Año 29 • Núm. 103 • Mayo - Agosto 2024



PREVENCIÓN | TRATAMIENTO | REHABILITACIÓN | INVESTIGACIÓN | ENSEÑANZA

Para vivir sin adicciones

Actividades preventivas de promoción de la salud y educación ambiental



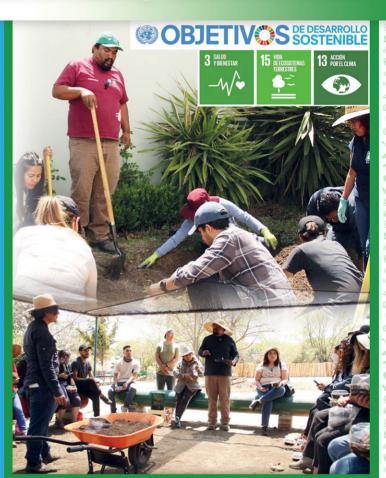
Office on Drugs and Crime

Strengthening youth participation in drug use prevention



Reconoce el Senado de la República a fundadora de CIJ





Medalla al Mérito Hermila Galindo a la directora general de CIJ





Formación Profesional en Salud Mental v Adicciones

2024

Diplomados



Intervención profesional en el tratamiento de la adicción a la nicotina

Aval académico: Universidad de Colima.

Inicio: septiembre, 2024.

Dirigido a: profesionales de la medicina y psicología.

Modalidad: en línea.



Acoso escolar y consumo de drogas

Aval académico: Universidad de Colima.

Inicio: octubre, 2024.

Dirigido a: profesionales del área de la salud, ciencias sociales, educación y

humanidades.

Modalidad: en línea.



Terapia familiar multidimensional para la atención de las

adicciones y la violencia familiar

Aval académico: Universidad Anáhuac México.

Inicio: octubre, 2024.

Dirigido a: profesionales de las áreas de medicina, psicología y trabajo social.

Sede: Centros de Integración Juvenil, A.C., Ciudad de México.

Modalidad: híbrida.



Neurociencias y adicciones a las sustancias

Aval académico: Universidad Nacional Autónoma de México.

Inicio: noviembre, 2024.

Dirigido a: personas tituladas de las carreras de medicina, psicología, trabajo

social, sociología, pedagogía, química y enfermería.

Modalidad: en línea.

Curso en línea



Técnicas cognitivo conductuales para el tratamiento terapéutico de las adicciones

Aval académico: Universidad Nacional Autónoma de México.

Inicio: septiembre, 2024.

Dirigido a: profesionales de medicina, psicología y trabajo social.

Total de horas: 40 horas.

Certificación -



Capacitación, Evaluación y Certificación en estándares de Competencia para la Atención del Consumo de Drogas:

EC0769 Implementación de estrategias informativas para la prevención del consumo de drogas en población de 12 a 17 años de edad.

Modalidad: presencial o en línea.

Escríbenos a: informes.capacitacion@cij.gob.mx

DEL ESCRITORIO DE LA DIRECTORA



a cooperación interinstitucional y la cooperación internacional son un elemento indispensable para el intercambio de conocimientos y el mejoramiento de los servicios de salud física y mental. Este número de la Revista se caracteriza por recolectar piezas fundamentales de dicha cooperación, como el enfoque de género, la educación, atención a migrantes y la búsqueda por adoptar prácticas que se alinean con los objetivos de sostenibilidad propuestos por la Organización de las Naciones Unidas.

También, se recopilan las experiencias de los pasantes y voluntarios extranjeros que forman parte de las unidades operativas de CIJ, y la participación de la voluntaria Abril Sánchez Zehin en el Foro Mundial de Líderes Juveniles sobre Prevención del Uso de Drogas. No cabe duda de que el ímpetu expresado por las juventudes nos guiará con mano firme a un mundo más inclusivo y saludable.

En esta edición incluimos un análisis de la Agenda 2030 de la ONU, que cuenta con 17 Objetivos para el Desarrollo Sostenible que establecen los pasos a seguir para asegurar el bienestar, la paz y la prosperidad a nivel global, a través de cambios centrados en la lucha contra la desigualdad, la pobreza, el consumo no sustentable y la degradación ambiental.

Al mismo tiempo, a nivel nacional CIJ refrendó compromisos con la Alianza de Mujeres contra la Violencia de Género y las Adicciones en Acapulco; la Secretaría de Educación de Guanajuato, y la Subsecretaría de Prevención Social del Delito de Zacatecas. También, la Biblioteca Especializada de CIJ renovó su compromiso de compartir información con la Red de Bibliotecas y Archivos del Centro Histórico de la Ciudad de México. Asimismo, tuvimos la oportunidad de cooperar con el Instituto de los Mexicanos en el Exterior por medio de dos conferencias sobre temas afines a la salud mental y la prevención de las adicciones.

En este número se reseña la entrega de un reconocimiento a la señora Moreno por parte del Senado de la República, por su destacada trayectoria y labor como figura pública al margen de la Historia para las Mujeres, su invaluable visión y la creación de los Centros de Integración Juvenil. De igual forma, participó en diversas actividades en compañía de pacientes y familiares de los CIJ en la Ciudad de México y la zona metropolitana, y tomó protesta del Patronato del CIJ Oaxaca.

Finalmente, ha sido un honor que el Congreso de la Ciudad de México, a través de la Comisión de Igualdad de Género, me galardonó con la Medalla al Mérito Hermila Galindo, en la categoría V, por fomentar la educación entre mujeres mediante publicaciones enfocadas en temas de interés o educando a otras mujeres. Es una gran responsabilidad para continuar impulsando acciones que exalten el valor y las capacidades de las demás en comunidad.

Actualmente, el mundo se encuentra en una encrucijada en la que todas las decisiones que tomamos marcan el mañana que nos espera. Si bien el panorama a gran escala puede resultar abrumador, es necesario dar un paso atrás y darnos cuenta de que son las acciones pequeñas, las que realizamos día con día, las que generan los grandes cambios. El futuro, si nos lo proponemos y somos constantes, nos traerá un bienestar más equitativo y justo para las distintas comunidades de este bello país.

CIJ INFORMA | SUMARIO

Biblioteca especializada	
en Salud Mental y Adicciones	5
Lo más relevante Segunda Reunión Ordinaria 2024 de la Junta de Gobierno	6
Fundadora de CIJ recibió un reconocimiento en el Senado de la República	9
La señora Moreno encabezó la toma de protesta del Patronato del CIJ Oaxaca	11
CIJ formará parte de la Alianza de Mujeres contra la Violencia de Género y las Adicciones en Acapulco	14
La señora Moreno participó en actividades con pacientes de los CIJ en la CDMX, Estado de México y Querétaro	18
Otorgan Medalla al Mérito Hermila Galindo a directora general de CIJ	22
Firma de convenio con la Secretaría de Educación de Guanajuato	24
Genética y predisposición: un vistazo al panorama actual de la heredabilidad de enfermedades	25
Firma de convenio con la Subsecretaría de Prevención Social del Delito de Zacatecas	28
La Biblioteca Especializada de CIJ renovó compromiso con la Red de Bibliotecas y Archivos del Centro Histórico	30
CIJ estuvo presente en la XXXVIII Asamblea General de la Red Mexicana de Ciudades Amigas de la Niñez	32
Testimonial "Para mí CIJ es un nuevo renacer": Eduardo, paciente de la UH Ecatepec	36
Noticias Internacionales Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible: compromiso por la paz, la prosperidad y la justicia social y ambiental	37
El Instituto de los Mexicanos en el Exterior y CIJ realizan acciones para la atención de las comunidades migrantes	40

de estudiantes extranjeros en sus Unidades Operativas 43 Evaluación del progreso sobre políticas de drogas: la CND celebra su 67.º Periodo de Sesiones 49 Las redes sociales y la salud mental de los adolescentes El camino a la recuperación: prevención de las adicciones a través de iniciativas comunitarias en la Ciudad de México 51 El arte de sanar: una nueva era en la prevención, reducción de daños, tratamiento y apoyo 53 a la recuperación del uso de sustancias Informe Mundial sobre las Drogas 2024 Prevención Educación ambiental y promoción de la salud Tratamiento El desarrollo sostenible y la comunidad terapéutica en las Unidades de Hospitalización 61 Género y adicciones Análisis de situaciones de crisis de la masculinidad desde una perspectiva de género Investigación Psicosis inducida por cannabis 70

CIJ contribuye a la formación profesional

¿Sabías que?



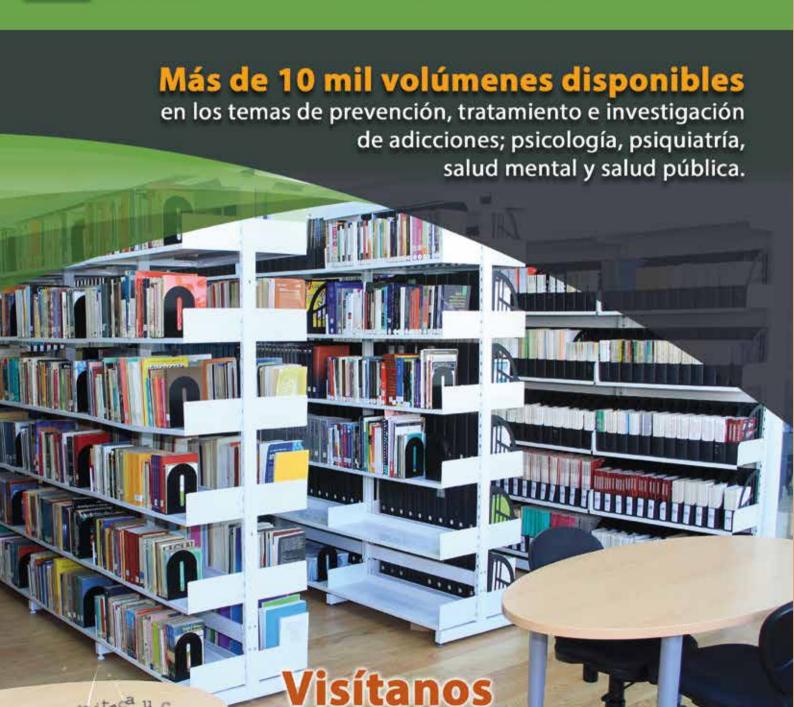
CIJ es una publicación trimestral, editada por Centros de Integración Juvenil, A.C., Av. San Jerónimo núm. 372, col. Jardines del Pedregal, Alcaldía Álvaro Obregón, C.P. 01900. Certificado de Licitud de Título núm. 9580; Certificado de Licitud de Contenido núm. 6681; Reserva al Título de la Dirección General de Derechos de Autor núm. 04-2020-033121552300-102. Distribuida por Centros de Integración Juvenil, Av. San Jerónimo núm. 372, col. Jardines del Pedregal, Alcaldía Álvaro Obregón, C.P. 01900. Impresa en: Formas Generales, S. A. de C. V., Calle Francisco I. Madero núm. 407, col. Centro, Celaya, Guanajuato, C.P: 38000. Tiraje: 1,000 ejemplares.

Impresa en México, agosto de 2024.

72



Conoce la Biblioteca Especializada en Salud Mental y Adicciones



Lunes a jueves de 9 a 18 horas y viernes de 9 a 15 horas Av. San Jerónimo 372, col. Jardines del Pedregal, alcaldía Álvaro Obregón, Ciudad de México

Biblioteca Virtual en
Salud Mental y Adicciones: www.biblioteca.cij.gob.mx

DIRECTORIO

PATRONATO NACIONAL

Presidente del Patronato Nacional Dr. Roberto Tapia Conyer

Fundadora de CIJ y Vicepresidenta Vitalicia del Patronato Nacional Sra. Kena Moreno

DIRECTORIO

Directora General Dra. Carmen Fernández Cáceres

Director Normativo Mtro. David Bruno Diaz Negrete

Director Operativo y de Patronatos Dr. Ángel Prado García

Director Administrativo Lic. Iván Rétiz Márquez

EDICIÓN

Directora General Dra. Carmen Fernández Cáceres

Editora en Jefe **Anabel Caraveo Novelo**

Editora Ejecutiva Gina Ureta

Coordinadores Editoriales Miriam Carrillo López Alejandro Larrañaga Ramírez

Redacción y corrección de textos Araceli García Domínguez Grisel Negrete Muñoz Thais Pompa Luna Nora Leticia Vizcaya Xilotl

Diseño Editorial Víctor Gerardo Gutiérrez Campos Juan Manuel Orozco Alba

Fotografía Carlos Antonio Romero Vidal

Videos Karla De la Peña Arcos



Intervención

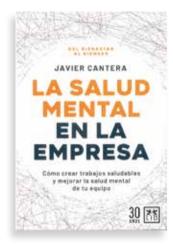
bio-psico-social en adicciones

José Antonio Martín Herrero

ste libro explica las bases biológicas, psicológicas y culturales de las adic-■ciones. A partir de la experiencia del autor, ofrece un modelo terapéuticoeducativo integrador que proporciona a los pacientes la disposición y conocimientos para crear una actitud favorable a la evo-

lución, cambio y restructuración de quien necesita ayuda. Es imprescindible tener en cuenta los conflictos y déficits vitales relacionales que llevan al usuario de sustancias a hacer uso irresponsable del alcohol y otras drogas, o que tienen alguna adicción comportamental.

Martín Herrero propone un enfoque terapéutico-educativo que no pretende dirigir la vida del usuario ni imponerle cómo hacer las cosas, sino que encamina a descubrir, liberar y enfocar adecuadamente los campos emocionales cognitivos y comportamentales para que, por medio de libertad responsable, sea capaz de descubrir progresivamente su autenticidad personal, dirigir su vida y no depender de ninguna sustancia o persona.



La salud mental

en la empresa

Javier Cantera

n los últimos años, la sensación de crisis permanente ha potenciado la atención en la salud mental dentro de las organizaciones. Fenómenos como renunciar a los puestos de trabajo (la gran dimisión), trabajar solo lo necesario (quiet quitting), desaparecer en el trabajo (ghosting laboral) o el absentismo sabático, sólo se pueden explicar con factores psicológicos. Por tanto, es esencial que los empresarios y directivos tomen conciencia de esta situación.

El autor presenta un enfoque integral que no sólo se centra en el bienestar laboral de los empleados, una condición necesaria pero no suficiente, sino también en el bienestar de propósito, que implica alinear el propósito de los empleados con el de la empresa. Sólo así las personas se sentirán valoradas y apoyadas, y se crearán equipos motivados y comprometidos.

VISITA BIBLIOTECA VIRTUAL EN SALUD MENTAL NUESTRA BIBLIOTECA VIRTUAL EN SALUD MENTAL Y ADICCIONES

www.biblioteca.cij.gob.mx



Segunda Reunión Ordinaria 2024 de la Junta de Gobierno

De enero a marzo se atendió a más de 2 millones de personas en todo el país



on una red de 120 unidades, de enero a marzo la institución atendió a 2 millones 100 mil personas de 738 municipios del territorio nacional, con más de 250 mil acciones.

Así lo dio a conocer el pasado 26 de junio la directora general de Centros de Integración Juvenil, doctora Carmen Fernández Cáceres, durante la Segunda Reunión Ordinaria de la Junta de Gobierno 2024. La reunión fue encabezada, por parte del Patronato Nacional, por el doctor Roberto Tapia Conyer, presidente; la señora Kena Moreno, fundadora de CIJ y vicepresidenta vitalicia; el doctor Carlos de la Peña Pintos, vicepresidente "A", y el doctor José Ángel Córdova Villalobos, vocal.

Asimismo, se contó con la presencia de la maestra Laura Angélica Jáuregui Olivo, titular del Órgano Interno de Control de CIJ, y el maestro Adriel Enrique Noriega López, coordinador de Estrategias y Análisis para la Prevención Social del Delito y la Reconstrucción del Tejido Social, así como representantes de las Secretarías de Gobernación, de Salud, de Hacienda y Crédito Público, de Educación Pública, del Trabajo y Previsión Social, de la Función Pública, y de Bienestar, entre otras instancias, así como directivos de CIJ. La Secretaría del Trabajo y Previsión Social, el Consejo Mexicano de Negocios y el Consejo Coordinador Empresarial otorgaron a CIJ: "Reconocimiento por el compromiso y participación en el Programa Jóvenes Construyendo el Futuro.

En las redes sociales institucionales (Facebook, X, YouTube, Instagram y TikTok, se contabilizaron 600 mil

Cobertura total enero-marzo					
Programas	Personas atendidas	% Personas	Acciones/ Consultas		
Prevención	2,052,946	98%	96,346		
Tratamiento	46,889	2%	155,251		
Total	2,099,835	100%	251,597		

En esta cobertura participaron casi 3 mil voluntarios, quienes realizaron el 59% de la cobertura institucional, 600 son Jóvenes Construyendo el Futuro.

seguidores, se realizaron 8 mil 850 publicaciones, que fueron vistas casi 5 millones de veces. Además, se contó con 44 espacios permanentes en medios de comunicación:

- 17 en radio
- 10 en TV
- 6 en prensa
- 11 en Internet

Prevención

Se atendió a más de 2 millones 50 mil personas, mediante 96 mil 350 acciones. El 97% de manera presencial v 3% a distancia. Del total, 1 millón 616 mil 087 son niños, adolescentes y jóvenes, lo que representan el 79% de la población atendida. La mayor parte de las acciones preventivas se llevaron a cabo en el contexto escolar (78%), seguido del comunitario (13%), de salud (6%) v laboral (3%).

- Centros de Educación Artísticas (CEDART) del Instituto Nacional de Bellas Artes y Literatura (INBAL).
- Dirección General de Bachillerato (DGB).
- Instituto Politécnico Nacional (IPN).

Contexto laboral y de salud

Se realizaron acciones preventivas en 254 empresas v sindicatos de diversos ramos productivos y de servicios, y en 372 unidades de salud. Participó personal de la Comisión Federal de Electricidad, Grupo Carso y con la Central Mexicana de Servicios Generales de Alcohólicos Anónimos se llevó a cabo la 29.º Semana Nacional Compartiendo Esfuerzos.

• Cursos de primavera con el objetivo de promover desde edades tempranas la salud física y mental.

También se elaboraron las bases del Concurso Nacional de Talento Musical 2024 "Tumbando Letras". Asimismo, para fomentar la cultura de desarrollo sustentable la Secretaría del Medio Ambiente de la CDMX capacitó a personal con el curso "Activando al Huerto: Agroecología para todos". Finalmente, se llevó a cabo el Concurso Nacional de Murales "Pintando el Medio Ambiente".

Tratamiento

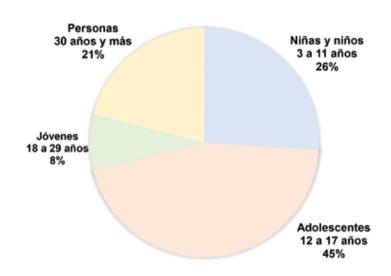
Se atendió a 46 mil 889 personas a través de 155 mil 250 consultas.

Total de personas atendidas* Personas atendidos por modalidad en que participaron Enero - Marzo 2024 Población Abierta (Público en general) Pre consulta y Apoyo 7,527 Psicosocial

Pacientes y familiares Modalidad de **Pacientes Familiares** Atención Consulta Externa 21,908 14.813 Básica Consulta Externa 1,389 1,106 Intensiva Hospitali-342 575 zación Clínicas de metadona 249 (Reducción del daño)

* La información no es sumable, debido a que un mismo paciente pudo haber recibido servicios en múltiples modalidades.

Por grupo de edad:



Contexto escolar

Se trabajó de manera presencial en más de 4 mil 500 planteles educativos.

Estrategia en el aula: Prevención de adicciones "Si te drogas, te dañas"

Se participó en la Jornada Nacional de Actividades Públicas "De la escuela a la comunidad" en las que se capacitó a casi 30 mil docentes.

Se realizaron Jornadas Preventivas con:

Contexto comunitario

264 mil 376 personas atendidas, a través de:

- Clubes preventivos por la Paz: 288 talleres culturales, artísticos, deportivos, psicoeducativos y lúdicos disponibles para toda la población.
- Los recursos interactivos disponibles en el sitio web han registrado casi 120 mil visitas.



La Reunión se llevó a cabo en las modalidades presencial y en línea.

57% de los usuarios fueron atendidos por consumo de sustancias, 43% por otras condiciones de salud mental. 85% recibieron consulta de manera presencial, 4% a distancia y 11% de forma híbrida.

Se brindaron servicios terapéuticos a 145 personas migrantes y de nacionalidad extranjera, principalmente nacidos en: Estados Unidos, Venezuela, Colombia, Chile, Cuba, El Salvador, Guatemala y Honduras.

En Consulta Externa se reportaron 3 mil 180 egresos, el 79% con mejoría. En Tratamiento Hospitalario se reportaron 220 egresos, el 87% con mejoría.

Las Escalas de Autodiagnóstico, disponibles en el sitio web de CIJ, refieren que de enero a marzo de 2024 se contestaron 13 mil 978 cuestionarios. Los más utilizados fueron depresión (87%) y ansiedad (64%).

Investigación

En el programa de investigación se cumplieron 20 metas en sus cuatro líneas de investigación: Epidemiológica, Clínica, Psicosocial y Evaluativa. Además, durante el primer trimestre la página web de la Revista Internacional de Investigación en Adicciones registró 4 mil 655 visualizaciones y 17 mil 185 descargas.

Enseñanza

Durante el periodo se realizaron 51 cursos online en diversos temas de salud 6 programas de capacitación interna, 1 diplomado y 4 maestrías y 3 diplomados se encuentran en proceso. Se certificó a 26 personas en el Estándar de competencia EC0769 "Implementación de estrategias informativas para la prevención del consumo de drogas en población de 12 a 17 años".

En enero concluyó la 8.ª generación de 73 médicos de Servicio Social y en febrero inició la 9.ª generación con 62 médicos. Con el apoyo de la Fundación Carlos Slim, se otorgaron 50 becas para los médicos de la UNAM. Como parte de su capacitación, se les impartieron los cursos: Inducción a la institución, Curso básico de Género y el curso propedéutico.



Kena Moreno, Carlos de la Peña y Carmen Fernández durante la Reunión.





Fundadora de CIJ recibió un reconocimiento en el Senado de la República

En la ceremonia se resaltó la importancia del papel de las mujeres en la transformación social

> Esther Huidobro Catalán Subdirectora de Patronatos



Kena Moreno recibió un reconocimiento en el Senado de la República por su incansable labor.

■n el marco del Foro Liderazgo y Educación; Mujeres de cara ■al Futuro de México, organizado por el Centro de Capacitación y Formación Continua del Senado de la República (CECAFP), la COPAR-MEX Ciudad de México y la Alianza para la Educación Superior, A. C. (Alpes), se entregó a la señora Kena Moreno, fundadora de CIJ y vicepresidenta vitalicia del Patronato Nacional, un reconocimiento por su destacada trayectoria y labor como figura pública al margen de la Historia para las Mujeres, su invaluable

visión y la creación de los Centros de Integración Juvenil.

Autoridades que encabezaron la ceremonia

El foro se llevó a cabo en el auditorio Octavio Paz del Senado de la República y fue presidido por el licenciado Armando Zúñiga Salinas, presidente de la Confederación Patronal de la República Mexicana (COPAR-MEX) Ciudad de México; la maestra Cynthia Murrieta Moreno, directora

general del Centro de Capacitación y Formación Permanente del Senado de la República; y la doctora María Luisa Flores del Valle, vicepresidenta de COPARMEX CDMX y presidenta de Alpes, A.C. entre otras personalidades.

El licenciado Zúñiga habló acerca de la importancia de crear las condiciones para contar con acceso igualitario a la educación, eliminar la brecha salarial de género y promover políticas inclusivas en todos los niveles de la sociedad. Reconoció la trayectoria de las mujeres empresa-



Adriana Páramo, Armando Zúñiga, Kena Moreno y María Luisa Flores.

rias en la COPARMEX CDMX, pues "ofrecen una comprensión única de los desafíos y oportunidades que enfrentan las empresas".

La doctora Flores manifestó que foros como el que se llevó acabo son un llamado a la acción para trazar un camino incluyente igualitario y con mayor equidad.

"Las mujeres inspiran a las generaciones venideras para soñar en grande y poder alcanzar lo que creemos inalcanzable": vicepresidenta de COMPARMEX

55 años de atención a las adicciones

Durante el homenaje, la señora Moreno relató cómo surgió la idea de crear los Centros de Integración Juvenil hace 55 años, y que gracias a los gobiernos y a la sociedad civil organizada a través de los Patronatos, hoy en día se cuenta con una red de 120 unidades operativas de CIJ en toda la república mexicana. También agradeció al licenciado Zúñiga y a la doctora Flores por la distinción y resaltó la importancia del papel de las mujeres en la transformación social.

Mujeres que han dejado huella

Como parte del programa se llevaron a cabo dos paneles en los que se contó con la participación de Ludivina Herrera, Rectora de la Universidad Latinoamericana; la maestra Adriana Páramo, comunicóloga; María de los Ángeles Fromow, primera mujer Fiscal para la Atención de Delitos Electorales de la Procuraduría General de la República; Nora Frías, primera mujer secretaria de Seguridad Pública; Claudia de Buen, primera mujer presidenta de la Barra Mexicana del Colegio de Abogados; Rosalía Buaun, primera mujer Presidenta de la Asociación Nacional de Locutores; Malyu Flores, primera mujer vicepresidenta de Alpes; Silvya Sánchez Alcántara, primera mujer presidenta de la Asociación Nacional de la Publicidad; Beatriz Saavedra, primera mujer presidenta de Equidad de Género Legión de Honor; y Heidi Storsberg, primera mujer directora del Organismo Público Descentralizado para la Prestación de los Servicios de Agua Potable.

La señora Moreno encabezó la toma de protesta del Patronato del CIJ Oaxaca

Se firmaron convenios de colaboración con la SEP estatal y la Barra Mexicana Colegio de Abogados

Grisel Negrete Muñoz Departamento de Difusión y Ediciones

a señora Kena Moreno, fundadora y vicepresidenta vitali-■cia del Patronato Nacional de Centros de Integración Juvenil (CIJ), encabezó la ceremonia de toma de protesta a los nuevos integrantes del Patronato del CIJ Oaxaca que se llevó a cabo en el centro comunitario "La Casa de la Ciudad", en el estado de Oaxaca. En el evento, también se firmaron convenios de colaboración con la Secretaría de Educación Pública (SEP) de Oaxaca y la Barra Mexicana, Colegio de Abogados A.C. (BMA).

Al evento asistió, en representación del gobernador del Estado, ingeniero Salomón Jara Cruz, la licenciada Maribel Graciela Salinas Velazco, directora general del Sistema para el Desarrollo Integral de la Familia (DIF) Oaxaca. También se contó con la participación de la licenciada Natalia Karina Barón Ortiz, titular del Secretariado Ejecutivo del Sistema de Seguridad Pública del Estado de Oaxaca: la maestra Delfina Guzmán Díaz, titular de la Secretaría de Educación Pública de Oaxaca, y el maestro Víctor Olea Peláez, presidente de la BMA.

La licenciada Salinas Velazco felicitó al patronato y a las instituciones que apoyan la labor de CIJ, por la gran vocación con la que prestan sus servicios en pro de la niñez y adolescencia oaxaqueña.



Además de la toma de Protesta, se firmaron convenios de colaboración.

"Reconocemos el camino de CII recorrido en 55 años, su contribución a la salud mental de la población y la reducción de la demanda de drogas, a través de la participación de la comunidad y de programas de prevención, tratamiento, formación de recursos humanos e investigación": directora general del DIF Oaxaca

Asimismo, la licenciada Salinas invitó al patronato a continuar con la misión de promover el bienestar y los estilos de vida saludables y ayudar a quienes más lo necesitan.

En ese marco, se otorgó un reconocimiento a la licenciada María Elena Martínez Arnaud, al concluir su periodo como presidenta del Patronato del CIJ Oaxaca, y se nombró al doctor Jaime Alejandro Velázquez Martínez como nuevo presidente del mismo, quien agradeció la confianza de la señora Kena Moreno y aseguró que llevarán íntegros los principios con los que se ha manejado la institución.

Comentó que trabajarán de la mano con el gobierno del Estado para contribuir a una mejor sociedad oaxagueña. Por ello, buscarán generar recursos a fin de que la parte operativa cumpla con los proyectos necesarios y establecer nuevos convenios de colaboración.

El presidente de la Barra Mexicana Colegio de Abogados explicó que



que muchos adolescentes hoy en día son más vulnerables a desarrollar una adicción, por lo que es importante que toda la sociedad una esfuerzos para ayudar a los jóvenes y rescatar los valores que imperan en la sociedad.

Ceremonia de toma de Protesta de los nuevos integrantes del Patronato de CIJ Oaxaca.

el pilar de la BMA es el servicio social, pues su trabajo es asesorar a personas de grupos vulnerables en temas jurídicos, por ello afirmó que el convenio con CIJ fortalece esta postura.

Por su parte, la titular de la SEP Oaxaca, comentó que es claro que el consumo de sustancias adictivas es un tema que no se puede ignorar porque afecta a la sociedad en general. Reconoció el trabajo que realiza CIJ y deseó al nuevo patronato el mayor de los éxitos en pro de la población oaxaqueña.

La titular del Secretariado Ejecutivo del Sistema de Seguridad Pública del Estado de Oaxaca, comentó





En 2023, las unidades de Oaxaca atendieron a 163 mil personas en prevención y a 1,200 en tratamiento



Kena Moreno congratuló a los nuevos integrantes del Patronato.

La señora Kena Moreno expresó su entusiasmo por la integración de nuevos miembros del Patronato y por la firma con importantes organismos. "CIJ se ha dedicado 55 años a la atención del consumo de drogas, hoy contamos con 120 unidades en todo el país. En Oaxaca tenemos presencia desde hace 21 años y tenemos dos centros: Oaxaca y Huatulco. En 2023 se atendió a 163 mil personas en prevención y a mil 200 en tratamiento".

Expresó que para CIJ es fundamental la participación de la sociedad civil organizada a través de los patronatos, los cuales lo conforman personas comprometidas que dedican su conocimiento para fortalecer entornos saludables y libres de adicción.

Se entregó una medalla a la fundadora de CIJ como Embajadora de la Paz de la Academia Hermética Sirio/ **España**

Durante el evento, se entregó un reconocimiento y una medalla a la fundadora de CIJ como Embajadora de la Paz de la Academia Hermética Sirio/España. Los doctores Jaime Alejandro Velázquez Martínez y Eric Amín Ramírez Castillo, principales representantes de la academia, destacaron la labor altruista de la fundadora de CIJ.

El evento fue amenizado con la presencia de la soprano Maribel Sánchez García.

El patronato de CIJ Oaxaca quedó conformado de la siguiente forma:



Nombre	Cargo
1Dr. Jaime Alejandro Velázquez Martínez	Presidente del Patronato CIJ Oaxaca
2Lic. Natalia Karina Barón Ortiz	Vicepresidente "A" del Patronato CIJ Oaxaca
3Lic. Ramón Velázquez Chagoya	Vicepresidente "B" del Patronato CIJ Oaxaca
4Lic. Marlene Aldeco Reyes Retana	Tesorera del Patronato CIJ Oaxaca
5Lic. Mónica Guadalupe Marín Hernández	Secretaria
6Lic. Aglaen Stephanie Reyes García	Vocalía de Eventos Comunitarios
7C. Georgina Martínez Gracida	Vocalía de Promoción de Volunta- riado entre Jóvenes

CIJ formará parte de la Alianza

de Mujeres contra la Violencia de Género y las Adicciones en Acapulco

Se impulsarán acciones que erradiquen la violencia en contra de las mujeres y el consumo de drogas entre los jóvenes

> Thais Pompa Luna Departamento de Difusión y Ediciones

omo parte del Foro "Jóvenes en acción: hacia una cultura de aceptación y respeto a la equidad de género", que tiene como objetivo generar un espacio de reflexión en torno a propuestas y acciones que promuevan una cultura de equidad de género y que favorezca la convivencia sana, libre de violencia y adicciones, Centros de Integración Juvenil (CIJ) y diversas instituciones educativas y gubernamentales firmaron la Alianza de Mujeres contra la Violencia de Género y las Adicciones en Acapulco, Guerrero.

El evento se realizó en las instalaciones del Instituto Tecnológico Nacional de México (TecNM) campus Acapulco, y fue encabezado por la señora Kena Moreno, fundadora de CIJ y vicepresidenta vitalicia del Patronato Nacional, y el doctor Carlos de la Peña Pintos, vicepresidente del Patronato Nacional y presidente estatal del patronato de los CIJ Guerrero.

El maestro Salvador Herrera Soriano, director del TecNM campus Acapulco, señaló que la firma de la Alianza de Mujeres es un hecho histórico sin precedentes, ya que gracias a esta se realizarán actividades que promuevan estilos de vida saludables, y se contribuirá a la prevención del consumo de drogas y la erradicación de problemas de violencia familiar asociados al consumo de drogas legales e ilegales.



La Alianza promoverá estilos de vida saludables entre los jóvenes del estado.

Por su parte, el doctor de la Peña resaltó el contexto histórico de la creciente participación de las mujeres en la sociedad, el cual ha redefinido a las familias, que suelen ser encabezadas por mujeres. Resaltó que, de acuerdo con información recabada por diversas instituciones, la



Kena Moreno y Carlos de la Peña.



Diversas instituciones se comprometieron a colaborar en favor de las mujeres.

Entre las instituciones y organizaciones que firmaron la Alianza de Mujeres se encuentran el Sistema Nacional para el Desarrollo Integral de la Familia (DIF) Acapulco; el Instituto Municipal de la Mujer; la Confederación Revolucionaria de Obreros y Campesinos (CROC); el Sindicato Único de Servidores Públicos del Estado de Guerrero (SUS-PEG), y la Universidad Tecnológica de Acapulco (UTA).

violencia contra la mujer se origina en parte debido al consumo de drogas ilícitas, por lo que llamó a atender este problema desde un punto de vista de salud pública.

Necesaria la participación de sociedad civil y gobierno para atender las adicciones en las mujeres

En su intervención, la señora Moreno celebró la firma de la Alianza, ya que sienta las bases para impulsar estilos de vida saludables entre los jóve-



Participantes en la firma de la Alianza.



Carlos de la Peña reconoció el importante papel de las mujeres en la sociedad.

nes, prevenir el consumo de drogas y detectar de manera temprana a quienes requieren atención médica para evitar las adicciones. Asimismo, señaló que la violencia contra las mujeres está relacionada con el consumo de sustancias psicoactivas, por lo que destacó la importancia de que diversas organizaciones e instituciones impulsen este convenio de colaboración para atender estas problemáticas.

La señora Moreno comentó que la institución celebrará su 55 aniversario este año, y agregó que CIJ es un referente a nivel mundial en materia de prevención, tratamiento y rehabilitación de las adicciones, ya que anualmente se atiende a nueve millones de personas mediante sus programas que están disponibles para toda la población.



Kena Moreno celebró la firma de la Alianza.







Firma de la Alianza de Mujeres contra la Violencia de Género y las Adicciones.



CROC en Guerrero: la maestra Mara Iris Saguilan Bibiano, presidenta del Patronato del DIF Acapulco, y la guímica Ana María Arcos de De la Peña, miembro del Patronato de los CIJ en Guerrero y representante de la Alianza de Mujeres Contra la Violencia de Género y las Adicciones en Acapulco.

Se trabaja en la rehabilitación de la UH **Punta Diamante**

Durante el evento se entregó un reconocimiento a la licenciada Ethel Correa Cabrera, directora de la Unidad de Hospitalización Punta Diamante, por su destacada atención a los pacientes durante la contingencia ocasionada por el huracán Otis.

En la firma también se contó con la presencia de la maestra Sandra Yolanda Rodríguez Zaragoza, directora del Instituto Municipal de la Mujer de Acapulco, Guerrero; el maestro José Luis Solano Medina, rector de la Universidad Tecnológica de Acapulco; el licenciado Martiniano Maldonado Fierros, secretario general de la



Después de la firma, la señora Moreno realizó un recorrido por la Unidad, donde se llevan a cabo trabajos de reconstrucción debido a los daños causados por el huracán Otis en 2023.

La fundadora de la Institución recorrió la Unidad, que se encuentra en remodelación.

La señora Moreno participó en actividades con pacientes de los CIJ en la CDMX, Estado de México y Querétaro

Familiares y pacientes compartieron sus experiencias y aprendizajes en las actividades de los Centros de Día

Esther Huidobro Catalán Subdirectora de Patronatos

a señora Kena Moreno, fundadora de CIJ y vicepresidenta vitalicia del Patronato Nacional, visitó las unidades operativas de Iztapalapa Oriente, Iztapalapa Poniente, Tlalnepantla, Nezahualcóyotl, Toluca, Venustiano Carranza, Cuauhtémoc Poniente y Querétaro.

Actividades recreativas y motivacionales

En todas las unidades convivió con los pacientes y familiares, así como con pasantes en servicio social y voluntarios del programa Jóvenes Construyendo el Futuro, en las distintas





actividades de Centro de Día como clases de yoga, cerámica, pintura, lengua náhuatl, huertos urbanos, y presenció las distintas modalidades terapéuticas y grupos de Alcohólicos Anónimos, entre otros. De igual forma participó en sesiones grupales con padres y madres de familia, así como con jóvenes.

Kena Moreno convivió con pacientes, familiares, pasantes y voluntarios de las Unidades.







Al cierre de sus visitas convivió con los integrantes de los equipos médicos técnicos y el personal de los Centros, en donde reconoció a cada uno de ellos la dedicación y el profesionalismo con el que realizan su trabajo, sobre todo porque la mayoría cuenta con más de dos décadas de antigüedad en la institución. Les agradeció que CIJ sea parte de su proyecto de vida y sobre todo que gracias a su trabajo muchas familias han sido beneficiadas. Con emotivas palabras afirmó que "todos los que colaboramos en la institución formamos una gran familia".



La señora Moreno reconoció la labor realizada por el personal de las Unidades.

Los patronatos reafirmaron su compromiso institucional

En las distintas visitas estuvo acompañada de los presidentes de los patronatos locales, así como de los integrantes de las mesas directivas a quiénes también les agradeció su tiempo y compromiso, así como las gestiones que han realizado para contar con inmuebles dignos para prestar los servicios de prevención y tratamiento de adicciones y atención a la salud mental.









Conoce nuestra página



Con secciones sobre prevención, tratamiento, investigación y enseñanza, en adicciones y salud mental.

www.cij.org.mx

Vinculación Internacional



























Preguntas frecuentes de Tratamiento

¿Quiños Samas?	270
design processed.	
¿Cince la bacement	-
glams as all services	
Si el consumidor de sentancias no quiere a no pundo acadir a tratamiento, ¿toó puedo Nacar?	-

Patronatos

Ceremonias de Toma de Protesta



































Otorgan Medalla al Mérito *Hermila Galindo* a directora general de CIJ

Norma Araceli García Domínguez Departamento de Difusión y Ediciones

I Congreso de la Ciudad de México, a través de la Comisión de Igualdad de Género, otorgó la Medalla al Mérito Hermila Galindo en seis categorías, como reconocimiento a las mujeres destacadas, quienes de manera individual o colectiva se han distinguido en la lucha por los derechos de las mujeres y en el impulso educativo, laboral, cultural y deportivo.

En la categoría V el mérito se le entregó a la doctora Carmen Fernández Cáceres, directora general de Centros de Integración Juvenil, por fomentar la educación entre mujeres



Mujeres galardonadas con la Medalla al Mérito Hermila Galindo.



mediante publicaciones enfocadas en temas de interés o educando a otras mujeres.

Durante la sesión solemne en el recinto del Congreso, se dio a conocer la trayectoria de la doctora Fernández al frente de CIJ, institución que cuenta con 55 años de experiencia en la prevención, tratamiento, rehabilitación y capacitación de las adicciones y otros problemas de salud mental. Se resaltó el trabajo en perspectiva de género a la atención que reciben las mujeres consumidoras de drogas, brindándoles así una atención acorde a sus necesida-

des y particularidades, así como a las mujeres que tienen hijas, hijos o parejas consumidoras.

Se destacó su participación en la coordinación del diplomado "Género, violencia familiar y adicciones" que va en su 16.º generación, y en el que profesionales de la salud se capacitan para la atención del consumo de drogas con un enfoque de género.

La convocatoria fue abierta para la población en general, organismos, instituciones académicas, asociaciones y organizaciones de la sociedad civil, vinculadas con la igualdad de género en la Ciudad de México.



La medalla reconoce la lucha por los derechos de las mujeres.

En el acto, se reconoció a mujeres y organismos que han impulsado el desarrollo de la población femenina en diferentes ámbitos

En la categoría I, María del Pilar Muriedas Juárez, por su trabajo a favor de las mujeres; en la categoría II, el organismo Equidad de Género, Ciudadanía, Trabajo y Familia, A. C., por defender los derechos humanos de otras mujeres; en la categoría III, Amérika Moreschi, por el impulso a la cultura y la práctica del deporte en el sector femenino; en la categoría IV, María Isabel Beltrán Antonio, por fomentar el acceso de las mujeres a la planta laboral en igualdad de condiciones, y en la categoría VI, Emma Aguirre Reyes y Alexa Yathana Joaquín Solís, por realizar investigaciones científicas a favor de las mujeres o por investigar algún producto, medicamento o elemento que les beneficie.

Perspectiva de género en la atención de las adicciones

"La postulación al mérito se enmarca en la atención con perspectiva de género a las mujeres consumidoras de drogas, que en Centros de Integración Juvenil ha sido una prioridad, a fin de ofrecer un servicio de calidad y acorde a sus necesidades y particularidades.

Desde este enfoque se ha puesto énfasis en la situación de desigualdad que viven las mujeres en cualquier ámbito de la vida, y en ese sentido las mujeres consumidoras de drogas, por su condición no sólo de género sino de ser personas con un problema de salud mental, sufren los efectos de un mayor estigma social, que contribuye a que no busquen atención, o que cuando la buscan sea de manera culposa, a escondidas o sin apoyo. De ahí la importancia de desestigmatizar a esta población, fomentar que no se reproduzcan estereotipos que las revictimicen y respetarlas y atenderlas como personas con derechos.

También, se ha impulsado la transversalización de la perspectiva de género en la institución, fundamentalmente en las áreas relacionadas con la capacitación, investigación, prevención y atención de las adicciones y otros problemas de salud mental, asimismo, se ha promovido la sensibilización y capacitación entre el personal en materia de género y derechos humanos.

Se identificó que la violencia contra las mujeres es una problemática asociada con el abuso de drogas, que ha requerido ser atendida a la par de la adicción. De igual forma, es indispensable erradicar el mayor estigma social que viven las mujeres consumidoras en comparación con los hombres consumidores, pues es fuente de obstáculos para el acceso y término del tratamiento y para su reinserción social.

Con la inclusión de la perspectiva de género en CIJ se han dado pasos invaluables para visibilizar el consumo de drogas en las mujeres, grupo que históricamente había sido excluido de los programas de atención, a pesar de los efectos físicos, psicológicos y sociales que el consumo ocasiona en las personas, en sus familias y en la sociedad".

Fragmento de la carta de postulación a la medalla Hermila Galindo por parte del Departamento de Equidad y Género de CIJ.





Firma de convenio con la Secretaría de Educación de Guanajuato



Participantes en la firma de convenio.

a Secretaría de Educación del estado de Guanajuato (SEG) firmó un convenio de colaboración con Centros de Integración Juvenil con el objetivo de establecer acciones conjuntas de prevención y tratamiento de las adicciones y atención a la salud mental en beneficio de la población de la entidad.

Mediante un encuentro virtual, el maestro Jorge Enrique Hernández Meza, secretario de Educación estatal, y la doctora Carmen Fernández Cáceres, directora general de CIJ, dieron a conocer el panorama del consumo de sustancias, así como las labores que se realizan ante esta problemática.

El maestro Hernández Meza resaltó que de enero a octubre del año pasado se llegó a 425 planteles de los distintos niveles educativos y se atendió a 152 mil 449 alumnas y alumnos de los distintos niveles educativos a través de actividades como conferencias, charlas informativas, ferias de la salud, foros y talleres de desarrollo de competencias socioemocionales.

Agradeció a los profesionales de Centros de Integración Juvenil que participaron y señaló que mediante esta estrategia se capacitó a 3 mil 205 docentes en diferentes centros educativos de nivel básico y medio superior de la SEG, para la detección temprana de adicciones y canalización oportuna del tratamiento.

Finalmente, reiteró su compromiso de seguir colaborando con CIJ en beneficio de niñas, niños y adolescentes del estado de Guanajuato.

La doctora Fernández alertó sobre el incremento del consumo de metanfetaminas en la entidad e informó sobre las acciones en materia de prevención que se han realizado. Destacó que CIJ se ha sumado a la Estrategia para la Prevención de Adicciones Planet Youth desarrollando talleres, pláticas informativas Luis Miguel García Barbosa Encargado del CIJ Guanajuato

y foros con alumnos de educación básica; asimismo se colabora en la Estrategia en el Aula: Prevención de Adicciones "Si te drogas, te dañas", del Gobierno Federal, en los planteles educativos de educación pública del estado, mediante la conformación, capacitación y seguimiento de brigadas infantiles antidrogas, encargadas de promover acciones para el desarrollo de factores de protección ante el consumo de drogas y promoción de la salud.

Participaron en la reunión virtual el maestro José de Jesús Gonzalo García Pérez, subsecretario de Educación; los delegados regionales de Educación en Abasolo, licenciado Anselmo Conejo Cornejo; en Acámbaro, licenciada Verónica Orozco Gutiérrez; en Celaya, licenciado Rito Vargas Varela; en Dolores Hidalgo, licenciado Juan Rendón López; en Irapuato, maestro Juan Luis Saldaña López; en León, licenciado Ricardo Alfredo Lingo Altamirano; y en San Luis de la Paz, licenciado Héctor Teodoro Montes Estrada. También acompañó el licenciado Christian Mauricio Muñoz García, director general para el Desarrollo Integral de la Comunidad Educativa, y el licenciado Benjamín Rodríguez Espitia, director de Formación Integral en Educación Básica.

Por parte de CIJ, se contó con la participación del maestro Salvador Aceves Fajardo, maestra María Elena Becerra, licenciado Gerardo Abraham Bustos Rendón, y la licenciada Violeta Giussene Licerio Pérez, directores de las unidades en León, Salamanca, Celaya y San José Iturbide, respectivamente.



El doctor José Nicolini impartió una conferencia para profesionales de la salud de CIJ

Thais Pompa Luna Departamento de Difusión y Ediciones

In el marco del 55 aniversario de Centros de Integración Juvenil (CIJ), se llevó a cabo la conferencia magistral Genética, conducta y adicciones, impartida por el doctor José Humberto Nicolini Sánchez, investigador en Ciencias Médicas en el Instituto Nacional de Medicina Genómica (Inmegen). La sesión fue coordinada por la doctora Carmen Fernández Cáceres, directora general de CIJ, y estuvo dirigida a profesionales de la salud a nivel nacional.

Aumento de enfermedades mentales tras pandemia de COVID-19

El doctor José Nicolini dio a conocer que las investigaciones de genética se ocupan del estudio de la herencia de las enfermedades mentales, mientras que los genómicos analizan el uso y empleo de los ácidos nucleicos. Las adicciones, agregó, son enfermedades mentales y deben ser consideradas como tal, por lo que es necesario estudiar y encontrar los marcadores genómicos, los determinantes sociales que las afectan, y sus consecuencias en la salud de la población. Especificó que, de acuerdo con estudios de la Organización Mundial de la Salud (OMS), las enfermedades mentales aumentaron a partir de la pandemia por CO-VID-19, y que el continente americano presentó el mayor incremento a nivel mundial.

El doctor Nicolini, autor y coautor de más de 300 artículos científi-



José Humberto Nicolini, Carmen Fernández, Rodrigo Marín y Bruno Diaz.

cos, presentó el panorama actual de la investigación respecto a la heredabilidad de la predisposición a ciertas enfermedades mentales, como el autismo, el síndrome de Tourette, el trastorno obsesivo compulsivo y las adicciones. Aclaró que la presencia de este tipo de enfermedades en los padres es un elemento clave para que los hijos las padezcan, pero no es completamente necesaria. Esto es considerado como una mutación genética que resulta beneficiosa, ya que amplía el panorama del diagnóstico, estudio y tratamiento de este tipo de enfermedades.

Patología dual y superposición de enfermedades y trastornos

Los estudios respecto a la heredabilidad de la predisposición a enfermedades mentales y abuso de sustancias arrojaron resultados que revelan una relación entre la presencia de receptores dopaminérgicos en el sistema límbico. "A mayor densidad
de receptores
dopaminérgicos
menor probabilidad de
adicción; mientras que a
menor densidad, es más
probable que se genere
una dependencia de
sustancias psicoactivas,
se tengan problemas
con la justicia a menor
edad, menores logros
educativos y embarazos
tempranos": José
Nicolini

También, habló de la patología dual y la superposición de enfermedades, como el trastorno obsesivo compulsivo y la anorexia, o la migraña y la depresión. Aclaró que la mayoría de los estudios se han realizado en población caucásica, por lo que es

indispensable realizar estudios que se enfoquen en la población latina. En cuanto a esto, el doctor Nicolini habló de *Early Psychosis architecture in the Mexican Population* (Arquitectura de la psicosis temprana en la población mexicana, EPIMex) un estudio en el que participan diversas instituciones, incluidas CIJ e Inmegen, y que cuenta con una muestra de 803 personas.

Explicó que este estudio de investigación busca identificar los genes que contribuyen al riesgo de psicosis a temprana edad con el fin de mejorar las opciones de tratamiento, por lo que la muestra está formada por el grupo de control, el de pacientes con psicosis temprana, familiares con psicosis y familias completas. En el caso de los pacientes con psicosis, EPIMex incluye la comorbilidad con uso de sustancias para ampliar el alcance del estudio.

Por su parte, la doctora Fernández resaltó la importancia de los estudios en patología dual para analizar las enfermedades mentales y su relación con el contexto sociocultu-



"Para celebrar los 55 años de la institución, cada mes se realizarán actividades relacionadas con el cuidado de la salud física y mental, y la prevención de adicciones": directora general de CIJ

José Nicolini presentó el panorama actual de la heredabilidad de enfermedades.

ral de los pacientes, así como el rol del medio ambiente, los estilos de vida, y el efecto que estos tienen en el desarrollo de programas de tratamiento y prevención de adicciones que resulten efectivos para la población mexicana.

> Los expertos discutieron acerca de la problemática en el tratamiento de la salud mental.





En la conferencia también estuvieron presentes, por parte de CIJ, el doctor Ángel Prado García, director Operativo y de Patronatos; el maestro Bruno Diaz Negrete, director Normativo, y el doctor Rodrigo Marín Navarrete, director de Investigación y Enseñanza.

Autoridades presentes en la conferencia.







Firma de convenio con la Subsecretaría de Prevención Social del Delito de Zacatecas

Pedro Rodríguez de la Torre Director del CIJ Zacatecas

n el marco de la estrategia de pacificación de Zacatecas, la Secretaría General de Gobierno, la Subsecretaría de Prevención Social del Delito y Centros de Integración Juvenil signaron un convenio de colaboración para implementar mecanismos y estrategias de prevención de consumo de drogas y atención de adicciones en la población. Rodrigo Reyes Mugüerza, secretario general de Gobierno, afirmó que el combate al consumo de drogas y a la violencia no es posible sin la colaboración de todos los actores



Diana Saucedo, Rodrigo Reyes, Judit Guerrero y Pedro Rodríguez.



El convenio facilitará la implementación de mecanismos y estrategias de prevención de consumo de drogas.

de la sociedad, por lo que no se trata de una acción de política pública del Gobierno estatal, sino de una agenda de trabajo de la sociedad.

"La agenda de la paz que el gobernador presentó en el mes de enero tiene más de mil acciones que buscan robustecer el proceso de pacificación. La firma de este convenio refuerza la idea de que es tarea de todos, pues el combate de la violencia requiere de la participación y el involucramiento de toda la sociedad": secretario general de Gobierno de **Z**acatecas

El funcionario señaló que el problema de la violencia y las adicciones es tan grande que el gobierno por sí solo no podría resolverlo, por lo que se necesita de la experiencia, el conocimiento y la voluntad de todos los sectores y este convenio sumará una nueva instancia que apoyará en esta tarea.

La presidenta del Patronato Estatal de CIJ, Judit Guerrero López, coincidió en que es importante la colaboración y coordinación de todas las instituciones y sectores sociales a fin de que se atienda la problemática de las adicciones.

La participación de la familia es un factor clave en la recuperación del paciente

Señaló que en los procesos terapéuticos uno de los principios fundamentales es hacer partícipe a la familia en las sesiones de terapia, debido a que es importante resolver los aspectos del entorno familiar y social que son factores ante el consumo.

El director del CII Zacatecas, Pedro Rodríguez de la Torre, expuso que el Informe Mundial sobre Drogas reportó que durante 2022 aproximadamente 292 millones de personas consumieron alguna droga, de las cuales 75 millones sufren algún trastorno relacionado con el consumo de esas sustancias y sólo 9 por ciento recibe tratamiento.

Detalló que en México las drogas más consumidas son el alcohol, el tabaco, la mariguana, la cocaína y el cristal, mientras que en Zacatecas las drogas de inicio son el alcohol, el tabaco y la mariguana. Expuso que en lo que va del año se han atendido 407 pacientes y de ellos 187 son mujeres, mientras que la edad promedio de pacientes que se atienden es entre los 14 y los 19 años.

La Biblioteca Especializada de CIJ

renovó compromiso con la Red de Bibliotecas y Archivos del Centro Histórico

La Biblioteca Especializada formará parte del portal de la Gran Biblioteca de la CDMX

> Raúl Ismael Pérez Rosas Departamento de Documentación Científica



Miembros de la Red de Bibliotecas que firmaron la Renovación de Compromisos.

I Senado de la República fue sede de la VIII Reunión Plenaria de la Red de Bibliotecas y Archivos del Centro Histórico (RBACH) de la Ciudad de México, donde se firmó la Renovación de Compromisos de la Red. Con esta firma se revalidó el compromiso de la Red con el desarrollo cultural, aca-

démico y social, así como con el acceso a la información como un derecho fundamental de los ciudadanos, y se busca alcanzar nuevos paradigmas en los servicios de información, dinamizar la comunicación y acercar las valiosas colecciones que se conservan en las unidades documentales a la población en general.

Entre los Compromisos se encuentran compartir el conocimiento entre acervos, la colaboración en proyectos de difusión de los fondos bibliográficos y de los servicios, la promoción de la lectura, la capacitación y la colaboración para el enriquecimiento del trabajo multidisciplinario.



Participantes en la VIII Reunión Plenaria de la Red de Bibliotecas y Archivos del Centro Histórico de la Ciudad de México.

El senador Adolfo Gómez Hernández, presidente de la Comisión Bicamaral del Sistema de Bibliotecas del Congreso de la Unión, indicó que a pesar del impacto tecnológico en el modus vivendi de la sociedad, las bibliotecas aún son pieza clave tanto para el resguardo y diseminación de la información, como para la creación de conocimiento.

La diputada María Teresa Rosaura Ochoa Mejía, secretaria de la Comisión Bicamaral del Sistema de Bibliotecas del Congreso de la Unión, refrendó su compromiso para fortalecer el quehacer bibliotecario e impulsar el desarrollo cultural, académico y social, y el acceso a la información de la Red. Destacó que se debe trabajar para incorporar los nuevos servicios, como las tecnologías de la información, los libros digitales, la realidad virtual, la inteligencia artificial, los audiolibros y "otras experiencias que estarán en el presente y en un futuro próximo".

La legisladora también reconoció la labor de esta Red por el crecimiento e impulso a los nuevos proyectos que contribuyen a poner en alto el papel bibliotecario y archivístico, así como por su trabajo en aras de integrar las nuevas tecnologías y plataformas digitales.

El bibliotecario Ismael Pérez Rosas, jefe del departamento de Documentación Científica de Centros de Integración Juvenil (CIJ), participó en la firma del refrendo de los compromisos de la RBACH. Anunció que la Biblioteca Especializada en Salud Mental y Adicciones de CIJ formará parte del portal de la Gran Biblioteca de la Ciudad de México, proyecto que tendrá un gran impacto entre los usuarios de los servicios de información.

En el evento también participaron la licenciada Adriana Castillo Román,

directora general de la Conservaduría de Palacio Nacional y Patrimonio Cultural; la doctora María Andrea Giovine Yáñez, directora de la Biblioteca Nacional de México; el doctor Ricardo Montes Gómez, director de la Biblioteca Melchor Ocampo del Senado de la República; la doctora María Vázquez Valdez, directora de Bibliotecas de la Cámara de Diputados; el licenciado luan Lazo Villa, director de la Biblioteca Central Silvestre Moreno Cora de la Suprema Corte de Justicia de la Nación; la doctora Elsa Margarita Ramírez Leyva, directora general de Bibliotecas y Servicios Digitales de Información de la Universidad Nacional Autónoma de México; el doctor José Rodrigo Moreno Elizondo, subdirector de Acceso y Servicios al Público del Archivo General de la Nación Biblioteca Ignacio Cubas, y el maestro Marco Antonio Pérez Iturbe. coordinador del Archivo Histórico del Arzobispado de México.





CIJ estuvo presente en la XXXVIII Asamblea General de la Red Mexicana de Ciudades Amigas de la Niñez

Se destacó el programa preventivo *Escuela para padres,* en el que han participado casi 5 mil padres de familia de 24 municipios del país

Nora Leticia Vizcaya Xilotl Departamento de Difusión y Ediciones

racias al convenio que se firmó con la Red Mexicana de Ciudades Amigas de la Niñez (RMCAN), Centros de Integración Juvenil (CIJ) estuvo presente durante la celebración de la XXXVIII Asamblea General en la ciudad de Chihuahua, donde entregó el cargo el licenciado Jorge Sánchez Allec, presidente municipal de Zihuatanejo de Azueta.

En el acto inaugural, el licenciado Sánchez Allec enfatizó la coordinación de la RMCAN que crea sinergia con diversas instituciones, y la relevancia del convenio signado con CIJ en 2023 para fortalecer a las familias y trabajar el programa Escuela para padres "Tú creciendo, yo aprendiendo", el cual ha impactado a los municipios de Acuña, Celaya, Chetumal, Chihuahua, Durango, Lerdo, Naucalpan, Tlalnepantla, Guadalupe, Guanajuato, León, Ixtapa Zihuatanejo, Pachuca, Tlaquepaque, Zamora, Morelia, Cancún, Ramos Arizpe, Saltillo, San Luis Potosí, Poza Riza, Villa Hermosa, Mérida y Zacatecas. Esto permitió intervenir en 80 escuelas primarias con madres y padres de familia, y alumnos de quinto y sexto grado de primaria.

> Jorge Sánchez, Lizette Tapia, Miriam Carrillo y Lesly Nárvaez.

Desde su lanzamiento nacional, cuatro mil 934 padres de familia han participado en el programa.

Asimismo, el licenciado Sánchez agradeció a la doctora Carmen Fernández Cáceres, directora general de la institución, "por respaldar los trabajos de la red, a través del equipo de profesionales porque prácticamente en cada ciudad se encuentra un CIJ".

Durante su toma de protesta, el nuevo presidente de la Red, el licenciado Marco Antonio Bonilla Mendoza, también presidente municipal de Chihuahua, destacó que su gobierno ha trabajado en políticas públicas a favor de la niñez, con perspectiva familiar y el desarrollo humano.

Refirió que una de las prioridades es erradicar la violencia intrafamiliar, ya que 60 por ciento de las llamadas





Marco Bonilla y Miriam Carrillo.

de emergencia en todos los municipios de la entidad son relacionadas con dicha problemática. Además, mencionó la creación del programa "Un sí o un no definen mi futuro", el cual ha impactado a 20 mil estudiantes de secundaria, con el objeti-

vo de prevenir los riesgos en la adolescencia, en particular el embarazo adolescente, consumo de drogas, violencia y acoso escolar. En esta estrategia, CIJ ha capacitado a padres de familia, maestros y alumnos.

El alcalde mencionó también que se ha impactado a más de 62 mil estudiantes a través del programa DARE (Educación para la Resistencia al Abuso de Drogas) para reducir la violencia. Destacó que el municipio trabaja para imponer sanciones a quienes transmitan narcocorridos, corridos tumbados y todas las canciones que dañen, violenten o denigren a la mujer.

Por su parte, la maestra Catalina Gómez, jefa de Política Social del Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) México, refrendó el compromiso del organismo para trabajar de manera conjunta por la niñez mexicana, lo que incluye el acceso a los servicios de salud, el cuidado infantil de calidad, la educación v la alimentación saludable.

También estuvieron presentes, los alcaldes de diversos municipios del país, y la contadora pública Lizette Tapia Castro, presidenta honoraria del patronato del CIJ Ixtapa Zihuatanejo, así como la psicóloga Lesly Lizzeth Narváez, directora del mismo Centro.

Informe de actividades realizadas por CII en conjunto con la RMCAN

La licenciada Miriam Carrillo, directora de Prevención de CIJ, presentó un informe de actividades realizadas por CII en conjunto con la Red. Señaló que cada año los diversos servicios preventivos institucionales han impactado a más de 8 millones de personas, las intervenciones incluyen estrategias diferencias por contexto: escolar, laboral, comunitario, salud y virtual, y de manera transversal se aborda el ámbito familiar. Anualmente, CII atiende a más de 300 mil padres y madres de familia, principalmente a través de las escuelas.



Escuela para madres y padres "Tú creciendo, yo aprendiendo"

El proyecto tiene la finalidad de fomentar ambientes familiares armónicos, como factor protector ante riesgos psicosociales, mediante el intercambio y reforzamiento de habilidades parentales, como la comunicación asertiva, vínculos y expresión de afectos, límites y disciplina positiva, entre otros. Las actividades se desarrollan de manera presencial o en línea, e incluyen espacios de reflexión, recursos didácticos y digitales.



Miriam Carrillo presentó un informe de actividades realizadas en conjunto con la RMCAN.

Unidades operativas que trabajaron el proyecto Escuela para padres.

Servicios que se ofrecen en el proyecto

- Conferencias y talleres psicoeducativos
- Círculo de lectura con familias
- Libros especializados en salud y crianza familiar
- Espacios digitales



CIJ Ixtapa Zihuatanejo



Presenciales, en línea o mixtos







Escuela para padres "Tú creciendo, yo aprendiendo", es un espacio donde encontrarás videos, lecturas y actividades para una crianza saludable y positiva.

¡Conócelas!



"Para mí CIJ es un nuevo renacer": Eduardo, paciente de la UH Ecatepec



Eduardo, paciente de la UH Ecatepec.

i vida estaba muy mal, mi adicción me llevó a caer en condiciones deplorables e incluso a vivir en la calle, era otra persona que ya no conocía".

Eduardo, paciente de la Unidad de Hospitalización Ecatepec, narra que a los 25 años comenzó su consumo. Primero se enganchó con la mariguana y luego con el crack, droga que lo llevó a una adicción de la que no le ha sido fácil salir. Durante 12 años padeció dicha enfermedad y cada vez se deterioraba más, hasta convertirse en una persona desconocida para él.

Eduardo señala que las peleas con su pareja y los problemas familiares eran lo que detonaba su consumo, sin embargo ahora, gracias a las sesiones de terapia que ha recibido, sabe que puede gestionar sus emociones para no recaer.

He aprendido a conocer mis emociones para no recaer en las drogas

"Son mis emociones las que me llevaban a consumir, lo que me hacía perder el control de mí mismo, por eso debo aprender a entenderlas. Aquí vine a conocer cosas que no sabía de mí mismo, lo que me origina agresividad, tristeza y felicidad, y cómo controlar mis emociones para no recaer en el consumo. Aquí aprendí a vivir".

Con entusiasmo, Eduardo afirma que el tratamiento que ha recibido durante su estancia en la UH ha sido respetuoso, profesional y lo ha ayudado a salir de su adicción.

"Para mí CIJ es un nuevo renacer, no tengo palabras para describir cuánto me han ayudado. Ya había estado antes en otros lugares donde Norma Araceli García Domínguez Departamento de Difusión y Ediciones

atienden las adicciones pero no fue bueno; aquí he aprendido bastante. Hay especialistas atendiéndonos todo el tiempo, psicólogos y médicos que nos tratan con respeto y sin juzgarnos".

El paciente narra de manera general su rutina y algunos aspectos que lleva a cabo como parte de su periodo de rehabilitación: "En mi rutina algunas de las actividades que más me han ayudado son hacer ejercicio, los talleres y las sesiones de terapia. Mi tratamiento será de tres meses. Este tiempo de internamiento me ha ayudado a conocerme, a saber que no necesito consumir nada para sentirme bien, a valorar a mi familia y a mi hijo, pues los dañé con mi consumo".

Eduardo comparte que no es la solución el buscar en las calles, y mucho menos en las drogas, un "refugio" a los problemas, pues muchas veces ese entorno ocasiona más problemas que conducen a otras situaciones cada vez más deteriorantes.

"Para mí, Centros de Integración Juvenil significa volver a vivir, porque irónicamente allá afuera uno mismo se encierra en un mundo de dolor; aquí aun cuando estás en un programa de internamiento te sientes libre, conectas con tus emociones, te sientes mejor persona, te reconcilias contigo mismo y te enseñan tu propio valor y a no depender de una sustancia ni de las malas amistades".

Para concluir, Eduardo invita a quienes necesiten apoyo para atender alguna adicción a buscarlo en las unidades de CIJ, donde recibirán un trato digno, profesional y respetuoso.





Agenda 2030 para el **Desarrollo Sostenible:**

compromiso por la paz, la prosperidad y la justicia Scan the QR code for the article in English





Pablo Fuentes Teja; José Luis Benítez Villa Departamento de Relaciones Internacionales

principios del siglo XXI, ante los nuevos modelos y tendencias económicas, políticas y sociales, la agenda internacional necesitaba ser actualizada para afrontar los retos emergentes de los siguientes años. Es así que en el año 2000, durante una histórica reunión de las Naciones Unidas, la Declaración del Milenio fue aprobada por 189 países, con la intención de crear un mapa de ruta para establecer ocho objetivos globales. Estos compromisos estaban encaminados a reducir la pobreza extrema y sus diversas manifestaciones: el hambre, las enfermedades, la desigualdad entre los géneros, la falta de educación y de acceso a infraestructuras básicas, así como la degradación del medio ambiente. Dichos objetivos se definieron con base en la realidad global de ese momento y fueron planteados para ser alcanzados en 2015. Sin embargo, una vez llegada la fecha de cumplimiento, al hacer un balance de los logros y las áreas de trabajo pendientes fue necesario su replanteamiento. De tal forma que, durante el 68.º Periodo Ordinario de Sesiones de la Asamblea General de la Organización de las Naciones Unidas (ONU) se aprobó la Agenda 2030, con 17 Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) y 169 metas.

Los ODS son un mecanismo que aborda los nuevos desafíos de la comunidad internacional, que incluye las esferas económica, social y ambiental. Estos se consideran de carácter integrador y vinculante, puesto que el éxito de cada uno de ellos impacta el cumplimiento de los demás. Así, se busca fomentar que todos los sectores de la sociedad y los gobiernos avancen hacia un mundo donde estén asegurados el bienestar, la paz y la prosperidad.

Los ODS plantean respuestas de progreso con enfoques de sostenibilidad al afrontar temas como la desigualdad y la pobreza; los patrones de consumo no sustentables y la degradación ambiental; el reforzamiento de las capacidades institucionales y estrategias de solidaridad global. Su funcionamiento pone a la igualdad y la dignidad en el centro e impulsa a cambiar el estilo de desarrollo y respetar el medio ambiente. Con ello se busca crear una alianza mundial que considere los medios para realizar el cambio y la prevención de desastres por eventos naturales extremos, así como la mitigación y adaptación al cambio climático.

El COVID-19 y el impacto ambiental retrasaron los objetivos de la Agenda

El cumplimiento de la Agenda se propuso para 2030, no obstante es preciso reflexionar acerca de la complejidad que plantea cada uno de sus objetivos y metas, así como la manera en que las situaciones emergentes del mundo moderno han impactado su avance y podrían comprometer el que sean alcanzados.

En este orden de ideas, desde la adopción de la Agenda en 2015, el mundo ha experimentado varias situaciones que han influido en su progreso y cumplimiento. Un ejemplo de ello es la pandemia de CO-VID-19, que tuvo repercusiones en la salud, la economía, la educación y el bienestar social. La crisis sanitaria evidenció muchas de las áreas de los sistemas de salud que requieren atención prioritaria, entre ellas, la salud mental de la población.

Asimismo, en los últimos años han sido más palpables las consecuencias de la falta de concientización social sobre el cuidado del ambiente y es común observar el impacto del cambio climático, que incluye temperaturas extremas, mayores niveles de contaminación y la pérdida de la biodiversidad con repercusiones desproporcionadas para las personas en mayor vulnerabilidad. Por otro lado, las tensiones geopolíticas han aumentado y en diversas latitudes del planeta se viven conflictos que han vulnerado la paz. Lo anterior pone en riesgo los derechos humanos, causa el sufrimiento de millones de personas y vuelve aún más complejos algunos fenómenos como los movimientos migratorios y la crisis de refugiados en el mundo.

Hoy en día se vive una crisis internacional generalizada con brechas estructurales que han dificultado que se encuentren rutas efectivas para el logro de lo establecido en la Agenda 2030. De acuerdo con el Foro de Países de América Latina y el Caribe para los ODS, realizado en Santiago de Chile, de mantenerse las tendencias actuales, solo 15% de las metas de la Agenda se cumplirán a tiempo (Comisión Económica para América latina y el Caribe [CEPAL], 2024). Sin embargo, también se informó que el panorama es prometedor y se avanza a buen ritmo respecto a los medios de implementación relacionados con las áreas de subsidios a las exportaciones agrícolas y en las políticas de equidad de género, así como en lo que concierne al control del tabaco, financiación de la salud y para el personal sanitario. Se señala que dentro de los ODS con mejores predicciones respecto del cumplimiento de sus metas está el de Salud y Bienestar, orientado a "garantizar una vida sana y promover el bienestar de todos a todas las edades" (ODS 3).

Es tal la fuerza que ha ganado el reconocimiento de la salud mental como componente fundamental de la salud, que dentro de las metas del Objetivo 3 se plantea reducir la mortalidad prematura por enfermedades no transmisibles mediante la prevención, tratamiento y promoción de la salud mental y el bienestar; fortalecer la prevención y el tratamiento al abuso de sustancias, estupefacientes y el consumo nocivo de alcohol; y la implementación del Convenio Marco de la Organización Mundial de la Salud (OMS) para el control del tabaco en todos los países. Es decir, la agenda internacional ha adoptado la premisa de que no hay salud sin salud mental, y que todos los esfuerzos deben de tomar en cuenta este componente. Lo anterior se vuelve aún más relevante al considerar que la OMS prevé que para 2030 la salud mental sea la primera causa de enfermedad en el mundo (CEPAL, 2024) y que los países no destinan suficiente presupuesto para atenderla (Alonso, 2023).

Respecto a esto, la Organización Panamericana de la Salud (OPS) presentó en 2023 el informe *Una nueva agenda para la salud mental en la Región de las Américas*, donde se enfatiza que si bien la salud mental y las adicciones no son temas nuevos en las urgencias sociales, persiste la necesidad de brindarle la atención suficiente. Debe ser una prioridad para los gobiernos la creación de po-

líticas públicas que aborden dichas necesidades, en particular de las dirigidas a las juventudes (OPS, 2023).

El Informe menciona que, incluso antes de la pandemia, la mala salud mental, las limitaciones estructurales, los obstáculos para el acceso a los servicios de salud y la falta de presupuesto ya eran factores importantes que mermaban el bienestar general en la región de las Américas. Sin embargo, la emergencia sanitaria sentó un precedente en la salud mental pública por el impacto que tuvo en la población. En una encuesta realizada en 2021 en 30 países en todo el mundo, más de la mitad de los participantes de Chile, Brasil, Perú y Canadá señalaron que su salud mental había empeorado desde inicios del brote epidemiológico (OPS, 2021). En la actualidad, a cuatro años de la declaración de la emergencia sanitaria por el virus SARS-CoV-2, las necesidades de atención de las personas que tienen trastornos mentales o por consumo de sustancias psicoactivas permanecen insatisfechas en la región, especialmente para personas en situación de vulnerabilidad, incluidas las poblaciones históricamente discriminadas como las comunidades indígenas y las afrodescendientes. A la fecha, los sistemas de salud mental todavía son débiles, y la cobertura y la calidad de los servicios son deficientes.

La producción de drogas genera grandes contaminantes

Cómo se señaló, los ODS están interconectados, pues se diseñaron para abordar los desafíos globales de manera holística, y reconocen la integración de aspectos sociales, económicos y ambientales, bajo una óptica que contempla el complejo entramado detrás de las causas de los diferentes problemas que aque-

jan a la sociedad y el planeta. En este sentido, en el caso de la salud mental y las adicciones, hay otros objetivos estrechamente relacionados como los que se orientan a lograr la igualdad de género, promover la justicia social, impulsar la educación de calidad y la preservación del medio ambiente. Sobre éste último tema, la producción y consumo de drogas y su impacto ambiental han cobrado mayor relevancia en los últimos años. En 2022, la Oficina de las Naciones Unidas Contra la Droga y el Delito (ONUDD) presentó su informe anual, donde se examinó por primera vez el papel de la producción y consumo de sustancias como factores contaminantes del planeta, su contribución en el cambio climático y la influencia que esto tiene en la búsqueda del desarrollo sostenible (ONUDD, 2022). Lo anterior toma en cuenta las implicaciones que tiene el cultivo y procesamiento de las drogas, y se incluye el uso de productos químicos que se vierten y quedan depositados en el aire, los ecosistemas terrestres y las fuentes de agua, y que contaminan el medio en que vivimos, el agua y los alimentos, entre otras consecuencias.

Los efectos ambientales en el bienestar de las personas también incluyen a la salud mental. Por ejemplo, las altas temperaturas pueden generar dificultades para dormir que posteriormente se pueden traducir en irritabilidad y problemas para concentrarse. Además, el estrés por calor puede incidir en el comportamiento al afectar los procesos cognitivos y la actividad de los neurotransmisores en el cerebro. En 2023, la Universidad de Yale en Estados Unidos realizó un estudio llamado Asociación positiva de la agresividad con la temperatura ambiente que investigó la asociación entre la temperatura y la agresividad en Corea del Sur. Los hallazgos mostraron un aumento de la conducta agresiva de 1.4% por cada grado de incremento en la temperatura, sobre todo en varones, adolescentes y personas con menor nivel educativo (Kim et al., 2023). Otros estudios en diferentes países del mundo concuerdan con estos resultados y señalan que el aumento de los casos de violencia de pareja también puede estar relacionado en cierta medida con cuestiones vinculadas al clima.

En conclusión, la Agenda 2030 ofrece un marco integral para abordar algunos de los desafíos más apremiantes de nuestro tiempo. La interacción entre la salud física y mental, la lucha contra las adicciones y la preservación del medio ambiente es innegable. A través de esfuerzos coordinados y sostenibles, podemos no sólo mejorar el bienestar de las personas y comunidades, sino también proteger y restaurar el planeta. El compromiso con estos objetivos nos obliga a actuar de manera colaborativa, y reconocer que el éxito en un área potencia los logros en otras.

REFERENCIAS

Alonso, V. (2023). La salud mental no es un privilegio, es un derecho. Amnistía Internacional.

Comisión Económica para América latina y el Caribe (CEPAL). (2024). América Latina y el Caribe ante el desafío de acelerar el paso hacia el cumplimiento de la Agenda 2030: transiciones hacia la sostenibilidad (LC/ FDS.7/3). CEPAL.

Kim, S. E., Kim, Y., Hashizume, M., Honda, Y., Kazutaka, O., Hijioka, Y., & Kim, H. (2023). Focus: Climate Change and Environmental Health: Positive Association of Aggression with Ambient Temperature. The Yale Journal of Biology and Medicine, 96(2), 189-196.

Oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito (ONUDD). (2022). Informe mundial sobre las drogas. Reporte 5: Las drogas y el medio ambiente. ONUDD.

Organización Panamericana de la Salud (OPS). (2021). Boletín Desastres N.131.Impacto de la pandemia COVID-19 en la salud mental de la población. OPS.

Organización Panamericana de la Salud (OPS). (2023). Una nueva agenda para la salud mental en las Américas. Informe de La Comisión de Alto Nivel Sobre Salud Mental y COVID-19 de La Organización Panamericana de la Salud. OPS.





El Instituto de los Mexicanos en el Exterior y CIJ realizan acciones para la atención de las comunidades migrantes

Scan the QR code for the article in English



Gabriela Velasco; José Luis Benítez Departamento de Relaciones Internacionales

omo parte de la colaboración entre el Instituto de los Mexicanos en el Exterior (IME) y Centros de Integración Juvenil (CIJ), destinada a desarrollar acciones para las comunidades migrantes, en el primer semestre del 2024 se llevaron a cabo dos conferencias sobre temas afines a la salud mental y la prevención de las adicciones. El objetivo fue brindar a las y los promotores de las Ventanillas de Salud que operan en los Consulados de México en Estados Unidos, herramientas para apoyar a los connacionales que viven fuera del país y que experiementen dificultades psicológicas derivadas

de su situación migratoria, así como como para prevenir el consumo de sustancias y promover estilos de vida saludables.

En la primera presentación, titulada Salud mental, orientación y atención de las adicciones en población migrante y primeros auxilios psicológicos, estuvo presente la maestra Julieta Muñoz, directora ejecutiva del IME, quien brindó unas palabras de apertura y agradeció el trabajo conjunto realizado con CIJ. De igual forma, reconoció la labor desarrollada por las y los operadores de las Ventanillas de Salud, quienes se encargan de proporcionar apoyo

a la diáspora mexicana que reside en el extranjero. La doctora Carmen Fernández, directora general de CIJ, estuvo a cargo de la ponencia y guio a los asistentes a través de una exploración profunda sobre la importancia de la salud mental y la atención de las adicciones en las comunidades migrantes.

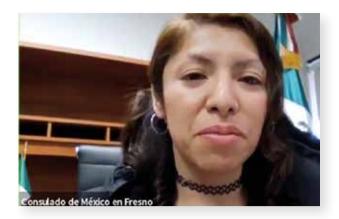
Disparidad en síntomas depresivos entre hombres y mujeres

La doctora Fernández puso de relieve la crucial conexión entre el





Julieta Muñoz y Carmen Fernández durante la presentación de salud mental.





Ariadna Pastelin y Miriam Carrillo hablaron de la importancia del deporte para la salud.

bienestar emocional y los derechos humanos, especialmente relevantes para poblaciones en vulnerabilidad, como los migrantes. Señaló la forma en que las interacciones y relaciones comunitarias tienen el potencial de ser factores determinantes en este sentido, y compartió que actualmente 4% de la población mundial padece un trastorno de ansiedad, y aproximadamente 280 millones de personas sufren depresión, de acuerdo con datos de la Organización Mundial de la Salud (OMS). Además, hizo hincapié en las diferencias de género en la manifestación de problemas de salud mental, y destacó la necesidad de tratar estos padecimientos con dicha perspectiva. Bajo esta premisa, comentó que durante 2022 se observó una marcada disparidad en la sintomatología depresiva entre hombres y mujeres: mientras que 21.5% de las mujeres presentaron síntomas depresivos, esta cifra fue de 11.4% en el caso de los hombres; sin embargo, de las 8,239 defunciones registradas como suicidios en el mismo año, el 81.4% corresponde a hombres.

La directora de CIJ también habló del trabajo integral realizado por la Institución en lo que se refiere a investigación, prevención, tratamiento y capacitación en materia de salud mental y adicciones, e hizo énfasis en los esfuerzos específicos dirigidos a las comunidades migrantes. Desde proyectos de investigación hasta iniciativas de prevención y tratamiento, CIJ ha estado a la vanguardia en atender las necesidades de los migrantes mexicanos.

La doctora hizo hincapié en los desafíos emocionales únicos que enfrentan las personas que migran, como la incertidumbre, la separación familiar y los eventos traumáticos, que pueden aumentar el riesgo de problemas de salud mental y el uso de sustancias. Habló específicamente del consumo de drogas durante las experiencias migratorias, y revelo patrones comunes de dependencia a la marihuana y estimulantes como mecanismos de afrontamiento. También, resaltó que entre los motivos por los cuales las personas tienden a migrar están principalmente el trabajar, estudiar o reunirse con familiares. Al mismo tiempo, la mayoría de los migrantes lo hace en compañía de amigos o familiares, aunque existe una proporción de la población que lo hace de manera indiviual, esta incluye a niñas, niños y adolescentes. En ese sentido, mencionó la importancia de la colaboración con instituciones como el Sistema Nacional para el Desarrollo Integral de la Familia (DIF) para brindar apoyo psicológico a menores de edad en condición de movilidad, sobre todo en los casos en que los infantes migran sin la compañía de un adulto.

"Para afrontar estas complejidades se encuentra el Programa de Prevención y Tratamiento en Salud Mental y Adicciones de CIJ, que se ha adaptado para atender a grupos como las comunidades migratorias y que está disponible en formato presencial y virtual": directora general de CIJ

Por otro lado, en el marco del ciclo de conferencias y la colaboración interinstitucional, la segunda sesión estuvo a cargo de la licenciada Miriam Carrillo, directora de Prevención en CIJ. Durante esta intervención, en el contexto de la 3.ª edición de la Semana Binacional de Deportes, se compartieron herramientas clave para la prevención del consumo de sustancias. En palabras de la licenciada Carrillo, diversas investigaciones informan que uno de cada siete adolescentes entre los 10 y 19 años sufre algún trastorno de salud mental, y los más prevalentes son la depresión y la ansiedad; esta última es más común en mujeres que en hombres. Además, mencionó que los jóvenes que tienen un estilo de vida sedentario tienen mayor riesgo de padecer depresión, de ahí la importancia de la actividad física y el deporte como elementos esenciales en la prevención del consumo de sustancias entre niñas, niños y jóvenes. Asimismo, comentó que en los últimos años ha disminuido el porcentaje de la población físicamente activa, lo que contribuye al aumento de problemas relacionados con el consumo de sustancias.

La alimentación y el deporte son factores clave para mejorar la salud

Entre los beneficios de la actividad física y el deporte, señaló que estos componentes de un estilo de vida saludable promueven el cuidado físico y emocional, así como el de-





sarrollo y fortalecimiento de habilidades socioemocionales como la comunicación asertiva, la resolución de conflictos y el establecimiento de objetivos personales. En esta misma línea, se resaltó la importancia que tiene el dormir bien para mantener una salud mental equilibrada.

La alimentación también fue un tema relevante abordado por la licenciada Carrillo. Expresó la importancia de fomentar una dieta balanceada, rica en proteínas, vegetales y frutas, ya que esta puede mejorar la calidad de vida, la atención, el sueño y la prevención del deterioro cognitivo. Para un mejor estado de salud y en paralelo a una alimentación balanceada, recomendó seguir las directrices de la OMS, que sugieren realizar 150 minutos semanales de actividad física intensa o moderada para adultos y 60 minutos de actividad moderada en el caso de los adolescentes.

PARAR, técnica para regular las emociones

En la misma intervención de CIJ se subrayó la importancia de aprender y aplicar técnicas de regulación emocional, como la técnica "PARAR" (Parar, Atender, Recordar, Aplicar y Regresar), una herramienta de apoyo para la gestión de las emociones.

En conclusión, para abordar las necesidades de salud mental y adicciones de las comunidades migrantes de manera integral y compasiva, es esencial garantizar el acceso a servicios de salud mental adecuados y capacitar a los profesionales de la salud en la identificación y el tratamiento de estos problemas y trabajar en la prevención y reducción de factores de riesgo, como la estigmatización, discriminación y el aislamiento social. A su vez, se debe promover la resiliencia y el apoyo comunitario entre los migrantes, para lo cual resulta crucial fomentar herramientas de cuidado físico y emocional como medida preventiva del consumo de sustancias y para la promoción de la salud mental en la población, especialmente en niños, niñas y adolescentes migrantes.

Es por ello que la colaboración entre el IME y CIJ representa un esfuerzo significativo que está orientado a procurar el bienestar de la población migrante. Estas acciones no solo ofrecen herramientas prácticas de intervención, sino que contribuyen a una cultura de cuidado y comprensión de los desafíos que enfrenta los grupos más vulnerables.

CIJ contribuye a la formación

profesional de estudiantes extranjeros en sus Unidades **Operativas**

Scan the OR code for the article in English



Eva Mariela Valencia Martínez Departamento de Relaciones Internacionales

omo parte de las actividades de voluntariado de Centros de Integración Juvenil (CIJ) se cuenta con pasantías académicas internacionales. Esta iniciativa permite que estudiantes provenientes de otros países realicen prácticas profesionales en la red operativa institucional. El objetivo es brindar a estudiantes y profesionales de diversas disciplinas la oportunidad de adquirir experiencia práctica en el campo

de la salud mental y la prevención de las adicciones.

Esta actividad ayuda a que los participantes puedan aplicar los conocimientos teóricos en entornos clínicos reales, lo que promueve una comprensión más profunda de las complejidades asociadas con los trastornos mentales y las adicciones. Además, estas experiencias fomentan el desarrollo de competencias interpersonales y profesionales, esenciales para la atención integral de los pacientes y la implementación de estrategias efectivas de prevención y tratamiento.

En los últimos meses, las pasantías académicas en CII han atraído a estudiantes provenientes de Argentina, Colombia, El Salvador, España, Estados Unidos e Italia, quienes en un entorno colaborativo han contribuido en las actividades de diversas Unidades; y comparten conocimien-



Pasantes extranjeros en CIJ Coyoacán.



Los pasantes extranjeros realizaron diversas actividades preventivas en las Unidades de CII.

tos, experiencias y las buenas prácticas para la atención de la salud mental y del fenómeno de las drogas que retoman de sus países de origen. A su vez, estas pasantías se convierten en oportunidades para la integración de perspectivas y desarrollo continuo de la Institución, pues sensibiliza a los equipos de trabajo acerca del valor de la diversidad cultural y propicia un ambiente enriquecedor para el aprendizaje mutuo.

CIJ nos brindó la oportunidad de encontrarnos con comunidades originarias de pueblos zapotecas, con grupos vulnerados y con niñas, niños y adolescentes de contextos urbanos y rurales. En este proceso, el aporte desde la psicología comunitaria estuvo orientado a pensar las estrategias de abordaje de forma situada en el contexto en el que nos encontrábamos, buscar espacios para el intercambio, reconocer los problemas emergentes locales y trabajar en función de ellos.

Laura – Pasante extranjera en CIJ Oaxaca

Entre las actividades de mayor impacto que llevan a cabo los estudiantes se destaca su rol como promotores de salud. A través de pláticas y talleres, los pasantes, siempre acompañados por el personal con amplia experiencia de la Institución, lideran acciones encaminadas a la prevención del abuso de sustancias y sobre el cuidado de la salud mental. Estas actividades están dirigidas a diversos contextos, que incluyen el escolar, laboral y sanitario, lo que amplía la oportunidad de desenvolverse en distintos escenarios prácticos.

Las charlas llevadas a cabo en las escuelas y universidades permitieron poner en práctica el manejo de habilidades de comunicación en el trabajo con grupos numerosos. Lo interesante de estas dinámicas fue contribuir, a través de las herramientas educativas, al desarrollo saludable de las personas y reconocer que hay factores protectores en las comunidades.

Julieta – Pasante extranjera en CIJ Mérida

En todos los casos, tanto los pasantes como las comunidades a las que han llevado sus aportaciones han manifestado un gran entusiasmo por la posibilidad de aprender de personas de diversas latitudes del mundo. Este intercambio suma un importante valor a la formación profesional de los estudiantes y aporta nuevas perspectivas a las comunidades locales.

La experiencia de haberme integrado a trabajar como psicóloga extranjera en una institución como CIJ fue totalmente enriquecedora. Fue muy valioso para mí tener la oportunidad de observar cómo funciona el sistema de salud en otro país. Sin duda, me llevo un gran aporte para promover algunas prácticas en Argentina.

Nicole – Pasante extranjera en CIJ Playa del Carmen

La iniciativa de pasantías académicas internacionales brinda a los estudiantes la oportunidad de ampliar su experiencia práctica en el campo de la atención de la salud mental y las adicciones. Asimismo, fomenta el intercambio académico y cultural. En última instancia, estos esfuerzos están encaminados a dotar de las mejores herramientas técnicas a la fuerza laboral global, lo que se verá reflejado en la atención brindada a pacientes y familiares, y por lo tanto en el bienestar general de las comunidades.

CND

UNITED NATIONS COMMISSION ON NARCOTIC DRUGS



Evaluación del progreso sobre políticas de drogas: la CND celebra su 67.° Periodo de Sesiones

Scan the OR code for the article in English



Eva Valencia Departamento de Relaciones Internacionales

epresentantes de gobiernos, organismos internacionales y organizaciones de la sociedad civil se reunieron para celebrar el 67.º Periodo de Sesiones de la Comisión de Estupefacientes (CND, por sus siglas en inglés). Este evento es organizado anualmente por la Oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito (UNODC, por sus siglas en inglés) y tiene como fin abordar los desafíos que se presentan globalmente en temas relacionados con las drogas.

Esta edición de la CND fue especialmente importante, ya que tuvo por objetivo hacer una revisión a mitad de periodo para evaluar el progreso obtenido desde la Declaración Ministerial de 2019, la cual resolvió que en 2029 se realizará un examen sobre el cumplimiento de los compromisos internacionales sobre políticas en materia de drogas.

Declaración Ministerial de 2019

En la Declaración Ministerial de 2019 se describieron los retos que guiarían el actuar de los países en torno al tema mundial de las drogas, entre los que se resaltó el crecimiento y diversificación de los mercados de drogas; la escasez o nulidad de la disponibilidad de sustancias sujetas a fiscalización internacional para fines médicos y científicos; la insuficiencia de los servicios de tratamiento de drogodependencias; que las consecuencias adversas a la salud por causa de las nuevas sustancias psicoactivas y sus riesgos asociados han alcanzado niveles alarmantes, y el aumento del uso delictivo de las tecnologías para llevar a cabo actividades ilícitas.

Declaración de Alto Nivel de la CND

El 67.º Periodo de Sesiones estuvo estructurado en dos etapas: las Sesiones de Alto Nivel y las Sesiones Ordinarias. En el primer componente se llevó a cabo la inauguración y fue el espacio para aprobar la Declaración de Alto Nivel de la CND sobre el Examen de Mitad de Periodo del 2024. Las ministras, ministros y representantes gubernamentales enfatizaron los progresos y abordaron los retos observados, al tiempo que se destacó preocupación por ocho puntos en específico:



Presídium del 67.º Periodo de Sesiones de la Comisión de Estupefacientes.

- Los mercados de drogas se han ampliado y diversificado.
- Hay un aumento sin precedentes en los niveles de uso indebido, cultivo ilícito, producción y fabricación de estupefacientes y sustancias psicotrópicas y precursores.
- La disponibilidad de sustancias que están sujetas a fiscalización internacional para fines médicos y científicos se mantiene escasa e incluso nula en algunas regiones.
- Los servicios de tratamiento para personas usuarias de drogas son insuficientes, pues las muertes relacionadas al consumo de sustancias han aumentado.
- El índice de trasmisión de enfermedades por vía sanguínea por el uso de jeringas contagiadas es alarmante.
- Los opioides sintéticos y el uso no médico de medicamentos sujetos a prescripción causan riesgos cada vez mayores para la salud y seguridad pública.
- El uso delictivo de tecnologías de la información y las comunicaciones para llevar a cabo actividades ilícitas en torno al tema de drogas resulta preocupante.

 Hay una gran necesidad de mejorar la cobertura de datos fiables sobre el fenómeno mundial de las drogas.

Compromisos de salud, bienestar, derechos humanos y seguridad

- 1. Cooperación a todos los niveles. Necesidad de continuar con la adopción de medidas para impulsar políticas e iniciativas que promuevan el mejor cumplimiento de los compromisos internacionales sobre políticas de drogas, y centrar los esfuerzos en la salud, bienestar, derechos humanos y seguridad.
- 2. Recopilación y análisis de datos. Compromiso para compartir datos con organizaciones de nivel internacional como UNODC, la Junta Internacional de Fiscalización de Estupefacientes (JIFE) y la Organización Mundial de la Salud (OMS). Asimismo, promover el fortalecimiento, la recopilación y análisis de datos a nivel nacional, así como su seguimiento y evaluación.
- 3.Innovación tecnológica. Reconocimiento de la importancia de aprovechar los beneficios de la innovación y los conocimientos tec-

- nológicos para afrontar los desafíos, así como la necesidad de fortalecer la capacidad de los Estados Miembros con asistencia.
- 4. Creación de capacidad y movilización de recursos. Compromiso de movilizar recursos para que los Estados puedan abordar y contrarrestar los retos emergentes, así como de apoyarlos cuando lo soliciten.
- **5.**Examen en 2029. Determinación de examinar los progresos en el cumplimiento de los compromisos internacionales sobre políticas en materia de drogas.

Resoluciones

Durante el evento se aprueban diferentes resoluciones que comprenden aspectos de relevancia a tratar sobre la problemática de las drogas, basados en cuatro puntos principales:

- 1. Promoción de servicios de rehabilitación y servicios de apoyo conexos para personas con trastornos por consumo de drogas.
- 2. Promoción de la sensibilización, educación, capacitación y recopilación de datos como parte de un enfoque amplio para garantizar el acceso a sustancias sometidas a fiscalización y su disponibilidad para fines médicos y científicos, incluido el tratamiento de niñas, niños y jóvenes, y su uso racional.
- 3. Celebración del undécimo aniversario de los Principios Rectores de las Naciones Unidas sobre el Desarrollo Alternativo: aplicación efectiva y camino a seguir.
- **4.**Prevención de las sobredosis de drogas y respuesta a ellas a través de medidas de prevención, tratamiento, atención y rehabilitación, así como otras intervenciones de salud pública, para afrontar los daños asociados al consumo ilícito de drogas como parte de un enfoque equilibrado, amplio y basado en la evidencia.



Participantes en el Foro de la Juventud.

Fiscalización de sustancias

En el evento, hay un espacio para someter a fiscalización ciertas sustancias para que sean añadidas a las Listas de la Convención Única sobre Estupefacientes de 1961, el Convenio sobre Sustancias Psicotrópicas de 1971, o la Convención de las Naciones Unidas contra el Tráfico Ilícito de Estupefacientes y Sustancias Psicotrópicas de 1988. En esta ocasión, las sustancias sometidas fueron:

- Butonitaceno
- 3-clorometcatinona (3-CMC)
- Dipentilona
- 2-fluorodescloroketamina
- Bromazolam
- 4-piperidona y la 1-boc-4-piperidona
- Ácido P-2-P metilglicídico ("ácido BMK glicídico"; todos los estereoisómeros) y sus ésteres metílico, etílico, propílico, isopropílico, butílico, isobutílico, sec-butílico y tert-butílico

 Éter etílico del ácido 3,4-MDP-2-P metilglicídico ("PMK glicidato de etilo"; todos los estereoisómeros) y sus ésteres propílico, isopropílico, butílico, isobutílico, sec-butílico y tert-butílico

Al respecto, muchos participantes subrayan los retos que plantean las drogas sintéticas y nuevas sustancias psicoactivas, así como la necesidad de apoyar a organizaciones como UNODC, JIFE y OMS al facilitar información sobre estas. Por otro lado, se habló de la importancia de garantizar la disponibilidad suficiente de los estupefacientes y sustancias psicotrópicas y el acceso a ellos con fines médicos y científicos. Para ello, se destacó que es necesario aumentar los recursos que aseguren su acceso en países de ingreso bajo y medio.

Foro de la Juventud

En el marco del 67.º Periodo de Sesiones de la CND, UNODC llevó a cabo el Foro de la Juventud 2024,

donde se reunieron 35 jóvenes provenientes de 27 países, de los cuales únicamente tres fueron países de América Latina. El Foro se consolida año con año como una forma de intercambio y conexión entre los jóvenes, con el fin de que se generen iniciativas y se conozca el punto de vista de las juventudes, del que se puede aprender mucho y que promueve a que los esfuerzos se dirijan de manera innovadora.

En esta edición, Raquel Toledo, que forma parte de la red de voluntarios de CIJ, tuvo la oportunidad de representar a México en el evento global. Raquel es egresada de la licenciatura de Psicología y voluntaria de la Unidad CIJ Tuxtla Gutiérrez. Ha desarrollado actividades en promoción de la salud mental con adolescentes de nivel bachillerato, y ha llevado a cabo actividades informativas para la prevención del consumo de sustancias y conductas de riesgo.

Gracias a su trabajo y práctica como promotora de la salud, la voluntaria compartió su experiencia



Raquel Toledo, voluntaria de CIJ Tuxtla Gutiérrez.

como una joven inmersa en la prevención de las adicciones, y explico el trabajo realizado para llegar a las juventudes en espacios escolares y la relevancia que esto tiene.

"Entender la prevención del consumo de drogas desde una perspectiva mundial como un problema que nos incumbe a todos y donde podemos ayudar de diferente manera, hace que como joven puedas tener un despertar hacia la consciencia y el respeto a ti mismo y la salud pública": Raquel Toledo, voluntaria de CIJ

Entre las actividades previas al Foro se incluyen una serie de tareas cuyo enfoque se basa en que los jóvenes se conozcan y puedan crear un ambiente propicio para una discusión enriquecedora. De esta manera, se fomenta que los participantes dialoguen sobre su contexto y el trabajo que cada uno realiza en la prevención del consumo de sustancias. Posteriormente, en el Foro, un equipo de altos funcionarios de UNODC dio la bienvenida a todos los participantes y los orientó para adquirir nuevas herramientas para desempañarse en su quehacer como prevencionistas, lo que incluye charlas sobre la ciencia detrás de los trastornos del uso de drogas, así como de los estándares y prioridades de la organización.

Una de las actividades más importantes del Foro es la elaboración de la Declaración de la Juventud, la cual refleja la respuesta de los jóvenes a cómo impacta la prevención en sus localidades y cómo pueden actuar respecto a ello. En esta Declaración se hizo hincapié en la importancia de la prevención basada en evidencia, ya que garantiza

resultados más efectivos y fomenta una base para el bienestar social y el florecimiento individual a largo plazo. Asimismo, hacen un llamado a los Estados miembros para aumentar la participación de las juventudes en intervenciones de prevención, y hacen énfasis en su responsabilidad de reducir la dinámica de poder entre jóvenes y adultos, ayudándoles con capacitaciones, roles de liderazgo y redes de apoyo para que puedan actuar como contrapartes con igualdad de condiciones.

"La pasión mueve corazones, el apoyo mueve manos. Tenemos la pasión, el corazón y las manos: danos el apoyo y el cambio sucederá."

Declaración de la Juventud 2024

Hay mucho camino por recorrer

El 67.° Periodo de Sesiones trae una serie de reflexiones que los Estados Miembros, organismos internacionales y organizaciones civiles, así como demás entes involucrados, deben tomar en cuenta para asegurar que se avanza hacia la generación de soluciones eficaces y sostenibles a lo largo del tiempo.

Por otro lado, es importante hacer énfasis en el apoyo que los jóvenes líderes pueden dar a todos los sectores que atienden el fenómeno global de las drogas. Es fundamental reconocer la ayuda que se puede recibir por parte de esta población y no dejarlos de lado, pues poseen puntos de vista valiosos e ideas innovadoras que pueden alcanzar e inspirar a más personas. Si de algo estamos seguros es que hay mucho camino por recorrer. Por lo tanto, el trabajo conjunto es fundamental para abordar los desafíos y alcanzar las mejores soluciones que beneficien a la sociedad.



Voluntario de Venezuela Eva Valencia Departamento de Relaciones Internacionales

as redes sociales se han vuelto una parte esencial del día a día de todas las personas en la última década, especialmente para las generaciones contemporáneas de adolescentes, quienes desde pequeños han tenido contacto constante con las nuevas tecnologías y el Internet. Plataformas como Instagram, Snapchat, TikTok y Facebook permiten que las personas se conecten, compartan y comuniquen de formas que antes eran inimaginables. No obstante, así como ha traído benefi-

cios, esta conectividad digital sin precedentes ha generado preocupación en varios sectores por el impacto que podrían tener en su salud mental.

Uso de redes relacionado con trastornos de salud mental y baja autoestima

Uno de los efectos más alarmantes en las juventudes es el impacto negativo en la autoestima y la imagen corporal causado por la comparación constante de sus vidas con versiones idealizadas de otras personas. Estudios recientes han revelado que el uso intensivo de redes sociales está relacionado con trastornos de salud mental que causan baja autoestima, inferioridad, ansiedad y depresión, así como insatisfacción con el físico. Asimismo, la comparación social negativa puede fomentar comportamientos que no son saludables ante la necesidad de aparentar o exagerar ciertos aspectos de la vida personal para obtener mayor reconocimiento dentro de las redes sociales (Gómez et al., 2021).

Por otra parte, el fenómeno del ciberacoso ha cobrado fuerza con el auge de las redes sociales. A diferencia del acoso tradicional, este puede ocurrir en cualquier momento y lugar, y hace que las víctimas se sientan constantemente vulnerables. Entre sus consecuencias, las personas pueden desarrollar sintomatología ansiosa, depresiva e incluso progresar a ideación suicida y la consumación de este lamentable acto.

El acceso ilimitado a las redes sociales también expone a los usuarios a contenido inapropiado y potencialmente dañino. La exposición a violencia, contenido sexual explícito y otros materiales perturbadores puede desensibilizar a los adolescentes y afectar su desarrollo emocional, así como contribuir a la normalización de comportamientos riesgosos y la adopción de actitudes perjudiciales.

En este escenario, resulta primordial mencionar la dependencia a las redes sociales, que cada vez se observa de manera más frecuente. Los adolescentes pueden desarrollar una dependencia psicológica a estas plataformas, sentir la necesidad constante de revisar notificaciones. publicar contenido y recibir validación externa, lo que desencadena sentimientos de insatisfacción y ansiedad. Esto también puede interferir en sus rutinas diarias, reducir el tiempo dedicado a actividades físicas o pasatiempos, y afectar sus relaciones interpersonales.

Un artículo publicado por la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM) indicó que la excesiva conexión a redes sociales se ha convertido en una adicción conductual, la cual muestra indicadores similares a los del consumo de sustancias adictivas como el alcohol o tabaco: satisfacción al estar en frente a sus dispositivos; abstinencia involuntaria cuando hay una desconexión, lo que causa una sensación de malestar

físico y emocional; recaída en el momento en que se establecen límites que posteriormente se rompen; conflicto en sus relaciones interpersonales físicas; y cambio en el estado del ánimo (UNAM, 2023).

Influencers promueven estilos de vida que afectan a los jóvenes

En el contexto de mi país, Venezuela, la población también se ha visto impactada por los autodenominados *influencers*, quienes muchas veces muestran estilos de vida casi inalcanzables para los jóvenes, lo que afecta tanto sus intereses y preferencias, como su salud mental y bienestar general.

La protección de las juventudes venezolanas y mundiales de los peligros de las redes sociales es un desafío crucial que requiere la atención y el compromiso de padres, educadores y la comunidad en general. Tragedias como las muertes ocasionadas por retos compartidos en Internet subrayan la necesidad urgente de abordar este problema con estrategias efectivas y una supervisión adecuada.

Las organizaciones dedicadas a la protección de los derechos de los niños resaltan que hay una gran necesidad de que los padres se informen sobre las herramientas digitales y las aplicaciones que sus hijos utilizan. Conocer estas plataformas permite prevenir riesgos y reaccionar a tiempo ante situaciones peligrosas. Es fundamental que los padres reciban educación sobre el uso seguro de Internet y las redes sociales para poder guiar y proteger a sus hijos de manera efectiva.

Como sociedad, es necesario fomentar una cultura donde se valore la autenticidad por encima de la perfección superficial que se muestra en las redes sociales. Es fundamental que padres y educadores enseñen a los jóvenes a interpretar críticamente lo que ven en línea y a comprender que muchas de las imágenes y publicaciones están cuidadosamente retocadas y en muchos casos no representan la realidad.

Interacciones cara a cara fomentan relaciones más sanas

Por otro lado, la ansiedad por perderse eventos o experiencias importantes puede ser abrumadora para los adolescentes. Se necesita enseñarles a valorar sus propias experiencias y a entender que no es necesario asistir a eventos, actividades, o salidas con grupos con los que no se sienten identificados a nivel moral o de intereses.

Finalmente, el aislamiento social que pueden generar las redes sociales es un aspecto que me parece especialmente paradójico. Aunque están diseñadas para conectar a las personas, el uso excesivo lleva a la desconexión del mundo real. Es crucial promover interacciones cara a cara y actividades que fomenten relaciones significativas y auténticas, además de crear consciencia de la importancia de estas relaciones para todos los seres humanos, en cualquier etapa de la vida que se encuentren.

REFERENCIAS

Gómez, R., Urra, C., Vidal, R., Riveros, J., Opazo, O., Rivera, M., Urzua, L., Cossio, M., & Méndez, J. (2021). Uso de redes sociales, ansiedad, depresión e indicadores de adiposidad corporal en adolescentes. *Salud (i) Ciencia*, 24(6), 327-332. https://dx.doi.org/10.21840/siic/158538

Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM). (2023). Adicción a las redes sociales, una amenaza para la salud mental. Gaceta UNAM. https://www.gaceta.unam.mx/adiccion-a-las-redessociales-una-amenaza-para-lasalud-mental/





El camino a la recuperación: prevención de las adicciones a través de iniciativas comunitarias en la Ciudad de México

Publicado por la Oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito con apoyo de Centros de Integración Juvenil



El concurso de talento musical "Tumbando Letras" tiene como objetivo inspirar a jóvenes a convertirse en agentes de cambio social.

esde los 19 años, Diego (nombre ficticio para proteger la identidad y anonimato de la persona), un hombre de 44 años de Oaxaca, México, ha enfrentado un trastorno por uso de sustancias. Ahora, casi 25 años después de que comenzara su consumo, recibe tratamiento en la unidad de Centros de Integración Juvenil Iztapalapa Poniente, en la Ciudad de México.

Como se señala en el Informe Mundial sobre Drogas 2024, África, América Central, el Caribe y América del Sur tienen las mayores prevalencias de jóvenes en tratamiento por consumo de drogas. Los trastornos por uso de sustancias a una edad temprana son particularmente preocupantes porque pueden llevar a un círculo vicioso que incluye menor nivel educativo y oportunidades limitadas de reintegración social.

Un testimonio de recuperación

Este fue ciertamente el caso para Diego, quien ahora es un guitarrista independiente. Sabe que su consumo de alcohol y marihuana lo ha impactado a lo largo de su vida, y provocó que abandonara sus estudios musicales y posteriormente lo hizo saltar de un trabajo a otro. Agrega que comunicarse es un desafío y que para él "interactuar con otras personas y comunicarse de manera asertiva es difícil".

Diego comenta que los servicios que recibe en CIJ han sido "enormemente útiles, especialmente los talleres sobre habilidades para la vida y técnicas de relajación".

"En CIJ me han ayudado a entender las múltiples causas de la enfermedad, sus efectos en el cerebro, el impacto en la salud física y las alternativas para su tratamiento":

> Diego, usuario de los servicios de CIJ



El proyecto espacios verdes y jardines terapéuticos involucra a la comunidad para contribuir a los esfuerzos internacionales para alcanzar los Objetivos de Desarrollo Sostenible para 2030.

Tratamiento basado en evidencia para abordar el problema de las adicciones

Diego es uno de los miles de pacientes que han pasado por tratamiento y se han transformado en CIJ. La institución se dedica a la prevención, tratamiento y rehabilitación de personas con trastornos por uso de drogas, así como a la investigación científica y la formación de especialistas en la atención de las adicciones.

Fundada a finales de la década de 1960 para abordar el fenómeno de las drogas entre los jóvenes, CIJ promueve la salud mental y la prevención de adicciones a través de servicios terapéuticos equitativos, igualitarios y no discriminatorios para personas con trastornos de salud mental y por uso de sustancias.

La institución enfatiza la participación comunitaria como elemento central de su programa preventivo. Cada año, más de 8000 voluntarios contribuyen con su tiempo y experiencia a los esfuerzos de CIJ para transformar su entorno, promover condiciones más saludables y prevenir factores de riesgo psicosocial asociados al consumo de drogas.

CIJ pertenece al Grupo de Trabajo sobre Drogas de América Latina y el Caribe, apoyado por la Oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito (ONUDD). Convocado por el Comité de ONG de Viena sobre Drogas (VNGOC, por sus siglas en inglés), el Grupo de Trabajo tiene como objetivo fortalecer la acción de la sociedad civil en temas relacionados con las drogas y la implementación de compromisos internacionales conjuntos en América Latina y el Caribe. Asimismo, CIJ contribuye rutinariamente al trabajo de la Comisión de Estupefacientes (CND, por sus siglas en inglés) y la ONUDD, mediante contribuciones orales y escritas.

Abrir un camino hacia el futuro

Diego participa en el proyecto Clubes por la Paz, que ayuda a 70 mil personas al año a tomar control de su bienestar a través de actividades físicas, educativas, culturales, artísticas y recreativas.

Para Diego, el taller de carpintería sirve como terapia recreativa, ya que el lijado y la construcción de muebles ayudan a manejar su ansiedad. El taller de gastronomía lo introdujo a un área que antes no conocía, y le proporciona una nueva habilidad que ha sido satisfactoria. Además, el taller de jardinería urbana enseña a los participantes cómo hacer composta y preparar el suelo según el tipo de planta o semilla que se planta.

Para mejorar aún más la capacidad institucional, ONUDD México planea una serie de foros para el personal de CIJ durante 2024 para integrar mejor su trabajo con la Agenda 2030 y lograr los Objetivos de Desarrollo Sostenible.





El arte de sanar: una nueva era en la prevención, reducción de daños, tratamiento y apoyo a la recuperación del uso de sustancias

Scan the QR code for the article in English



José Luis Benítez. Departamento de Relaciones Internacionales

🔪 e llevó a cabo el encuentro global titulado "El arte de sanar", organizado por la Sociedad Internacional de Profesionales del Uso de Sustancias (ISSUP, por sus siglas en inglés); el Consorcio Internacional de Universidades para la Reducción de la Demanda de Drogas (ICUDDR, por sus siglas en inglés); la Oficina de Asuntos Internacionales de Narcóticos y Aplicación de la Ley (INL, por sus siglas en inglés) del Departamento de Estado de los Estados Unidos; los Centros de Prevención de Adicciones y Promoción de la Salud Psicosocial; el Capítulo Nacional de ISSUP Grecia, y el apoyo de otras organizaciones internacionales asociadas.

El evento se realizó en Tesalónica, Grecia, y convocó a más de 800 personas expertas, profesionales y entusiastas de 123 países de todo el mundo para compartir conocimientos, experiencias y buenas prácticas sobre prevención, reducción de daños, tratamiento y apoyo a la recuperación del uso de sustancias.

La Conferencia tuvo como objetivo crear una plataforma de diálogo y colaboración entre profesionales de la salud física y mental, y personas con experiencias vividas en cuanto al uso de drogas. Para lo anterior, se contó con un amplio programa que incluyó paneles de discusión, capacitaciones, talleres interactivos, reu-



Reunión de Capítulos Nacionales de ISSUP.

niones con miembros de las redes globales y sesiones de carteles de investigación, todo ello para brindar información a los asistentes sobre los avances más recientes y con potencial terapéutico para atender tanto el fenómeno de las adicciones, como los nuevos desarrollos de la comunidad internacional para enfrentar esta problemática.

Como parte de las actividades preconferencia se llevó a cabo la reunión con los representantes de los Capítulos Nacionales de ISSUP, un espacio para compartir información del trabajo de la red a nivel internacional y regional; involucrar a los asistentes con las iniciativas de otros colegas; y establecer rutas para nuevas colaboraciones que permitan unir a la comunidad global dedicada a la atención de las adicciones. Asimismo, representó la oportunidad para que los delegados nacionales



Abril Sánchez Zehin, voluntaria en Centros de Integración Juvenil.

interactuaran y discutieran, en una atmosfera de aprendizaje mutuo, acerca de sus preocupaciones y necesidades a nivel local, sus fortalezas y áreas de mejora. Lo anterior, a fin de explorar alternativas para avanzar en la misión de que este trabajo sea tan impactante, accesible y efectivo como sea posible.

También, hubo una variedad de oportunidades de capacitación proporcionadas, entre otras instancias, por la Oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito (ONUDD), la Comisión Interamericana para el Control del Abuso de Drogas de los Estados Americanos (CICAD/OEA) y el Programa de Asesoramiento sobre Drogas del Plan Colombo. Las capacitaciones incluyeron currículos de prevención, tratamiento y recuperación con enfoque en diferentes contextos, dirigidos a profesionales y poblaciones objetivo diversas.

En relación con los paneles de la Conferencia, la agenda incorporó una variedad de temas que despertaron el interés y promovieron el debate entre los asistentes. Hubo lugar para discutir la compleja dinámica del fenómeno de las drogas en la actualidad y los nuevos retos; la evidencia que respalda las estrategias preventivas, programas terapéuticos y los estándares internacionales de calidad; la promoción de la capacitación de la fuerza laboral global; los nuevos modelos de recuperación, y sobre derechos humanos.

De manera paralela al evento, también se realizaron otras actividades, como las reuniones de la Coalición Global para Abordar las Amenazas de las Drogas Sintéticas, un esfuerzo internacional para combatir los retos que plantea el aumento en este tipo de sustancias. También, se realizó el lanzamiento oficial de nuevas redes de apoyo y colaboración. Se presentó formalmente la Red Global de Mujeres (GWN, por sus siglas en inglés), una comunidad de personas comprometidas a mejorar el tratamiento y los resultados del proceso de recuperación de las mujeres. De igual manera, se realizó el lanzamiento de la Red Global de Recuperación (GRN, por sus siglas en inglés), una alianza de pares y aliados que apoyan la recuperación de los trastornos por uso de sustancias en el mundo.

En la sesión de carteles se presentaron trabajos de investigación sobre epidemiología del uso de drogas, prevención, reducción de daños y tratamiento; desarrollos impulsados por centros de investigación y universidades de gran prestigio alrededor del mundo.

De esta forma, los miembros de ISSUP atendieron la convocatoria y se sumaron a este enriquecedor y memorable evento para contribuir en la labor de construir un mundo en donde la reducción de la demanda de drogas sea una prioridad mundial; donde exista el acceso universal a la prevención, la reducción de daños, el tratamiento y el apoyo a la recuperación éticos y basados evidencia; en consecuencia, un futuro en el que sea posible una vida mejor para millones de personas.



Abril participó en una actividad que le permitió mostrar la riqueza cultural de México al resto de los participantes.

Foro Mundial de Líderes **Juveniles**

El Foro Mundial de Líderes Juveniles sobre Prevención del Uso de Drogas se realizó durante la Conferencia de ISSUP, donde personas de entre 20 y 24 años de todo el mundo se reunieron para recibir una capacitación sobre prevención del uso de sustancias y cómo construir una red internacional de jóvenes prevencionistas. A los participantes se les proporcionó conocimientos sobre el uso de sustancias, sus efectos en los jóvenes y otros temas, así como las habilidades para desarrollar iniciativas lideradas por las juventudes, en asociación con los gobiernos y las sociedades civiles. La iniciativa busca empoderar el liderazgo juvenil en la prevención del uso de sustancias, y es apoyada por el Plan Colombo y la CICAD/OEA.

En esta ocasión, la representación de México en el Foro estuvo en manos de Abril Sánchez Zehin, voluntaria en Centros de Integración Juvenil, la institución anfitriona del Capítulo Nacional de ISSUP México.

A lo largo de una semana, los jóvenes participaron en un taller para

convertirse en influencers en la prevención del consumo de sustancias: abordaron temas sobre la ciencia de la prevención y se les brindaron herramientas tanto para el diseño de programas enfocados en prevenir el consumo de drogas en adolescentes, como para su implementación exitosa. Cada tema fue completado con actividades grupales donde dialogaron con otros jóvenes, lo que propició el intercambio de ideas, perspectivas y experiencias, al tiempo que favoreció el aprendizaje conjunto y fomentó el valor de la diversidad.

"Esta experiencia fue muy enriquecedora para mi vida personal y profesional. Tuve la oportunidad de conocer a jóvenes de otros países que comparten los mismos intereses y preocupaciones. Conversar con ellos, escuchar sus experiencias y el cómo afrontan este problema me da una nueva perspectiva sobre las maneras de abordarlo en mi comunidad":

> Abril, participante del Foro Mundial de Líderes Juveniles

Uno de los resultados de la participación de los jóvenes en el Foro es la Declaración de la Juventud, documento donde expresan sus perspectivas sobre el fenómeno de las drogas, externan sus preocupaciones en la materia y comparten propuestas, desde su propia visión. La Declaración es presentada y entregada durante la ceremonia de clausura de la Conferencia, en un acto que nos recuerda el compromiso de escuchar las voces de los jóvenes.

"Considero que esta oportunidad fue de mucho aprendizaje. Todas las actividades que realizamos tenían propósito: reforzar nuestro compromiso en la prevención del consumo de sustancias y darnos herramientas para actuar. Me quedó con la impresión de que hay mucha esperanza puesta en los jóvenes y eso me motiva a seguir para evitar que los jóvenes caigan en el consumo, y que, por el contrario, se vuelvan influencers en prevención":

> Abril, participante del Foro Mundial de Líderes Juveniles



Participantes del Foro de la Juventud de ISSUP.



Informe Mundial sobre las Drogas 2024

Thais Pompa Luna Departamento de Difusión y Ediciones



Drogas del 2024, publicado por la Oficina de Naciones Unidas contra la Droga y el Delito (ONUDD), presenta un panorama actualizado de los desarrollos recientes en los mercados de droga y el impacto que tienen en la salud y la seguridad a nivel internacional. Este informe proporciona datos y análisis sobre la producción, el tráfico y el consumo de drogas, así como sobre las políticas y las respuestas gubernamentales en todo el mundo.

De acuerdo con el Informe, en 2022, 292 millones de personas a nivel mundial consumieron drogas, 1.3% menos que el año anterior, pero 20% más que hace 10 años. El cannabis continua como la sustancia más consumida, con un estimado de 228 millones de usuarios; seguida por los opioides, con 60 millones de personas; los estimulantes tipo anfetamínico, con 30 millones; la cocaína, con 23.5 millones de personas usuarias, y el éxtasis, con 20 millones.

Entre 2021 y 2022, el cultivo de hoja de coca aumentó un 12%, por lo que la producción de cocaína subió en 20% de lo que se registró en 2021. Asimismo, el exceso en la oferta de la hoja de coca ha causado una caída en el precio del producto. De la misma forma, el incremento de la demanda por la crisis de opioides ha llevado el consumo de cocaína a

lugares como Australia y Nueva Zelanda; y mientras que el aumento del consumo de cocaína parece caer en Estados Unidos, en Europa ha aumentado un 80% desde el 2011. La mayor oferta y demanda de cocaína también causó una ola de violencia entre los países que son parte de la cadena de suministro; en 2023, la tasa de homicidios relacionados con el narcotráfico en Costa Rica cerró en 907, lo que lo convierte en el año más violento en la historia de la nación.

Aumento del consumo de opioides sintéticos

Por otra parte, la prohibición de plantar adormidera en Afganistán ha redundando en la dismincuión de la producción de opio en 74% entre 2022 y 2023. Esta caída ha afectado negativamente a los ingresos de los agricultores, y el declive de la oferta de heroína puede ir acompañado tanto de la irrupción de nuevos opioides sintéticos, como del au-



mento en el número de sobredosis v muertes por esta causa. A su vez, alrededor del 87% de la población mundial vive sin acceso adecuado a opioides farmacéuticos para el alivio del dolor en cuidado paliativos.

El informe también señala que el número de nuevas sustancias psicoativas (NSP) se mantuvo prácticamente estable en 2022, y se registró un pequeño descenso en el número de nuevas NSP opioides identificadas. Sin embargo, preocupan especialmente los nitazenos, un grupo de opioides sintéticos que en algunos casos son más potentes que el fentanilo y que se han extendido por mercados de América del Norte, Europa Occidental, América del Sur y Oceanía, y plantean importantes riesgos para la salud. En 2022 había 566 NSP diferentes en el mercado mundial, 44 de las cuales se identificaron por primera vez ese año.

Alerta uso de psicodélicos con fines espirituales

Como se puede apreciar, las personas consumidoras de drogas se



enfrentan a riesgos cada vez mayores debido a la farmacología de las sustancias y daños que pueden ser desconocidos; así como a las mezclas peligrosas de drogas, que cada vez son más frecuentes en los mercados minoristas, como lo pone de manfiesto el aumento de las sobredosis en diferentes partes del mundo.

El informe también hace referencia al llamado "renacer de los psicodélicos". Lo anterior, debido al aumento en el consumo no supervisado de este tipo de drogas dada la oferta de "experiencias espirituales" y de "mindfulness" que promueven el uso de psicodélicos como parte de "estilos de vida saludables" ligados con la espiritualidad.

Por otra parte, el Informe Mundial sobre las Drogas del 2024 señala que la inestabilidad generada por los grupos de narcotráfico también representa la oportunidad de que estos expandan sus actividades ilegales a otros ámbitos, como el tráfico de vida silvestre, el fraude financiero y la extracción ilegal de recursos. Este último acelera la degradación ambiental mediante la deforestación, el vertimiento de desechos tóxicos y la contaminación química.

El Informe resalta la importancia del derecho a la salud de todas las personas, independientemente del consumo de sustancias psicoactivas. Actualmente, 64 millones de personas sufren algún tipo de trastorno relacionado con el consumo de drogas, pero sólo el 9% recibe tratamiento.

Las mujeres que consumen drogas son más propensas a la violencia, los abusos y el daño a la salud asociados con el consumo. De las 14 millones de personas que se inyectan drogas, el 49% tiene hepatitis C; el 11.5% padecen VIH, y el 10% tiene ambas enfermedades; las mujeres tienen 1.2 veces más probabilidades de contagiarse de VIH que los hombres.

El Informe destaca la necesidad de la cooperación internacional en el desarrollo de una estrategia integral para combatir el tráfico y uso de drogas, y las diferentes problemáticas generadas a partir de estas.



nte la crisis climática y la degradación ambiental en el mundo, más de 105 millones de niñas, niños y adolescentes se encuentran expuestos a la contaminación atmosférica; 55 millones a la escasez de agua, y 45 millones a oleadas de calor, lo que amenaza su capacidad de sobrevivir de modo saludable y desarrollarse de manera óptima. Es importante atender de manera integral esta problemática mediante acciones educativas y participativas que fomenten la contribución de la comunidad para la preservación y cuidado del ambiente como un acto de responsabilidad social ante las generaciones presentes y futuras (Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia [UNICEF], 2022).

La educación ambiental es un proceso permanente en el cual las personas y los colectivos adquieren conciencia de su entorno a través de conocimientos, valores, destrezas, experiencias y la determinación para actuar en la resolución de problemas ambientales (Tréllez, 2023). No sólo otorga conocimientos básicos sobre la naturaleza, sino que también construye un pensamiento de responsabilidad hacia el entorno de manera integral (Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura [UNESCO], 2023).



La labor educativa es indispensable en cuestiones ambientales, ya que además de prevenir o resarcir los daños que provocamos en el planeta, pretende dirigir los esfuerzos a la creación de espacios saludables y hacia el desarrollo sostenible para satisfacer necesidades del presente sin comprometer el futuro de las próximas generaciones (Quiva & Vera, 2010).

El ambiente influye en los estados físicos y emocionales

Un espacio saludable se establece como un área física, social, cultural y ambiental donde se habita cotidianamente (vivienda, escuela, trabajo, comunidad, etc.) y se forman relaciones sociales positivas que determinan una manera de vivir y de ser, e incorporan aspectos de saneamiento básico como los relacionados con espacios físicos limpios y apropiados, así como redes de apoyo para lograr ambientes sanos y seguros (Organización Panamericana para la Salud [OPS], 2016); sin dejar de considerar el impacto que tiene en la salud física y mental.

Las áreas verdes o la presencia de la naturaleza (bosques, playas, ríos, plantas) pueden repercutir positiva-

mente en estados anímicos negativos tales como el estrés o el enojo, favorecen el funcionamiento cognitivo y reducen problemas de sociales y de salud. Un ambiente puede funcionar como generador de estrés, facilitar conflictos o transmitir enfermedades. y también puede funcionar como fuente facilitadora de organización colectiva, seguridad y salud pública (Martínez et al., 2016).

Sin una acción o misión social, el impacto que se puede lograr no es el mismo, lo que significa que las personas, organizaciones e instituciones deben sumarse a la promoción de estilos de vida saludable con y desde la comunidad para enriquecer aspectos fundamentales como la alimentación, el ejercicio, el trabajo, la relación con el ambiente, las relaciones sociales y el desarrollo sustentable de las personas y las comunidades.

Concientizar sobre las actividades humanas y el deterioro del medio ambiente

La educación ambiental y la creación de espacios salutogénicos son componentes esenciales para el desarrollo integral a nivel personal y social. Sólo desde las comunidades se pueden asumir y promover cambios que atenúen, mitiguen y prevengan el deterioro del ambiente, especialmente en los factores que inciden sobre el cambio climático, para formar personas sensibles, conscientes y comprometidas ante esta problemática. Los programas educativos buscan crear conciencia sobre los efectos de las actividades humanas en el deterioro del ambiente, contribuir a formar y capacitar a personas,

organizaciones e instituciones para tomar decisiones y realizar acciones colectivas sobre el uso racional de los recursos y el fomento de una relación armónica con la naturaleza (Quiva & Vera, 2010).

Estrategias de CIJ para un estilo de vida sustentable

El Programa preventivo "Para vivir sin adicciones" de Centros de Integración Juvenil (CII) destaca como eje transversal la participación de la comunidad, orientada principalmente a la promoción de estilos de vida saludable y sustentable, mediante estrategias como:

 Elaboración de cursos educativos y actividades didácticas durante los periodos vacacionales que aborden temas del cuidado de la



salud y el ambiente, en los que anualmente participan más de 17 mil niños y adolescentes de 3 a 12 años de edad.

- Espacios y talleres físico-deportivos, educativo-formativos, culturales-artísticos y lúdico-recreativos en las unidades de atención y en centros comunitarios, donde participan 80 mil personas al año.
- Creación y mantenimiento tanto de huertos comunitarios orientados al desarrollo sustentable. como de espacios verdes con fines terapéuticos, a través de la capacitación y trabajo colegiado con instituciones gubernamentales y con la sociedad civil.
- Fomento del voluntariado comunitario en actividades relacionadas con el cuidado de la salud, la creación de espacios verdes y la integración de alianzas interinstitucionales y redes de apoyo. Al año, participan más de 8 mil personas voluntarias de distintos perfiles académicos y sectores.





Estas estrategias también buscan crear una cultura de sostenibilidad y bienestar que beneficie tanto a la población como al ambiente. Si quieres participar en actividades de promoción de la salud, te invitamos a consultar las más de 400 opciones presenciales, virtuales y mixtas que tenemos en la red de atención de CIJ. Siempre hay algo que aportar a nuestra sociedad; el cambio lo hacemos todos. ¡Súmate!

REFERENCIAS

Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF). (2022). Una tarea pendiente: 5 razones por las que necesitamos educación ambiental. UNICEF. https://www.unicef.org/ lac/historias/una-tarea-pendientecinco-razones-por-las-que-necesitamos-educacion-ambiental

Martínez, J., Montero, M., & de la Roca, J. (2016). Efectos psicoambientales de las áreas verdes en la salud mental. Revista Interamericana de Psicología, 50(2), 204-214. https://www.redalyc.org/ pdf/284/28447010004.pdf

Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO). (2023). Qué debe saber acerca de la Educación para el Desarrollo Sostenible. UNESCO. https://www.unesco.org/ es/education-sustainable-development/need-know

Organización Panamericana para la Salud (OPS). (2016). Guía de entornos y estilos de vida saludable en comunidades Indígenas Lencas. OPS. https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/34580/ vidasaludable2016-spa. pdf?sequence=1&isAllowed=y

Quiva, D., & Vera, L. (2010). La educación ambiental como herramienta para promover el desarrollo sostenible. Telos, 12(3), 378-394. https://www.redalyc.org/ pdf/993/99317168008.pdf

Tréllez, E. (2023). Guía de Herramientas de Educación Ambiental para América Latina y el Caribe. United Nations Environment Programme. https://www.unep.org/es/resources/manual/guia-de-herramientasde-educacion-ambiental-paraamerica-latina-y-el-caribe



El desarrollo sostenible y la comunidad terapéutica en las Unidades de Hospitalización

Gladys Balderas González Subjefa del Departamento de Hospitalización y Proyectos Clínicos Isla Primavera Martínez Moreno Jefa del Departamento de Hospitalización y Proyectos Clínicos

nte la situación de crisis climática y el nivel de conciencia de la población, la sociedad actual tiene la esencial tarea de fomentar un futuro sostenible para subsistir. En pro de lograr dicho objetivo es esencial impulsar el interés y desarrollo de conductas de procuración del medio ambiente en familias y comunidades.

Para hablar de un futuro sostenible, primero se debe aclarar el concepto mismo, el cual fue anunciado por primera vez por la Comisión Brundtland en 1987 en el artículo "Nuestro Futuro Común", en el cual se define como "aquello que satisface las necesidades del presente sin comprometer las necesidades de las futuras generaciones" (Organización de las Naciones Unidas [ONU], 1987). Esto implica un cambio muy importante en cuanto a la idea de sustentabilidad, principalmente ecológica, hacia un marco que también da énfasis al contexto económico y social del desarrollo.

El desarrollo sostenible implica un profundo sentido de responsabilidad social, ya que busca que se tome acción en la resolución de las necesidades actuales, sin comprometer las oportunidades futuras, es decir, por medio de la creación de comunidad. Tal como señala la ONU, esto implica mantener el equilibrio entre el crecimiento económico, la inclusión social y la protección del medio ambiente.

Cuando existe un desarrollo sostenible, todo el mundo tiene acceso a un trabajo digno, una atención sanitaria y una educación de calidad. La utilización de los recursos naturales evita la contaminación y las pérdidas permanentes para el medio ambiente. Las decisiones de políticas públicas garantizan que nadie se quede atrás debido a situaciones de inferioridad o discriminación. (ONU, 2023)

Para atender esta propuesta, los estados miembros de la ONU se reunieron en 2015 y convirtieron su visión de futuro en un plan para alcanzarlo: la Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible, que consta de 17 Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) con ambiciosas metas para 2030, que pretenden poner fin a la pobreza, proteger el planeta y garantizar la paz y la prosperidad (National Geographic, 2023).

Un elemento clave del desarrollo sostenible es la colaboración entre todos los miembros de la comunidad, ya que la sostenibilidad no es





responsabilidad de una sola persona, sino que requiere el compromiso de todos y sin este, no se logra llegar a la meta establecida.

Por esto, se vuelve indispensable el concientizar a las personas acerca de la incorporación de prácticas sostenibles en la vida diaria, es decir, conductas que se absorban de tal forma que no representen un esfuerzo extra para las personas y se puedan incorporar a su rutina.

Prácticas sostenibles en la vida diaria

- Evitar el uso de aires acondicionados
- Apagar luces y aparatos electrónicos que no estén en uso
- Apoyar a los productores locales al comprar sus productos
- Respetar los espacios verdes existentes
- Caminar y usar escaleras cuando sea posible

- Promover el uso de transportes sostenibles, como la bicicleta o el transporte público
- Fomentar el consumo responsable por medio de la compra de productos duraderos y de calidad
- Reducir el consumo de plásticos de un solo uso
- Separar y reciclar adecuadamente los residuos
- Maximizar la reutilización de objetos y alimentos, y evitar así el desperdicio
- Crear un huerto urbano propio
- Hacer compostas

Cada una de estas actividades puede hacer una diferencia si todas las personas las incorporan a su vida diaria. Si bien es cierto que hay muchas cosas más que se pueden hacer, incorporar estas actividades puede ser el primer paso para fomentar una sociedad sostenible. Dichas conductas son más fáciles de adquirir cuando se incorporan a la rutina desde la infancia o adolescencia, por lo que es fundamental enseñarlas como parte de una educación integral en la cual se enseñe a ser responsable con el entorno y a tomar decisiones conscientes para la vida cotidiana, así como a impulsar el desarrollo sostenible.

Por otra parte, cabe resaltar que estas conductas no son las únicas aplicables. Cada día surgen nuevas alternativas así como nuevos problemas, y es por ello que, para apoyar el desarrollo sostenible, es indispensable adaptarse a los diferentes obstáculos que aparezcan, es decir, innovar constantemente y buscar soluciones creativas y comunitarias a fin de preservar el medio ambiente y así garantizar un futuro sostenible para las generaciones venideras.

A continuación se destacan ejemplos de comunidades que han logrado este objetivo.

 Ecovilla Gaia, en Argentina Se trata de una villa dividida en dos condominios que vive en armonía



con la naturaleza. Creada en el año 1992, radica en lo más profundo de este país, donde la villa más cercana está a dos horas aproximadamente. En este lugar absolutamente todo es de origen orgánico, incluso las viviendas, fabricadas con materiales alternativos.

- Ecoaldea Velatropa, en Argentina Esta comunidad se encuentra ubicada a tan solo unos metros de la popular Ciudad Universitaria Buenos Aires, y se ha convertido en un oasis en medio de dicha ciudad. Todos sus habitantes, jóvenes en su gran mayoría, llevan un estilo de vida vegano y cultivan sus propios alimentos.
- Ucareo, en México En México existe una aldea que trabaja arduamente con el objetivo de lograr la autonomía energética sostenible. En las acciones de la comunidad subyace un mensaje vital para todos: el respeto a la autonomía de las comunidades es esencial. Para lograr esto, se aferran al

desarrollo colectivo de paneles solares, gracias a la colaboración de una organización que promueve el consumo responsable de energía. De tal forma que se ilumina sólo con energía limpia, lo que reduce al máximo el impacto negativo al medio ambiente.

• San Pedro La Laguna, en Gua-

Este lugar es conocido por ser el primer municipio de Guatemala libre al 100% de plástico. En esta comunidad se fomenta el respeto a la vida, incluso la de cualquier objeto. Todo el plástico se ha sustituido por materiales típicos de la región, y poco a poco San Pedro La Laguna se ha convertido en la comunidad sustentable más importante de ese país.

Las comunidades se forman con los ciudadanos

Las comunidades sustentables o sostenibles son lugares desarrollados con el objetivo de mejorar la calidad de vida de las personas que habitan dichos espacios. Mientras logran esto, también disminuyen el consumo de recursos naturales y fomentan la conservación de la naturaleza con la intención de garantizar el futuro de las nuevas generaciones, sin dejar de lado la justicia social.

Por estas razones, las comunidades sostenibles son fundamentales para un futuro más próspero y equitativo, ya que el factor común en cada una de estas comunidades es el trabajo en conjunto, puesto que mientras más personas se sumen a los cambios para llevar una vida más amigable con el medio ambiente, el impacto es mayor. Es por esta razón que el sentido de comunidad debe considerarse como un pilar del desarrollo sostenible.

Una de las principales características de una comunidad sostenible es la participación ciudadana. Esto implica involucrar a los miembros de la comunidad en la toma de decisiones y en la implementación de proyectos sostenibles para crear un sentido de pertenencia y fortalecer los lazos comunitarios. Además, promueve el empoderamiento de los ciudadanos y mejora la calidad de vida en la comunidad.

Con la instauración de comunidades sostenibles también se logrará la creación de espacios de encuentro y diálogo para las personas participantes, la promoción de la educación y concienciación sobre la sostenibilidad, y se establecerán los mecanismos de participación ciudadana, como asambleas y comités.

Desarrollo sostenible y comunidad terapéutica

Estos elementos se asemejan a lo que busca lograr el modelo de comunidad terapéutica. La comunidad terapéutica es un concepto que existe tanto como un término técnico, como un término mediático con una fuerte carga emocional y simbólica, una dualidad que comparte con otros conceptos para los cuales también existe una versión "científica" y otra versión "popular". En el caso de comunidad terapéutica, esta dualidad es más intensa, ya que la totalidad de los profesionales, incluidas aquellas disciplinas que intervienen en el ámbito de estas comunidades, asumen la convención mediática y estereotipada de las mismas, y sólo los propios profesionales que trabajan de forma directa en una de estas comunidades manejan el sentido técnico y científico de dicha noción (Comas, 2006).

La participación comunitaria es un pilar fundamental en el desarrollo local. La participación activa de los miembros de la comunidad es crucial para identificar problemas, tomar decisiones y llevar a cabo acciones concretas. Reuniones comunitarias, grupos de trabajo y consultas públicas son algunas de las herramientas utilizadas para garantizar que todas las voces sean escuchadas y tengan la oportunidad de contribuir.

Es en este punto donde el desarrollo sostenible y el modelo de comunidad terapéutica se encuentran y presentan la posibilidad de fortalecer y empoderar a las comunidades para que sean agentes de cambio en su propio desarrollo y logren la sostenibilidad.

Como se mencionó anteriormente, las actividades individuales para llegar el desarrollo sostenible representan un impacto importante para la sociedad; sin embargo, también hay acciones que se logran por medio del trabajo comunitario:

- Educación ambiental: es fundamental concientizar a las personas sobre la importancia de cuidar el medio ambiente. Organizar talleres, conferencias y charlas educativas puede ayudar a crear conciencia y promover cambios de comportamiento.
- 2. Uso de energías renovables: promover el uso de energías limpias, como la energía solar o eólica, puede reducir considerablemente la huella de carbono de una comunidad. Instalar paneles solares en edificios públicos y fomentar la instalación de sistemas de energía renovable en los hogares son medidas efectivas.
- 3. Crear espacios verdes y áreas comunes: las comunidades sostenibles se caracterizan por contar con espacios verdes y áreas comunes que promueven la interacción social y el contacto con la naturaleza. Estos espacios proporcionan múltiples beneficios, como la mejora de la calidad del aire, la reducción del estrés, el fomento de la actividad física y la creación de un entorno agradable para vivir.
- **4.** Garantizar la inclusión social: una comunidad sostenible debe ser

inclusiva y garantizar la igualdad de oportunidades para todos sus miembros. Esto implica eliminar las barreras que impiden la participación y el acceso a los recursos y servicios básicos. Al garantizar la inclusión social, se crea un entorno más justo y equitativo para vivir.

Finalmente, es esencial señalar que las comunidades sustentables han sido importantes desde su creación, ya que demuestran que las personas pueden mejorar su calidad de vida significativamente con acciones que van desde lo más sencillo hasta cambios globales que pueden lograrse al impulsar la protección del medio ambiente. Empezar con cambios pequeños puede mejorar el planeta y la vida.

REFERENCIAS

- Comas, D. (2006). Comunidades Terapéuticas en España: situación actual y propuesta funcional. Fundación Atenea.
- Redacción National Geographic. (2023). ¿Qué es el desarrollo sostenible y por qué es importante? *National Geographic*. https://www.nationalgeographicla.com/medio-ambiente/2023/12/que-es-el-desarrollo-sostenible-y-por-que-es-importante
- Organización de las Naciones Unidas (ONU). (1987). *Informe Brundtland*. ONU. https://www.ecominga.uqam.ca/PDF/BIBLIOGRAPHIE/GUIDE_LECTURE_1/CMMAD-Informe-Comision-Brundtland-sobre-Medio-Ambiente-Desarrollo.pdf
- Organización de las Naciones Unidas (ONU). (2023). ¿En qué consiste el desarrollo sostenible? ONU. https://www.un.org/sustainabledevelopment/es/2023/08/whatis-sustainable-development/



Autodiagnóstico de Salud Mental y Adicciones



Centros de Integración Juvenil cuenta con un sitio de autodiagnóstico en línea, que de manera breve puede ayudarte a identificar tu nivel de consumo de alcohol, tabaco y otras drogas. Este test te toma menos de cinco minutos, te invitamos a ingresar a través de este código OR.



Visita nuestro sitio de Autodiagnóstico



ATENCIÓN PSICOLÓGICA EN LÍNEA

CIJ Contigo 55 52 12 12 12 o envía un mensaje al





55 45 55 12 12

www.gob.mx/salud/cij













a masculinidad hegemónica ha sido definida como el ideal del hombre; lo que va en contra de los hombres considerados como subordinados: los emocionales, los afeminados y los débiles de carácter. En este sentido, el "buen" hombre debe cumplir con mandatos como ser fuerte, autosuficiente, hipersexual, agresivo y violento (Piñeyro, 2022).

Este modelo hegemónico también da por hecho que existe una superioridad física, intelectual y social de los hombres sobre las mujeres, lo que refuerza y promueve el proceso de dominación, discriminación y opresión hacia ellas y hacia los hombres que no se ajustan al estereotipo masculino (De Keijzer, 2001).

Bajo este parámetro, los hombres aprenden los roles de género que se normalizan y fuerzan desde distintos ámbitos sociales, económicos, culturales y políticos. Quienes instituyen y fundamentan el modelo hegemónico de la masculinidad, organizan e impregnan la formación del sujeto masculino; del mismo modo, esta norma determina el modo de vida acorde con el cumplimiento de los valores establecidos para los hombres, que en muchas ocasiones no se pueden desempeñar. Al ser una norma difícil de cumplir, esta llega

a generar frustración y algunos hombres, como los ancianos o los niños, no pueden ser autosuficientes (Piñeyro, 2022).

Ciertas características como la autonomía, la libertad, la agresión y el estoicismo son una presión social constante y permanente para aquellos que colocan este modelo como referencia para el desarrollo de sus identidades, por lo que tratan de demostrar la exigida hombría, de ser ese "verdadero hombre viril". A pesar de que pocas veces logran cumplirlo, los hombres buscan vivir como tal (Rocha & Lozano, 2016).

Socialización de género y masculinidad

Este modelo de masculinidad se encuentra en todos los ámbitos de socialización, en los espacios públicos y privados, y los hombres lo interiorizan de manera que construyen su corporalidad y subjetividad usándola como base, por lo que se incorpora a la construcción identitaria de los hombres (Núñez, 2004). El "hacerse hombre" es una construcción constante que nunca acaba, porque incorpora elementos que social y culturalmente son la base de la noción de masculinidad. En este sentido, la

socialización de género es un proceso de formación a partir del cual se espera que cada hombre aprenda a cumplir y desempeñar un rol en particular, con las características y comportamientos adecuados para pertenecer al grupo. Así, el socializar implica una construcción subjetiva de cada persona; en la medida en que se construye la identidad, se gesta la distancia entre los deseos individuales y las exigencias sociales.

Estudios realizados con hombres han indagado en aspectos de la socialización, y sus resultados se han relacionado con los de la construcción identitaria de la masculinidad, como el logro de metas y la competitividad, en los cuales se reconoce la relevancia que tiene el éxito profesional. La necesidad de alcanzar metas, de ser proveedor e independiente son algunos de los principales mandatos de género en la dimensión del ejercicio del poder y el dominio, que tienden a ser aspectos relevantes y definitorios para muchos hombres. Otros de los mandatos de la masculinidad hegemónica, además del de ser proveedor, son ser protectores, procreadores, autosuficientes y rechazar todo lo femenino; estos mandatos implican jerarquizaciones, desigualdades, discriminación e injusticias que el sistema reproduce en sus instituciones.

Masculinidad hegemónica

La masculinidad hegemónica hace particularmente difícil para los hombres el afrontar no cumplir con esos mandatos. Por ejemplo, fallar en el rol de proveedor los coloca en situaciones de crisis, pues sienten que pierden el dominio y control de sí, de los otros y del entorno. Kaufman (1995) refiere que los hombres se ven obligados a retener un poder que les genera dolor y sufrimiento, y que los puede enfrentar con situaciones de crisis físicas y mentales.

Estas situaciones se relacionan con los vínculos conyugales y familiares, como el divorcio (Bosch, s.f.), la separación de su pareja (Fleiz et al., 2008), enviudar, jubilarse, tener alguna enfermedad (Bonino, 2000), el desempleo, entre otras. Esta última vivencia es la que desata muchos de los conflictos que pueden conducir a los hombres a vivir situaciones de crisis. En este sentido, Burin (2007) señala que el hecho de que un hombre se quede sin empleo es una situación que repercute directamente en su rol de proveedor económico, que para ellos es fundamental. De acuerdo con estas autoras, la incursión de las mujeres al mundo laboral, principalmente en cargos jerárquicos altos, ha originado un clima de angustia y perplejidad en los hombres, que les hace sentir en condiciones laborales frágiles con la posibilidad de perder su empleo (Burin, 2007).

Los cambios socioculturales y el acelerado proceso de industrialización a principios del siglo XX dieron paso a reformas y modificaciones en el entorno laboral que afectaron aspectos importantes, como el desempleo de los hombres y la incorporación de las mujeres a los centros de trabajo considerados como masculinos. Esto también se vio reflejado en los ámbitos educativos y de salud,

como en el caso de la reducción de la fecundidad, que impactó el ámbito familiar y acarreó conflictos en las relaciones de pareja. Esta situación contribuyó a la confrontación del papel de los hombres en el trabajo y la familia, y puso en cuestión la autoridad, el papel de proveedor y la hombría (Olavarría, 2001).

Mabel Burin (2007) refiere que cuando los hombres se enfrentan al hecho de que no pueden cumplir con los atributos sobre los cuales radica su identidad como hombre y que los posiciona en una relación jerárquica frente a las mujeres y a otros hombres, quedan en un estado de crisis y tienen la necesidad de encontrar atributos con los que se puedan identificar para volver su lugar en la sociedad. La autora hace una reflexión acerca de las crisis y los conflictos que viven tanto hombres como mujeres en relación a las crisis masculinas, y señala la aparición de situaciones de crisis vitales en el género masculino a partir de las cuales las personas pueden incrementar la confianza en sus recursos o bien, experimentar un deterioro de su equilibrio y desarrollar una patología crónica.

La vivencia de situaciones de violencia en donde no pueden sostener los imperativos de la masculinidad produce una crisis en los hombres, que se traduce en malestares físicos y mentales; por ejemplo, si un hombre pierde su empleo ve afectada su autoestima, puede presentar depresión y ejercer violencia contra otras personas. Si bien cada hombre experimenta la crisis de diferente manera, es común que aumente del ejercicio de la violencia principalmente en el hogar y en las relaciones de pareja.

Esta situación tiene repercusiones en la familia, que se observan cuando las mujeres son quienes trabajan y ellos se quedan al cuidado de hijas e hijos y de las tareas del hogar debido al desempleo. Esto ha tenido consecuencias en la sexualidad de los hombres, pues manifiestan sentirse "menos hombres" por cumplir con un rol femenino y no con el que consideran como masculino. Aun si sean ellas las proveedoras del sustento económico para el sostenimiento de la familia, persiste la idea de responsabilizarlas del cuidado familiar y el trabajo doméstico, lo que genera relaciones asimétricas en torno al poder y la distribución de roles dados por los mandatos de género (García & Oliveira, 1994).

Relaciones asimétricas generan violencia

Es bien sabido que las relaciones asimétricas llevan a conductas violentas, principalmente de tipo psicológico y físicas, por parte de quien retiene el poder. Esto alude a aspectos socioeconómicos y culturales, como el consumo de alcohol al que muchas veces los hombres recurren para ejercer dicha violencia, con el fin de mantener el control y la subordinación de las mujeres, así como de los sentimientos de inseguridad que tienen al sentir amenazada y superada su autoridad sobre las mujeres por no cumplir con la función fundamental de la masculinidad, el cumplir con el rol de proveedor. El hecho de no poder solucionar esta problemática los lleva, a tener baja autoestima y diversos malestares que los hace entrar a una situación de crisis, lo que los lleva a hacer uso de su aparente poder y autoridad sobre su pareja, sus hijas e hijos y otras personas vulnerables. La violencia que los hombres ejercen sobre otras personas genera en ellos efectos de masculinización, ya que esta violencia se produce cuando la frustración y el malestar generado por no estar inserto en el espacio laboral no pueden ser transformados (Burin, 2007).

El quedarse sin trabajo margina socialmente y provoca profundas crisis a nivel personal, familiar y social para los hombres, además de que puede repercutir en diversas enfermedades psicosomáticas y físicas, se exponen a riesgos como tener accidentes, o desencadenan actos de violencia, lo que da lugar al deterioro de la relación conyugal que puede llegar a la separación de la familia o el divorcio (Fleiz et al., 2008).

Divorcio, un factor de depresión en los hombres

En este contexto, los hombres viven crisis en las que muchas veces ocultan sus emociones, por ejemplo, si tienen que enfrentar situaciones de viudez o divorcio, se sienten sin el soporte emocional que los contenía y sufren de una gran depresión y estrés ante los cambios que estas situaciones generan. En el caso del divorcio, socialmente se establece que quien abandona el hogar es él, lo que provoca perder el contacto con la cotidianeidad del hogar al tener que cambiar de residencia y/o generar otras dinámicas de convivencia con sus hijas e hijos lo que les representa una pérdida de control y del poder sobre lo que consideraban su propiedad y su familia. Además, les genera una mayor sensación de pérdida y vacío. Es importante señalar que para muchos hombres, el divorcio significa una devaluación en su rol de padre, aunque esta situación puede ser propiciada por ellos mismos al ser padres ausentes.

También, los discursos acerca de una crisis de la masculinidad se multiplican, debido en gran parte a que hay una queja sobre los hombres que sufren. La socióloga Christine Guionnet (2013) habla de la ambivalencia y los costos de la masculinidad: si bien los hombres continúan con el rol dominante, ellos deben adaptarse a una situación que cambia.

Cabe señalar que a los hombres, por construcción de género, no se les permite explorar ni expresar sus emociones y sentimientos. Una experiencia intensa emocional los puede llevar a tener síntomas de depresión, lo cual socialmente es rechazado debido a que las emociones son consideradas propias de la vulnerabilidad emocional femenina y una expresión de debilidad masculina. Por esto, los hombres se ven obligados a ocultar sus emociones, pues el mandato de género no les da la oportunidad de reconocer que están tristes o desesperanzados, y prefieren justificar su estado emocional con estrés (Londoño et al., 2017). En este sentido, en la construcción de la masculinidad tradicional no se cuestiona por qué niegan sus problemas ni por qué se les dificulta hablar de ello. De Keijzer (2001) señala que esto se relaciona con negar sus vulnerabilidades, lo que representa una desventaja para ellos porque obstaculiza la búsqueda de soluciones que podría conllevar una transformación de los parámetros de referencia que los ayude a flexibilizar los estereotipos de la masculinidad hegemónica. Cuando los hombres no pueden ser flexibles sobre lo que consideran debe ser un hombre "de verdad", "propician un sentimiento de malestar que los lleva a replegarse aún más en sí mismos" (Jiménez & Tena, 2007).

Estudios señalan que los síntomas más frecuentes que presentan los hombres que atraviesan un estado depresivo post separación, se manifiestan en la pérdida del deseo, abandono del aspecto físico, baja en su rendimiento laboral, desvalorización de sí mismos y sentir culpa.

Es posible que el proceso de transición de roles masculinos a femeninos, en la medida en que los hombres no logren insertarse en el mercado laboral, los conduzca a una situación de crisis ante la imposibilidad de cumplir con las expectativas sociales, lo que les puede generar sentimientos de frustración y ver-

güenza que en muchas ocasiones, como refieren De Keijzer (2001) y Jiménez (2013), puede traducirse en violencia contra sí mismos, la cual se manifiesta a través del consumo de alcohol y drogas, lo que afecta su bienestar en la medida en que el modelo de masculinidad incide en su salud mental y limita también el manejo de emociones al no poder externar la tristeza, el miedo o la ternura.

Por otro lado, las personas que pertenecen a la disidencia sexual, como los hombres gay y bisexuales, comparten experiencias en cuanto al estigma, la discriminación, el prejuicio, el rechazo y la violencia que dan lugar a problemas sociales y de salud mental. Estas personas pasan por la estigmatización y la etiquetación estereotipada que llevan a la discriminación y pérdida de estatus que desemboca en características negativas que envuelven la identidad, lo que causa una pérdida de poder, así como desaprobación y exclusión (Gómez, 2020). Los hombres que se salen de la norma demuestran que existen otras formas de ser, de hacer y de relacionarse, formas que la masculinidad hegemónica no acepta. La carga negativa hacia su forma de vida genera una serie de problemas de salud mental que dificulta su desarrollo y bienestar emocional (Lozano-Verduzco, 2011).

Estos malestares, refiere Lozano-Verduzco (2011), están asociados a la pérdida de los privilegios patriarcales y se vinculan principalmente con la salud mental. Los hombres que pierden el privilegio de la masculinidad por no ser heterosexuales tienen malestares como depresión, distimia y estrés postraumático (Gómez, 2020), relacionados con la presencia de cuatro emociones: miedo, vergüenza, culpa y tristeza, lo que en conjunto se define como "soledad gay". Gómez (2020) señala que existen pocos estudios que describan la vida emocional y la salud mental de

los hombres gay en relación con la discriminación, la homofobia internalizada y los sentimientos negativos que estas personas tienen de sí mismas. También señala que la homofobia se traduce en ansiedad, consumo de alcohol y drogas.

Transformar las creencias tradicionales acerca de la masculinidad

Ante las situaciones de crisis que los hombres enfrentan, es de vital importancia transformar las creencias tradicionales de cómo establecer una relación con su pareja, así como la manera en cómo ejercen la paternidad, principalmente si fueron padres ausentes y ahora padres en la lejanía derivado de una separación o divorcio. Es necesario que reflexionen que estas crisis les dan la oportunidad de flexibilizar la forma en cómo han vivido sus relaciones familiares con sus hijas, hijos y pareja.

En este sentido, es importante tener presente que las crisis no son la única oportunidad para que los hombres se den cuenta de que es necesario modificar sus relaciones y trabajar su masculinidad. Actualmente hay hombres que no se identifican con la masculinidad hegemónica por el simple hecho de no sentirse cómodos y no quieren vivir bajo presión social. Estos hombres han iniciado un proceso de autoobservación y conocimiento de sí mismos que les ayuda a modificar la apreciación que tienen de sí, de las relaciones con su pareja, del ámbito familiar, laboral y social, así como a actuar responsablemente en el cuidado de sus hijas e hijos y en la realización de tareas domésticas. Es importante promover que los hombres valoren el afecto y externalicen sus emociones, que aprendan a consolar y a buscar consuelo para evitar el aislamiento y encerrarse en sí mismos.

REFERENCIAS

- Bonino, L. (2000). Varones, género y salud mental. Deconstruyendo la normalidad masculina. Nuevas Masculinidades, 41-64. https://www.academia.edu/97508237/ Varones_g%C3%A9nero_y_salud_mental deconstruyendo_la_normalidad_ masculina?f_ri=164424
- Bosch, E. (s.f.). Del mito del amor romántico a la violencia contra las mujeres en la pareja. Ministerio de igualdad. https://www.inmujeres.gob.es/ publicacioneselectronicas/documentacion/ Documentos/DE0055.pdf
- Burin, M. (2007). Precariedad laboral, masculinidad, paternidad, en Burin, M., Jiménez, L. v Meler I. (comp.) Precariedad laboral y crisis de la masculinidad. Impacto sobre las relaciones de género. Universidad de Ciencias Empresariales y Sociales (UCES). https://www.psi.uba. ar/academica/carrerasdegrado/psicologia/sitios catedras/electivas/105 estudios genero/ material/archivos/precariedad_laboral.pdf
- De Keijzer, B. (2001). Masculinidades y perspectiva de Género en salud, hasta donde el cuerpo aguante: género, cuerpo y salud masculina. 137-152.https://www.gub.uy/ministerioindustria-energia-mineria/sites/ministerioindustria-energia-mineria/files/documentos/ noticias/hasta_donde_el_cuerpo_aguante_ genero_cuerpo_y_salud_masculina_b.keizjer_2003.pdf
- Fleiz, C., Ito, M., Medina-Mora, M., & Ramos, L. (2008). Los malestares masculinos: Narraciones de un grupo de varones adultos de la Ciudad de México. Salud Mental, 31(5), 381-390. https:// www.scielo.org.mx/pdf/sm/v31n5/v31n5a6.pdf
- García, B., & de Oliveira, O. (1994). Trabajo femenino y vida familiar en México. El Colegio de
- Gómez, A. (2020). Identidad Sexual, Discriminación y Consecuencias desde la Psicología Positiva en Lesbianas, Gais y Bisexuales. [Trabajo de Maestría en Psicología General Sanitaria]. Centro Universitario Cardenal Cisneros. https://ebuah.uah.es/dspace/bitstream/handle/10017/42857/TFM_Gomez_Garcia_2020. pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Guionnet, C. (2013). Analizar la dominación masculina, sus ambivalencias y costos: Interés y desafíos de un estudio en terreno sensible. Savoir/ Agir, 4, 45-50. https://www.cairn-mundo.info/ revista-savoir-agir-2013-4-page-45.htm
- Jiménez, L. (2013). Reflexiones sobre ser proveedor en la crisis económica y del empleo. Impactos desde la perspectiva de género, en J. Ramírez, & J. Cervantes (Ed.), Los hombres en México. Veredas recorridas y por andar. Una mirada a los estudios de género de los hombres, las masculinidades (pp. 53-70). Centro Universitario de Ciencias Económico Administrativas, Academia Mexicana de Estudios de Género de los Hombres, A.C. https://unidaddegenerosgg.edomex.gob.mx/sites/unidaddegenerosgg. edomex.gob.mx/files/files/Biblioteca%202022/ Masculinidades/M-18%20Los%20hombres%20 en%20Me%CC%81xico.%20Veredas%20 recorridas%20y%20por%20andar.%20 Una%20mirada%20a%20los%20estudios%20 de%20ge%CC%81nero%20de%20los%20 hombres%2C%20las%20masculinidades.%20 IC%20Ram.pdf

- Jiménez, M., & Tena, O. (2007). Algunos malestares de varones mexicanos ante el desempleo v el deterioro laboral. Estudios de caso, en M. Burin, L. Jiménez, e I. Meler (Ed.) Precariedad laboral y crisis de la masculinidad. Impacto sobre las relaciones de género (pp. 148-173). Universidad de Ciencias Empresariales y Sociales, https://www.uces.edu.ar/biblioteca/ books/978-987-98351-3-5_Texto.pdf
- Kaufman, M. (1995). Los hombres, el feminismo y las experiencias contradictorias del poder entre los hombres. En J. Ramírez (Ed.), Hombres, masculinidades, emociones. Consejo Nacional de Humanidades, Ciencias y Tecnologías. https://www.cucea.udg.mx/include/publicaciones/coorinv/pdf/Hombresmasculinidadesemocionesebook.pdf
- Londoño, C., Peñate, W., & González, M. (2017). Síntomas de depresión en hombres. Universitas Psychologica, 16(4), 1-19, https://doi. org/10.11144/Javeriana.upsy16-4.sdeh
- Lozano-Verduzco, I. (2011). Efectos de la homofobia internalizada en la salud mental v sexual de hombres gay de la Ciudad de México. https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/244757/04_Efectos_de_la_hemofobia.pdf
- Mena, P., & Torres, L. (2013) Prácticas paternas en divorciados, viudos y abandonados, en I. Ramírez, & J. Cervantes (Ed.), Los hombres en México. Veredas recorridas y por andar. Una mirada a los estudios de género de los hombres, las masculinidades (pp. 71-90). Centro Universitario de Ciencias Económico Administrativas, Academia Mexicana de Estudios de Género de los Hombres, A.C. https://unidaddegenerosgg.edomex.gob.mx/sites/unidaddegenerosgg.edomex.gob.mx/files/files/Biblioteca%20 2022/Masculinidades/M-18%20Los%20 hombres%20en%20Me%CC%81xico.%20 Veredas%20recorridas%20y%20por%20andar.%20Una%20mirada%20a%20los%20 estudios%20de%20ge%CC%81nero%20de%20los%20hombres%2C%20las%20masculinidades.%20JC%20Ram.pdf
- Núñez, G. (2004). Los "hombres" y el conocimiento. Reflexiones epistemológicas para el estudio de "los hombres" como sujetos genéricos. Desacatos, 15-16. https://www.scielo.org. mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=\$1607-050X2004000200002
- Olavarría, J. (2001). Y todos guerían ser (buenos) padres. Varones de Santiago de Chile en conflicto. Facultad Latinoamericana de Ciencias Sociales. http://www.memoriachilena.cl/archivos2/ pdfs/MC0056018.pdf
- Piñeyro, C. (2022). Desmontando la masculinidad hegemónica: una (auto)etnografía del grupo de Varones por el Cambio. Anthropologica, 40(49), 85-110. https://doi.org/10.18800/anthropologica.202202.005
- Rocha, E., & Lozano, I. (2016). Debates y reflexiones en torno a las masculinidades: analizado los caminos hacia la igualdad de género. Universidad Nacional Autónoma de México. https://www.researchgate.net/profile/Ignacio-Lozano-Verduzco/ publication/313853058_Debates_y_Reflexiones_en_torno_a_las_masculinidades_analizando_los_caminos_hacia_la_igualdad_de_genero/ links/58ab31f54585150402036776/Debatesy-Reflexiones-en-torno-a-las-masculinidadesanalizando-los-caminos-hacia-la-igualdad-de-

PSICOSIS INDUCIDA POR CANNABIS

Dr. Rodrigo Marín Navarrete, Mtra. Marina Velázquez Altamirano, Dra. Brenda Edith Loaiza Ruiz, Dr. Ricardo Sánchez Dominguez, Inq. José Eduardo Carter Maturano Dirección de Investigación y Enseñanza

. Definición

El trastorno psicótico inducido por cannabis se caracteriza por la presencia de alteraciones de la sensopercepción (alucinaciones) y alteraciones en el contenido del pensamiento (delirios) debidos a los efectos farmacológicos directos de la sustancia.

NEUROBIOLOGÍA

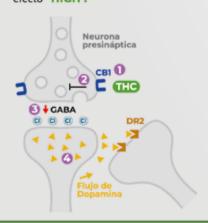
El tetrahidrocannabinol (THC) es la sustancia activa del cannabis. Sus propiedades moleculares lipofílicas le permiten atravesar la barrera hematoencefálica, una vez llegando al sistema nervioso central (SNC) interactúa con el sistema endocannabinoide al unirse al receptor CB1.

Mecanismo de acción del THC en el sistema endocanabinoide

- 1. EITHC se adhiere con gran afinidad al receptor CB1.
- 2. Se inhibe el flujo de GABA.

.

- 3. Sin GABA los canales de cloro se cierran y el flujo de dopamina incrementa.
- 4. Altos niveles de dopamina activan el circuito de recompensa, generando el efecto "HIGH".



CB1 provoca la disminución de su expresión junto con la de los endocannabinoides, lo que se asocia a sintomatología psiquiátrica como: anedonia, abulia, disminución del afecto, etc.

SINTOMATOLOGÍA

Efectos agudos por consumo de THC: incluyen relajación, somnolencia y euforia leve.

Efectos secundarios: boca reseca, disminución de la memoria a corto plazo, alteración de la percepción y destrezas motrices, enrojecimiento de los ojos, ansiedad, pánico y psicosis.

> En personas con mayor vulnerabilidad a presentar psicosis, el THC se asocia a: síntomas disociativos, delirios de tipo paranoide, alucinaciones, manía, impulsividad, agresividad, suicidalidad y disminución de la memoria a largo plazo.

.

.

Estudios reportan que alrededor del 50% de las personas que presentan psicosis inducida por cannabis desarrollarán sintomatología psicótica grave.

Adicionalmente, la evidencia indica que más del 25% de los pacientes con esquizofrenia presentan trastorno por consumo de THC.

> Estudios de imagen reportan que el consumo de THC a largo plazo provoca cambios estructulares en el cerebro por ejemplo: alteraciones en la corteza prefrontal, y disminución del volumen de materia gris, blanca y del hipocampo.

FACTORES DE RIESGO

PATRÓN DE CONSUMO

Consumo diario

El riesgo de psicosis es tres veces mayor en consumidores frecuentes (diario), en comparación con no consumidores.

Consumo prolongado

El consumo prolongado de cannabis se asocia significativamente al desarrollo de sintomatología psiquiátrica como: psicosis, depresión, ansiedad, suicidalidad y disminución de las funciones mentales superiores (atención, memoria, lenguaje, etc.)

Consumo de inicio temprano

.

El consumo de cannabis antes de los 15 años de edad incrementa el riesgo hasta dos veces más de presentar psicosis y otros síntomas psiquiátricos.

Cannabis de alta concentración

El consumo frecuente de cannabis de alta concentración (ejemplo: tipo hidropónica) incluyendo el WAX (aceite de cannabis) entre otras, incrementa hasta cinco veces más el riesgo de desarrollar síntomas psicóticos, comparado con el consumo de cannabis tradicional.

.



OTROS FACTORES

Vulnerabilidad psiguiátrica

La presencia de trastornos psiquiátricos premórbidos (depresión, ansiedad, TDAH, etc.) al consumo de cannabis. incrementa significativamente el riesgo de psicosis.

Vulnerabilidad genética

.

Algunas variantes en genes relacionados con la dopamina, como los receptores D2, la enzima COMT encargada del metabolismo de la dopamina, y el gen AKT responsable de la proliferación celular, se asocian con una mayor vulnerabilidad para desarrollar síntomas psicóticos en consumidores de cannabis.

Eventos adversos en la infancia

Consumidores de cannabis que sufrieron diferentes tipos de abuso en la infancia y además eran portadores del polimorfismo del gen COMT, presentaron mayor vulnerabilidad a presentar síntomas psicóticos.

URGENCIAS MÉDICAS POR CONSUMO DE CANNABIS EN MÉXICO

en 2022 reportó

Subsistema Automatizado de Urgencias Médicas

Subsistema

Automatizado

de Egresos

Hospitalarios



La prevalencia de urgencias médicas por consumo de cannabis



registró 287 egresos hospitalarios En el año 2022 13%

de las personas egresadas

cannabis presentaron algún tipo de trastorno psicótico

como principal causa de atención

trastornos mentales

por consumo de

Rentero D, et al. Cannabis-induced 2021, Vol. 33, Num. 2, pags 95-108.

Secretaria de Salud (2023), ¿Qué dice la ciencia sobre las sustancias psicoactivas? Cannabis. México: Comisión Nacional contra las Adicciones. Recuperado de https://www.gob.mx/cms/uploads/artz chment/file/812530/Qu__di ce_la_ciencia_sobre_las_sustancias_psi oactiva_Cannabis_marzo_202_.pdf

Velázquez-Altamirano, M., Sánchez-Do-minguez, Saracco-Álvarez, Nicolini H. y Marin-Navarrete (2023). Factors associated between cannabis use and psychotic episodes: a narrative review Current Addiction Reports, (Pending

Zou S, Kumar U. Cannabinoid Recept and the Endocannabinoid System Signaling and Function in the Central Nervous System. Int J Mol Sci. 2018 Mar 13;19(3):833.

¿SABÍAS QUE?



Juventudes no binarias, las que sufren más ansiedad

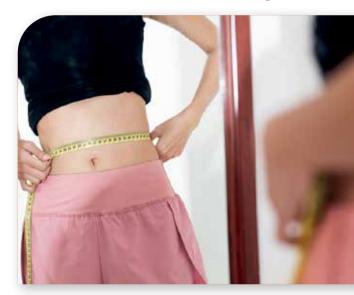
Las personas no binarias (NB), agénero, de género fluido o queer son el subgrupo de las juventudes LGBTQ+ que reportan mayores índices de síntomas de ansiedad y depresión, sólo después de las personas trans, según los resultados de la Encuesta 2024 sobre la Salud Mental de las Juventudes LGBTQ+ en México, desarrollada por The Trevor Project México. "El constante acoso violencia y discriminación que viven las personas no binaries tanto en sus esferas más íntimas, como el hogar y la escuela, hasta en espacios públicos; han repercutido severamente en su salud mental", señaló la organización en un comunicado emitido en el marco del Día Internacional de las Personas No Binarias

Redacción, +Chilango

Problemas de salud mental originan trastornos alimenticios en jóvenes

Alrededor de 2.7 millones de niñas, niños y adolescentes tienen problemas relacionados a desórdenes alimenticios —principalmente bulimia y anorexia—y en la mayoría de los casos este tipo de situaciones se asocia con algún trastorno de salud mental, asimismo sólo 10% de los afectados se encuentra en tratamiento y rara vez el paciente está consciente de su enfermedad, señaló el nutriólogo de la FES Zaragoza, José Eduardo Otáñez. "Esos trastornos —anorexia y bulimia, entre los más conocidos— afectan más a mujeres jóvenes, particularmente adolescentes, aunque al parecer están afectando cada vez más a niños y niñas menores de 12 años", alertó.

Karla Linares, Publimetro





Maltrato a temprana edad causa alteraciones cerebrales

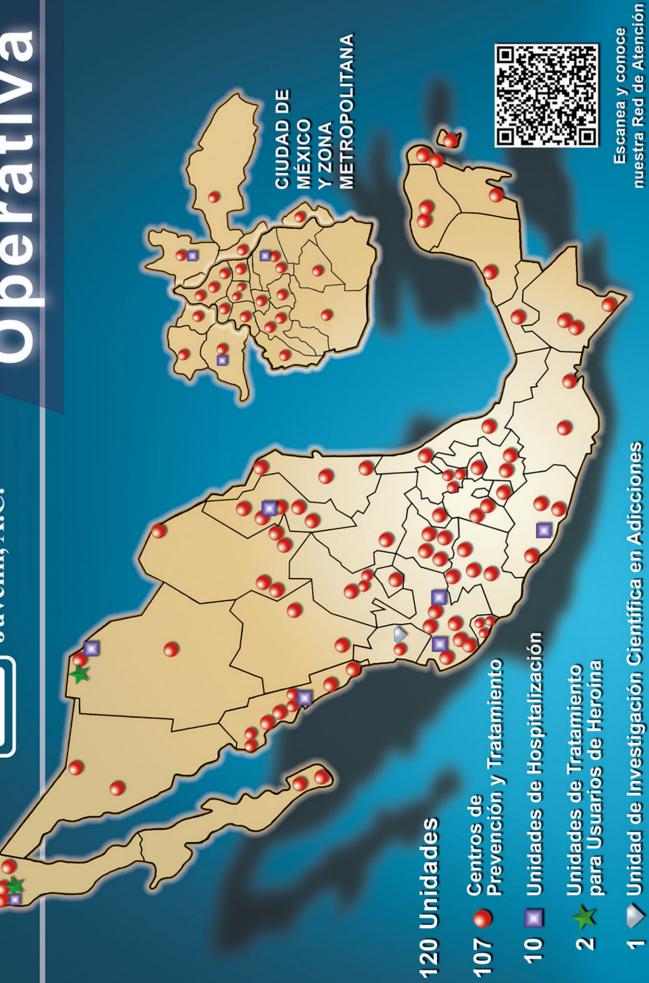
La exposición de las infancias a situaciones violentas puede causar afectaciones en el funcionamiento del cerebro, de acuerdo con una especialista del Laboratorio de Psicobiología de la Universidad Nacional Autónoma de México, Gabriela Orozco Calderón, quien señala que las conexiones y estructuras cerebrales tienen dos periodos sensibles: la infancia y la pubertad. Aquellos que sufren maltrato tienden a mostrar alteraciones cerebrales relacionadas con la ansiedad y el estrés.

No obstante, estos no son los únicos efectos negativos del maltrato en el cerebro. De acuerdo con la especialista, hay otros daños: • Sobreactivación de la amígdala, lo que puede llevar a una mayor impulsividad. • Afectación del sistema de recompensa cerebral, disminuyendo su funcionalidad al no experimentar sensaciones agradables. • Reducción del tamaño del hipocampo e ínsula, alterando su estructura. • Disminución de la materia gris en regiones corticales.

Redacción, +Chilango



Red Operativa



REVISTA INTERNACIONAL DE INVESTIGACIÓN EN ADICCIONES

Publicación semestral electrónica e impresa

Es una plataforma para la publicación de hallazgos científicos provenientes de investigaciones epidemiológicas, clínicas, sociales y de neurociencias sobre temas asociados con el consumo de sustancias, conductas adictivas y trastornos relacionados.

Para enviar contribuciones, consulte en línea las indicaciones a los autores



Indexada en:

SERIUNAM









