



NACIONES UNIDAS  
Oficina contra la Droga y el Delito



NACIONES UNIDAS  
Oficina contra la Droga y el Delito

El 26 de junio es el Día Internacional de la lucha contra el uso indebido y el tráfico ilícito de drogas. Este día, establecido por la Asamblea General de las Naciones Unidas en 1987, sirve para recordar el objetivo convenido por los Estados Miembros de la ONU de crear una sociedad internacional en la que no se usen indebidamente las drogas.

La Oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito (ONUDD) selecciona cada año un tema para el Día Internacional y lanza una campaña anual para sensibilizar a la opinión pública acerca del problema mundial de la droga. El tema para 2005 es "Valórate ... opta por lo sano".

**"La droga destruye cuerpo y mente, mientras que el deporte los hace más fuertes y sanos. La droga elimina los incentivos, mientras que el deporte incita a la superación. La droga pone en peligro las relaciones, mientras que el deporte hace posible participar. Y la droga se ceba en los jóvenes desorientados, mientras que el deporte les ofrece orientación y estructura."**

Kofi Annan  
Secretario General de las Naciones Unidas

26 de junio

#### Temas de las campañas de la ONUDD desde 2000

- 2004 "Drogas: el tratamiento sí funciona"
- 2003 "Hablemos de la droga"
- 2002 "Uso indebido de sustancias y VIH/SIDA"
- 2001 "El deporte contra las drogas"
- 2000 "El problema real: negación, corrupción y violencia"

Para más información,  
sírvese ponerse en contacto con:  
Oficina de las Naciones Unidas  
contra la Droga y el Delito,  
Advocacy Section  
Centro Internacional de Viena  
Apartado Postal 500, A-1400 Viena (Austria)  
Telefax: +(43) (1) 26060-5866  
Teléfono: +(43) (1) 26060-0

[www.unodc.org](http://www.unodc.org)



**VALÓRATE**  
TE  
... opta por lo sano



26 de junio de 2005  
Día Internacional de la lucha contra  
el uso indebido y el tráfico ilícito de drogas



## Valórate ...

La campaña de lucha contra la droga correspondiente a 2005 se centra en los adolescentes y los adultos jóvenes, grupo especialmente vulnerable al uso indebido de drogas. A esa edad, la presión de los compañeros para que uno pruebe drogas ilícitas puede ser muy fuerte y a menudo uno tiene poco amor propio. Además, quienes toman drogas tienden a estar mal informados o no conocen suficientemente los riesgos que entrañan para la salud.

Los jóvenes hablan mucho de los "colocones" que se obtienen con las drogas ilícitas, pero pueden no estar al corriente de sus innumerables inconvenientes. Los efectos negativos varían según el tipo de droga que se consume, la dosis que se toma y la frecuencia con que se usa. En algunos casos, el uso indebido de drogas puede provocar una depresión grave, pánico, arritmia, problemas respiratorios e incluso la muerte repentina. Además, mientras los usuarios están bajo la influencia de la droga, pueden decidir, erróneamente, tener relaciones sexuales sin protección o compartir jeringas, aumentando así sus posibilidades de contraer el VIH/SIDA, la hepatitis y otras enfermedades infecciosas.

**"No hay nada más trágico que un joven que ha perdido la vida por culpa de la droga. Los jóvenes que tratan de superarse en cualquier campo nos ofrecen una imagen distinta del "mundo tal cual es", una imagen en la que hay oscuridad pero también hay luz, y en la que hay almas en pena pero también hay ángeles. Nuestra misión es crear espacios en que brille la luz y es evidente que el mundo del deporte es uno de esos remansos de luz."**

Antonio Maria Costa  
Director Ejecutivo de la ONUDD

## ... opta por lo sano

Llevar una vida sana exige optar por posibilidades que respeten el cuerpo y la mente. Para tomar esas decisiones, los jóvenes necesitan orientación de sus padres, sus maestros y otros modelos que no sólo deben persuadirlos de que no se acerquen a las drogas ilícitas, sino que además deben alentarlos a que opten por actividades sanas. El deporte es un buen ejemplo.

Las chicas y chicos jóvenes que practican algún deporte aprenden aptitudes y valores que les servirán durante toda la vida: la confianza en sí mismos, la disciplina, el trabajo de equipo y el juego limpio. Gracias al deporte, los participantes afrontan cuestiones éticas que les ayudan a encontrar las respuestas correctas en el terreno de juego y fuera de él. El deporte también contribuye a mejorar la salud física y el bienestar psicológico.

**"Sólo se necesitan drogas si no se disfruta de la vida. Yo disfruto con el baloncesto."**



**"Entrena, mejora, sé el mejor! - La droga no es la forma de llegar a la cumbre!"**



**"¿Quieres ser campeón? Entonces la droga no está en tu camino."**



Valórate ...

... opta por lo sano

