

El joven y las adicciones

Miércoles 24 de julio.
Congreso IBIMAR.
Conferencia a jóvenes
18:00-18:55 hrs.

Adicción:

- Dependencia del consumo de alguna sustancia o de la práctica de una actividad
- Dependencia de sustancias o actividades nocivas para la salud o el equilibrio psíquico.
- Afición extrema a alguien o algo.

Sustancias

- Alcohol
- Tabaco
- Drogas
- ¿Otras?

Actividades

- Relaciones sexuales
- Redes sociales e internet
- ¿Otras?

Estadística en México. Artículo científico. La Encuesta Nacional de Adicciones de México.

Resultados:
12 a 17 años de edad.
12,581 encuestados.
1989.

Alcohol.

Al menos una vez al año.
H. 58%
M. 42%

Tabaco

6.8% son fumadores.
19.5% son hombres que fuman más de 16 cigarros al día
10.1% son mujeres que fuman más de 16 cigarros al día
El 48.5% inició a fumar entre 12 y 17 años de edad.

Drogas.

Al menos una vez.

H. 8.5%

M. 2.22%

El 7% son mayores de 12 años.

Afectaciones:

Alcohol.

- Mata neuronas.
- Sangrado de estómago o esófago (el conducto a través del cual viaja la comida de su garganta a su estómago).
- Inflamación y daños en el páncreas. Su páncreas produce sustancias que el cuerpo necesita para funcionar bien.
- Daño al hígado. Cuando es grave, a menudo lleva a la muerte.
- Desnutrición.
- Cáncer de esófago, hígado, colon, cabeza y cuello, mamas y otras áreas.

Tabaco

Existen muchos riesgos de salud por fumar y usar tabaco. Los más serios son los de la siguiente lista

Problemas cardiovasculares:

- Coágulos sanguíneos y debilitamiento de las paredes de los vasos sanguíneos en el cerebro, lo que puede llevar a tener un accidente cerebrovascular
- Coágulos sanguíneos en las piernas, que pueden viajar a los pulmones
- Arteriopatía coronaria, que incluye angina y ataque cardíaco
- Hipertensión arterial temporal después de fumar
- Riego sanguíneo deficiente a las piernas
- Problemas con las erecciones debido a la disminución del flujo sanguíneo al pene

Otros problemas o riesgos para la salud:

- Cáncer (más probable en el pulmón, la boca, la laringe, la nariz y los senos paranasales, la garganta, el esófago, el estómago, la vejiga, el riñón, el páncreas, el cuello uterino, el colon y el recto)
- Cicatrización deficiente de una herida después de una cirugía
- Problemas pulmonares como EPOC, o asma difícil de controlar
- Problemas durante el embarazo, como bebés nacidos con bajo peso, parto prematuro, aborto espontáneo y labio leporino
- Disminución de la capacidad para saborear y oler
- Daño a los espermatozoides, lo cual causa esterilidad
- Pérdida de la vista debido a un aumento del riesgo de degeneración macular
- Enfermedades de los dientes y las encías
- Arrugas de la piel

Los fumadores que se cambian al tabaco que no se fuma en lugar de abandonarlo aún tienen riesgos de salud:

- Aumento del riesgo de cáncer bucal, lengua, esófago y páncreas
- Problemas de las encías, desgaste de los dientes y caries
- Empeoramiento de la hipertensión arterial y la angina

Drogas

- Consumo problemático o riesgoso -- el consumidor pierde cualquier motivación; no le importa la escuela ni el trabajo; tiene cambios de comportamiento obvios; pensar acerca del consumo de drogas es más importante que todos los otros intereses, incluso las relaciones interpersonales; el consumidor se torna reservado; puede comenzar a vender drogas para ayudarse a sostener el hábito; el consumo de otras drogas más fuertes puede aumentar; se pueden incrementar los problemas legales.
- Adicción -- no puede enfrentar la vida diaria sin las drogas; niega el problema; el estado físico empeora; pierde el "control" sobre el consumo; puede volverse suicida; los problemas financieros y legales empeoran; puede haber roto los lazos con los miembros de la familia o los amigos.
- El abuso de drogas puede llevar a perder el hogar, al crimen, ausencia laboral y problemas para conservar un trabajo. Perjudica al feto y destruye familias.

Relaciones sexuales

CONSECUENCIAS: Daño espiritual, físico y emocional.

- Físicas:
 - Enfermedades de transmisión sexual:
 - Sífilis: causada por una bacteria. Infecta el área genital, los labios, la boca o el ano y afecta tanto a los hombres como a las mujeres. Por lo general se adquiere por contacto sexual con una persona que la tiene. También puede pasar de la madre al bebé durante el embarazo
 - Clamidia (bacteria), Herpes genital (virus), Sida (virus, sistema inmunitario), Tricomoniasis (parásito).
- Emocionales:
 - Sentimientos de culpa
 - Aborto, asesinato.
 - Insatisfacción o comparación del acto sexual antes y después del matrimonio.
 - Depresión
 - Vacío
- Espirituales:
 - Separación de Dios, familia, iglesia. Afectación en el servicio

Prueba de adicción a internet y redes sociales (autoevaluación)

¿Podría ser adicto a conectarse a Internet con su PC o teléfono inteligente? ¿Ha luchado para reducir la cantidad de tiempo que pasa en la web? Haga el siguiente cuestionario para averiguar si puede estar sufriendo de una adicción a Internet.

Responda las preguntas del cuestionario a continuación para ver si usted o un ser querido pueden ser adictos al uso de Internet.

Instrucciones: a continuación se incluye una lista de preguntas relacionadas con experiencias de vida comunes entre personas que muestran signos de uso problemático de Internet. Lea cada pregunta detenidamente e indique con qué frecuencia ha experimentado los mismos desafíos o desafíos similares en los últimos meses. Todos los resultados son completamente anónimos.

1 ¿Se ha avergonzado o ha intentado ocultar cuánto tiempo pasa en su dispositivo conectado a Internet?

Nunca. 1 pto.

Raramente. 2 pts.

Algunas veces. 3 pts.

A menudo. 4 pts.

Muy a menudo. 5 pts.

2 ¿Ha intentado pasar menos tiempo usando su dispositivo conectado a Internet (computadora de escritorio, teléfono inteligente o tableta) pero fue difícil?

3 ¿Se está preguntando sobre cosas en Internet (chat, mensajes de texto, actualizaciones de sitios web) cuando no puede estar en línea?

4 ¿Está tratando de quedarse dormido mientras navega por Internet pero tiene problemas para hacerlo y / o se está despertando con frecuencia para verificar su dispositivo conectado a Internet?

5 ¿Te encuentras frustrado y / o molesto cuando otros buscan tu atención mientras estás en línea?

6 ¿Ha experimentado problemas relacionados con dolor en los dedos / pulgares, fatiga ocular, entumecimiento de las extremidades u otras complicaciones físicas por largos períodos de uso de Internet?

7 ¿Alguien en su vida personal ha expresado inquietudes acerca de la cantidad de tiempo que pasas en Internet?

8 ¿Te encuentras usando internet en situaciones específicas donde podría ser menos apropiado? Por ejemplo, en la escuela durante la clase, mientras trabaja en el trabajo a pesar de las reglas en contra, durante una ceremonia (funeral / boda / servicio), en un teatro durante un concierto / obra / película. Mientras manejas, en el templo.

9.¿encuentra que pierde la noción del tiempo y se sorprende cuando se da cuenta del tiempo que ha pasado navegando por la web?

Suma los puntos

Divide entre 9

Redondea a una cifra entera

Resultados:

- 1 punto. Estás lejos de ser adicto
2. Estás en riesgo bajo de volverte adicto
3. Estás en riesgo de volverte adicto
4. Eres adicto.
5. Eres altamente adicto.

La ayuda profesional es útil.

Perspectiva Bíblica sobre las Adicciones

Miércoles 24 de julio.
Congreso IBIMAR.
Conferencia a jóvenes
19:05-20:00 hrs.

Verdades Bíblicas

- Queremos hacer el mal, porque el pecado está en nosotros.
- Somos débiles. Mat. 26:41.
- Somos responsables de nuestras decisiones
- Toda decisión tiene consecuencias
- Las adicciones son pecado, porque es algo que me domina, no puedo controlar.
 - Mentiras de los alcohólicos. Cuando quiera puedo dejar de tomar, y nunca lo hacen.
- El pecado es muerte, separación.
- El pecado se debe confesar y debemos apartarnos.
- El cristiano debe vivir en santidad
- Jesús nos manda a vivir sobriamente, velando, alertas, las adicciones impiden esto.
- Somos espíritu, alma y cuerpo. Todo está relacionado. Alma Psiqué): Mente, emociones, sentimientos, voluntad, conciencia.
- Un endemoniado es un caso extremo de no tener control. Gadareno se golpeaba, aullaba, andaba en los cementerios.
- En la medida como tu Espíritu crezca, domine, tu carne menguará.
- Dominio propio, fruto del E.S. Gal. 5:23.
- Separados de Cristo nada podemos hacer.

Adicciones. 1 Cor. 6:12.

Alcohol. Prov. 23:29-35.

Fornicación.

1Cor 6.

*¹² Todas las cosas me son lícitas, mas no todas convienen; todas las cosas me son lícitas, mas yo **no me dejaré dominar de ninguna**.*

¹³ Las viandas para el vientre, y el vientre para las viandas; pero tanto al uno como a las otras destruirá Dios. Pero el cuerpo no es para la fornicación, sino para el Señor, y el Señor para el cuerpo.

¹⁴ Y Dios, que levantó al Señor, también a nosotros nos levantará con su poder.

¹⁵ ¿No sabéis que vuestros cuerpos son miembros de Cristo? ¿Quitaré, pues, los miembros de Cristo y los haré miembros de una ramera? De ningún modo.

¹⁶ ¿O no sabéis que el que se une con una ramera, es un cuerpo con ella? Porque dice: Los dos serán una sola carne.

¹⁷ Pero el que se une al Señor, un espíritu es con él.

¹⁸ Huid de la fornicación. Cualquier otro pecado que el hombre cometa, está fuera del cuerpo; más el que fornicar, contra su propio cuerpo peca.

¹⁹ ¿O ignoráis que vuestro cuerpo es templo del Espíritu Santo, el cual está en vosotros, el cual tenéis de Dios, y que no sois vuestros?

²⁰ Porque habéis sido comprados por precio; glorificad, pues, a Dios en vuestro cuerpo y en vuestro espíritu, los cuales son de Dios.

- Todo te es justo y permitido, según justicia y razón
- No te debes dejar dominar de nada
- El cuerpo no es para la fornicación. Inmoralidad sexual: relaciones pre matrimoniales, con otra persona ajena a tu cónyuge, mismo sexo, con animales, en grupo, pornografía, etc.
- Tu cuerpo es para el Señor. Abstinencia. No con condón o "responsabilidad".
- Tu cuerpo es miembro de Cristo
- Si te unes a una persona (ej. Prostituta) eres un cuerpo con ella (una sola carne).
- Si tu unes al Señor un espíritu eres con el
- Huye de la fornicación
- Si fornica contra tu propio cuerpo pecas (muerte)
- Tu cuerpo es templo del E.S.
- Tu cuerpo y espíritu, Dios te los dio, no son tuyos
- Glorifica a Dios con tu cuerpo y espíritu, porque fuiste comprado por precio (Muerte de Cristo).
- Mucho de esto aplica a las adicciones.

¿Eres adicto?

- Cristo liberó al endemoniado Gadareno. La gente lo vio luego sentado, vestido y en su juicio cabal.
- Pide la ayuda de Dios.

¿No eres adicto?

- Se prudente de no entrar a el terreno peligroso de las adicciones
- Corta con malas amistades. Los que te llevan a pecar.
- Fomenta y busca las amistades que te acercan a Dios.
- Gal 5:1