo de experimentar estos daños es (marque uno):		
Bajo <input type="checkbox"/>	Moderado <input type="checkbox"/>	Alto <input type="checkbox"/>
El consumo regular de alucinógenos está asociado con:		
Cambios visuales, auditivos, táctiles y olfativos, conducta impredecible		
Dificultad para dormir		
Náusea y vómito		
Taquicardia y alta presión sanguínea		
Cambios del estado de ánimo		
Ansiedad, pánico, paranoia		
Visiones retrospectivas		
Empeoramiento de los síntomas de enfermedades mentales, como esquizofrenia		

I Opiáceos		
Su riesgo de experimentar estos daños es (marque uno):		
Bajo <input type="checkbox"/>	Moderado <input type="checkbox"/>	Alto <input type="checkbox"/>
El consumo regular de opiáceos está asociado con:		
Comezón, náusea y vómito		
Aletargamiento, constipación, caries, períodos menstruales irregulares		
Dificultad para concentrarse y recordar cosas		
Depresión, disminución del impulso sexual, impotencia		
Dificultades económicas, comisión de delitos		
Estrés en las relaciones personales		
Problemas para conservar el trabajo y en la vida familiar		
Tolerancia, dependencia, síndrome de abstinencia		
Sobredosis y muerte por paro cardíaco		