

ESTRATEGIA EN EL AULA: PREVENCIÓN DE ADICCIONES

Centros de Integración Juvenil, A.C

**Acompañamiento a docentes
y herramientas de apoyo**

Las drogas y su clasificación

**SI TE DROGAS
TE DAÑAS**

2023



Para iniciar...

Todos hemos escuchado algo sobre las drogas, pero ...

¿Qué son las drogas?

¿Cómo se ven y cómo se clasifican?

¿Cómo se consumen?

¿Qué efectos producen en el organismo?



¿QUÉ SON LAS DROGAS?

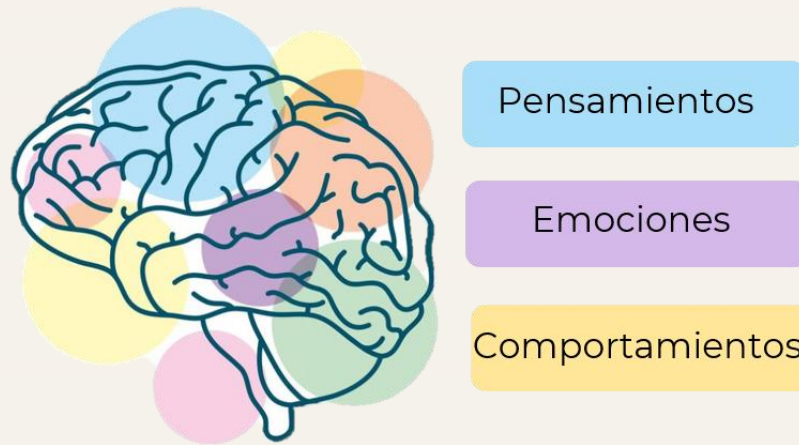


Centros de
Integración
Juvenil, A.C.

<https://bit.ly/41cv6b6>

Las drogas y su clasificación

Drogas: Compuestos naturales, semi sintéticos o sintéticos, que actúan sobre el sistema nervioso alterando las funciones que regulan pensamientos, emociones y comportamientos.



Clasificación por sus efectos

Depresores

Suprimen, inhiben o reducen algunas funciones del Sistema Nervioso Central (SNC). También conocidos como sedantes o tranquilizantes. Ej. Alcohol, cannabis, analgésicos, inhalables, benzodiacepinas, opiáceos y análogos como el fentanilo.

Estimulantes

Activan, potencian o aumentan la actividad del SNC; frecuencia cardiaca, respiración, presión arterial y la libido; reducen el apetito. Ej. cafeína, nicotina, cocaína, metanfetaminas.

Alucinógenos

Inducen alteraciones de la percepción y del pensamiento. Producen alteraciones en la memoria y la orientación. Provocan alucinaciones visuales, auditivas y táctiles. Ej. hongos, LSD, mescalina, peyote, algunos derivados del cannabis.

Fármacos de uso médico

Afectan directamente al SNC. Son medicamentos para tratar, sobre todo, trastornos mentales. Deben consumirse solo por prescripción médica. Ej. Ansiolíticos sedantes (clonazepam, diazepam), antidepresivos, antipsicóticos.

Formas de administración

Ingerida



Inhalada



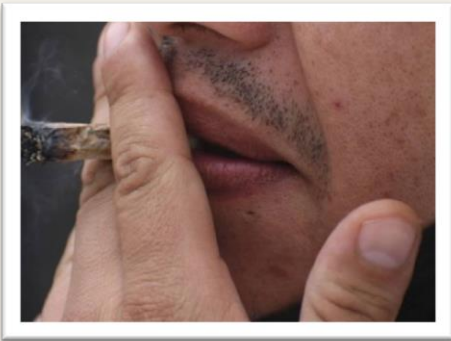
Aspirada



Untada



Fumada



Inyectada



FENTANILO

- De uso médico
- De uso “ilegal”

Se usa, sobre todo, ingerido o inyectado



Nombres comunes: Apache, China Girl, China White, Dance Fever, Friend, Murder 8, Tango & Cash.

¡A la primera te mata!

FENTANILO

EFECTOS

Corto plazo

Aletargamiento y adormecimiento

Sensación de sopor, ensoñación, sueño profundo

Sedación, placer

Pérdida de conciencia

Pérdida de interés y aislamiento

Disminución de funciones básicas hasta llegar a la muerte



Largo plazo

Síndrome de abstinencia intenso con perturbaciones físicas

Descoordinación de extremidades del cuerpo, con fallas al caminar o movimiento de un solo lado del cuerpo

Problemas en pronunciación, articulación y coherencia al hablar

Alteraciones del sueño, pérdida de memoria, apetito y de salud mental

¡A la primera te mata!

FENTANILO

Mito

Realidad

No es tan potente como se dice

Al ser sintético, sus propiedades son ajenas al organismo y altamente tóxicas.

FALSO

VERDADERO

En dosis controladas es estimulante

Aun en dosis bajas, puede reducir la respiración, causar paro respiratorio, pérdida de conciencia y muerte súbita.

FALSO

VERDADERO

Por una vez que se pruebe no pasa nada

- Sus efectos son 50 veces más potentes que los de la heroína. Aun en dosis bajas, reduce la capacidad respiratoria y puede provocar muerte repentina o por sobredosis.
- Si se fuma o inyecta, sus efectos son inmediatos, aunque desaparecen en poco tiempo. Por ello, es fácil repetir el consumo, lo que lleva a dependencia; *“engancha desde la primera vez”*.

FALSO

VERDADERO

¡A la primera te mata!

METANFETAMINA

Cristal

Ingerido, inyectado o fumado



Nombres comunes: "meta", "azul", "tiza"; "speed", "meth", "chalk", "cristal", "vidrio", "glass".

¡Te engancha!

METANFETAMINA

Corto plazo

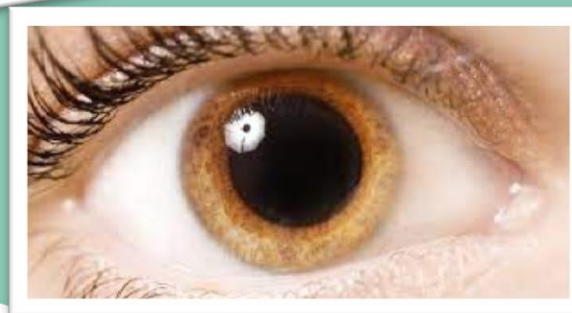
Sensación de euforia y de tener mayor fuerza y velocidad

Tensión muscular, dilatación de pupilas y aceleración del ritmo cardiaco

Aumento de temperatura y respiración

Desaparece la sensación de hambre y cansancio

EFFECTOS



Largo plazo

Pérdida importante de peso corporal

Riesgo de contraer VIH, hepatitis B y C, cuando se administran por vía intravenosa

Pérdida de piezas dentales, especialmente con el cristal

Deterioro de capacidad para tomar decisiones y de autocontrol

Mayor probabilidad de padecer trastornos mentales

Lesiones en la piel y mayor riesgo de contraer infecciones

¡Te engancha!

METANFETAMINA

Mito	Realidad
<i>El cristal es diferente a la metanfetamina</i>	El cristal es la metanfetamina más usada en México.
FALSO	VERDADERO
<i>El consumo de metanfetamina no es alto en México</i>	En los últimos años, la demanda de tratamiento por consumo de metanfetamina ha aumentado exponencialmente.
FALSO	VERDADERO
<i>Por una vez que se pruebe no pasa nada</i>	Desde el primer consumo, la persona puede sufrir “golpe de calor”, desmayos, convulsiones, pérdida de conciencia e incluso, la muerte. Actualmente, es adulterada con fentanilo para potenciar sus efectos. Puede provocar muerte por sobredosis.
FALSO	VERDADERO

¡Te engancha!

VAPEADORES



Nombres comunes: plumas de vapor, tanques, mods...

¡Neta son tóxicos!

**No son una sustancia;
son una forma de consumir nicotina.**

Dispositivos electrónicos con cartucho desechable o recargable que se calienta para permitir la inhalación del líquido de nicotina, formaldehído, propilenglicol, saborizantes y aromatizantes.

- Sistemas Electrónicos de Administración de Nicotina (SEAN).
- Sin nicotina.

Ej. cigarrillos electrónicos, puritos, pipas o narguiles en forma de bolígrafos, lápices, USB, etc.

VAPEADORES

Vapear, con y sin nicotina, provoca sensación de placer y relajación, aunque reduce el oxígeno y puede causar mareos, irritación de ojos, boca y nariz.

Los dispositivos pueden quemar dedos, labios y cara.

Vapear NO sirve para dejar de fumar

¡Neta son tóxicos!



VAPEADORES

Mito	Realidad
<i>Son menos dañinos que los cigarrillos</i> FALSO	La combustión de sus compuestos baja la oxigenación y puede causar dermatitis, quemaduras y lesiones en boca, nariz y garganta. VERDADERO
<i>Sólo dañan la garganta</i> FALSO	Aumentan la presión arterial, frecuencia cardíaca y pueden causar paro cardio respiratorio. VERDADERO
<i>No generan adicción</i> FALSO	Por su sabor, baja percepción de riesgo y tolerancia social, rápidamente generan dependencia. VERDADERO
<i>Vapear ayuda a dejar de fumar</i> FALSO	Quienes fuman cigarro “tradicional”, al vapear, aumentan la frecuencia y duración de inhalaciones, para recibir la dosis deseada de nicotina. VERDADERO No hay evidencia sobre su efectividad para dejar de fumar; al contrario, generan consumo dual (cigarro y vapeo). VERDADERO

¡Neta son tóxicos!

CANNABIS (MARIHUANA)

- Marihuana “estándar”, “sintética” o modificada con alto nivel de THC
- Hachís – resina, aceite o miel
- Alimentos con cannabis
- Medicamentos con compuestos cannábicos

Se consume, sobre todo, fumada.
Si se combina con alcohol, los riesgos aumentan.

Nombres comunes: café, cartón, chismosa, churro, cilantro, gallo, hierba, juanita, mois, mota, orégano



¡Sí te daña!

CANNABIS (MARIHUANA)

EFFECTOS

Corto plazo

Sensación pasajera de euforia y relajación

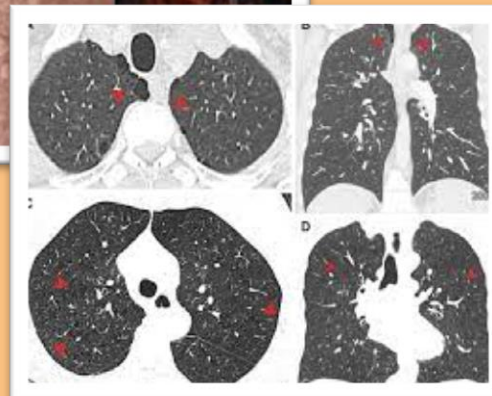
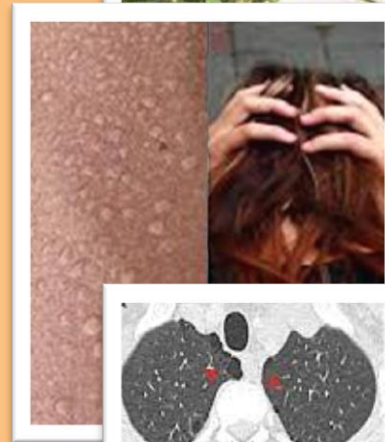
Risa incontrolable

Agudización de percepciones visuales, auditivas y táctiles

Aumento de apetito

Resequedad de boca

Falta de coordinación psicomotriz



Largo plazo

Tos

Bronquitis y enfisema pulmonar

Vómito persistente

Mayor riesgo de trastornos psiquiátricos en personas susceptibles

Deterioro de la memoria

Falta de motivación semejante a un trastorno depresivo

¡Sí te daña!

CANNABIS (MARIHUANA)

Mito	Realidad
<i>Sólo causa relajación y ataques de risa</i> FALSO	Genera, además, fallas motrices y reduce los reflejos por la sensación de que todo transcurre lentamente. VERDADERO
<i>Por ser natural, no daña al organismo</i> FALSO	Aun en dosis bajas dosis, provoca episodios de ansiedad y paranoia. En personas con predisposición, puede desencadenar psicosis o esquizofrenia. VERDADERO
<i>Por una vez que se pruebe no pasa nada</i> FALSO	La escasa evidencia sobre muerte por sobredosis y los cambios en su regulación han bajado la percepción sobre los riesgos y daños irreversibles que puede ocasionar. VERDADERO
	Su consumo antes de los 15 años, es factor de riesgo para desarrollar dependencia psicológica con efectos como irritabilidad, inquietud, ansiedad, depresión, agresividad, pérdida de apetito, trastornos del sueño, síndrome a-motivacional e impactos como abandono escolar. VERDADERO

¡Sí te daña!

TABACO

- Hojas de tabaco con nicotina como sustancia psicoactiva
- Cigarro “tradicional”, puros o pipas



Fumado



Nombres comunes: cigarro, cigarrillo, garro, tabique, tabico

¡Te afecta a ti y a todos!

TABACO

EFFECTOS

Corto plazo

Sensación transitoria de alerta

Irritación estomacal

Pérdida de apetito

Aumento de frecuencia cardiaca

Aumento de presión arterial

Disminución de oxigenación



Largo plazo

Factor de riesgo para 16 tipos de cáncer

9 de cada 10 personas con cáncer de pulmón consumen, consumieron o *estuvieron expuestas al humo*

Riesgos cardíacos: infarto, formación de coágulos sanguíneos y aumento de frecuencia cardiaca

Enfermedad Pulmonar Obstructiva Crónica (EPOC)

¡Te afecta a ti y a todos!

TABACO: Humo de segunda y tercera mano

- Cada año, mueren 1.2 millones de personas *no fumadoras* por exposición al humo ajeno.
- La inhalación pasiva tiene efectos nocivos inmediatos en corazón y vasos sanguíneos.
- En niños y niñas aumenta riesgo de infecciones de oído, resfriados, neumonía, bronquitis y asma.
- No hay cantidad segura de humo de segunda o tercera mano.

¡Te afecta a ti y a todos!



TABACO

Mito	Realidad
Fumar tabaco relaja	Al fumar se puede sentir relajación o estimulación. Sin embargo, al poco tiempo surge el deseo de consumir nuevamente porque la nicotina, rápidamente causa dependencia.
FALSO	VERDADERO
Fumar tabaco sólo causa problemas respiratorios	La EPOC se asocia al tabaquismo, además de enfermedades cardíacas, neumonías, accidentes cerebrovasculares y cáncer de pulmón.
FALSO	VERDADERO
Fumar sólo afecta a quien fuma	Las personas que respiran humo de segunda mano tienen mayor probabilidad de padecer enfermedades cardiovasculares o cánceres, así como riesgo de morir prematuramente.
FALSO	VERDADERO
Por una vez que se pruebe no pasa nada	Desde la primera vez que se fuma tabaco o se expone al humo hay riesgos como irritación ocular, mareos o náuseas.
FALSO	VERDADERO

¡Te afecta a ti y a todos!

ALCOHOL

- Bebidas fermentadas
- Bebidas destiladas

Ingerido en bebidas



Nombres comunes: bebida, copa, chupe, trago

¡Cuidate, no inicies!

ALCOHOL

Corto plazo

Euforia y cambios emocionales drásticos

Desinhibición de algunas conductas sociales

Mala coordinación y dificultad para mantener el equilibrio

Somnolencia y confusión

Lentitud para reaccionar

A dosis altas, puede presentarse coma y muerte



Largo plazo

Enfermedades gastro-intestinales

Enfermedades hepáticas, desde hígado graso hasta cirrosis

Trastornos psiquiátricos y neurológicos

Trastornos de ovulación en mujeres

Desnutrición por mala alimentación

Riesgo de desarrollar cáncer de colon, recto y laringe

¡Cuídate, no inicies!

ALCOHOL

Mito	Realidad
<i>Beber alcohol en la adolescencia no afecta en la edad adulta</i>	El consumo de bebidas alcohólicas antes de los 15 años aumenta el riesgo desarrollar dependencia de alcohol u otras drogas en los siguientes años porque el cerebro está en pleno desarrollo. VERDADERO
FALSO	Trastornos de salud mental, como depresión y ansiedad, se asocian al inicio de consumo de alcohol en la adolescencia. El abuso de alcohol se vincula con violencias, accidentes de tránsito, suicidio y muerte en jóvenes. VERDADERO
<i>Si alguien “aguanta mucho”, no se le van a pasar las copas</i>	La sobredosis por consumo de alcohol es real; reduce funciones vitales como respiración y frecuencia cardiaca que pueden causar la muerte. VERDADERO
FALSO	El alcohol en bajas dosis produce sedación leve, mareos y descoordinación. En dosis medias y altas, puede provocar depresión grave del sistema nervioso y muerte. VERDADERO
<i>Por una vez que se pruebe no pasa nada</i>	
FALSO	

¡Cuídate, no inicies!

BENZODIACEPINAS

- Medicamentos de venta controlada utilizados para tratar trastornos del sueño, afecciones musculares, convulsiones, ansiedad, etc.
- El uso prolongado provoca tolerancia y abstinencia.

Se ingieren en pastillas.

Si se combinan con alcohol pueden ser mortales.

Nombres comunes: Benzos, clona, downers, rufis, R/2, ruffies, rochas2, lasrocha, lib, blues.



¡No son un juego!

BENZODIACEPINAS

EFFECTOS

Corto plazo

Sedación

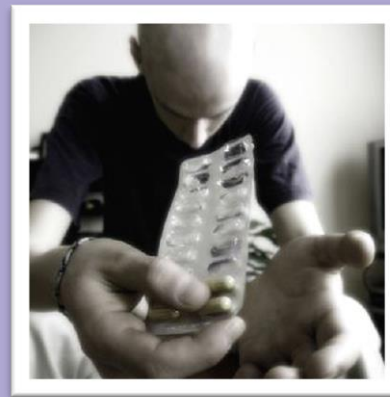
Somnolencia

Mareo y vértigo

Confusión

Pérdida temporal del juicio y la conciencia

Desmayos



Largo plazo

Dependencia

Síndrome de abstinencia intenso (ataques de ansiedad y depresión, dolores de cuerpo, mareos y escalofríos)

Daños a funciones motoras

Hipotensión y depresión

Coma

Muerte

¡No son un juego!

BENZODIACEPINAS

**“El que se duerma el último gana” o
“reto del clonazepam”**

Consiste en consumir clonazepam y evitar quedarse dormido.



¡No son un juego!

BENZODIACEPINAS

Mito	Realidad
<i>Las benzodiazepinas, como el clonazepam, se pueden comprar libremente en la farmacia</i>	Su venta es solo bajo prescripción médica, con receta y a mayores de edad, para tratamiento algunas enfermedades mentales. <i>“Si te la venden, puede estar caduca o adulterada”.</i>
FALSO	VERDADERO
<i>Cualquier persona puede tomar benzodiazepinas para dormir mejor</i>	Pueden emplearse para tratar trastornos del sueño (únicamente bajo prescripción y vigilancia médicas)por poco tiempo y en bajas dosis).
FALSO	VERDADERO
<i>Por una vez que se prueba no pasa nada</i>	Su consumo no supervisado puede generar dependencia y sobredosis.
FALSO	VERDADERO

¡No son un juego!

Cómo hablar de drogas en el aula



- ✓ Con respeto.
- ✓ Dentro de un contexto de salud pública.
- ✓ Con información actualizada y basada en evidencia científica.
- ✓ Como parte de la promoción de estilos de vida activa y saludable, y de toma de decisiones libres e informadas.
- ✓ Teniendo siempre presente la dignidad y los derechos humanos.
- ✓ Con datos que acerquen a tratamiento a las personas que lo necesiten.
- ✓ Con enfoque de género y de derechos humanos.

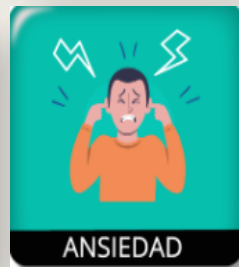
Qué no hacer...



- Estigmatizar, discriminar o criminalizar a las personas que consumen.
- Difundir rumores y hacer juicios o críticas innecesarias.
- Dar opiniones sólo con base en la experiencia propia.
- Usar términos que favorecen la discriminación o prejuicios como “drogo”, “adicto”, “teporocho”, “mariguano” o “vicioso”.
- Vincular el consumo con algo divertido o digno de admiración.
- Promover cualquier tipo de consumo.
- Reforzar asociaciones que promueven el consumo como jóvenes-diversión-drogas, éxito-bienestar-alcohol, etc.



Ante cualquier señal de consumo...



www.cij.gob.mx/Autodiagnostico



Atención psicológica en línea
CIJ CONTIGO

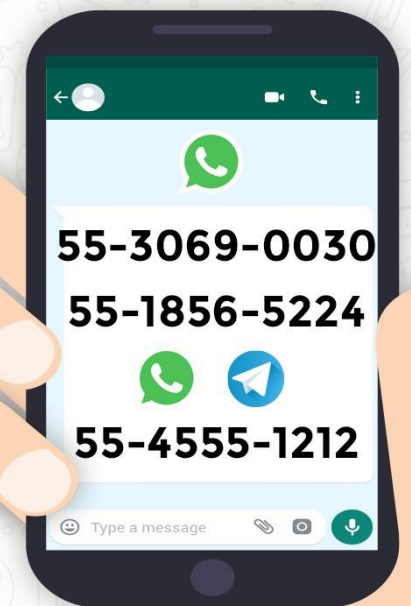
 **55 52 12 12 12**

**Especialistas
en adicciones
y salud mental**

**Horario:
8:00 am a 10:00 pm
de Lunes a Viernes**



cij@cij.gob.mx



Red de atención CIJ



Se atienden
1,100
municipios

120 UNIDADES

OCEANO PACIFICO

- 107 CENTROS DE PREVENCIÓN Y TRATAMIENTO
- 10 UNIDAD DE HOSPITALIZACIÓN
- 2 UNIDADES DE TRATAMIENTO PARA USUARIOS DE HEROÍNA
- ★ 1 UNIDAD DE INVESTIGACIÓN CIENTÍFICA EN ADICCIONES



Materiales

ESTRATEGIA EN EL AULA:
PREVENCIÓN DE ADICCIONES

GUÍA PARA DOCENTES

SI TE
DROGAS,
TE DAÑAS

 GOBIERNO DE MÉXICO | EDUCACIÓN
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA

 estrategiaenelaula.sep.gob.mx

<https://estrategiaenelaula.sep.gob.mx/>