



CIJ INFORMA

PREVENCIÓN | TRATAMIENTO | REHABILITACIÓN | INVESTIGACIÓN | ENSEÑANZA

Para vivir sin adicciones

La fundación Alfredo Harp Helú para el deporte entregó una medalla a CIJ por su labor en la atención de las adicciones



Se premió a los ganadores de la dinámica

TE RETO A DEJAR DE FUMAR



Solo cosas buenas pasan cuando dejas de fumar





Centros de
Integración
Juvenil, A.C.

Formación
Profesional
en Adicciones

2021

Te invitamos a nuestros cursos en línea gratuitos



Duelo por muerte durante la pandemia COVID-19

Dirigido a: médicos, psicólogos, enfermeras y trabajadores sociales.

Duración: 10 horas.



Atención de la violencia familiar en el contexto de COVID-19

Dirigido a: profesionales de la salud y educación.

Duración: 20 horas.



Primeros auxilios psicológicos

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

Duración: 20 horas.



Maltrato a niños, niñas y adolescentes en casa en tiempos de COVID-19

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

Duración: 15 horas.



Prevención de adicciones y violencia en educación media superior y superior

Dirigido a: trabajadores sociales, psicólogos y orientadores.

Duración: 30 horas.



Atención a personas adultas mayores en tiempos de COVID-19

Dirigido a: personal que trabaja con adultos mayores.

Duración: 10 horas.



Vida saludable y prevención de adicciones

Dirigido a: docentes, pedagogos, orientadores, trabajadores sociales y psicólogos.

Duración: 40 horas.



Escanea el código QR para registrarte

Informes: capacitacion.adistancia@cij.gob.mx



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.

Informes: www.conocer.gob.mx

<https://www.gob.mx/salud/cij>

presencial@cij.gob.mx



La realización de actividad física es vital para la salud mental y un importante factor de protección para el tratamiento y rehabilitación del consumo de drogas. Por ello, ha sido muy acertada y fructífera la vinculación institucional con la Fundación Alfredo Harp Helú para el Deporte, con quienes hemos desarrollado la segunda etapa del Programa Nacional de Activación Física, al que se han sumado pacientes y colaboradores de CIJ, y sus familias.

En el marco de la ceremonia de entrega de constancias a los promotores deportivos que participaron en dicho programa, el doctor Daniel Aceves Villagrán, director de la Fundación, otorgó a CIJ una medalla por el compromiso institucional y la responsabilidad social manifiesta en el desarrollo de actividades de prevención, tratamiento, rehabilitación e investigación científica del consumo de drogas.

En este número también reseñamos las acciones realizadas para celebrar el 31 de mayo, Día Mundial sin Tabaco, que promueve la Organización Mundial de la Salud, y que este año tuvo como lema “Comprometerse a dejar el tabaco”. Con el objetivo de difundir los servicios de ayuda disponibles para abandonar el hábito tabáquico, se organizó la dinámica “Te reto a dejar de fumar”, para que el público en general fungiera como embajador por la salud al incentivar a amistades o conocidos que deseaban dejar de fumar a contestar un breve test para identificar su nivel de consumo y motivarlos a registrarse en línea para recibir atención especializada en CIJ.

Para conmemorar el 26 de junio, establecido por la Organización de las Naciones Unidas como el Día Internacional de la Lucha contra el Uso Indebido y el Tráfico Ilícito de Drogas, se organizaron distintos eventos a nivel nacional, como firmas de convenios, foros juveniles, conversatorios y ferias de la salud. El lema de este año, “Hablemos de drogas, la información salva vidas”, busca combatir la desinformación sobre las drogas e invita a hablar abiertamente sobre estas, sobre todo con las personas jóvenes, quienes están más expuestas a los peligros del consumo.

Es así que la tarea de CIJ continúa a nivel nacional, en actividades presenciales, en línea o híbridas, con el objetivo prioritario de atender la salud física y emocional de la población.

Dra. Carmen Fernández Cáceres
Directora General

CIJ INFORMA | SUMARIO

Biblioteca especializada en adicciones	5
Lo más relevante	
CIJ llevó a cabo la 2ª. Reunión Ordinaria 2021 de su Junta de Gobierno	6
CIJ premió a los ganadores de la dinámica “Te reto a dejar de fumar”	12
La fundación Alfredo Harp Helú para el deporte entregó una medalla a CIJ por su labor en la atención de las adicciones	15
Hablemos de drogas, la información salva vidas	17
Arrancó la segunda generación del programa “ConTacto Joven”	19
El Instituto Tecnológico Superior de Apatzingán y CIJ estrechan lazos para la prevención y el tratamiento de las adicciones	23
La directora general de CIJ presentó la ponencia “Tabaco y drogas emergentes entre adolescentes”	25
El Imjuve y CIJ invitan a participar en el Concurso Nacional de Video 2021 “TikTok por las juventudes saludables”	27
Se ratificó el convenio entre CIJ y el Sistema DIF Municipal Tijuana	29
Unen esfuerzos la Universidad de Liderazgo Integral y CIJ	31
Participación de CIJ en la Reunión Nacional del Sindicato de Trabajadores de CAPUFE	33
La DGESuM y CIJ inauguraron la Jornada Nacional “Aprendizaje Socioemocional en el Aula”	35
Primer Simposio de Drogas de Abuso por la UPGCH	38

Salud integral, cuidado y resiliencia en tiempos de pandemia 40

Webinar “Desahogo emocional a través del papel” 42

CIJ conmemoró el Día Internacional de la Lucha contra el Uso Indebido y el Tráfico Ilícito de Drogas 44

Testimonial

Poco a poco empecé a reconocer que ¡la vida sin drogas es mejor! 55

Noticias Internacionales

Informe Mundial sobre Drogas 2021 56

Segundo conversatorio internacional en conmemoración del Día Internacional de la Lucha contra el Uso Indebido y el Tráfico Ilícito de Drogas 63

CIJ participa en la capacitación de la Currícula Universal de Prevención 66

Prevención

Percepción de riesgo y prevención del consumo de drogas 67

Tratamiento

Adultos mayores y consumo de drogas. Análisis de la demanda en los servicios de Consulta Externa de CIJ 72

Investigación

Evaluación de proceso de una intervención psicoeducativa grupal 75

¿Sabías que?

76



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: Stampare Printer, S.A de C.V. Calle Hermenegildo Galeana núm. 113 D, col. Guadalupe del Moral, Alcaldía Iztapalapa, C. P. 09300, Ciudad de México. Tiraje: 1,500 ejemplares. Impresa en México, agosto de 2021.

Juntos
por la
Paz

CONCURSO NACIONAL DE

VIDEO

2021



TikTok

por las juventudes
saludables

Si tienes
de 12 a 29 años de edad

Inscríbete en:



del 11 de junio al 5 de noviembre



BIENESTAR
SECRETARÍA DE BIENESTAR

SALUD
SECRETARÍA DE SALUD

imjuve
Instituto Mexicano de la Juventud

**Centros de
Integración
Juvenil, A.C.**

DIRECTORIO DIRECTORIO DIRECTORIO DIRECTO
TORIO DIRECTORIO DIRECTORIO DIRECTORIO
DIRECTORIO DIRECTORIO DIRECTORIO DIRECTO

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
Dr. Ricardo Sánchez Huesca

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
Georgina Vargas Arreola

Editora Ejecutiva
Gina Ureta

Coordinador Editorial
Alejandro Larrañaga Ramírez

Redacción y corrección de textos
Araceli García Domínguez
Grisel Negrete Muñoz
Angela Rosas Núñez
Nora Leticia Vizcaya Xilotl

Diseño Editorial
Juan Manuel Orozco Alba

Apoyo Editorial
Víctor Gerardo Gutiérrez Campos
Ramón Octavio Fernández Elizalde



Las adicciones de ayer y hoy: hacia un enfoque humanista en el tratamiento de las adicciones

Antonio Piñas Mesa
Tomás Chivato Pérez
(Editores)

Universidad San Pablo-CEU
CEU Ediciones

El lector tiene en sus manos una obra que ha convocado a distintos expertos en el campo de las adicciones, desde la investigación biológica, psicológica, sociológica y humanística, y a los profesionales sanitarios que trabajan con y para el paciente. Se ha puesto la lupa sobre algunas de las adicciones que han prevalecido a lo largo del tiempo y otras vinculadas a una nueva realidad cultural, como son las nuevas tecnologías de la comunicación y la información. Además, el texto cuenta con los testimonios de quienes han padecido adicciones para que narren, en primera persona, su proceso y el camino hacia la recuperación.

De esta forma hemos incluido el enfoque narrativo, para ofrecer un diálogo entre investigadores, profesionales y pacientes. Los capítulos se “centran en la persona” como medio para rehumanizar, tanto el trato a quienes sufren una adicción, como los tratamientos de deshabituación.

Salud emocional en tiempos de pandemia



Jorge L. Tizón
Herder Editorial

Ante la pandemia del coronavirus, que nos ha tomado por sorpresa, surgen muchas preguntas: ¿Qué diferencias hay entre esta pandemia y otras? ¿Qué papel juegan en ella «el poder del miedo», la medicalización de la vida cotidiana y las desigualdades sanitarias?

Esta obra, surgida por la emergencia de los acontecimientos, intenta aproximarnos a la comprensión de qué nos está sucediendo, a nivel psicológico, como protagonistas de la pandemia del COVID-19. Más allá del miedo, las emociones que se mueven en una crisis de tal calibre abarcan un espectro más amplio. ¿Cuáles son las demás emociones que nos invaden y qué papel están desempeñando? ¿Cómo podemos gestionar esta crisis a nivel emocional, que tan de súbito nos ha sucedido, sin tiempo para prepararnos?

Asimilar un fenómeno de tal magnitud es difícil y abrumador. En este sentido, el presente ensayo trata de ayudar a pensar sobre el COVID-19, tanto a nivel individual como a nivel social, e incluye algunas recomendaciones sobre cómo podemos utilizar nuestras emociones, y no sólo el miedo, para protegernos, cuidar y cuidarnos durante la epidemia, así como para reconstruir un futuro, esperemos que mejor, tras ella.

Visita nuestra **BIBLIOTECA** VIRTUAL EN ADICCIONES
www.biblioteca.cij.gob.mx



CIJ llevó a cabo la 2ª. Reunión Ordinaria 2021 de su Junta de Gobierno

En el primer trimestre del año CIJ atendió a 1 millón 225 mil 726 personas, ya sea de manera presencial o en línea

*Dra. Carmen Fernández Cáceres
Directora General de Centros de Integración Juvenil*



Autoridades que encabezaron la Junta de Gobierno.

El pasado 16 de junio se efectuó de manera híbrida la 2ª. Reunión Ordinaria 2021 de la Junta de Gobierno de CIJ, la cual fue presidida por el doctor Juan Manuel Quijada Gaytán, director general de los Servicios de Atención Psiquiátrica de la Secretaría de Salud y por el doctor Roberto Tapia Conyer, presidente del Patronato Nacional de Centros de Integración Juvenil.

Por parte del Patronato Nacional, además, participaron la señora Kena Moreno, fundadora de CIJ y vicepresidenta vitalicia; el doctor Carlos de la Peña Pintos, vicepresidente y Secretario de Salud de

Guerrero; el doctor Jorge Antonio Vázquez Mora, tesorero; los doctores José Ángel Córdova Villalobos y Heladio Verver y Vargas Ramírez, vocales; y los licenciados Arturo Becerra Oropeza y Salvador Molina Hernández, secretarios; además de la doctora Elena Ramos Artega, titular del Órgano Interno de Control de CIJ, representantes de las secretarías de Salud, Gobernación, Educación Pública, Trabajo y Previsión Social, Función Pública, Hacienda y Crédito Público, Bienestar, del DIF nacional y del Imjuve, entre otras instancias, así como directivos de CIJ.

Resultados institucionales enero-marzo de 2021

Con una red de 120 unidades ubicadas en 90 municipios, la institución atendió a un millón 225 mil 726 personas de 798 municipios del territorio nacional, a través de 154 mil 293 acciones de prevención y tratamiento. Participaron 3 mil 728 voluntarios, quienes realizaron el 47 por ciento de la cobertura institucional.

Adicionalmente, en las redes sociales institucionales se realizaron 24 mil 265 publicaciones que fueron vistas 12 millones 700 mil 823

veces. Las cuentas de las diferentes plataformas tienen más de 411 mil 240 seguidores. Para lograr este alcance, participaron mil 920 promotores digitales (Preventubers).

Servicios preventivos

Se atendió a un millón 182 mil 600 personas, mediante 58 mil 228 acciones. La mayor cobertura preventiva se realizó en el contexto comunitario con 50 por ciento, seguido por el escolar 46 por ciento, el de salud 3 por ciento y el laboral 1 por ciento.

Se trabajó con mil 797 planteles escolares. La cobertura en el ámbito escolar se distribuye de la siguiente manera:

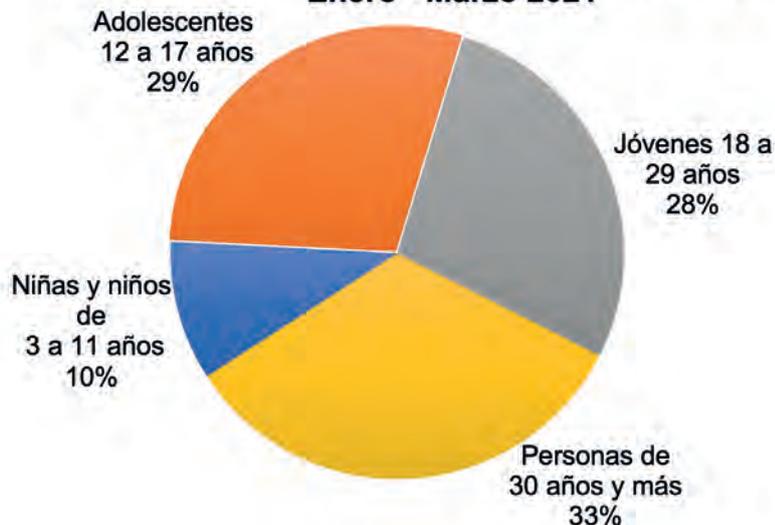
Nivel educativo	Escuelas	Alumnos	Docentes	Padres de familia
Preescolar	96	1,032	1,173	4,570
Primaria	456	78,378	5,466	20,106
Secundaria	514	153,608	11,921	24,343
Medio Superior	485	137,676	5,338	14,028
Superior	246	74,725	8,590	741
Subtotal	1,797	445,419	32,488	63,788
Total		541,695		

En el marco de la Reunión Nacional Anual de representantes estatales del Programa Fomento a la Salud de la Dirección General de Educación

Contexto	Cobertura	Por ciento
Escolar	541,695	46
Comunitario	596,875	50
Salud	30,454	3
Laboral	13,576	1
Cobertura total	1,182,600	100

La cobertura de prevención, por grupos de edad, se distribuyó de la siguiente manera:

**Cobertura de prevención por grupos de edad
Enero - Marzo 2021**



Tecnológica Industrial (DGETI), CIJ impartió una capacitación sobre “Alternativas para la atención de salud mental y consumo de drogas en jóvenes en el contexto de la pandemia por COVID-19”.

Con el Tecnológico Nacional de México (TecNM), se cuenta con el curso en línea “Prevención de Adicciones” en formato MOOC, para estudiantes, docentes y promotores de las áreas de compromiso cívico, cultural y deportivo, tutores, jefes de desarrollo académico y demás personal educativo interesado en el tema. Al corte de marzo se habían inscrito 4 mil 653 personas.

Se han llevado a cabo reuniones con los secretarios de Educación de Coahuila, Baja California, Jalisco y Oaxaca. A partir de estos contactos se han generado 700 intervenciones preventivas y 80 acciones de capacitación con la participación de 18 mil 381 personas: 11 mil 577 alumnos y 6 mil 804 maestros y padres de familia. En coordinación con la Secretaría de Educación de Puebla, se capacitó a 2 mil 966 docentes en “Primeros auxilios psicológicos”.

En los Clubes de promoción de la salud de CIJ, en este primer trimestre del año, se impartieron 308 actividades de promoción de la salud

disponibles para la comunidad en 85 Unidades Operativas, con la participación de 139 mil 987 personas, a través de diversas plataformas digitales.

Con la Central Mexicana de Servicios Generales de Alcohólicos Anónimos A. C. (AA), se llevó a cabo la Jornada nacional preventiva en línea “La epidemia de consumo de alcohol en la crisis del COVID-19”, en la que participaron 32 mil 734 personas.

Con la Fundación Alfredo Harp Helú para el Deporte, se desarrolló el Programa de Activación Física en 82 Unidades de CIJ, con la participación de mil 215 personas.

Con el Instituto Mexicano de la Juventud (Imjuve), se participa en el Programa “ConTacto Joven Red Nacional de Atención Juvenil”. CIJ capacitará a los jóvenes de la 2ª. generación del programa y pondrá a disposición los servicios de apoyo psicológico y tratamiento de adicciones a los casos que se deriven. También se organiza el Concurso Nacional de Video 2021 “TikTok por las juventudes saludables”.

A nivel nacional, se cuenta con 32 espacios permanentes en medios de comunicación local. De enero a marzo, CIJ tuvo 13 menciones en medios de comunicación de cobertura nacional, 42 participaciones en medios locales y 496 portales de Internet mencionaron a la institución.

La Fundación ACIR transmitió gratuitamente dos spots de radio a nivel nacional: “Línea de atención WhatsApp de CIJ” y “Cursos virtuales de primavera”.

Tratamiento

Se atendió a 43 mil 463 personas: 14 mil 225 pacientes y 8 mil 736 familiares; adicionalmente se atendieron 20 mil 502 personas, a quienes se les proporcionaron servicios de salud mental y apoyo psicosocial.

En Consulta Externa se otorgaron 96 mil 65 consultas a 40 mil 166 personas, de las cuales hubo 13 mil 615

pacientes, usuarios de drogas, 8 mil 444 familiares y 18 mil 107 por otros problemas de salud mental. El 19 por ciento de las consultas fueron presenciales y 81 por ciento a distancia.

Se ofrecieron 8 mil 462 consejos médicos para cesar o reducir el uso de tabaco y alcohol, así como de reducción de daños secundarios al consumo de drogas, tanto a pacientes como a sus acompañantes.

Se reportaron 2 mil 183 egresos de pacientes, 82 por ciento con mejoría. El mayor porcentaje de egresos se reporta entre quienes tienen 18 y 25 años (29 por ciento), le sigue quienes tienen más de 35 años (27 por ciento).

Los pacientes usuarios de drogas solicitaron tratamiento principalmente por recomendación de un familiar o amigo (45 por ciento), por el sector salud (15 por ciento), por derivación intrainstitucional (10 por ciento), por comunicación social (6 por ciento), por instancias legales (6 por ciento) y sector educativo (3 por ciento).

En el periodo se atendieron 777 pacientes derivados por diferentes instancias legales. Desde el año 2017 al primer trimestre de 2021 se han atendido a 11 mil 925 personas.

A través del Programa de Acción para Superar las Brechas en Salud Mental (mhGAP, OMS/OPS) como parte de la Estrategia Nacional para la Prevención de las Adicciones (ENPA) “Juntos por la Paz”, se atendieron a 4 mil 628 personas; por depresión se realizaron mil 717 intervenciones a mil 823 personas.

En el programa de Atención por tamizaje COVID-19 se refirieron a 2 mil 153 personas del sitio web www.coronavirus.gob.mx para recibir servicios de apoyo psicosocial; de este total, 2 mil 61 corresponden a público general y 92 a personal de salud.

De enero a marzo se recibieron 9 mil 647 solicitudes de atención a través de las líneas telefónicas y redes sociodigitales; mil 208 llamadas de la Línea de la Vida y 8 mil 439 de CIJ.

En el sitio web institucional se colocaron 6 escalas de tamizaje, diagnósticas y autoadministradas de: 1) alcohol, 2) tabaco, 3) drogas ilícitas, 4) depresión, 5) ansiedad y 6) violencia de pareja. Durante el trimestre, se autoadministraron 11 mil 144 escalas. Asimismo, 536 personas han solicitado ser contactadas para recibir atención. Al concluir la escala, el usuario no sólo recibe sus resultados, sino que éstos además van acompañados de un breve consejo médico con sugerencias para generar prácticas de autocuidado de la salud y de los beneficios de acudir a tratamiento.

En Hospitalización se atendieron a 109 pacientes y 142 familiares a través de 18 mil 545 acciones. Egresaron 71 personas, el 85 por ciento con mejoría. También se atendieron a 2 mil 395 personas por otros problemas de salud mental.

Las Unidades de Hospitalización adaptaron múltiples servicios para la atención a distancia, con el uso de las tecnologías de la información y comunicación. El proyecto se denomina Consulta Externa Intensiva, en éste se realizaron 3 mil 697 acciones a 164 pacientes y 150 familiares. En el área de atención residencial y consulta externa intensiva en hospitalización, el 77 por ciento de la atención fue presencial y 23 por ciento a distancia.

Se aplicaron 2 mil 306 pruebas rápidas: para la detección de hepatitis C, se emplearon 512 pruebas, con 48 casos reactivos; para la detección de sífilis, se utilizaron 320 pruebas, 10 reactivas; para la detección de VIH se aplicaron 278 pruebas rápidas, 5 reactivas; para la detección de embarazo se aplicaron 36 pruebas, con 1 prueba reactiva.

Al momento de la conclusión del tratamiento, se evaluó el nivel de satisfacción del paciente respecto a la atención recibida, 91 por ciento la consideró satisfactoria y refirieron que recomendarían la atención residencial. En la consulta externa

intensiva en hospitalización, el nivel de satisfacción fue de 87 por ciento.

En cuanto al Programa de Mantenimiento y Deshabitación con Metadona, se atendió a 337 pacientes. En total se ministró la cantidad de 41 mil 246.25 tabletas.

El 50 por ciento de los pacientes presentaron algún diagnóstico, destaca la infección por VIH en 4 por ciento de los pacientes, y de hepatitis C en 42 por ciento, 4 personas infectadas por cada 10. Otras enfermedades frecuentes fueron problemas metabólicos, endócrinos, digestivos, infecciosos y de la piel.

Se entregaron mil 750 paquetes sanitarios que incluyeron preservativos, jeringas estériles, almohadillas impregnadas de alcohol y agua inyectable.

Investigación

El Programa de Investigación 2021 comprende la conclusión de 19 estudios; en el trimestre enero-marzo se concluyeron los siguientes:

Sistema de Información Epidemiológica del Consumo de Drogas, reportes del segundo semestre de 2020. Resultados basados en datos de 6 mil 42 usuarios de drogas ilícitas atendidos en CIJ entre julio y diciembre de 2020. Se observa una razón de cuatro hombres por cada mujer, una edad promedio de 26.8 años, una media de edad de 15 años en el inicio del uso de tabaco y alcohol y de 17.5 en el de drogas ilegales. Las drogas de mayor consumo alguna vez en la vida fueron alcohol (89.2 por ciento), tabaco (85.0 por ciento), cannabis (81.4 por ciento), cocaína (51.8 por ciento)

y metanfetaminas (49.1 por ciento). Las drogas de mayor impacto fueron metanfetaminas (35.9 por ciento), marihuana (23.5 por ciento) y alcohol (16.1 por ciento).

Motivos de consulta y problemas asociados en consultas en el sistema de mensajería instantánea de CIJ durante COVID-19. Estudio cualitativo del contenido de los mensajes enviados por 12 casos solicitantes de atención mediante WhatsApp. En general, se observan manifestaciones de depresión, ansiedad y estrés agudizadas por las condiciones de restricción y confinamiento, así como ansiedad y recaídas ante la interrupción de tratamientos farmacológicos para los problemas de consumo. Se reportan fuertes sentimientos de vulnerabilidad y temor a posibles contagios, lo que deriva en algunos casos en ideas paranoides. De manera coincidente, los adultos expresan sentimientos de impotencia para controlar la movilidad y salidas por parte de los familiares con los que se habita.

Proyectos en colaboración

Se colabora con institutos de salud e instituciones de educación superior; en este caso, se trabajó con el Instituto Nacional de Cancerología, con el Instituto Nacional de Psiquiatría “Ramón de la Fuente Muñiz” y con la Universidad Autónoma de Aguascalientes en el desarrollo de cuatro estudios, y se entabló contacto con investigadores de la Universidad Veracruzana y el Instituto Nacional de Medicina Genómica para el desarrollo de otros estudios posibles.

Unidad de Investigación Científica en Adicciones (UICA)

Inició la tercera fase del levantamiento de información, mediante instrumentos digitalizados, del proyecto “Patología Dual en usuarios de drogas en tratamiento” y se prepara una encuesta de consumo de drogas con una muestra probabilística de estudiantes de la Universidad Autónoma de Nayarit.

Producción Editorial

Se integró el volumen 7, número 1, de la *Revista Internacional de Investigación en Adicciones*, y se inició la preparación del número 2.

Publicaciones

Se aceptó la publicación del artículo “Validity of the inventory of perception of personal relationships and biopsychosocial well-being in young adults in treatment for drug use” en la revista *Drug and Alcohol Abuse*.

Enseñanza

Se actualizó y capacitó a 6 mil 178 profesionales de la salud a través de 80 actividades de capacitación y enseñanza, 737 corresponden a personal que labora en la institución y 5 mil 441 a profesionales de organismos afines. Concluyeron dos programas académicos con 27 asistentes y se encuentran en proceso ocho programas con 99 participantes.

ACTIVIDADES	CONCLUIDAS	ASISTENTES	CURSOS EN PROCESO	ASISTENTES EN PROCESO
Diplomados	1	12	4	51
Maestrías	1	15	4	48
TOTAL	2	27	8	99

Con el fin de dar respuesta a la necesidad de capacitación del personal de salud durante la contingencia, se diseñaron los cursos: Primeros Auxilios Psicológicos; Atención de la violencia familiar en el contexto de COVID-19; Duelo por muerte durante la pandemia COVID-19; Prevención del maltrato a niñas, niños y adolescentes en casa en tiempos de COVID-19; Prevención de adicciones y violencia en educación media y superior; Maltrato a niños, niñas y adolescentes en casa en tiempos de COVID-19 y Atención a Personas Adultas Mayores en tiempos de COVID-19. También se ofreció el diplomado: Género, violencia familiar y adicciones. En el periodo se impartieron 5 mil 414 cursos gratuitos en línea.

Adicional a ello, se ofreció orientación para el duelo en la familia por COVID-19 a 3 mil 411 personas a través de una página especial destinada para ello.

Servicio Social de Médicos

En coordinación con la Facultad de Medicina, la Facultad de Estudios Superiores Zaragoza de la Universidad Nacional Autónoma de México y la Universidad del Valle de México, se recibió a la generación 2021-2022 de 56 médicos de Servicio Social; las plazas se asignaron a 32 Unidades en siete estados, incluyendo la Ciudad de México y el Estado de México. Con el apoyo de la Fundación Carlos Slim, se obtuvieron becas para estudiantes provenientes de universidades públicas. Como parte de su capacitación, se impartieron los cursos en línea “Inducción a la Institución”, “Curso Propedéutico para el Servicio

Social de Medicina” y “Guía de intervención mhGAP”.

A partir del mes de marzo de 2020 y continuando con la emergencia sanitaria, los 56 médicos en servicio social han trabajado a distancia, brindado atención de tratamiento de manera telemática, entrevistas iniciales, historias clínicas médicas, consejo breve para tabaco y alcohol; también han desarrollado actividades de centro de día y farmacoterapia. Adicional a ello, han elaborado actividades de apoyo en redes sociales con contenidos relacionados con su formación profesional realizando transmisiones en Facebook Live, infografías sobre la COVID-19 y estilos de vida saludable.

Estándar de Competencias

Se realizaron 129 procesos de evaluación y certificación en el Estándar de Competencia EC0769 Implementación de estrategias informativas para la prevención del consumo de drogas en población de 12 a 17 años.

Biblioteca

Se ofrecieron 15 mil servicios de información, 8 mil 310 corresponden a consultas en la Biblioteca Virtual en Adicciones. Además de México, se registraron accesos de otros países, como Perú, Bolivia, Colombia, Ecuador y Estados Unidos. El acervo bibliográfico está conformado por 9 mil 300 libros.

Patronatos

De los 3 mil 728 voluntarios, 738 personas son patronatos. Durante el primer trimestre se iniciaron las gestiones

para obtener o ratificar apoyos con los gobiernos estatales o municipales y cubrir los distintos servicios de los CIJ.

Para este periodo se concertaron 76 becas o plazas comisionadas de equipo médico-técnico, administrativo, de servicios generales o de seguridad.

Con relación al fortalecimiento de la infraestructura, en Jalisco se llevó a cabo la ceremonia de Arranque de Obra de la Unidad de Hospitalización de Mujeres en Tlajomulco de Zúñiga, y además se logró otro donativo para su edificación. Escuinapa terminó con la construcción de la barda perimetral del CIJ, y sólo está pendiente el recubrimiento, y Los Cabos continúa con la obra del aula de usos múltiples.

Respecto a la obtención de equipos de cómputo para operar el Sistema de Información 3.0; 22 centros cuentan ya con 106 equipos. Los Patronatos de Nuevo León, UH Zapotlán el Grande y Zamora los adquirieron en este primer trimestre; y Aguascalientes, Celaya, Colima, Ciudad del Carmen, Culiacán, Durango, Ixtapa Zihuatanejo, La Paz, La Piedad, Los Mochis, Manzanillo, Mazatlán, Nautcalpan, Puebla, Tecmán, Torreón y Zacatecas también ya lo hicieron.

En apoyo a la seguridad de los CIJ, 6 Unidades: Cancún, Mazatlán, Manzanillo, Monterrey, Salamanca, y Torreón tienen cámaras de videovigilancia, y 9 centros: Celaya, Ciudad del Carmen, Huatulco, Ixtapa Zihuatanejo, la UH Ecatepec, La Piedad, Oaxaca, Tehuacán y Zamora, cuentan con 15 personas de vigilancia. Adicionalmente Aguascalientes, Celaya, Chetumal, Guamúchil, Texcoco, La Piedad, y Salamanca lograron el

monitoreo, patrullaje, rondines, botones de seguridad o el pago de servicios de alarma.

De igual forma, los Patronatos colaboran con el mantenimiento, mobiliario y equipo para las Unidades, y con la adquisición permanente de recursos para la protección de las Unidades ante la contingencia por la pandemia por COVID-19.

Yucatán y Zacatecas organizaron, vía Facebook Live, entrevistas con la directora general de CIJ. Asimismo, con el apoyo de los Patronatos, continúa la difusión de los servicios.

Cabe señalar que la Señora Kena Moreno mantiene contacto permanente vía telefónica con los presidentes de todas las mesas directivas de los Patronatos y está realizando reuniones semanales con cada uno de ellos.

Relaciones Internacionales

En el periodo, la institución participó en las siguientes actividades:

- Foro Juvenil 2021 de la ONU, donde participaron dos integrantes del programa Jóvenes Construyendo el Futuro y una voluntaria de CIJ como representantes de México.
- Presentación del Informe Mundial 2020 de la Junta Internacional de Fiscalización de Estupefacientes (JIFE).
- Participación en la 8ª. Ronda de Evaluación del Mecanismo de Evaluación Multilateral (MEM) de la CICAD/OEA.
- Reunión con la CICAD para colaborar en el programa virtual de habilidades sociales y emocionales para jóvenes "Socioemocionante".
- Segunda Reunión Virtual sobre diseño e implementación de líneas

telefónicas de ayuda sobre drogas organizado por la CICAD.

- Reuniones de trabajo en representación de México en el proyecto "Niños cuyos padres usan drogas" del Grupo Pompidou del Consejo de Europa.
- Reunión virtual con el representante de la Oficina de Asuntos Antinarcoóticos y Aplicación de la Ley de la Embajada de Estados Unidos en México, para continuar con la colaboración entre ambas instituciones.
- Contacto e intercambio permanente con la Sociedad Internacional de Profesionales del Uso de Sustancias (ISSUP) y la Comisión Interamericana para el Control del Abuso de Drogas (CICAD/OEA).
- Capacitación de ISSUP con la Universidad de Praga en el curso piloto en línea de Introducción a la Prevención Basada en Evidencia (INEP Plus).
- Participación en seminarios en línea realizados por la UNODC, OMS, OPS, CICAD, ISSUP, Grupo Pompidou, Movedi International, entre otras instancias internacionales.

Tecnologías de la Información

- Se implementó el Sistema CIJ 3.0 en las Unidades Operativas. Inició con 800 usuarios de los perfiles médico, psicología, enfermería, trabajo social, químico y directores de unidades operativas.
- Se actualizaron las pantallas y procesos de acuerdo con las solicitudes de las áreas usuarias.
- Inició la capacitación al personal del Departamento de Siste-

mas para la administración del sistema.

- Se actualizaron los sitios web de Biblioteca, Portal del Voluntario, Portal de Tratamiento, Jóvenes en Acción, EBCO, Portal del Vocero CIJ y Portal de Enseñanza.
- Se dio atención al Sistema Integral de Información Estadística, Expediente Clínico Electrónico, Agenda Electrónica, Sistema de Inventario de Almacén, Control de Metadona, Sistema de Aportaciones de la Comunidad, Mesa de Servicios de TICs, Mesa de Servicio de Empleo y Política Salarial, Mesa de Servicios de Movilización Comunitaria, Farmacia, Insumos de Tratamiento, Sistema de Activo Fijo, Recibos y formatos de Nómina, y se desarrolló la aplicación Datos Empleado.
- Se transmitieron en vivo en el canal de Facebook los eventos de la Dirección General, y de las Direcciones de Tratamiento, Prevención, y de las unidades operativas.
- Se crearon las notas clínicas de mhGAP de Intervención y Derivación.
- Se realizaron 492 videoconferencias de las diferentes áreas y Unidades Operativas.
- Se atendieron 457 reportes mediante la herramienta de acceso remoto TeamViewer.

Aportaciones de la comunidad

Se estima que las aportaciones recibidas de la comunidad en servicio y especie equivalen a \$68'100,278.65 millones de pesos. Destacan inmuebles en comodato y las horas persona del voluntariado.

CIJ premió a los ganadores de la dinámica

TE RETO A



DEJAR DE FUMAR

Solo cosas buenas pasan cuando dejas de fumar

En total se obtuvieron más de 2 mil registros y participaron 505 embajadores de la salud

Angela Rosas Núñez

Departamento de Difusión y Ediciones

En el marco del Día Mundial sin Tabaco, Centros de Integración Juvenil se unió a esta conmemoración que promueve la Organización Mundial de la Salud, celebrada cada 31 de mayo, y que este año llevó el lema “Comprometerse a dejar el tabaco”. Para la OMS, una de las prácticas más importantes para lograr reducir la demanda y el consumo de tabaco consiste en promover los servicios de ayuda disponibles para dejar este hábito.

En este contexto, CIJ realizó la dinámica “Te reto a dejar de fumar”, con el propósito de fungir como embajador por la salud e incentivar a amistades o conocidos que deseaban dejar de fumar a contestar un breve test para identificar su nivel de consumo y motivarlos a registrarse para recibir atención especializada en línea. De esta forma, las tecnologías de la información y comunicación facilitaron a las personas inscritas a dar el primer paso para un cambio positivo en sus vidas.

La inscripción estuvo disponible del 6 al 31 de mayo. Los premios para los tres primeros lugares fueron de 5 mil, 3 mil y 2 mil pesos en efectivo, respectivamente.

El primer lugar lo consiguió Mónica Soledad Peña Pacheco, trabajadora social de la Unidad de Medicina Familiar núm. 14 del Ins-



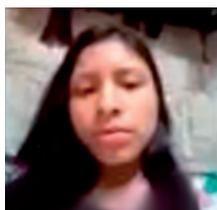
Mónica Soledad, ganadora del primer lugar de la dinámica.

tituto Mexicano del Seguro Social (IMSS) y voluntaria del CIJ Cancún; el segundo lo obtuvo Nelyda Lizzeth Espinoza Guerrero, becaria del programa “Jóvenes Construyendo el Futuro” en el CIJ Los Mochis, y el

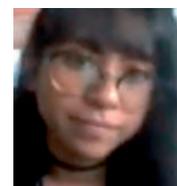
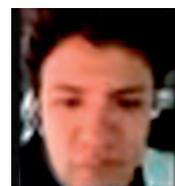


Nelyda Lizzeth consiguió el segundo puesto.

tercero fue para María Victoria Díaz Jiménez, estudiante del sexto semestre de la carrera de Enfermería en el Conalep núm. 171 y voluntaria del CIJ Tuxtla Gutiérrez.



María Victoria obtuvo el tercer lugar.



Los voluntarios Raymundo Isaí y Karen Arely obtuvieron menciones por el cuarto y quinto lugar.

Raymundo Isaí Flores Bautista y Karen Arely Antonio Reséndiz, ambos de la Ciudad de México, recibieron menciones de cuarto y quinto lugar. Las once unidades de CIJ que obtuvieron el mayor número de registros, y donde los pacientes ya reciben tratamiento, fueron: Cancún, Aguascalientes, Los Mochis, Iztapalapa Oriente, Tuxtla Gutiérrez, Tapachula, Reynosa, Pachuca, Guasave, Guanajuato y Benito Juárez. En total se obtuvieron 2 mil 59 registros y participaron 505 embajadores de la salud.

La ceremonia fue encabezada por el comisionado nacional contra las adicciones, doctor Gady Zabicky Sirot; la señora Kena Moreno, fundadora de CIJ y vicepresidenta vitalicia del Patronato Nacional, y la doctora Carmen Fernández Cáceres, directora general de CIJ.



El comisionado nacional contra las adicciones encabezó la ceremonia de premiación.

Los daños a la salud generan altos costos

El doctor Zabicky Sirot comentó que uno de los problemas que surgen con la epidemia de tabaquismo que existe en México es que a la Secretaría de Salud —en lo que respecta a hospitales, sueldos, cirugías, quimioterapias y estudios— le cuesta alrededor de 73 mil millones de pesos atender los daños a la salud que causa el tabaquismo en nuestro país, mientras que la industria del tabaco paga aproximadamente 43 mil millones de pesos al gobierno mexicano en impuestos. Expresó que con la iniciativa de “Te reto a dejar de fumar”, además del bien que se ha hecho a las personas que inician tratamiento, también se ha beneficiado a la Secretaría de Salud, ya que le evitará el costo de atención de aquellas personas que cuidarán mejor de sí mismas y no ingresarán a pabellones de cáncer de pulmón o cardiovasculares.

“La Secretaría de Salud gasta 73 mil millones de pesos para atender los daños de la salud que causa el tabaquismo”: titular de Conadic

El doctor puntualizó que “la atención primaria a la salud requiere que dejemos el escritorio y vayamos al territorio. Literalmente hay que hacer una labor de convencimiento, darles razones lógicas a las personas sobre

por qué es mejor, en este caso, dejar de fumar”. Recalcó que “es nuestro trabajo llevar este conocimiento, ser psicoeducadores de las familias, las comunidades y las personas en sus propias localidades”.

Finalmente, manifestó su expectativa de que esta dinámica continúe para invitar a la población a que siga las indicaciones de los sanitaristas y se apegue a las políticas de salud que tratan de mejorar las condiciones de vida de todos los ciudadanos y ciudadanas. Consideró que es muy bueno hacer ver a la gente lo importante que es invitar a los demás a recibir atención especializada, a dar la explicación pertinente, porque, en primer lugar, no saben qué tan enfermos están por su tabaquismo y, en segundo lugar, no saben bien cómo ni a dónde acudir para recibir tratamiento.



La fundadora de CIJ resaltó la aportación de los participantes en el reto.

La señora Kena Moreno felicitó a los organizadores de la premiación y a sus asistentes. Manifestó que a través de esta se ha podido apreciar la importante labor de CIJ para el bienestar de las personas y dijo sentirse muy contenta y satisfecha por los resultados obtenidos.

La doctora Fernández Cáceres explicó que “Te reto a dejar de fumar” surgió de conjuntar la iniciativa de la OMS para comprometer a la población a dejar el tabaco durante la pandemia por COVID-19 y la página Autodiagnóstico que CIJ desarrolló en el último año. Se planteó la posibilidad de que las personas ya registradas en la página animaran a sus conocidos



La directora general de CIJ invitó a visitar la página web de Autodiagnóstico.

a realizar el autodiagnóstico, y a la vez premiar este trabajo de convencimiento y ayuda. Detalló que en el mundo hay 780 millones de personas que quieren dejar de fumar y no lo logran; 30 por ciento porque no puede acceder a los servicios o porque no encuentra ayuda profesional. Desde hace muchos años, en CIJ se han instaurado clínicas para dejar de fumar en varias zonas del país, tanto en los centros como en la red de servicios del IMSS.

Test de Autodiagnóstico para evaluar la salud

La directora general de CIJ señaló que la enfermedad del tabaquismo provoca 8 millones de muertes al año y, para recalcar la magnitud de esto, apuntó que se han registrado 3 millones 700 mil muertes por COVID-19 —en nuestro país casi 230 mil personas—, cifras que nos alarman sobremanera, pero el tabaco provoca más del doble al año: “De aquí la importancia de ayudar a la gente a que no vaya dejando la vida poco a poco”. Por ello, Centros de Integración Juvenil cuenta con la página de Autodiagnóstico, donde se encuentra una serie de evaluaciones para alcohol, tabaco, drogas, depresión, ansiedad y violencia doméstica. Hasta ahora, más de 32 mil personas se han autoaplicado esta herramienta y 3 mil 195 han solicitado un servicio terapéutico; la mayoría, 2 mil 197, ha sido por tabaco. Este incremento se debe a la actividad “Te reto a dejar de fumar”, ya que muchas personas ingresaron



El director normativo de CIJ también participó en la ceremonia virtual.

gracias a los participantes, a quienes extendió sus felicitaciones y agradecimientos.

En representación de los ganadores, Mónica Soledad Peña Pacheco agradeció a CIJ por la coordinación que ha tenido con el IMSS en lo que respecta a la canalización directa de pacientes para una atención integral. Expresó su satisfacción al saber que algunas de las personas que realizaron el autodiagnóstico ahora reciben tratamiento, “ya que dejar una adicción les puede cambiar la vida”.

Con un clic se identifica el nivel de consumo

El microsítio de Autodiagnóstico está disponible para toda la población, la persona puede ingresar desde cualquier dispositivo móvil o equipo de cómputo para llevar a cabo su evaluación. El acceso y la navegación son sencillas y amigables, y los resultados se obtienen de forma inmediata. Es una opción para que los usuarios

puedan identificar sus niveles de consumo de sustancias y el riesgo asociado a éstos, así como la necesidad de intervención especializada por parte de profesionales de la salud. Aunado a esto, se ponen a disposición de las personas todos los medios de contacto a través de los cuales pueden solicitar apoyo: WhatsApp, Facebook, correo electrónico, línea telefónica de CIJ Contigo y toda la red de atención de Centros de Integración Juvenil. Quienes deseen ser contactados para recibir tratamiento, pueden dejar sus datos en un breve formulario, al cual se puede acceder a través de este enlace: <https://bit.ly/3aNfCSK> o escaneando el código QR:



La directora de Prevención de CIJ coordinó la dinámica.

En el evento también estuvieron presentes, en representación de la maestra Dayra Vergara Vargas, coordinadora de Jóvenes Construyendo el Futuro, el maestro Neftalí Said Pérez González, director general de Asistencia Territorial del programa Jóvenes Construyendo el Futuro; en representación de la doctora Célida Duque Molina, directora de Prestaciones Médicas del IMSS, el doctor Manuel Cervantes Ocampo, titular de la Coordinación de Atención Integral a la Salud en el Primer Nivel de Atención; en representación del maestro Enrique Ku Herrera, director general del Colegio Nacional de Educación Profesional Técnica, el maestro José Antonio Gómez Mandujano, secretario de Servicios Institucionales. Por parte de CIJ, se contó con la participación del doctor Ricardo Sánchez Huesca, director normativo de CIJ, y la licenciada Miriam Carrillo López, directora de Prevención, además de los directores de los CIJ ganadores.

La fundación Alfredo Harp Helú para el deporte entregó una medalla a CIJ por su labor en la atención de las adicciones

En la segunda jornada del Programa Nacional de Activación Física participaron 160 voluntarios de CIJ como promotores deportivos y se inscribieron más de 2 mil personas

*Norma Araceli García Domínguez
Departamento de Difusión y Ediciones*



La directora general de CIJ agradeció el apoyo de la FAHHD con las rutinas y los materiales que conformaron el Programa.

Reconocimiento a CIJ

El doctor Daniel Aceves Villagrán, director de la Fundación, resaltó que CIJ ha sido un referente a nivel nacional e internacional en el tema de la atención del consumo de drogas, también reconoció la destacada labor de sus especialistas y de las metodologías de tratamiento y rehabilitación que se implementan en sus 120 unidades operativas.

Asimismo, enfatizó que durante el confinamiento que se ha vivido desde el año pasado, la institución se ha mantenido al servicio de la sociedad y resaltó la importancia de fortalecer los lazos institucionales para atender esta problemática.

Informó que, como parte del Programa Nacional de Activación Física, del 16 de marzo al 22 de junio se llevó a cabo la segunda jornada, en donde se promovió el fomento del deporte y la cultura física en todo el país como elementos indispensables en el desarrollo de estilos de vida saludables y de la paz. Indicó que

Por su labor y 52 años de experiencia en la prevención, tratamiento, rehabilitación e investigación de las adicciones en el país, la Fundación Alfredo Harp Helú para el Deporte otorgó una medalla a Centros de Integración

Juvenil, la cual fue recibida por la doctora Carmen Fernández Cáceres, directora general, en el marco de la ceremonia de entrega de reconocimientos a los promotores deportivos que participaron en el Programa Nacional de Activación Física.



Héctor Mora compartió su testimonio como promotor deportivo.

derivado del aislamiento sanitario se ha incrementado el desarrollo de enfermedades no transmisibles como diabetes, sobrepeso, hipertensión, cardiopatías, así como de las adicciones. Es por ello, afirmó, que de manera conjunta la Fundación y CIJ han puesto en marcha la práctica de actividad física y deportiva en casa, cuyo objetivo principal fue establecer hábitos saludables que permanezcan.

El deporte, parte esencial de la rehabilitación

La doctora Carmen Fernández Cáceres, directora general de Centros de Integración Juvenil, indicó que el deporte es un elemento fundamental en la prevención y la rehabilitación de las adicciones, pues la práctica genera endorfinas que mantienen a la persona en un estado de felicidad, además se requiere disciplina y habilidades que los pacientes retoman al recuperarse de una adicción. En ese sentido, explicó que en todas las unidades operativas de CIJ se realizan actividades deportivas y culturales, además se ofrece capacitación para el trabajo para que los pacientes rehabilitados puedan reintegrarse a la sociedad.

“Además de la terapia con especialistas en la salud mental, todas estas actividades son necesarias y complementarias, pues generan estilos de vida saludables y han mostrado efectividad en lo preventivo y en lo curativo”, manifestó. La doctora Fernández informó que en estas

jornadas de activación se inscribieron 2 mil 200 personas en todo el país y participaron 159 voluntarios de CIJ que fungieron como promotores deportivos.

Testimonios de los promotores deportivos

El promotor deportivo de la Fundación, Héctor Mora Méndez, señaló que le resultó muy gratificante implementar los ejercicios que forman parte del Planeador de Activación Física, una herramienta que la fundación promueve para ayudar al desarrollo físico y mental, y subrayó la importancia de difundir por todo el país el deporte como una medicina preventiva que mejore la salud de niños, jóvenes, adultos y personas mayores.

Manuela Castrejón Cimental, aprendiz de Jóvenes Construyendo el Futuro del CIJ Durango, afirmó que formar parte de esta activación le ayudó a mejorar su concentración y capacidad mental, “cada día los ejercicios mejoraban mi cuerpo y mi mentalidad dio un cambio para llevar una vida más saludable. Es muy importante que la activación física sea una disciplina y no sólo se realice de manera esporádica”, enfatizó.

Iván García Guerrero, aprendiz de Jóvenes Construyendo el Futuro del CIJ Gustavo A. Madero Oriente, aseguró que fue un orgullo compartir esta experiencia y aprendizaje con adultos mayores, niños y jóvenes, y conocer diferentes maneras de fomentar el deporte.

Carlos Aguilar, promotor deportivo de la Fundación Alfredo Harp Helú, dirigió la ceremonia virtual. En el evento, que tuvo lugar en la Unidad de Hospitalización Naucalpan, también se contó con la presencia de la licenciada Miriam Carrillo López, directora de Prevención de CIJ; la doctora Ana Luz Ramírez, directora de la UH, así como de integrantes de la FAHH.



Pacientes de CIJ durante una actividad física.



Autoridades de la Fundación Alfredo Harp Helú para el Deporte y de CIJ encabezaron la ceremonia.



El director de la Fundación, Daniel Aceves Villagrán, afirmó que el deporte es un elemento indispensable en el desarrollo de estilos de vida saludables y de la paz.



HABLEMOS DE DROGAS

la información
salva vidas

Dra. Carmen Fernández Cáceres
Directora General de CIJ
Mtro. José Luis Benítez Villa
Subdirección de Movilización Social y Proyectos Especiales

El 26 de junio se conmemora el Día Internacional de la Lucha contra el Uso Indebido y el Tráfico Ilícito de Drogas. Se trata de una fecha establecida hace 34 años por la Asamblea General de las Naciones Unidas para expresar la determinación de los Estados miembros a fortalecer la acción y cooperación para lograr una sociedad global libre del abuso de estupefacientes. En el marco de esta fecha conmemorativa, cada año la Oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito (UNODC, por sus siglas en inglés) selecciona un lema, lanza campañas para crear conciencia sobre el problema mundial de las sustancias adictivas y publica el Informe Mundial sobre Drogas.

El lema para este año es “Hablemos de drogas, la información salva vidas”; una consigna que invita a dejar de lado el tabú que generan estos temas y hablar abiertamente sobre las drogas, sobre todo con las y los jóvenes, quienes están más expuestos a este peligro. El objetivo es combatir la desinformación y promover el intercambio de datos sobre las drogas, desde los riesgos para la salud y soluciones para abordar este problema, hasta la prevención, tratamiento y atención basada en evidencia. En este sentido, el lema no podría ser más pertinente, pues la pandemia por COVID-19 nos ha dado una lección sobre la manera en que gestionamos la información y la importancia de contar con datos fiables que nos apoyen en la toma de decisiones.

El Informe Mundial sobre Drogas ofrece una visión global con relación

a la oferta y demanda de sustancias, así como su impacto en la salud. Tiene el objetivo de fomentar una mayor cooperación internacional para contrarrestar el impacto de las drogas en la salud, gobernanza y seguridad, pero también para ayudar a los países a anticipar y abordar los desafíos que puedan surgir en el futuro.

**Se estima que
275 millones de
personas en todo el
mundo utilizaron
drogas durante el
último año y más de
36 millones sufrieron
trastornos asociados a
su consumo.**

El aumento en la utilización de drogas se puede deber, como lo demuestran diferentes investigaciones, a que cada vez hay una menor percepción de los riesgos que trae consigo. La cannabis es un ejemplo muy claro, pues la proporción de adolescentes que perciben esta droga como nociva ha disminuido en 40 por ciento en los últimos 20 años. Al mismo tiempo, preocupa que la potencia de los productos de cannabis se ha cuadruplicado en los Estados Unidos y duplicado en Europa. El porcentaje de THC, principal componente psicoactivo de la cannabis, pasó de 4 a 16 por ciento entre 1995 y 2019, y de 6 a 11 por ciento en Europa, en el mismo periodo. Lo anterior, deja en

evidencia la imperiosa necesidad de acortar la brecha entre la percepción y la realidad de lo que sucede cuando se consumen drogas, y educar a la población para proteger la salud individual y colectiva.

Nuevas drogas, amenaza a la salud pública

Por otro lado, el mercado de drogas está en constante evolución y las nuevas sustancias psicoactivas (NSP) representan un desafío clave para los gobiernos. A las sustancias de origen vegetal (como cannabis, cocaína y heroína), se han sumado cientos de drogas sintéticas menos conocidas por la población y que pueden significar una amenaza para la salud pública. Las NSP son un grupo de drogas diseñadas para imitar en su estructura química y efectos a las drogas ilícitas existentes, como cannabis, cocaína, MDMA (éxtasis) y LSD. Se trata de sustancias que al ser “nuevas” no están sujetas a regulación internacional y son esos vacíos legales los que se aprovechan para su comercialización. En la última década, ha habido un aumento de la diversidad de NSP que se pueden encontrar, así como un alto nivel de innovación en la mismas. Hasta diciembre de 2020, la UNODC tenía registro de más de mil 47 NSP en el mundo; la mayoría de estas drogas son estimulantes, seguidos de cannabinoides sintéticos que inicialmente se comercializaron como “Spice”, cuando aparecieron por primera vez en 2008. Asimismo, la lista de NSP incluye a los opioides sintéticos,



que en América del Norte han contribuido de forma considerable a la crisis de opioides. Esta clasificación se basa en los efectos de las sustancias, pero en el mercado son conocidas como “drogas de diseño”, “euforizantes legales”, “hierbas euforizantes”, “sales de baño” y “drogas de club”.

Los peligros de las NSP

Los peligros de las NSP varían en su intensidad y consecuencias para la salud, y dependen de diferentes factores relacionados con la clase y grupo de sustancia, estructura química y características del usuario. En general, sus efectos secundarios van desde convulsiones hasta agitación, agresión, psicosis aguda y la posibilidad de desarrollar dependencia. Sin embargo, muchos de sus efectos son inciertos, incluida su toxicidad, potencial carcinogénico y repercusiones a largo plazo, pues a menudo, se desconoce la pureza y composición de los productos que contienen estas drogas, lo que pone a los usuarios en alto riesgo.

El Informe Mundial sobre Drogas también alerta del aumento de las ventas de estupefacientes en Internet, en la llamada “red oscura”. Hoy en día, este mercado contabi-

liza millones de dólares y plantea una transformación de los patrones de distribución y consumo de drogas en todo el planeta. La cannabis es la droga que genera más ventas en dicha red, mientras que la mayor actividad comercial en los motores de búsqueda tradicionales de Internet es acaparada por las NSP y los precursores utilizados para la fabricación de drogas sintéticas.

La innovación tecnológica, sumada a la agilidad y adaptabilidad de quienes utilizan las nuevas plataformas digitales para vender drogas, puede dar como resultado un mercado globalizado en el que se podría obtener más sustancias en más lugares; es decir, las drogas serían cada vez más accesibles. Por ello se requiere una respuesta global donde los países tengan la capacidad de investigar delitos en Internet, como el narcotráfico, y combatan el flujo financiero ilícito del tráfico de drogas.

Además, a los desafíos emergentes se suman las problemáticas de antaño. Si bien el mayor incremento del consumo de drogas se observa entre los jóvenes, debemos estar atentos de la forma en que las mujeres están igualando poco a poco las prevalencias de consumo respecto a los hombres. El uso combinado de drogas

es cada vez más frecuente y plantea grandes riesgos para la salud de jóvenes y adultos. Lo que cobra mayor relevancia frente a los cambios en las políticas de drogas en nuestro país con la reciente anulación de los artículos de la Ley General de Salud que impiden el consumo “recreativo” de la cannabis. Por otra parte, el uso sexualizado de sustancias parece convertirse en una cultura del ocio, que puede favorecer la transmisión de enfermedades infecciosas, como VIH o hepatitis C; embarazos no planificados y es capaz de contribuir a la violencia. Asimismo, a medida que la población está envejeciendo, hay un grupo “invisible” de adultos mayores que son consumidores de sustancias y que necesitarán atención especializada.

La información, respaldada por la ciencia

El panorama que describe el nuevo informe sobre las drogas no es alentador, pero el marco de la conmemoración del Día Internacional de la Lucha contra el Uso Indebido y el Tráfico Ilícito de Drogas representa una oportunidad para difundir un espíritu de solidaridad compartido para afrontar los nuevos retos. Una forma de encarar el problema de las adicciones es a través de la información, es así que la campaña de este año invita a todas las personas a adoptar una postura firme contra la desinformación y las fuentes que no son fiables. Combatir la información errónea sobre los efectos del consumo de drogas es crucial para que cada persona, especialmente las y los jóvenes, puedan tomar decisiones basadas en una percepción precisa de los riesgos. Al mismo tiempo, se invita a que como población nos comprometamos a compartir sólo datos reales sobre las drogas, que estén respaldados por la ciencia, y de esta manera, contribuir a salvar vidas.



Arrancó la segunda generación del programa



Guillermo Santiago dirigió el inicio de las actividades del programa.

La generación 2021 del programa “ConTacto Joven Red Nacional de Atención Juvenil” dará un servicio de atención directa a través de la plataforma U-Report de Unicef

Angela Rosas Núñez
Departamento de Difusión y Ediciones

han realizado, a su compromiso y su convicción por el bienestar popular y colectivo, es posible dar continuidad a la plataforma.

Instituciones participantes

El licenciado también dirigió sus agradecimientos a cada institución, funcionario y funcionaria que decidieron sumarse sin miramientos al programa:

- Servicios de Atención Psiquiátrica (SAP)
- Consejo Nacional de Salud Mental (Consame)
- Comisión Nacional Contra las Adicciones (Conadic) de la Secretaría de Salud
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (Unicef)
- Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM)
- Centros de Integración Juvenil (CIJ)

Expresó que “ConTacto Joven” se está convirtiendo en un referente internacional del cuidado de la salud mental de las personas jóvenes. Convocó e invitó a que se siga trabajando de manera colaborativa e intensa por el bienestar de la juventud y a que el programa —que inició de manera muy pronta y espontánea debido a la pandemia— se quede de manera permanente como una acción del gobierno de México para el cuidado de las y los jóvenes. Remarcó que la nueva generación tiene un reto muy grande que superar; hay problemas y desafíos enormes en el país relacionados con las violencias, las cuales se intensificaron debido a que, lamentablemente, gran parte de los agresores viven bajo el mismo techo. Además, se encuentran los temas del estrés y el reconocimiento de las emociones, el validar lo que sentimos. Aseveró que, por mucho tiempo, sentir fue estigmatizado.

Para inaugurar los trabajos de la plataforma “ConTacto Joven Red Nacional de Atención Juvenil”, Guillermo Rafael Santiago Rodríguez, director general del Instituto Mexicano de la Juventud (Imjuve), declaró que el proyecto tiene como objetivo central brindar acompañamiento, espacio de escucha y diálogo a las juventudes de todo el país. Puntualizó que el cuidado de la salud mental es fundamental e indispensable para que nuestra sociedad tenga bienestar, y agradeció a las y los jóvenes que han decidido sumarse a este programa de manera voluntaria, ya sea por su servicio social, prácticas profesionales o sistema de becas. Gracias al trabajo que

“Nos enseñaron a no sentir, a bloquear ciertas emociones, a no permitirnos ser humanos, y ahora eso está cambiando, y necesitamos ayudar a las demás personas”: director general del Imjuve

De jóvenes a jóvenes

Santiago Rodríguez celebró que el programa se elabore entre pares de joven a joven, porque permite apoyar en todos los contextos sociales, culturales y económicos por los que estamos atravesando sin una mirada atosigante, sin una mirada autocéntrica que juzgue. El acompañamiento permite llegar a la médula de los sentimientos y emociones por los que estamos pasando. Finalmente, afirmó que el Imjuve seguirá trabajando para que deje de ser un estigma el cuidado de la salud mental en toda la sociedad, pero principalmente en las juventudes. Se continuarán con los esfuerzos para lograr tener un país en el que se incluyan a todas las personas, pero principalmente a las que históricamente han sido olvidadas. La difusión de la plataforma se hará de manera intensiva a partir del mes de junio, para que todas las juventudes del país puedan enterarse de esta gran acción.

El doctor Juan Manuel Quijada Gaytán, director general de los Servicios de Atención Psiquiátrica, mencionó que con “ConTacto Joven” se busca promover la salud mental y prevenir la psicopatología. La promoción se logra a través de los jóvenes y las redes con las que cuentan



Juan Manuel Quijada explicó que el programa busca promover la salud mental y prevenir la psicopatología.

dentro de su familia, comunidad y amigos. Fomentar todos estos factores protectores nos ayuda a conservar esa salud mental aún en los tiempos que estamos pasando. Por otro lado, cuando se presentan síntomas, malestar, y se dejan de lado las cosas que nos gustan, es probable que estemos ante un padecimiento mental o psicopatología.

Hizo un llamado a los jóvenes para que éstos expresen hacia dónde debe llevarse el país. Las instituciones están dispuestas y construyen para ellos. También hizo hincapié en que lo más importante es escuchar primero; más allá de la preocupación por el qué decir, lo indispensables es escuchar primero a la comunidad, a la sociedad y a los compañeros. Aprender a escuchar propiamente, y propiciar así la expresión de las emociones, es fortalecer los factores protectores. Con todo esto, destacó, se busca prevenir, fomentar la salud mental, evitar la psicopatología y, cuando ésta llegue, actuar a tiempo.

No puede haber bienestar sin salud mental

La doctora Carmen Fernández Cáceres, directora general de CIJ, indicó que generar oportunidades para la juventud es la gran fuerza para la transformación del país. El proyecto “ConTacto Joven”, donde los jóvenes ayudan a sus iguales con apoyo psicológico, está enfocado en la prevención del malestar mental que ha dejado la pandemia; desde la depresión y los duelos no resueltos hasta



Carmen Fernández indicó que los jóvenes ayudarán a sus iguales con apoyo psicológico.

las ansiedades generadas por la inseguridad. Reafirmó que escuchar y estar cerca de los jóvenes en todo su proceso de desarrollo es lo mejor que se puede hacer y este programa contribuye a generar toda esta transformación que se busca para el país.

Cursos específicos para atender diferentes problemáticas

La doctora Fernández también comentó que la institución agradece haber sido incluido en el programa y ha participado de diferentes maneras. Tan sólo en el 2020 se le derivaron alrededor de 700 casos. Además, al igual que sus antecesores, la segunda generación de jóvenes contará con acceso a diferentes cursos creados por CIJ que han sido creados como respuesta a la pandemia. Primero se generó el curso Apoyo Psicológico, y conforme avanzó la situación se desarrollaron cursos relacionados con el duelo, la ansiedad y la violencia familiar, temas sumamente recurrentes debido al contexto que se vive. Dichos cursos tienen una duración de entre 10 y 30 horas, y los han tomado más de 20 mil personas.

La tecnología U-Report facilita la consejería

La maestra Eugenia de Diego, especialista en adolescentes y juventud de la Unicef, manifestó que el organismo fomenta la innovación y la tecnología para proteger y promover



Eugenia de Diego informó que la Unicef pone a disposición del programa la plataforma U-Report.



Adriel Noriega recordó la necesidad de centrar las políticas públicas en la juventud del país.



Jimena Cárdenas reconoció la contribución de los voluntarios para mejorar la salud mental de la población.

los derechos de niñas, niños y adolescentes. Una de las plataformas más emblemáticas que tiene para impulsar la participación y el empoderamiento de las y los adolescentes es U-Report. Esta herramienta actualmente está disponible en 64 países, incluido México, y la usan más de 11 millones de personas. En 2020, la Unicef puso a disposición del proyecto “ConTacto Joven” la tecnología de U-Report para facilitar el servicio de consejería en temas psicosociales a adolescentes y jóvenes en el contexto de COVID-19, donde este servicio es muy necesario.

De esta forma, Unicef se suma al enorme esfuerzo por involucrar también a jóvenes profesionales a reconstruir a la sociedad durante y después de la pandemia, y a su vez acerca apoyo psicosocial a todo aquel que lo necesita. Afirmó que el organismo confía en que los resultados tan positivos del 2020 continúen en 2021, y reiteró el apoyo total de la agencia durante el transcurso de la implementación de “ConTacto Joven” tanto en temas técnicos como logísticos y tecnológicos.

El maestro Adriel Noriega López, coordinador de Estrategias y Análisis de Prevención del Delito y la Reconstrucción del Tejido Social de la Secretaría de Gobernación (Segob), retomó el tema de la importancia de poner a la juventud en el centro de las políticas públicas en México. Explicó que ésta es una instrucción que también la dependencia federal ha dado a todos sus miembros, y con la que se han hecho partícipes a las

demás con las que colaboran, con el objetivo de que los jóvenes sean el pilar fundamental de la política pública: “Trabajar coordinadamente implica generar puentes de diálogo y confianza, no solamente entre las instituciones, sino también con los jóvenes”.

Aseguró que es importante brindar capacitaciones sobre salud mental a los jóvenes para que ellos, junto con las instituciones, sean responsables de la realidad social que ocurre en el país. Brindar apoyo a las problemáticas que existen en las comunidades no solamente es tarea de las dependencias y el Gobierno de México, sino que también lo es de los jóvenes. Lo que se hace desde Segob es promover la formación comunitaria, la articulación entre las personas, y para eso son necesarios agentes jóvenes que puedan llevar todos los conceptos aprendidos a sus comunidades y que fungan como replicadores de los temas que aquejan a la ciudadanía. Ésta es una apuesta por la solidaridad, por la comunicación, por generar acuerdos que permitan trabajar y reducir las problemáticas sociales, muchas asociadas al tema de la violencia y las adicciones.

La licenciada Jimena Cárdenas Márquez, coordinadora general técnica de la Secretaría de Bienestar, transmitió los saludos y felicitaciones por parte del secretario Javier May Rodríguez a todas las instituciones que han participado para poder llevar a cabo esta segunda edición de la plataforma “ConTacto Joven”. Agradeció especialmente al equipo del Imjuve y a los jóve-

nes voluntarios por realizar acciones que permiten contribuir a la mejora de la salud mental de las personas adolescentes mediante la atención a problemáticas emocionales, lo cual es indispensable en el contexto de la emergencia sanitaria.

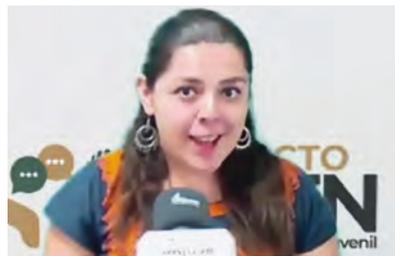


Benjamín Guerrero reconoció la importancia de esta plataforma que ayudará a los jóvenes.

El doctor Benjamín Guerrero López, jefe interino de Psiquiatría y Salud Mental en la Facultad de Medicina de la UNAM, reflexionó en que el trabajo con los jóvenes es indispensable. Cuando se presentan problemas de salud, que incluyen el bienestar físico, emocional y social, los jóvenes están en riesgo de no desarrollarse adecuadamente. Expresó que, si queremos que los jóvenes se desarrollen, tenemos que ayudarlos, tenderles la mano darles esperanza y ayudarles a tener una visión de futuro. Es por ello que, desde su punto de vista, la plataforma es una herramienta muy importante para el trabajo con los jóvenes, y una de sus grandes ventajas es que es una ayuda entre pares, entre jóvenes, y no una situación donde se impone la visión adulta.



Fidel Kalax Ruiz afirmó que se busca generar más espacios incluyentes y que promuevan el acompañamiento.



Xóchitl Mejía informó que la primera generación de “ConTacto Joven” brindó 10 mil atenciones.

Para el doctor Guerrero, la atención a la salud mental es “un caminar juntos entre alguien que tiene el conocimiento y quiere apoyar y alguien que está solicitando ese apoyo”. Espera que esto sea el inicio de otros proyectos que lleven a atender a los jóvenes de este país —porque son muchos los problemas que los rodean y les impiden alcanzar una vida productiva—, que les permitan desarrollar sus potencialidades, vivir en libertad y experimentar bienestar y satisfacción consigo mismos.

La licenciada Xóchitl Mejía Pacheco, presidenta del Consejo Ciudadano de Juventud del Instituto Mexicano de la Juventud (Imjuve), destacó que “ConTacto Joven” se formó en el 2020 con la colaboración de 630 personas jóvenes de todo el país, procedentes de diferentes carreras y universidades. Esta primera generación brindó alrededor de 10 mil atenciones.

Por su parte, el licenciado Fidel Kalax Ruíz Burguete, encargado del Despacho de la Dirección de Bienestar y Estímulos a la Juventud, informó que para este 2021 se tienen nuevas propuestas, ya que se busca generar un espacio más incluyente y donde se puedan abarcar temas específicos para el acompañamiento

de joven a joven. Con el fin de lograr esto, se ha entrado en contacto con diversas instituciones y universidades privadas, como la Universidad Tecnológica de México (Unitec) y el Centro Nacional para la Prevención y Control del VIH/sida (Censida).

Alianzas para visibilizar la importancia de la salud mental

Ruíz Burguete también señaló que se han generado alianzas con espacios públicos y privados para motivar la discusión sobre la importancia de la salud mental, entre éstos se encuentran el canal de televisión MTV y la Secretaría de Educación Pública (SEP) a través del programa “Escuela en Casa”. Por último, expresó su confianza en que este programa se mantenga a través de las administraciones.

Durante la bienvenida, se reprodujo un video promocional donde se explica lo que se espera durante el 2021 en la Red Nacional de Atención Juvenil, cómo se darán los servicios por personas jóvenes, los números de atención, con quién se trabajará y los alcances de estas colaboraciones. El video incluye información sobre la

“La salud mental de las juventudes tiene que ser una de las piezas claves para la recuperación del tejido social de nuestro país”: encargado del Despacho de la Dirección de Bienestar y Estímulos a la Juventud

atención que brinda el servicio de “ConTacto Joven”, las cuales incluyen apoyo en problemáticas emocionales, situaciones de violencia, consumo de sustancias psicoactivas, consejería en salud sexual y reproductiva, y acciones educativas. Finalmente, señala que cualquier persona entre 12 y 29 años puede enviar un mensaje vía WhatsApp para solicitar este servicio de acompañamiento psicosocial-emocional.



TECNOLÓGICO
NACIONAL DE MÉXICO



Centros de
Integración
Juvenil, A.C.

El Instituto Tecnológico Superior de Apatzingán y CIJ estrechan lazos para la prevención y el tratamiento de las adicciones

*Norma Araceli García Domínguez
Departamento de Difusión y Ediciones*

Con el objetivo de fomentar actividades de prevención y atención integral de las adicciones, prevención de la violencia, promoción de la salud mental y física y prestación del servicio social, que beneficien a la comunidad escolar, se llevó a cabo una firma de convenio entre el Instituto Tecnológico Superior de Apatzingán (ITSA) y Centros de Integración Juvenil (CIJ).

Mediante una reunión virtual, el licenciado Ulises Gabriel Rangel Cervantes, director del ITSA, afirmó que una de las tareas adicionales que se brinda en la casa de estudios es la de fomentar actividades que promuevan el sano

desarrollo, por ello resaltó la importancia de concretar vínculos con instituciones como CIJ, que cuenta con más de 50 años de experiencia en la prevención, tratamiento, rehabilitación e investigación de las adicciones.

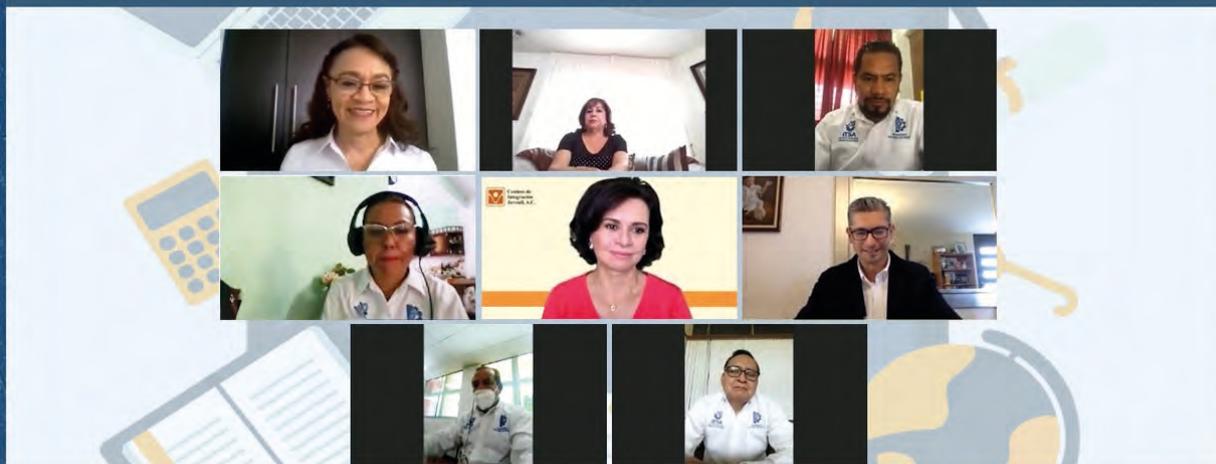
Asimismo, agradeció la disposición para el mecanismo de colaboración y coordinación que será un gran aporte para los estudiantes que deseen realizar su servicio social o prácticas académicas en la institución, y que además tengan acceso a la capacitación que ofrece CIJ.

La doctora Carmen Fernández Cáceres, directora general de CIJ, co-

mentó que en Michoacán se cuenta con tres unidades operativas en Morelia, La Piedad y Zamora. Indicó que desde 2019 se firmó un convenio con el Tecnológico Nacional de México y a partir de entonces se ha mantenido una importante colaboración, pues se han realizado diversas actividades en las escuelas, se han organizado cursos de prevención de adicciones en más de 55 planteles de Tierra Caliente y se inscribieron más de 500 docentes al programa de Prevención de Adicciones.

Mencionó que derivado del confinamiento, en Centros de Integración Juvenil se brindan cursos *online*

El Instituto Tecnológico Superior de Apatzingán y Centros de Integración Juvenil



Autoridades de la institución educativa y de CIJ encabezaron el acuerdo.

de prevención de adicciones donde están inscritos más de 5 mil docentes y orientadores.

Más de 20 mil personas han participado en los cursos de salud mental

Adicional a este tema, señaló que también se han desarrollado cursos para atender problemáticas como la ansiedad extrema, estrés, violencia familiar, maltrato infantil, duelo, apoyo psicológico y se realizan actividades de prevención dirigidas a estudiantes. Informó que más de 20 mil personas, en su mayoría docentes, han concluido alguna de estas capacitaciones.

La doctora Fernández afirmó que en los últimos 10 años ha aumentado el uso de metanfetaminas y la combinación de sustancias.

Explicó que en Michoacán, el uso de metanfetaminas ha aumentado en más de 60 por ciento en la última década entre los pacientes

“Se trabajará de la mano con docentes para brindar orientación a alumnos y familiares sobre temas de apoyo psicológico y salud mental, violencia y problemáticas derivadas de la pandemia, así como acerca del consumo de drogas”: directora general de CIJ

atendidos en CIJ, es la segunda droga de mayor impacto, además es una sustancia que genera en los usuarios episodios de agresividad, lo que ocasiona mayores índices de violencia.

En ese sentido, añadió que el Secretariado Ejecutivo del Sistema Nacional de Seguridad Pública dio

a conocer que el año pasado se registraron más de 1 millón 100 mil llamadas de emergencia por violencia familiar en el país; en el caso de Michoacán se han registrado más de 3 mil llamadas en lo que va del año por las mismas causas y destacó que en varias situaciones la violencia se relaciona con el consumo de alcohol y otras drogas, por ello es necesario prevenir el consumo de drogas y atenderlo de manera oportuna.

La firma de convenio fue dirigida por la directora del Centro de Integración Juvenil de Morelia, Guadalupe Contreras González. En el encuentro virtual participaron, por parte del ITSA, los ingenieros Fidel Báez Benito y Héctor Pérez Castañeda, director y subdirector académicos, respectivamente; la maestra Patricia González Heredia, coordinadora de los Sistemas de Gestión, y el licenciado Juan Manuel Olvera Santoyo, director de Vinculación. Y por CIJ, la licenciada María Alicia Ávila Rosas, presidenta del patronato en Morelia.



Centros de Integración Juvenil, A.C.



La directora general de CIJ presentó la ponencia “Tabaco y drogas emergentes entre adolescentes”

Se exhortó a la población a unirse a la dinámica “Te reto a dejar de fumar”

La Dirección General de Divulgación de la Ciencia de la UNAM organizó una conferencia virtual

Norma Araceli García Domínguez
Departamento de Difusión y Ediciones



Cuauhtémoc Solís dio la bienvenida y expuso el encuadre de la conferencia.



Itzel Hernández moderó la sesión.



Carmen Fernández aseguró que los beneficios de dejar de fumar son prácticamente inmediatos.

En el marco de la conmemoración del Día Mundial sin Tabaco, la doctora Carmen Fernández Cáceres, directora general de Centros de Integración Juvenil, presentó la conferencia “Tabaco y drogas emergentes entre adolescentes”, organizada por la Dirección General de Divulgación de la Ciencia de la Universidad Nacional Autónoma de México.

El licenciado Cuauhtémoc Solís Torres, director de Normatividad

y Desarrollo Humano de la Dirección General de Atención a la Salud (DGAS) de la UNAM, y la licenciada Itzel Hernández Fernández, representante de la DGAS, presentaron a la ponente y moderaron el evento virtual.

La doctora Fernández informó que en el mundo existen mil 300 millones de fumadores, la mayoría de ellos son hombres; asimismo, destacó que la pandemia por COVID-19 ha cobrado la vida de 3.5

millones de personas, sin embargo, el tabaco ocasiona la muerte de más de 8 millones de personas cada año, tan sólo en México, más de 51 mil muertes son atribuibles al consumo de tabaco anualmente.

Señaló que, de acuerdo con la Encuesta Nacional de Consumo de Drogas, Alcohol y Tabaco (ENCODE) 2016-2017, existen 684 mil fumadores; a su vez la Encuesta Nacional de Consumo de Drogas en Estudiantes (ENCODE) 2014 revela que



6.5 por ciento de los niños de primaria ha fumado tabaco, así como 20.8 por ciento de los adolescentes de secundaria y 46.2 por ciento de los jóvenes de bachillerato.

Resaltó que el consumo de cigarro es un factor de riesgo común para seis de las ocho principales causas de muerte y ocasiona entre 80 y 90 por ciento de las enfermedades de cáncer. Agregó que el costo en salud para atender padecimientos derivados del uso de cigarro es de 95 mil millones de pesos, y en impuestos se recaudan 43 mil millones.

Cigarrillos electrónicos, igual de dañinos

La directora general de CIJ expuso que la industria tabacalera ha buscado atraer a más jóvenes a través de la venta de productos novedosos y atractivos, como los cigarrillos electrónicos, cuyo uso es igualmente perjudicial para la salud, pues incluyen más de 20 sustancias potencialmente dañinas en cantidades superiores a los cigarrillos convencionales. También se han utilizado las redes sociales, a través de influencers o celebridades, para promocionar productos de tabaco y vapeo.

Beneficios a corto y largo plazo

La especialista afirmó que superar la adicción al tabaco no es fácil, sin embargo, los beneficios de dejar de fumar son prácticamente inmediatos, pues a los 20 minutos se reduce la tensión arterial y la frecuencia cardíaca; a las 12 horas el nivel de monóxido de carbono en el torrente sanguíneo vuelve a la normalidad; entre la segunda semana y los tres meses mejora la circulación y la función pulmonar, y en un año el riesgo de infarto se reduce a la mitad.

Añadió que 74 por ciento de las personas que fuman quiere dejar de hacerlo, pero sólo 30 por ciento tiene acceso a los medios para dejarlo. En ese sentido invitó a sumarse a “Te reto a dejar de fumar”, que promueve CIJ; explicó que el objetivo es que las personas inviten a sus amistades o conocidos que fuman a contestar un breve test para identificar su nivel de consumo y motivarlos a registrarse y recibir atención especializada. Quien tenga la mayor cantidad de personas inscritas en el sistema para recibir tratamiento, recibirá un premio de 5 mil pesos en efectivo; el segundo lugar, 3 mil pesos; y el tercer lugar, 2 mil pesos.

En cuanto al uso de drogas emergentes, señaló que la Organización de las Naciones Unidas, hasta diciembre de 2020, había detectado mil 47 nuevas sustancias psicoactivas en el mundo, principalmente estimulantes (36 por ciento), cannabinoides sintéticos (31 por ciento) y alucinógenos clásicos (15 por ciento). Agregó que aunque no son nuevas, se les añaden sustancias para hacerlas más adictivas, y al no ser controladas por las convenciones internacionales las hace más peligrosas porque se desconocen su composición y sus efectos secundarios.

Añadió que estas sustancias se difunden a través de las nuevas tecnologías y redes sociales para llegar a nuevos compradores, y alertó que su consumo se ha sexualizado, lo que se conoce como Chemsex, no obstante, explicó que esta asociación de uso de sustancias y prácticas sexuales deriva en el desarrollo de tolerancia y a su vez genera una gran dependencia y graves consecuencias a la salud.

Para concluir, detalló que, entre los pacientes atendidos en CIJ en el segundo semestre de 2020, las drogas ilícitas de mayor consumo fueron cannabis (81.4 por ciento); metanfetaminas (49.1 por ciento), y cocaína (45.9 por ciento).

Atención presencial

La doctora Fernández indicó que se brinda atención especializada, de manera presencial, en las 120 unidades operativas del país, y a través del servicio de atención psicológica en línea.

El Imjuve y CIJ invitan a participar en el

CONCURSO NACIONAL DE

VIDEO

2021

TikTok

por las juventudes saludables

Podrán participar personas de 12 a 29 años; el registro estará disponible hasta el 5 de noviembre

En el lanzamiento virtual, los titulares de ambas instituciones ratificaron un convenio de colaboración

Angela Rosas Núñez

Departamento de Difusión y Ediciones

Los mensajes creados por y para las juventudes son los más efectivos para lograr una comunicación estrecha que promueva estilos de vida saludables. Por ello, es de suma importancia la contribución de las y los jóvenes en la generación de contenidos que alienten el sano desarrollo, el uso adecuado del tiempo libre y la diversión alejada del consumo de sustancias psicoactivas.

El Instituto Mexicano de la Juventud (Imjuve) y Centros de Integración Juvenil, A. C. (CIJ) invitaron a participar en el Concurso Nacional de Video 2021 "TikTok por las juventudes saludables", cuyo objetivo es propiciar la inclusión de jóvenes mexicanos en la creación de videos originales e inéditos con mensajes positivos de entre 50 y 60 segundos, acerca de los siguientes temas: Mi

vida durante la pandemia, Tiempo a mis pasatiempos, ¿Qué hago para que la fiesta no termine mal?, y Hablo de mis emociones.

Las y los participantes podrán colaborar de manera individual o en equipo en alguna de estas dos categorías: de 12 a 17 años y de 18 a 29 años. El registro de los videos estará disponible hasta el 5 de noviembre, en el microsítio www.cij.gob.mx/concursonacional2021.

Crterios para los videos finalistas

Un comité de selección elegirá los mejores videos de cada estado de la república, los cuales serán evaluados de acuerdo con los siguientes criterios:

- valor del mensaje (si es propositivo),
- contenido y temática,
- originalidad, y popularidad, esta última con base en las interacciones que obtengan en las redes sociales.

Los tres primeros lugares de cada categoría recibirán un premio de 12 mil, 8 mil y 5 mil pesos, respectivamente.

El lanzamiento del concurso fue encabezado por Guillermo Rafael Santiago Rodríguez, director general del Imjuve, y la doctora Carmen Fernández Cáceres, directora general de CIJ, quienes también ratificaron un convenio de colaboración entre ambas instituciones, que comprende el desarrollo conjunto de actividades de prevención del consumo



Guillermo Santiago habló de la importancia del convenio entre ambas instituciones.



La directora general de CIJ presentó el Concurso y alentó a la población joven a participar.



El subdirector de Promoción Institucional de CIJ dirigió el encuentro virtual.

de sustancias adictivas dirigidas a la población de 12 a 29 años de edad, así como acciones de capacitación, derivación de casos, investigación científica y difusión a través de los foros juveniles y talleres de orientación.

TikTok, la actual plataforma para los jóvenes

En su intervención, Guillermo Santiago expresó que la alianza entre ambas instituciones va más allá de las actividades que han lanzado en conjunto, y su alcance llega hasta la atención de las juventudes reconociéndolas como sujetos de derecho con capacidad de agencia.

“La pandemia nos dejó ver que había muchas cosas que cambiar y muchos temas por atender, pero también nos permitió reconocer nuevos mecanismos de comunicación”:
titular del Imjuve

Explicó que TikTok es una plataforma que ha tenido un auge importante en la juventud debido a su proximidad, prontitud y la facilidad de expresión que ofrece. Por ello, es un medio de comunicación ideal para el concurso, ya que “se busca que el mensaje sea de jóvenes a jóvenes”.

Por su parte, Fernández Cáceres comentó que la coordinación entre Imjuve y CIJ es una alianza que busca generar oportunidades para las y los jóvenes, además de la atención a su salud física y mental. Expuso que el consumo de drogas en la juventud conlleva un riesgo grande, ya que el cerebro no se ha terminado de desarrollar y “con un cerebro dañado no hay salud, y sin salud no hay desarrollo ni educación”. Recalcó que, gracias a las plataformas digitales, CIJ ha ampliado el alcance de la red a 800 comunidades. En el caso de TikTok, la aplicación resulta novedosa y útil debido a la gran afluencia de usuarios jóvenes. De esta forma se fomenta su participación en temas de prevención y salud. Además, el entusiasmo de éstos motiva a padres, maestros y personas cercanas a involucrarse y aprender.

El evento fue dirigido por el licenciado Isaac Rodríguez Chávez, subdirector de Promoción Institucional



Nayeli Yoval, directora de Coordinación Sectorial y Regional del Imjuve.



Miriam Carrillo, directora de Prevención de CIJ.

de CIJ, y se contó con la asistencia de la licenciada Nayeli Yoval Segura, directora de Coordinación Sectorial y Regional del Imjuve; la licenciada Miriam Carrillo López, directora de Prevención de CIJ; la licenciada Georgina Vargas Arreola, subdirectora de Movilización Social y Proyectos Especiales de CIJ, y medios de comunicación.



Centros de Integración Juvenil, A.C.

Se ratificó el convenio entre CIJ y el Sistema DIF Municipal Tijuana

Leticia Vizcaya Xilotl
Departamento de Difusión y Ediciones

Con el objetivo de fomentar actividades de prevención y atención integral de las adicciones, prevención de la violencia y promoción de la salud mental, que beneficien a las familias tijuanaenses, se llevó a cabo la firma de ratificación de convenio entre el Sistema de Desarrollo Integral de la Familia (DIF) Municipal Tijuana y Centros de Integración Juvenil (CIJ).

El acuerdo también establece la capacitación en materia de adicciones para el personal del DIF, con temáticas específicas para brindar herramientas que fortalezcan los factores de protección, así como detección y canalización oportuna, lo que refuerza los estilos de vida saludable en niñas, niños, adolescentes, padres y madres de familia y de la sociedad en general.



Carmen Fernández informó que CIJ ha realizado acciones de prevención y tratamiento desde hace 45 años en Tijuana.



Magdalena Bautista reconoció la importancia de identificar y atender riesgos asociados con el consumo de drogas.

La psicóloga María Idalia Vásquez Leyva, directora del CIJ Tijuana Guaycura, mencionó que en 1987 la Asamblea General de la Organización Mundial de la Salud decidió conmemorar cada 26 de junio como el Día Internacional de la Lucha contra el Uso Indevido y el Tráfico Ilícito de Drogas, con el objetivo de crear conciencia sobre el problema que representa el consumo de drogas para la sociedad; el lema de este año es "Hablemos de drogas, la información salva vidas". En este marco se firmó la ratificación del convenio entre el DIF Municipal y CIJ.

Al tomar la palabra, la licenciada Magdalena Bautista Ramírez, directora del Sistema Municipal del DIF Tijuana, reconoció que la gran experiencia de Centros de Integración Juvenil en materia de prevención, tratamiento, rehabilitación e investi-

gación científica sobre el consumo de drogas y el importante conocimiento que posee el DIF Municipal en la identificación y atención de riesgos familiares relacionados con violencia, que afectan la convivencia, y que en la mayoría de los casos se encuentra vinculados con el consumo de drogas legales e ilegales, hacen una mancuerna ideal para evitar esta problemática.

"CIJ y el DIF Municipal Tijuana suman esfuerzos para atender la adicción a drogas legales e ilegales, así como la violencia relacionada a su consumo": directora del Sistema Municipal del DIF Tijuana

Destacó la participación de la Coordinación de Atención a la Familia y la Coordinación de Atención a la Niñez. A través de ambas instancias se llevan a cabo programas que atienden a niñas, niños y adolescentes; además, cuentan con una línea 075 de atención de crisis. Las estadísticas



La directora del CIJ Tijuana moderó el encuentro virtual.

reflejan que la mayoría de las llamadas están relacionadas con el consumo de sustancias psicoactivas.

Suman esfuerzos para tener juventudes con un desarrollo sano y libre de drogas

La doctora Carmen Fernández Cáceres, directora general de CIJ, comentó que en el estado se cuenta con tres unidades operativas y dos de hospitalización; y que desde hace más de 45 años la institución inició tareas de prevención y atención de las adicciones en el municipio de Tijuana.

“La violencia familiar genera el consumo problemático de drogas, pero a la vez, el consumo de drogas genera más violencia; son problemas articulados. En lo que va del año 2021, se han recibido más de 500 mil llamadas de emergencia por problemas asociados a la violencia familiar, así lo reporta el Secretario Ejecutivo del Sistema Nacional de Seguridad Pública, que también dio a conocer que el año pasado se registraron más de 1 millón 100 mil llamadas de emergencia por violencia familiar en el país”, explicó.

En este sentido la frontera, además de la violencia, enfrenta la situación de los migrantes. Aunado a esto, se encuentran todas las problemáticas derivadas de la pandemia que han generado consecuencias en la salud mental, como ansiedad, estrés y depresión.

Señaló que CIJ ha reforzado su atención a distancia a través de la línea telefónica, por WhatsApp y Messenger de Facebook. El 80 por ciento de los pacientes de CIJ se están atendiendo a distancia.

El fentanilo, presente en la frontera

La doctora añadió que en las ciudades fronterizas como Tijuana, Ciudad Juárez y Mexicali, donde consumían heroína, actualmente son los opiáceos los que predominan, en particular el fentanilo, que en Estados Unidos ha cobrado muchas vidas.

Destacó que, en Tijuana, el uso de metanfetaminas ha aumentado, y más del 80 por ciento de los pacientes atendidos en CIJ las refieren como la primera droga; en segundo lugar, se encuentra la marihuana combinada con el alcohol. En los últimos 10 años, en México han aparecido más de 700 nuevas sustancias psicoactivas de acuerdo con el Informe Mundial sobre las Drogas de la Oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito.



Melba Olvera resaltó que al trabajar conjuntamente se logra la reconstrucción del tejido social.

Por otra parte, la maestra Melba Adriana Olvera Rodríguez, secretaria de Bienestar del XXIII Ayuntamiento, destacó la relevancia del convenio, ya que al trabajar de forma conjunta ambas instancias, se logra la reconstrucción del tejido social, lo que fortalece los derechos humanos en Tijuana.



Claudia Zamora, representante del DIF Municipal Tijuana.



Isaac Pillado, representante del Instituto Municipal Contra las Adicciones.



Raúl Palacios, director del CIJ Tijuana Soler, también participó en la reunión.

La firma de ratificación del convenio fue dirigida por la licenciada Claudia Isabel Zamora Ortiz, jefa de departamento de Comunicación Social y Relaciones Públicas del DIF Municipal Tijuana, y se contó con la asistencia del licenciado Isaac Pillado Aguilar, en representación de la licenciada María Fernanda Toledo, directora del Instituto Municipal contra las Adicciones (IMCAD), y el doctor Raúl Rafael Palacios Lazos, director del CIJ Tijuana-Soler.

Unen esfuerzos la Universidad de Liderazgo Integral y CIJ



Representantes de la UDEL y el CIJ durante la firma de convenio.

“Es necesario trabajar en conjunto para apoyar a los jóvenes que se encuentran en situación de vulnerabilidad y evitar que padezcan Adicciones”: directora de la UDEL Zihuatanejo

*Angela Rosas Núñez
Departamento de Difusión y Ediciones*

En el marco del Día Internacional de la Lucha contra el Uso Indebido y el Tráfico Ilícito de Drogas, conmemorado el 26 de junio, la Universidad de Liderazgo Integral (UDEL) y Centros de Integración Juvenil (CIJ) firmaron un convenio para tejer redes de apoyo y trabajar programas preventivos con jóvenes, en el recién inaugurado plantel Zihuatanejo.

En su mensaje, la doctora Carmen Fernández Cáceres, directora general de CIJ, recordó que la institución tiene presencia en Guerrero desde hace 46 años, con el Centro de Acapulco —y la posterior Unidad de

Hospitalización Punta Diamante— y destacó los logros obtenidos por la unidad CIJ Ixtapa Zihuatanejo a lo largo de 16 años de funcionamiento. Asimismo, aplaudió la misión de UDEL de desarrollar el liderazgo en los jóvenes para que sean profesionales de primer nivel. Apuntó que la universidad no sólo se preocupa por el currículo, sino también por la salud y bienestar físico y mental del estudiantado.

También celebró que CIJ esté ampliando la red de universidades con las que tiene convenios a lo largo de toda la república e instó a seguir trabajando con ellas a nivel nacio-

nal. Aseguró que con esta labor es posible ayudar a que los jóvenes se alejen de todo el daño que hay en la sociedad. Resaltó que, tan sólo en Guerrero, el consumo de metanfetaminas ha subido en un 45 por ciento en los últimos 10 años.

En estas mismas líneas, la directora general de CIJ comentó que, según datos nacionales, la mayoría de los pacientes que hoy acuden a tratamiento en CIJ lo hacen por consumo de metanfetaminas, mientras que la marihuana combinada con alcohol es la segunda causa más recurrente. Enfatizó que la búsqueda de tratamiento se realiza cuando ya hay



CIJ Ixtapa Zihuatanejo.



La directora general de CIJ celebró el acuerdo que beneficiará a estudiantes y personal de la Universidad.

un uso problemático de la sustancia, porque la dependencia los lleva a reñir y entrar en relaciones violentas con la familia, los amigos y la pareja.

Las metanfetaminas pueden detonar episodios de agresividad

Subrayó además que las metanfetaminas desinhiben la agresividad en un grado extremo, tienen el mayor riesgo de generar dependencia muy rápido y deterioran al usuario en poco tiempo. Por ello la importancia de que el CIJ Ixtapa Zihuatanejo continúe realizando labores de ayuda y prevención. Anualmente, esta unidad atiende a más de 30 mil jóvenes y padres, para que los primeros continúen una vida sana, con metas bien orientadas, y sus padres puedan ayudarles a lograr sus objetivos.

Por su parte, la psicóloga Gabriela Mondragón Parra, directora de la UDEL Zihuatanejo, reconoció el trabajo de CIJ a lo largo de toda la república mexicana por evitar el daño

a la salud y buscar que los pacientes elijan estar mejor, todo gracias a las actividades que realiza y que pone al servicio de la población. Hizo hincapié en que es necesario trabajar en conjunto para apoyar a los jóvenes que se encuentran en situación de vulnerabilidad y evitar que desarrollen adicciones. Destacó que la misión de la universidad es justamente evitar que sus integrantes padezcan dicha vulnerabilidad y tengan una mejor calidad de vida a través de la educación.

Herramientas y estrategias contra las adicciones

Finalmente, la contadora pública Lizette Tapia Castro, presidenta honoraria del Patronato del CIJ Ixtapa Zihuatanejo y testigo de honor de la firma del convenio, reiteró que sólo cuando se trabaja de manera coordinada y en conjunto las tareas se hacen mejor. Expuso que la unidad y la colectividad del equipo de CIJ Ixtapa Zihuatanejo, al servicio de los jóvenes, hace posible que éstos ten-

gan mejores herramientas y estrategias adecuadas para alejarse de las adicciones. Manifestó su confianza en que este convenio será de gran ayuda y llegará a sumar y fortalecer las acciones que entre UDEL y CIJ se realizan, y aseguró que todo lo que emane de este convenio cuenta con el respaldo de quienes forman parte del patronato.

El evento fue dirigido por la psicóloga Lesly Narváez Castrejón, directora de CIJ Zihuatanejo, y contó con la participación del licenciado Héctor Guillermo Villanueva Ascencio, presidente del Patronato del CIJ Ixtapa Zihuatanejo, como testigo de honor.

La misión de la Universidad de Liderazgo Integral

La UDEL tiene como mayor objetivo la calidad de la educación que ofrece en sus niveles medio superior y superior; su misión es elevar la vitalidad y potencializar el liderazgo de los alumnos para que puedan lograr lo que su corazón anhele. Tiene como política celebrar convenios de colaboración con entidades públicas, privadas y sociales —nacionales y extranjeras— para el cumplimiento del objeto social. La institución tiene sedes en distintos estados de la república mexicana y da servicio a nivel nacional en su modalidad en línea.



Centros de
Integración
Juvenil, A.C.

Participación de CIJ en la Reunión Nacional del Sindicato de Trabajadores de CAPUFE

Angela Rosas Núñez

Departamento de Difusión y Ediciones



Carmen Fernández resaltó la importancia de atender la salud mental para prevenir el consumo de sustancias.

El Sindicato Nacional de Trabajadores de Caminos y Puentes Federales de Ingresos y Servicios Conexos (CAPUFE) invitó a Centros de Integración Juvenil (CIJ) a participar en el programa “De Trabajador a Trabajador”, transmitido por Facebook Live, para hablar sobre riesgos psicosociales, adicciones y su intervención con CIJ.

En su presentación, la doctora Carmen Fernández Cáceres, directora general de CIJ, expuso que la pandemia ha sido un acontecimiento estresante que cambió el estilo de vida, la situación económica, la vida social y las relaciones en familia. Manifestó que existe un estado constante de miedo, estrés y ansiedad, además del duelo y la depresión que se han presentado debido a las pérdidas. Recalcó que el estrés psicológico también se revela en la salud mental, en los cambios de alimentación y en el sueño, lo cual trae dificultades cognitivas, agravamiento de enfermedades preexistentes y lle-

va incluso al uso de tabaco, alcohol y otras sustancias psicoactivas.

Comentó que la ansiedad puede ser normal ante las demandas del contexto, o convertirse en un trastorno cuando se trata de una preocupación constante que lleva al miedo excesivo y a los ataques de pánico. En lo que respecta al consumo de drogas, refirió que se usan sustancias peligrosas como el cristal y la cocaína para experimentar cierto bienestar, ya que disfrazan sentimientos de tristeza y ansiedad, aunque también conlleva a conductas muy problemáticas. Además, el COVID-19 afecta los pulmones, por lo que el virus podría ser una amenaza grave para aquellos que fuman tabaco, marihuana o que utilizan vapeadores, sobre todo los jóvenes. Por su parte, los usuarios de metanfetaminas podrían ser vulnerables, ya que sus defensas bajan.

Peligro ante sustancias adulteradas en laboratorios clandestinos

La doctora también habló sobre cómo el abuso de alcohol puede desarrollar cirrosis, del aumento de conductas de riesgo, depresión, conductas agresivas, conflictos familiares y de pareja, y accidentes de tráfico. Ahondó en el tema de la violencia familiar debido a que esta sustancia es un desinhibidor del control

de impulsos; señaló que la cocaína y las metanfetaminas traen aún más violencia que el alcohol, pues se daña un área del cerebro que controla los impulsos y agregó que son factor de riesgo para sufrir ataque cardíaco y cerebrovascular. Mencionó que muchas veces las metanfetaminas se venden y consumen como piedra, sin embargo esto resulta muy riesgoso ya que se trata de una combinación de sustancias adulteradas elaboradas en laboratorios clandestinos, lo que da como resultado comportamientos violentos.

Además, destacó el trabajo conjunto que se realiza con el Instituto Mexicano de la Juventud en temas de capacitación y que todos los días se realiza activación física por Internet, con el apoyo de la Fundación Alfredo Harp Helú para el Deporte. Añadió que con CAPUFE se han hecho diversas actividades, como cursos de verano y programas de prevención de las adicciones y para cuidarse durante la pandemia. También comentó que CIJ es parte del programa Jóvenes Construyendo el Futuro, e invitó a los jóvenes que buscan empleo a ingresar a la plataforma para que puedan sumarse, trabajar como voluntarios y obtener una beca en CIJ.

En lo que respecta al tratamiento y los servicios institucionales, la doctora Fernández detalló que 88 por ciento de las consultas se realizan a

través de Internet y afirmó que la terapia en línea ha posibilitado llegar a más municipios.

“La oportunidad que ha dado la pandemia es trabajar con diversos grupos de edad y poder atender a más personas usuarias de drogas en cualquier municipio del país”: directora general de CIJ

Además de la atención a la adicción, comentó que se atiende la patología dual que generalmente viene asociada al consumo, y suele ser depresión, ansiedad o estrés. En hospitalización, aseguró que las unidades han abierto al 30 por ciento y destacó que el programa de Reducción de Daños en la frontera norte sigue atendiendo a los usuarios de heroína con la repartición de jeringas para evitar cualquier contagio.

La directora general de CIJ subrayó que siempre hay psicólogos, terapeutas y médicos dispuestos a atender a quien lo necesite, ya sea en línea o de manera presencial. Añadió que diversos cursos breves se han implementado durante la pandemia y que la línea de atención CIJ Contigo está disponible en el número telefónico 55 52 12 12 12.

Martín Curiel Gallegos, secretario general de CAPUFE, informó que el sindicato tiene relación con CIJ desde septiembre de 2013, cuando se firmó el primer convenio de colaboración, el cual se ratificó en 2019. Reconoció la disposición que ha tenido CIJ con el sindicato e invitó a los trabajadores a hacer uso de todas las actividades que se llevan a cabo, así como las redes de comunicación disponibles. Afirmó que todos han sufrido las consecuencias de



El secretario general de CAPUFE, Martín Curiel, participó en el programa.



Héctor Ceballos, encargado del Área de Salud Mental del Sindicato de CAPUFE.

la pandemia debido a la importante cantidad de fallecimientos entre los trabajadores de CAPUFE, así como sus familiares, y que muchos han recurrido a CIJ con el fin de encontrar orientación y apoyo. Resaltó que, a pesar de lo complicado de estos tiempos, continúa siendo prioridad buscar alternativas para la base trabajadora del sindicato. En relación con los temas que abordó la directora de CIJ, resaltó lo importante que es entender lo frágil que es pasar de una adicción a otra y que es preferible prevenirlas.

El doctor Juan Manuel Mora Lara, conductor del programa y presidente de la Comisión Nacional Mixta de Seguridad e Higiene del sindicato, indicó que además del uso de los servicios que ofrece CIJ, los miembros del sindicato pueden colaborar y ser voluntarios de CIJ y acceder a sus capacitaciones, cursos, publicaciones y material informativo con el que cuenta la institución.

En su intervención, el psicólogo Héctor Ceballos, encargado del Área de Salud Mental del sindicato, comentó que Riesgos Psicosociales, Adicciones y su Intervención con

CIJ, es una iniciativa para coadyuvar en el mejoramiento de la calidad emocional y mental y el impacto que conllevan las problemáticas que aquejan a la población mundial.

Por un país con menos estrés

El psicólogo mencionó que el 23 de octubre de 2019 entró en vigor la Norma Oficial Mexicana 035 por la Secretaría del Trabajo y Previsión Social, la cual contempla que las empresas públicas y privadas busquen establecer los elementos para identificar, analizar y prevenir los factores de riesgo psicosocial. Por ejemplo, controlar los niveles de estrés en el empleado, el equilibrio del trabajo y la vida personal para brindar un mejor ambiente laboral y contribuir a que México deje de ser el país más estresado laboralmente.

Finalmente, señaló que es necesario estar a la altura de las intervenciones que se van a necesitar tras la emergencia sanitaria e hizo un llamado al sindicato a estar atento a las diversas actividades a realizar de la mano de CIJ.



La DGESuM y CIJ inauguraron la Jornada Nacional “Aprendizaje Socioemocional en el Aula”

Su objetivo, reflexionar sobre el impacto positivo de las habilidades socioemocionales en el aula para normalistas y para la práctica docente

*Angela Rosas Núñez
Departamento de Difusión y Ediciones*

Bajo el lema “¡Entre todos nos cuidamos mejor!”, la Dirección General de Educación Superior para Profesionales del Magisterio (DGESuM) y Centros de Integración Juvenil realizaron la Jornada Nacional “Aprendizaje socioemocional en el aula”. El objetivo fue reflexionar sobre el impacto positivo de las habilidades socioemocionales en el aula para las y los estudiantes y para la práctica docente; las jornadas estuvieron dirigidas a estudiantes normalistas de los planteles que forman parte de la DGESuM en el país.

En representación de la doctora Carmen Fernández Cáceres, directora general de CIJ, la licenciada Miriam Carrillo López, directora de Prevención, impartió la conferencia magistral. En ella destacó que en la institución casi el 70 por ciento de las actividades preventivas se reali-



Miriam Carrillo, directora de Prevención de CIJ, participó con una conferencia magistral.

zan en el contexto educativo, y se trabaja con estudiantes, maestros y autoridades en el diseño de materiales y cursos. En el marco del regreso gradual a clases presenciales, refirió el comunicado emitido por la Secretaría de Educación Pública, donde destaca la importancia de trabajar el tema de las emociones, el cual no sólo es una cuestión técnica y pedagógica, sino también de salud mental. Sobre esto último, señaló que

esto es algo que podemos agradecer, “que se empieza a normalizar el que podamos hablar de la salud mental de una manera mucho más abierta y además podamos atenderla”.

La educación a nivel mundial se ha visto afectada

La conferencia abordó las habilidades socioemocionales en la escuela, el bienestar emocional del docente y estrategias y recursos de apoyo en la práctica educativa. A manera de introducción, la especialista expuso que el COVID-19 ha afectado profundamente el campo educativo a nivel mundial, al producir un cierre de escuelas que, de acuerdo con datos de organismos internacionales, impactó a casi 94 por ciento de los estudiantes de todo el mundo. Los gobiernos de casi 200 países decretaron el cierre

total o parcial de los centros educativos, por lo que más de mil 600 millones de alumnos y 60 millones de docentes se han visto afectados.

“Al menos 24 millones de estudiantes de todos los niveles educativos podrían abandonar sus estudios debido a la pandemia”: ONU

En México, el INEGI publicó recientemente la Encuesta para la medición del impacto del COVID-19 en la educación. La especialista presentó los datos de la segunda edición de dicha encuesta, la cual señala que, en nuestro país, más de 1 millón 172 mil estudiantes no concluyeron el ciclo escolar 2019-2020. De éstos, casi el 60 por ciento fue por motivos relacionados por el COVID-19 y, para el inicio del ciclo 2020-2021, 5.2 millones de estudiantes ya no se inscribieron.

Explicó que, de ese millón de estudiantes que no terminó el ciclo escolar, 435 mil no concluyeron sus estudios por cuestiones relacionadas al COVID-19, entre las que destacan: falta de contacto con los maestros, imposibilidad de hacer las tareas, pérdida de empleo o reducción de ingresos, cierre definitivo de la escuela, carencia de dispositivos tecnológicos y de conexión a Internet (condición que sólo existe en dos de cada 10 hogares, la mayoría accede a través de su dispositivo móvil con sus propios datos) y poca funcionalidad de las clases a distancia. De lo anterior, observó que hay 65 mil estudiantes que ya no pudieron concluir por falta de recursos económicos y otros 49 mil porque tenían que trabajar —sobre esto último, destacó que, desde nivel secundaria, hay un porcentaje importante de estudiantes hombres que tuvieron que dejar la escuela para poder empezar a trabajar—.

“Todo este panorama nos pone en un contexto de mucho estrés. Los sentimientos que predominan son miedo, tristeza, ansiedad e incertidumbre. Conforme ha ido avanzando la pandemia también empezamos a ver el duelo y la depresión, e incluso otras formas de tener que procesar el duelo por todos los cambios que ha habido. Se presentan alteraciones en el estado de ánimo, en la atención, en la concentración, en los hábitos alimenticios, de sueño e incluso de descanso”, subrayó Carrillo López.

Asimismo, se refirió al curso en línea “Vida saludable”, cuyo público ha incluido muchos maestros. De ellos, 75 por ciento considera que sus estudiantes no tienen un estado emocional adecuado, y han compartido su preocupación por ver en sus estudiantes y en ellos mismos todas las afectaciones comentadas. Apuntó que se ha comenzado a observar la presencia de violencia intrafamiliar derivada de las circunstancias actuales, así como el uso de tabaco y el abuso de alcohol y otras sustancias psicoactivas.

En lo que respecta al impacto del COVID-19 en los docentes, advirtió que es palpable la preocupación por el cierre de escuelas, el cambio de los métodos de enseñanza convencional —migrar a las clases en línea exigió desarrollar una serie de habilidades, como el uso de plataformas y dispositivos móviles—, el exceso de cargas de trabajo y el cumplimiento de los programas educativos. “Todo este cambio en nuestra forma tradicional de enseñanza por supuesto que ha aumentado muchísimo los estados de estrés y ansiedad”, declaró.

Desarrollar habilidades socioemocionales

Para la directora de Prevención, la docencia es una de las profesiones más nobles e importantes para la sociedad, pero también es de las más

estresantes, incluso antes de la pandemia. Bajo la situación en la que nos encontramos, “nuestras emociones pueden obrar a nuestro favor o en nuestra contra, depende justamente del manejo que tengamos de ellas”, expresó. Por todo esto, La directora de Prevención de CIJ aseguró que es muy importante hablar y trabajar con habilidades socioemocionales, aquellas que nos van a ayudar a conocer y regular nuestras emociones, a interactuar de una forma más constructiva con los demás, a resolver problemas cotidianos con responsabilidad, flexibilidad y creatividad. Comentó que “si somos conscientes de nuestras fortalezas y limitaciones, y aprendemos a identificarlas, nombrarlas y regularlas, no nos dejaremos llevar por la frustración o el enojo cuando alguien actúe de manera impulsiva y desafiante”.

Enfatizó que desarrollar el tema de las habilidades socioemocionales en el aula tiene beneficios tangibles, como mejorar el proceso de aprendizaje y desempeño académico, además de la salud física y mental; favorecer la conducta prosocial y la convivencia armónica; influir positivamente en la calidad de las interacciones entre estudiante y docente; prevenir el consumo de drogas, el embarazo adolescente, la depresión y el abandono escolar.

Evitar el síndrome del burnout

Lo anterior tiene un impacto positivo en el bienestar del docente. Refiriéndose a este tema, la especialista apuntó que “difícilmente vamos a poder apoyar a nuestros estudiantes si no estamos bien primero nosotros”. Agregó que hablar de bienestar emocional en general es algo que se tiene que trabajar de manera personal, y la pandemia nos enfrentó al desafío de reaprender, reorganizarnos y reinventarnos, de lo contrario hacen



Isaac Rodríguez destacó los trabajos colaborativos con la DGEsUM.



Quetzalli Sánchez, integrante de DGEsUM, participó en el arranque de la Jornada.



César Romero, director de Desarrollo Académico de DGEsUM, coordinó el encuentro.

aparición del malestar emocional, los problemas de salud mental e incluso una cierta insatisfacción laboral y una fatiga muy grande que pueden llegar hasta el síndrome de *burnout*.

Explicó que este agotamiento excesivo genera distancia emocional con los estudiantes y puede generar ambientes más hostiles que empeoran la situación. El deber ser de los docentes parte de que éstos deben ser amables, comprensivos, estar atentos a las necesidades de los alumnos, pero “para poder ser comprensivos y empáticos, debemos empezar con nosotros mismos, debemos escuchar nuestras propias necesidades y aprender a cuidarnos y a procurar nuestro propio bienestar”, recalcó.

Finalmente, para dar cierre a la conferencia, la licenciada Carrillo López habló sobre algunas estrategias y recursos con los que se pueden trabajar estos temas, que incluyen entablar una escucha activa y actitud de comprensión hacia los estudiantes, fortalecer actividades de promoción de salud mental y apoyo psicosocial, fomentar espacios de expresión emocional y actividades permanentes de autocuidado. También invitó a aprovechar el espacio de las jornadas para diseñar talleres muy específicos donde se trabajen todas estas temáticas. Para quienes ya ejercen la docencia, compartió el programa de prevención “Desarrollo de competencias socioemocionales”, dirigido a jóvenes de 12 a 15 años de edad, el cual cuenta con una versión en línea con tres talleres disponibles: “Habili-

dades sociales y emocionales”, “Autocontrol” y “Relaciones positivas”.

Resaltó que la página web de CIJ cuenta con una sección donde se encuentran recursos interactivos para trabajar con jóvenes, <http://www.cij.gob.mx/jovenesenaccion/>, y un micrositio de autodiagnóstico que permite identificar los niveles de consumo en el caso de alcohol, tabaco y otras drogas, pero también ayuda a reconocer estados de depresión, ansiedad y violencia en la pareja, <http://www.cij.gob.mx/Autodiagnostico/>. Agregó que, tras hacer el autodiagnóstico, el usuario cuenta con varias vías de comunicación para recibir atención especializada: llamada telefónica, WhatsApp, Messenger (todos los CIJ cuentan con página de Facebook), correo electrónico y asistencia presencial.

Igualmente, comentó que CIJ cuenta con una amplia oferta educativa en materia de cursos, los cuales tienen aval académico: los cortos, cuya duración es de 10 horas, son automatizados y autogestivos, y prácticamente están abiertos todo el año. Su objetivo es trabajar cuestiones de duelo, primeros auxilios psicológicos, violencia y maltrato en el caso de niñas, niños, adolescentes y adultos mayores. Por otra parte, hay cursos especializados, dirigidos a población docente, como “Estrategias para la prevención de adicciones y violencia en las escuelas”, “Prevención de Adicciones” en formato MOOC y “Vida saludable y prevención de las adicciones”. Este último tiene una duración de un mes y cuenta con

muchos recursos para trabajar con los alumnos en el día a día. También está disponible el diplomado en línea “Acoso escolar y consumo de drogas”, avalado por la Universidad de Colima y por el Colegio de Estudios Superiores en Adicciones “Dr. Jesús Kumate Rodríguez”.

El licenciado Isaac Rodríguez Chávez, subdirector de Promoción Institucional de CIJ, habló sobre los trabajos colaborativos realizados por DGEsUM y CIJ, entre los que destacan el apoyo en planes de estudios de licenciatura para maestros normalistas en formación, la elaboración en 2019 de la Jornada Nacional “Juntos en Acción. Prevención de adicciones en la comunidad escolar” —que tuvo alcance en 114 planteles de las escuelas normales y captó a más de 31 mil alumnos—, el desarrollo de cuatro generaciones del curso en línea “Prevención de adicciones con jóvenes” —con la participación de más de mil 300 estudiantes—, y la creación de cursos en línea como “Primeros auxilios psicológicos” y “Atención de la violencia familiar en el contexto de COVID-19”. Además, durante el 2021 se han capacitado a 437 maestros en el curso en línea “Vida saludable y prevención de adicciones”.

La conferencia fue presentada por el maestro César Romero, director de Desarrollo Académico de DGEsUM, y contó con la presencia de Quetzalli Sánchez, integrante de la misma dependencia, profesores de las escuelas normales y los directivos de las unidades operativas de CIJ.



Centros de
Integración
Juvenil, A.C.

Primer Simposio de Drogas de Abuso por la UPGCH

Especialistas coincidieron en la necesidad de reforzar los factores protectores que favorezcan estilos de vida saludables para rechazar la oferta de drogas y afrontar riesgos psicosociales

*Grisel Negrete Muñoz
Departamento de Difusión y Ediciones*

La Universidad Pablo Guadalupe Chávez (UPGCH), del estado de Chiapas, realizó el primer Simposio de Drogas de Abuso, mediante una conferencia en vivo en su página de Facebook. Para hablar sobre el tema, invitaron a la licenciada Miriam Carrillo López, directora de Prevención de Centros de Integración Juvenil (CIJ), y al psicólogo José Antonio Chiñas Vaquerizo, director de la unidad de CIJ en Tuxtla Gutiérrez.

La licenciada Carrillo presentó la ponencia “Competencias Socioemocionales y la Prevención de Adicciones”. Comentó que la pandemia modificó el estilo de vida, la situación económica, la vida social y las relaciones en familia. Además, este acontecimiento generó en la población miedo, estrés, ansiedad, lo que afectó la salud emocional de las personas.

Por otra parte, la experta explicó que la probabilidad de usar drogas se asocia con un “déficit en el reconocimiento y la regulación de emociones; con una incapacidad para comprender y sobreponerse a sentimientos negativos en situaciones o eventos perturbadores”. Dijo que algunos de los factores de riesgo relacionados con el consumo de



La directora de Prevención de CIJ abordó la importancia de fortalecer las competencias socioemocionales en los jóvenes.

drogas en jóvenes son el bajo control conductual, trastornos, violencia, aceptación del consumo, falta de habilidades sociales, abandono escolar, uso inadecuado del tiempo y el consumo de drogas entre pares.

Según los resultados de una investigación que se realizó con pacientes de CIJ, del 2014 al 2020, el alcohol, el tabaco y la marihuana son las drogas de mayor consumo a nivel nacional. En el estado de Chiapas, el uso de alcohol se presenta en mayor medida, seguido por la marihuana, el tabaco y la cocaína.

Por ello, explicó que es muy importante que los jóvenes tengan la capacidad de poder regular sus emociones y, en ese sentido, señaló que CIJ cuenta con programas de competencias sociales y emocio-

nales que benefician áreas como el desempeño académico, actitudes y comportamientos sociales, y permiten disminuir las conductas problemáticas, el estrés en los estudiantes y el consumo de drogas.

Comentó que CIJ realiza un programa de prevención para jóvenes, dirigido a adolescentes de 12 a 15 años, que es cuando generalmente se inicia el consumo de sustancias. Primero se trabaja sobre el concepto que se tiene de escuela y la pertenencia a este contexto, después se desarrollan los módulos de Autocontrol, Relaciones positivas, Decisiones informadas y Experiencia escolar significativa, y se concluye con un formato de Asambleas juveniles.

Explicó que, debido a la pandemia, el programa se modificó a tres módulos, Habilidades sociales y emocionales, Autocontrol, y Relaciones positivas, y la Asamblea Juvenil se trasladó a un formato virtual, por lo que invitó a la universidad para que sus alumnos participen en el mismo.

La licenciada Carrillo habló sobre el modelo de aprendizaje llamado “Colaborativo para el Aprendizaje Académico, Social y Emocional” (CASEL, por sus siglas en inglés), el cual habla de áreas como la autoconciencia, autocontrol, toma de



“Las habilidades sociales y emocionales son aquellas que ayudan a conocernos y a regular nuestras emociones, a interactuar constructivamente con los demás y con la sociedad; y a resolver problemas cotidianos con responsabilidad, flexibilidad y creatividad, por ello son tan importantes”: directora de Prevención de CIJ

decisiones, habilidades para relacionarse y la conciencia social; todos estos puntos permiten que los jóvenes resuelvan de mejor manera situaciones complejas o difíciles. Comentó, que las habilidades socioemocionales son muy importantes porque tienen la clave para regular emociones como el miedo, el enojo y la ansiedad, además, ayudan a afrontar situaciones de estrés, como el académico, y a tomar mejores decisiones.

La experta explicó que lo más importante es que los adolescentes presten atención y conozcan

las emociones que experimentan; asimismo, les sugirió atender la respiración, las sensaciones en su cuerpo, que identifiquen los pensamientos disfuncionales y se alejen un momento de la situación que detonó la emoción.

También, los invitó a conocer los Autodiagnósticos de CIJ, para que en caso de ser necesario, identifiquen problemas como consumo de sustancias, depresión, ansiedad o violencia en pareja. Informó que el resultado es inmediato e indica el nivel en el que se encuentran, además, si lo requieren pueden recibir atención presencial o en línea, a través de una llamada telefónica o por WhatsApp, también pueden solicitar apoyo por correo electrónico o vía Messenger.

Por su parte, el director del CIJ Tuxtla Gutiérrez explicó a los jóvenes que las adicciones son un problema complejo y pueden ocasionar graves consecuencias a su salud, así como problemas económicos, familiares, de pareja y a nivel escolar.

Afirmó que en el CIJ Chiapas se trabaja con un modelo integral de atención de las adicciones, que consta de investigación, prevención, tratamiento, capacitación y enseñanza. En cuanto a los objetivos de la prevención de adicciones, expuso que se deben generar ambientes que favorezcan el desarrollo saludable de niños, niñas y jóvenes, que les per-



El director del CIJ Tuxtla Gutiérrez coincidió en la necesidad de desarrollar habilidades afectivas y para el manejo de emociones.

mitan adquirir competencias para afrontar riesgos psicosociales asociados al consumo de drogas.

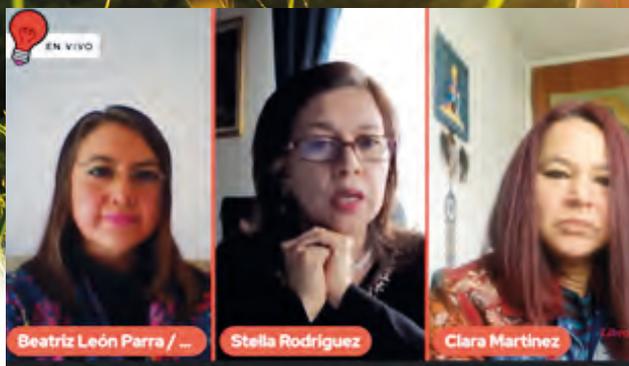
Por ello consideró que es necesario reforzar los factores protectores que favorezcan estilos de vida saludables; las competencias emocionales para rechazar la oferta de drogas; evitar el curso del uso experimental al abuso o dependencia de drogas; y promover la participación comunitaria en la prevención de adicciones.

Resaltó que es necesario desarrollar habilidades afectivas (como el control de estrés, manejo de emociones y sentimientos), así como el lado cognitivo (autoconocimiento, toma de decisiones, creatividad y pensamiento crítico), y finalmente, habilidades sociales, como la comunicación asertiva, las relaciones interpersonales, empatía y la solución de conflictos.

Indicó que CIJ cuenta con un programa de atención curativa, integrado por los servicios de consulta externa, Centros de Día, Unidades de Hospitalización y Unidades de tratamiento para personas con problemas por consumo de heroína.

Para finalizar, y en caso de necesitar los servicios, el director invitó a asistir a la unidad de CIJ Tuxtla Gutiérrez, comentó que pueden acercarse también a sus redes sociales en Facebook o comunicarse a los números 961 138 31 65 o al 961 618 18 51, donde especialistas en adicciones en el estado de Chiapas podrán orientarlos.

Salud integral, cuidado y resiliencia en tiempos de pandemia



Leticia Vizcaya Xilotl
Departamento de Difusión y Ediciones

Las especialistas coincidieron en la importancia de fortalecer la salud mental para superar los eventos difíciles.

En el marco del primer Foro Internacional de Divulgación Académica, cuyo evento fue creado por eLibro Biblioteca Digital, con el propósito de contribuir a la educación a través del conocimiento, se llevó a cabo la mesa temática “Salud integral cuidado y resiliencia en tiempos de pandemia”. Sandra Milena Trujillo Neira, agente literaria de eLibro para Sudamérica, coordinó la mesa, donde participaron, en representación de Colombia, las doctoras María Stella Rodríguez Arenas, docente e investigadora en la Pontificia Universidad Javeriana, y Clara Martínez Sánchez, psicóloga clínica; y por México, la doctora Beatriz León Parra, subdirectora de Prevención de Centros de Integración Juvenil.

La resiliencia nos invita a procesos de mayor humanización y crecimiento

La doctora Stella Rodríguez habló de la resiliencia como herramienta para superar eventos difíciles, de sufrimiento o pérdida, lo que encamina al ser humano a un aprendizaje vital y a proyectarse a un futuro mejor. Destacó que las personas contamos con cuatro dimensiones que hay que sanar:

- **Dimensión física:** se debe tener una conciencia clara de que el cuerpo necesita cuidado y atención; antes de la pandemia se podía caminar, ver el sol, y derivado

del confinamiento las personas han padecido temor a contagiarse.

- **Dimensión emocional:** a lo largo de la pandemia, las personas han experimentado una serie de emociones como tristeza, pérdidas afectivas, familiares, laborales y pesimismo, lo que hace que se vislumbre una gran incertidumbre por el futuro.
- **Dimensión mental:** es la capacidad para abrirse y conversar con otras personas, tener coherencia, paz y tranquilidad en la mente para tomar decisiones.
- **Dimensión espiritual:** son los valores religiosos trascendentes que vinculan al ser humano con otras personas, y de esta forma le ayudan a encontrar paz.

La ponente destacó que la resiliencia nos motiva a mantenernos conectados, a continuar con los vínculos afectivos con la familia, los amigos, los compañeros de trabajo, y a la construcción de redes de apoyo con el objetivo de mantener el bienestar en este distanciamiento social.

La pandemia trajo una invitación a cambiar la jerarquía de lo que valoramos

Para la doctora Clara Martínez, las crisis existenciales ayudan a las personas a revalorar el propósito de vida, invitan a mirarnos a nosotros mismos y a observar qué capacidades y recursos tenemos. La especialista invitó a reflexionar sobre lo siguiente: cómo se está en este momento, en qué lugar se quiere estar, qué se tiene en el trabajo, cómo es la relación con la pareja y cómo se lleva con la familia. Resaltó que es importante trabajar en el propósito de vida como parte de la salud integral y exhortó a que las personas velen por ello desde lo individual, familiar, grupal y con la pareja, pues cuando no se tienen claras esas respuestas aparecen las crisis existenciales.

Destacó que la pandemia trajo un cambio en la jerarquía de lo que valoramos, porque actualmente la prioridad es la familia y la salud. En su ponencia, “¿Qué nos plantea la vida?”, mencionó que, en la logoterapia, Viktor Frankl descubre que el ser humano se confronta con el poder desafiante del espíritu, con esa posibilidad de cambiar, de transformarse, de tener una visión propositiva y esperanzadora, por lo que cada persona debe desarrollar un autoconocimiento, saber cuál es la misión y la tarea de vida.

Los tres caminos de Viktor Frankl

1.- Sentido del trabajo: es el homo faber; darle el sentido a la crea-

ción y la pregunta es ¿qué le estás aportando al mundo en este momento?

2.- Sentido del amor: es cómo acompañar al otro en su enfermedad, cómo enfrentar un duelo, por ello, este sentido ha sido el más desafiante para las personas actualmente. Bajo este contexto, en este momento se confronta a las personas a buscar nuevas opciones, a replantearse los vínculos con los demás, el amor propio, con la familia y con la comunidad. Ahora el desafío es cómo continuar creando esas redes de apoyo, reafirmando los vínculos y resolver aquellos que necesitaban ser sanados.

3.- Sentido del sufrimiento: que las personas lo pueden evadir o negar, pero también lo pueden afrontar, reflexionar que se trata de una situación que no se pidió, que se está padeciendo y la interrogante es ¿para qué?, ¿cómo se transforma ese sufrimiento?

Para cerrar su participación, hizo un llamado a solicitar ayuda con profesionales de la salud para atender tanto las necesidades físicas como emocionales, darse la oportunidad de llorar las pérdidas, vivir el duelo, pero siempre con el fin de buscar nuevas oportunidades de crecimiento, revalorarse y tener en cuenta lo que se ha descubierto de nuevo ante esta situación.

Por su parte, la doctora Beatriz León Parra, subdirectora de Prevención de CIJ, habló de cómo se afrontan las emociones y, en el contexto de la pandemia, afirmó que todos hemos experimentado tristeza, depresión, ira e incertidumbre por el futuro.

Insistió en que las nuevas tecnologías de la información han contribuido a mantener contacto social con la familia y amigos, sin embargo, destacó que muchas veces también muestran una imagen irreal de la situación de las personas.

La especialista aconsejó reforzar las habilidades sociales y emocionales, para sobrellevar las situaciones difíciles que se presentan y así evitar el consumo de drogas.

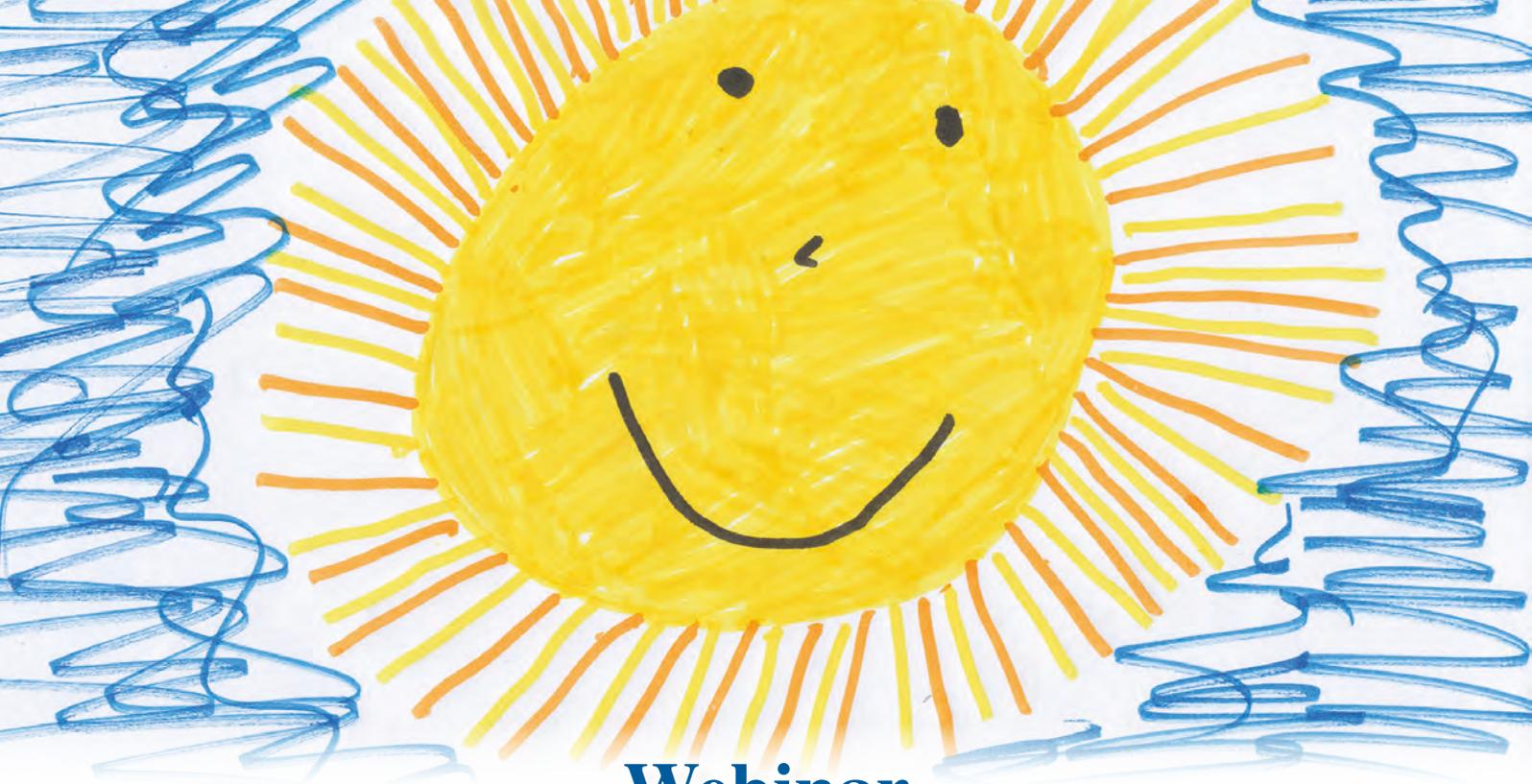
Factores determinantes para el consumo de drogas:

- Individuales: edad, género, genética y salud en general.
- Sustancia: tipo, frecuencia, cantidad y calidad.
- Variables de tipo ambiental: contexto, en qué situación se recurre al uso.

Adaptarnos a nuevas realidades nos ha dado nuevas fuerzas

La doctora León Parra hizo un llamado a reflexionar sobre qué alternativas se tienen ante las dificultades, identificar las emociones que se viven, aceptarlas y descubrir nuevas habilidades para poder expresarlas y controlarlas adecuadamente.

“Los seres humanos hemos salido adelante en esta situación derivada de la pandemia, nos hemos adaptado a nuevas realidades para tomar una nueva fuerza individual y reconocer otras habilidades que no conocíamos”: subdirectora de Prevención de CIJ



Webinar

“Desahogo emocional a través del papel”

*Nora Leticia Vizcaya Xilotl
Departamento de Difusión y Ediciones*

En el marco de la Agenda de Inclusión de la Dirección General de Bachillerato (DGB), cuyo objetivo es fortalecer el desarrollo académico y las habilidades socioemocionales de las y los estudiantes de bachillerato de los diferentes subsistemas de la DGB, se llevó a cabo el 29 de junio el primer webinar “Desahogo emocional a través del papel”.

En representación de la maestra María de los Ángeles Cortés Basurto, directora general de Bachillerato, la maestra Ixchel Valencia Juárez, directora de Coordinación Académica de la DGB, destacó que las conferencias virtuales son un espacio para que las y los alumnos encuentren temas de su interés y les ayuden en el manejo de las emociones a través del arte.



Ixchel Valencia, representante de la Dirección General de Bachillerato.

Autogestión emocional: manejo de la ansiedad

La maestra Laura Hernández Gama, psicóloga del CIJ Cuernavaca, presentó la ponencia “Autogestión emocional: manejo de la ansiedad”, en la que destacó que el estrés es parte de la vida cotidiana de los seres humanos, sin embargo, si éste no se regula y se acumula, desencadenará un estrés crónico que traerá como consecuencia la ansiedad.

Destacó que las emociones son energías que se mueven en la vida de las personas, que traen un mensaje para cada uno y debemos hacer algo con ellas.

denará un estrés crónico que traerá como consecuencia la ansiedad.



Laura Hernández, psicóloga del CIJ Cuernavaca.

La humanidad es totalmente emocional

Tanto la ansiedad como el estrés preparan a los individuos para un evento, con ello se produce una reacción psicofisiológica (como latir más rápido del corazón, subir la temperatura, mayor tensión arterial, entre otros), por lo tanto, es importante reconocerlos y aplicar herramientas y habilidades para adaptarse al cambio.

La especialista enfatizó que el cerebro humano se compone de cuatro partes: una que piensa, otra que siente y reacciona, y en las últimas dos se localizan las emociones. Por lo que sugirió aprender a respirar de forma profunda y practicarlo por lo menos dos veces al día. A través de esta técnica tanto el hemisferio derecho y el izquierdo del cerebro se armonizan y, por consecuencia, se tranquilizan.

Destacó la relevancia de dar una explicación a la emoción, por lo que recomendó escribirlas con el fin de reflexionar acerca de ello, y evitar las trampas mentales que imaginan situaciones en exceso negativas.

También hizo énfasis en la relación que existe entre mente y cerebro, así como el poder de las palabras, por lo que las emociones son parte de nuestra vida y siempre hay un mensaje en ellas.

La otra pandemia y sus enseñanzas

La maestra Yunuen Soto García, orientadora educativa del Centro de Estudios de Bachillerato “Dr. Ignacio Chávez”, en Queréndaro, Michoacán, presentó la ponencia “La otra pandemia y sus enseñanzas”, la cual versó sobre cómo se vieron exacerbados los ataques de pánico, de ansiedad, depresión, intentos de suicidio entre los adolescentes.

La adolescencia es una etapa de la vida donde la angustia y la



Yunuen Soto, orientadora educativa del Centro de Estudios de Bachillerato.

ansiedad se agudizan y manejarlas adecuadamente depende de los adolescentes y sus familias, es decir, a partir de las frustraciones de la vida cotidiana nos vemos retados para encontrar nuevas formas de respuesta que se presentan.

Una angustia manejada adecuadamente por el adolescente permite el logro de metas, como la autonomía, la independencia de la persona, la identidad psicosexual, siempre y cuando las personas que lo rodean como su familia y los docentes contribuyan a un manejo adecuado de las emociones.

La orientadora mencionó que en el plantel “Dr. Ignacio Chávez” se llevan a cabo talleres vivenciales y, a partir de la pandemia, se han realizado vía *online*; en estos talleres los alumnos han expresado a través del dibujo, la pintura y la creación de historias todo aquello que han vivido. Con estas técnicas se puede profundizar hacia donde se quiere llegar como persona y explicó que con ello también se busca un diálogo con los estudiantes y que se examinen soluciones a las circunstancias en las que se viven.

Diferentes expresiones para el desahogo de emociones

Jennifer Miranda Camargo, estudiante del mismo plantel, compartió su experiencia con de la técnica del “Desahogo emocional a través del papel”, en la que describió su sentir en diversos momentos de su vida



La estudiante Jennifer Miranda expuso cómo le ha ayudado esta técnica para liberar sus emociones.

personal y, mediante la herramienta, se dio cuenta que se sentía liberada al expresarlo. Una de las que compartió fue la del diario, es decir, escribir su sentir cotidiano de las cosas favorables y desfavorables; otra fue escribir una carta a la persona que de alguna forma está a disgusto con ella.



Samuel Luna, representante de la DGB, coordinó el encuentro virtual.

Samuel Luna, colaborador de la DGB, coordinó el evento e invitó a continuar participando en los foros webinar: “Cómo prevenir la ira”; “El amor no es color de rosa” y “La autoestima recreando emociones”.

Finalmente agradeció la presencia de los licenciados Isaac Rodríguez Chávez y Valeria Hernández Aguirre, subdirector y subjefa de Promoción Institucional de CIJ; de la maestra Brenda Nalleli Durán Orozco, subdirectora académica normativa de la DGB; de la maestra Fanny Casas Cortés, jefa del Departamento de Superación Académica y Actividades Paraescolares de la DGB; así como a las alumnas y alumnos y docentes de los Centros de Estudios de Bachillerato de las Preparatorias Federales “Lázaro Cárdenas”, de los telebachilleratos y del Colegio de Bachilleres en el estado.

CIJ conmemoró el Día Internacional contra el Uso Indebido y el Tráfico Ilícito de Drogas

Las unidades operativas del país realizaron actividades en la comunidad y se orientó acerca de

Ciudad de México

*Vianney Rivera Montealegre
CIJ Álvaro Obregón Oriente*



*Voluntarias del CIJ Álvaro Obregón
hablaron sobre la importancia de
desarrollar estilos de vida saludables.*

El pasado 24 de junio, el CIJ Álvaro Obregón Oriente llevó a cabo el foro “Mejor conocimiento para un mejor cuidado”, con motivo del Día Internacional de la Lucha contra el Uso Indebido y el Tráfico Ilícito de Drogas, que se conmemora cada 26 de junio. Las voluntarias Andrea Castañeda, Jimena Baños y Frida Rubio coordinaron las participaciones de las y los jóvenes que se dieron cita vía Zoom para reflexionar sobre la importancia de la conmemoración, las acciones a seguir en el entorno inmediato para prevenir las adicciones, así como la importancia de la promoción de estilos de vida saludable.

Entre los temas revisados, destacó el hecho de que la pandemia por COVID-19 ha generado un sentimiento creciente de comunidad y solidaridad mundial, así como la necesidad de garantizar la atención sanitaria para todas las personas, lo que provocado que los temas de sa-

lud mental en general y las adicciones en particular se vuelvan aún más relevantes, ya que hoy en día la sociedad busca mantenerse saludable. En el encuentro también se habló sobre factores de riesgo y protección, que son elementos que incrementan o disminuyen las posibilidades que tiene una persona de desarrollar dependencia a sustancias. En ambos casos se identifican factores individuales, familiares y sociales, por lo que es importante estar alerta a factores de riesgo, como la disponibilidad de drogas, las actitudes familiares favorables al consumo, una historia familiar de conducta antisocial, el inicio temprano del consumo, el riesgo percibido con respecto al consumo y las actitudes favorables hacia el mismo. Para concluir, se realizó una actividad mediante la plataforma virtual, que consistió en un juego donde los asistentes contestaron una pequeña trivía en torno al tema expuesto.

Internacional de la Lucha el Tráfico Ilícito de Drogas

diversas actividades *online* donde participó
erca del consumo de sustancias

Baja California

*María Zulema Arvayo Ortiz
CIJ Mexicali*

El pasado 22 de junio se firmó un convenio de colaboración con el Instituto Tecnológico de Mexicali, con el objetivo de ofrecer a los alumnos actividades académicas, así como acciones (de manera virtual o presencial) de prevención y tratamiento de las adicciones; prevención de la violencia asociada; promoción de la salud; también para que puedan realizar su servicio social en CIJ y lograr el máximo desarrollo en la formación y especialización de recursos humanos; así como la atención psicosocial y terapéutica para los alumnos que lo requieran.

Al encabezar la firma del convenio, el maestro Alfredo Villalba Rodríguez, director del Instituto, destacó la importancia de promover el cuidado y la atención de la salud mental en los jóvenes y en el personal docente.

La firma del acuerdo también estuvo a cargo del director Operativo

y de Patronatos de CIJ, doctor Ángel Prado García; el subdirector de Planeación y Vinculación del Instituto Tecnológico, Juan Francisco Ibá-

ñez Salas; la doctora Enriqueta Salazar Ruiz, jefa del departamento de Gestión Tecnológica y Vinculación y miembros de la Comisión Técnica.



Autoridades que encabezaron la firma de convenio.

Chiapas

*José Antonio Chiñas Vaquerizo
CIJ Tuxtla Gutiérrez*



La doctora López Girón habló sobre la atención de las adicciones en la entidad.

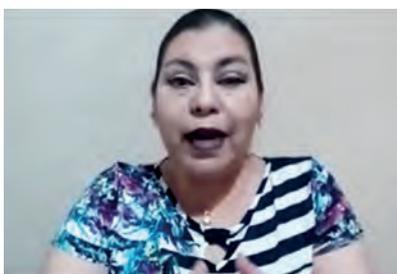
En coordinación con el Instituto de la Juventud del Estado de Chiapas, la Fiscalía de Adolescentes y la Universidad Salazar Narváez, el CIJ Tuxtla Gutiérrez organizó el “Conversatorio sobre atención de las adicciones en Chiapas”. Como invitados especiales estuvieron presentes: el licenciado David Preciatt Cázares, del Instituto de la Juventud; la doctora María del Carmen Girón López, de la Fiscalía de Adolescentes; la licenciada Cinthia Ivette de Aquino Arce, de FOMALASA-Chiapas de la DGETI; la licenciada Rubí Velázquez Coutiño, de Orientación Educativa del Conalep Chiapas, y el doctor Juan Car-

los Coutiño Molina, de la Unidad de Hospitalización Ixbalanqué, Tuxtla Gutiérrez.

Durante su participación, la doctora Girón López enfatizó la atención especializada que se proporciona a los adolescentes que han tenido problemas de tipo legal, que en muchas ocasiones están relacionados con problemas de adicciones. Por eso, manifestó su interés por ofrecer un manejo integral de esa problemática al involucrar instituciones como los Centros de Integración Juvenil en el estado de Chiapas, así como otras dependencias de la fiscalía y diferentes instituciones educativas.

Coahuila

*Norma Pérez Reyes
CIJ Saltillo*



Representantes de la Comisión Estatal contra las Adicciones de Coahuila y de CIJ.

Con el objetivo de dialogar sobre la percepción que tiene la sociedad local y estatal sobre el consumo de drogas, CIJ Saltillo llevó a cabo el conversatorio virtual “Hablemos alto y claro, los hechos reales sobre las drogas”, que contó con la participación del doctor Jesús Alfonso Rodríguez Aldape, comisio-

nado estatal contra las adicciones de Coahuila.

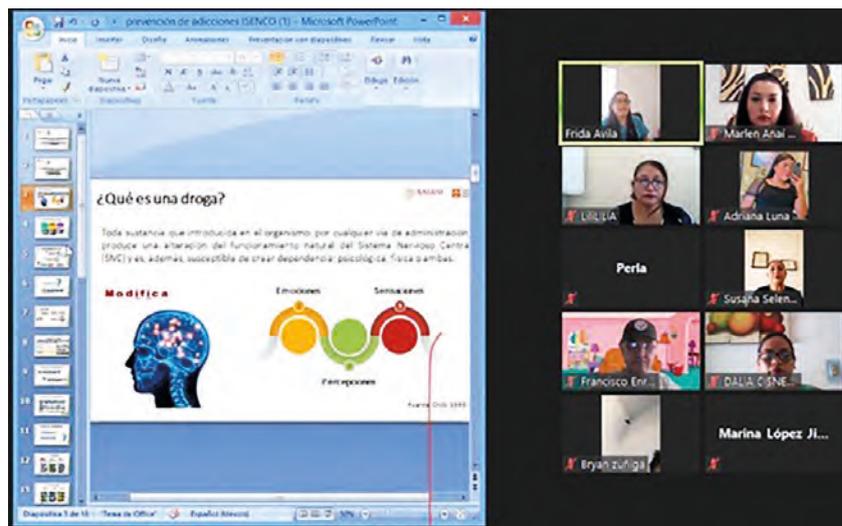
Durante el evento se resaltó el valor de coordinar esfuerzos con las diferentes instituciones, locales y estatales, para atender y hacer frente al problema del uso de drogas mediante acciones de prevención. Por su parte, el comisionado estatal dejó en

claro la importancia de buscar ayuda profesional en instituciones debidamente reguladas ante las autoridades de salud, como los Centros de Atención Primaria en Adicciones y Centros de Integración Juvenil. También destacó la importancia de la atención basada en los derechos humanos y la no discriminación.

Colima

Óscar Mireles Pérez
CIJ Colima

El 25 de junio se llevó a cabo el foro virtual “¿Qué son las drogas? Factores de riesgo y protección”, con alumnos de segundo semestre del Centro de Estudios de Bachillerato campus Colima, y del Instituto Superior de Educación Normal del Estado de Colima (ISENCO) “Profesor Gregorio Torres Quintero”, con la finalidad de informar sobre los factores de riesgo y protección ante el consumo de drogas y orientar sobre las consecuencias del uso de las mismas. El foro logró una participación abierta, entusiasta y colaborativa de numerosos estudiantes.



Durante el foro participaron de manera activa y entusiasta estudiantes de bachillerato.

Guanajuato

José Félix Gómez Calderón
CIJ León



Actividades realizadas en la Feria de la Salud Contra las Drogas.

El CIJ León y la Red Nacional de Atención Integral a las Adicciones organizaron la “Feria de la Salud Contra las Drogas”, iniciativa que se lleva a cabo desde 2013. En el encuentro participaron la Unidad Médica de Caja Popular San Nicolás; el Centro de Atención Integral a las Adicciones CAIA, de la Secretaría de Salud de Guanajuato;

Codependientes Anónimos; Grupo Al-Anon Región León; Comedores Compulsivos Anónimos; el Instituto Municipal de la Mujer de León, y la Secretaría de Seguridad Pública de León, cada uno promovió sus servicios de ayuda y brindó orientación.

El equipo médico-técnico del CIJ León compartió información mediante dípticos y folletos, y se realizaron

actividades preventivas con los niños a través de juegos y música. Alrededor de 600 personas recibieron atención por parte de todas las organizaciones participantes, 330 fueron niños y adolescentes y 240 adultos. La feria fue posible gracias a los esfuerzos de colaboradores, voluntarios, la Dirección de Desarrollo Humano y la Dirección de Salud de León.

Guerrero



María Cecilia Lara Aparicio
CIJ Chilpancingo

Autoridades presentes durante la ponencia "Habilidades sociales y emocionales".

Con el apoyo del Instituto Educativo Stephen Hawking, el equipo de trabajo de CIJ Chilpancingo presentó la conferencia virtual "Habilidades sociales y emocionales", impartida por la psicóloga Nayeli Alvarado Andrade, terapeuta del CIJ Chilpancingo. La especialista explicó que estas habilidades son aquellas que "ayudan a conocernos y regular nuestras emociones, a interactuar constructivamente con los demás y con la sociedad; y de esta

forma resolver problemas cotidianos con responsabilidad, flexibilidad y creatividad".

Como invitados especiales asistieron: la licenciada Alma Delia Jiménez Nava, en representación de Miguel Ángel Silverio Camargo, director del Instituto Educativo Stephen Hawking; la doctora Aminska Ingrid Peralta, responsable del Programa de la Salud de la Adolescencia de la Jurisdicción Sanitaria 03, Centro; el profesor Domitilo Brito Ríos, jefe del Departamento de

Vinculación con el Sector Productivo del CBTIS Plantel Teloloapan; la maestra Martha Zaragoza, jefa del Departamento de Orientación Educativa de la Preparatoria núm. 9 de la Universidad Autónoma de Guerrero. Por parte de CIJ, se contó con la participación de integrantes del Patronato: la licenciada Marina Reyna Aguilar, vicepresidenta; el licenciado Carlos Vázquez Antúnez, secretario, y la licenciada Ethel Correa Cabrera, directora de la Unidad de Hospitalización Punta Diamante.

Hidalgo



María del Pilar Reyes Munguía
CIJ Tulancingo

Al realizar el foro juvenil "Jóvenes en acción contra el Uso Indebido y el Tráfico Ilícito de Drogas", estudiantes de diferentes planteles educativos (principalmente de nivel medio superior y docentes), así como público en general, participaron en este encuentro vía Facebook en el que se abordaron aspectos fisiológicos y de salud mental que ocasiona el uso de sustancias psicoactivas. Mediante preguntas hacia los especialistas, se abordaron aspectos y términos básicos sobre patrones de

consumo de drogas, señales de alerta, efectos en el sistema nervioso central, el impacto en el cerebro adolescente y los trastornos asociados al uso de sustancias, de manera particular la marihuana. Asimismo, se mantuvo una interacción constante con el auditorio para resolver dudas e inquietudes sobre el tema. Se contó con la ponencia del maestro Javier Ríos Castillo, especialista en adicciones y promotor de salud especializado; el doctor Luis Fernando Arreola Marroquín, y el psicólogo Hans Salvador Estudillo.

Estudiantes y docentes participaron en el foro donde hablaron sobre el consumo de drogas.

Jalisco

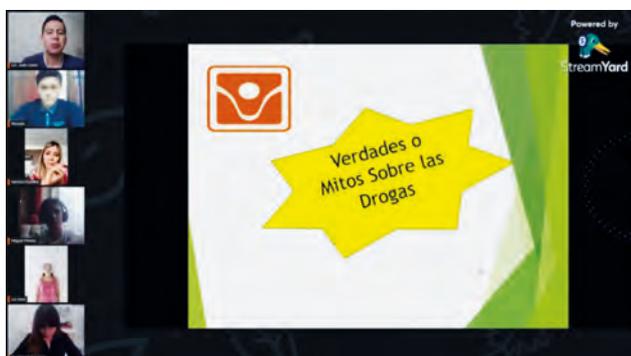
El CIJ Puerto Vallarta llevó a cabo el foro de opinión “Mitos y verdades sobre las drogas”, coordinado por el trabajador social Julio César Curiel Pérez y la psicóloga Liz Anel Osuna Sandoval, con la participación de los voluntarios en Servicio Social: Ricardo Hernández Estrada, Miguel Pinedo García, Guadalupe Bolaños Santos y Nata-

lia Flores Olivas. El programa fue transmitido por Facebook Live.

Durante la emisión, se abordaron los mitos más comunes que alientan el consumo de sustancias y se explicó que muchas veces hay información que los jóvenes dan por cierta, lo que los lleva tomar decisiones equivocadas. Algunos de los mitos que se desmintieron fueron: la marihuana, por

Ana Karina Llerenas Briceño
CIJ Puerto Vallarta

ser medicinal, es inofensiva; el consumo de alcohol te hace más sociable; el tabaco calma el estrés; y todas las personas que consumen drogas se vuelven adictas. Los participantes dieron al público información científica y verídica e invitaron a que se consulten fuentes confiables para generar así un pensamiento crítico que los lleve a decidir de manera responsable.



Especialistas de CIJ explicaron los mitos y realidades acerca del uso de drogas.

Conversatorio virtual “Manejo del tiempo libre en tiempos de post pandemia por COVID-19 y prevención de adicciones”. El psicólogo Jorge Isaac Flores Rodríguez, especialista en recreación y tiempo libre, señaló que en el país hace falta promover opciones de cómo pasar el tiempo libre, sobre todo ahora con el contexto de la pandemia, así como cambiar la forma de pensar de la población sobre alternativas saludables de disfrutar el ocio. El profesor de danza Gerardo Romero, comentó que la danza folclórica y el teatro son alternativas excelentes para los jóvenes, ya que los ayuda a ejercitarse, facilita su expresión, fortalece su autoestima, logra

cohesión comunitaria e incrementa su amor por México. Finalmente, la maestra Esmeralda Rocha, afirmó que practicar Taekwondo es una forma de alejar a niños y jóvenes de las drogas mediante la disciplina que fomentan las artes marciales.

Invitados y seguidores de la transmisión concluyeron que las actividades recreativas como el deporte y las artes disminuyen los niveles de estrés, esto los convierte en un factor protector en la prevención y tratamiento de las adicciones, al favorecer la socialización, la reflexión, permitir el descanso, la diversión positiva, aumentar sus conocimientos, alejar las preocupaciones y atraer la paz mental.

Cristina Prado Acevedo
CIJ Guadalajara Sur



Durante el conversatorio se logró una gran interacción en redes sociales.

*José Alfredo Gustavo Fernando Martínez Vargas
CIJ Zapopan Norte y Zapopan “Kena Moreno”*

Las especialistas del CIJ Zapopan Norte, Nora Enríquez Santana y Ana Paula Torrero Ordaz, encabezaron el conversatorio virtual “Impacto en la salud y en el entorno familiar” como parte de la conmemoración del Día Internacional de la Lucha Contra el Uso Inadecuado y el Tráfico Ilícito de Drogas.

En esta transmisión, se resaltó el papel de la familia como base en la formación de individuos saludables, que cuenten con las habilidades necesarias para el manejo adecuado de las emociones y que a su vez ayuden a prevenir el consumo de sustan-

cias. También se habló acerca de la importancia de la información para que los jóvenes conozcan los riesgos y consecuencias del consumo de drogas; así como el reforzamiento de hábitos saludables como una buena alimentación, practicar ejercicio y un adecuado descanso.

Finalmente, se exhortó a la población a solicitar el apoyo necesario a profesionales de la salud e instituciones especializadas, como CIJ, cuando alguna persona usuaria de sustancias se sienta rebasada por problemas emocionales o relacionados con el abuso de drogas.



Las expertas resaltaron el papel de la familia en la formación de individuos saludables.

Morelos

La formación en temas de adicciones en el contexto laboral, es un área que se debe impulsar para generar espacios de prevención en un sector cada vez más vulnerable; es por ello que se llevó a cabo una capacitación al departamento de Crédito y Cobranza de Elektra del Grupo Salinas, con el tema “Prevención de adicciones en el contexto laboral y detección de señales de alerta ante el consumo de drogas”.

El CIJ Cuernavaca realizó una capacitación presencial y otra virtual, ambas dirigidas a los coordinadores

y líderes del departamento de Crédito y Cobranza, ya que son quienes se encuentran en contacto directo con el personal del área. Durante la capacitación se revisaron los conceptos y procesos básicos en materia de adicciones, así como las tendencias epidemiológicas nacionales y locales del consumo de sustancias psicoactivas, sus efectos, riesgos y consecuencias, la importancia de la prevención en el contexto laboral y la identificación de señales de alerta ante el consumo de drogas, así como la red de atención de Centros de Integración Juvenil. Al finalizar la instrucción, los

asistentes resaltaron que es importante fortalecer una cultura de salud laboral, contar con un buen clima laboral, con reglamentos claros respecto al consumo de tabaco, alcohol y otras sustancias, y dar relevancia a los niveles de satisfacción del trabajador.

En la actividad también estuvieron presentes los directivos de Recursos y Capital Humano de Elektra; el subdirector de Desarrollo Operativo de CIJ, licenciado Isaac Rodríguez; las licenciadas Paola Pérez y Jenny Cortes, y el que suscribe, impartieron el curso presencial y virtual por la plataforma Zoom.

*Ricardo Labias Maldonado
CIJ Cuernavaca*



Se realizaron capacitaciones presenciales con personal de Grupo Salinas.



También se llevó a cabo un foro virtual en coordinación con el IMSS.

En el mismo contexto, en coordinación con el Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS), se realizó el foro virtual “Salud mental, familia y adicciones”. En el acto inaugural, la licenciada Kenia Carpintero, directora de la Unidad Deportiva Cuernavaca-IMSS, resaltó la importancia de conmemorar esta fecha para impulsar los esfuerzos que las instituciones realizan en favor de la salud a nivel mundial, vinculando al deporte como una actividad que ayuda a promover esti-

los saludables de vida. Por su parte el director del CIJ Cuernavaca, maestro Ricardo Labias Maldonado, resaltó que la colaboración interinstitucional es un factor clave para lograr mayores acciones de prevención y tratamiento de las adicciones y fortalecer la labor de ambas instancias en el ámbito de la salud.

Durante el foro se resaltó la necesidad de dar seguimiento a las tendencias del consumo de sustancias y continuar con la atención de las

manifestaciones clínicas asociadas al confinamiento en la pandemia; también se explicaron los mecanismos biológicos que derivan del consumo de drogas y el impacto en el sistema cerebral. Se abordó el tema de la entrevista motivacional como estrategia para sensibilizar a los usuarios de drogas sobre la importancia de iniciar un proceso de atención a su consumo, así como la relevancia del trabajo terapéutico con las familias de los consumidores.

Nuevo León

*Martha Leal Treviño
CIJ Guadalupe*

El Comité Municipal Contra las Adicciones del Municipio (COMCA) y el CIJ Guadalupe realizaron diversas actividades, con el objetivo de sensibilizar a la población sobre la importancia de prevenir las adicciones, promover la salud física y el deporte, el autocuidado, la cultura de la paz y una convivencia sin violencia. En presencia de autoridades de Salud y miembros de la comunidad, la alcaldesa Cristina Díaz Salazar destacó la importancia de conti-

nuar trabajando en programas de prevención y tratamiento de manera coordinada para el beneficio de la población. Con el fin de difundir los servicios con los que cuentan las instituciones del COMCA, se instalaron módulos con información en los cuales participaron: Instituto de la Juventud; Centro de Rehabilitación Puerto Seguro; Narcóticos Anónimos; Red Estatal de Centros de Rehabilitación; Instituto de la Mujer; DIF Guadalupe; Centros de Atención Primaria en Adicciones

(CAPA); Prevención Social, y Centro de Rehabilitación Cristo Vive.

En esta feria de la salud se brindó información sobre los servicios que brinda el CIJ local, así como los programas preventivos y las actividades que realizan para toda la población. Además, se invitó a participar en los Cursos de Verano que están dirigidos a niños de entre 6 y 14 años y que serán nuevamente en la modalidad virtual; también se invitó a participar en los talleres para padres y se otorgó material informativo.



Durante la feria de la salud se realizaron actividades informativas y recreativas para toda la comunidad.

Oaxaca

Marisol Gómez González
CIJ Oaxaca

Del 21 al 25 de junio se llevó a cabo la Jornada Académica Virtual sobre adicciones, dirigida a estudiantes universitarios de las licenciaturas de Psicología, Enfermería y Pedagogía de diferentes universidades de Oaxaca, así como a docentes y orientadores educativos del Centro de Bachillerato Tecnológico Industrial y de Servicios (CBTIS), Colegio de Estudios Científicos y Tecnológicos del Estado de Oaxaca (CE-CYTEO), y del Instituto Estatal de Educación Pública de Oaxaca (IEEPO).

La licenciada María Elena Martínez Arnaud, presidenta del Patronato del CIJ Oaxaca, comentó que estas actividades buscan combatir la desinformación, pues el tema de las adicciones se debe hablar de manera clara y enfatizar los efectos físicos y mentales que ocasionan las sustancias psicoactivas, por ello es

fundamental conocer las propuestas que coadyuven en la solución del problema mundial de las drogas, desde la prevención, el tratamiento y la atención basados en evidencias y el cuidado de las personas.

Las conferencias que se llevaron a cabo estuvieron a cargo del maestro Manlio Fabio Vázquez Marcial, representante del Sistema Nacional de Protección de Niñas, Niños y

Adolescentes (SIPINNA) Oaxaca; de CIJ participó el doctor Ricardo Sánchez Huesca, director de Normatividad; el doctor José Ángel Prado García, director de Operación y Patronatos; la maestra Rosaura de la Torre Gómez, jefa de Equidad y Género de CIJ; el doctor Víctor Manuel Guisa, jefe de Hospitalización y Proyectos Clínicos, y equipo médico-técnico del CIJ Oaxaca.



En la Jornada participaron estudiantes, docentes y orientadores de diferentes instituciones educativas estatales.

Sinaloa

Laura Elena Gaither Jiménez
CIJ Ciudad Victoria

En el espacio virtual para jóvenes “Pensando en voz alta”, a cargo de la psicóloga Greta Gabriela Alelí Ochoa Carrizales, becaria de CIJ Cd. Victoria, se llevó a cabo la sesión informativa “Ludopatía”. El estreno se proyectó en modalidad de video pregrabado, ya que la situación de confinamiento derivó en la búsqueda de otras formas de comunicación para promover estrategias preventivas, por lo cual, desde hace un año, los voluntarios de CIJ Cd. Victoria, principalmente becarios del proyecto Jóvenes Construyendo el Futuro, se encuentran participando con video estrenos en el sitio local de Facebook.

El propósito del tema fue ampliar la percepción de riesgo acerca del juego en los jóvenes. Durante el desarrollo, se identificó el juego patológico como una adicción y se brindó información sobre sus características: el ludópata inicia por curiosidad y se convierte en un jugador habitual, posteriormente transita hacia la adicción. Además, identificaron las fases en el proceso hacia la adicción: ganancia, pérdida, desesperación y desesperanza. Se concluyó que es importante establecer límites, no jugar para obtener ganancias y buscar apoyo ante un comportamiento compulsivo.



Se llevó a cabo una sesión informativa acerca de la ludopatía.

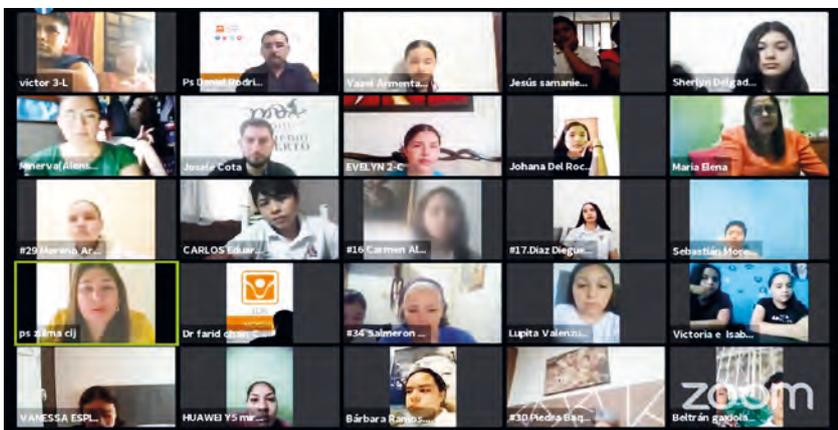
El CIJ Los Mochis en coordinación con la Secretaría de Educación Pública y Cultura en Los Mochis y la Coordinación del Colegio de Bachilleres del norte de Sinaloa; realizaron el “Taller virtual de hábitos favorables para el

apego escolar”, con adolescentes de 12 a 17 años, acompañados de las orientadoras, trabajadores sociales y prefectos de los planteles educativos.

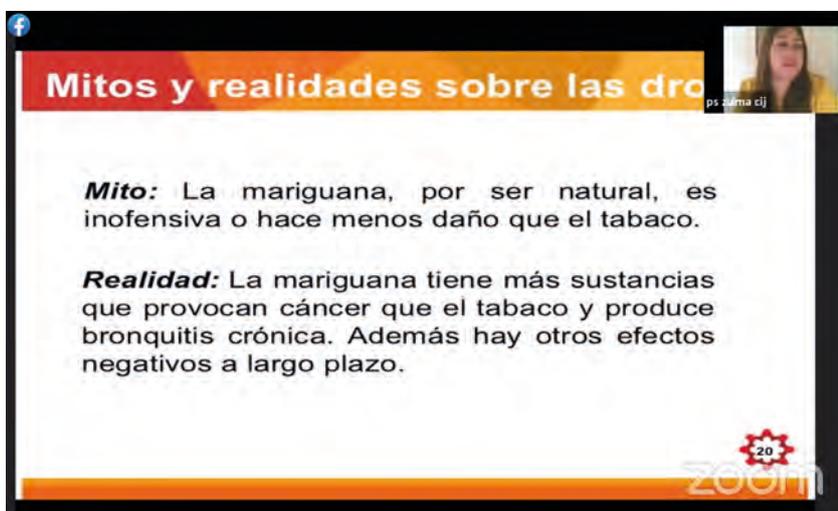
Esta actividad se llevó a cabo con la finalidad de apoyar a los jóvenes en la práctica de ejercicios

que faciliten el aprendizaje escolar y reforzar los factores de protección en el ambiente escolar y familiar. El involucramiento de los padres de familia es prioritario en la prevención de adicciones y otras conductas de riesgo, por ello también se realizó una actividad dirigida a los padres y madres de los estudiantes, en la que se reflexionó acerca de los riesgos que implica la falta de información sobre las drogas y el bajo rendimiento escolar, reforzando los factores protectores y habilidades parentales.

También, se realizó el foro virtual “Conexión familiar en la prevención de adicciones: Padres e Hijos”, con la presencia de la red interinstitucional, dependencias municipales, instituciones de salud, padres de familia y jóvenes de la comunidad escolar. Los ponentes fueron integrantes del equipo médico-técnico; este evento favoreció el contacto con población de más de 60 instituciones educativas (secundarias y preparatorias) de los municipios de Ahome, El Fuerte y Choix. Se reconoció el compromiso y la coordinación que durante 18 años se ha tenido con la Secretaría de Educación Pública y Cultura (SEPyC), a través de la maestra María Elena Rodríguez Félix, subjefa de Vinculación Social y Desarrollo Educativo, así como del profesor Rosario Noé Urías Benítez, jefe de Servicios Regionales de la SEPyC en los Mochis, Sinaloa, y de la doctora Norma Becky Sepúlveda Andrade, delegada académica de coordinación del Colegio de Bachilleres del Estado de Sinaloa (COBAES), por continuar con el desarrollo de actividades preventivas dirigidas a toda la población escolar y fortalecer la red preventiva CIJ-COBAES.



Especialistas del CIJ Los Mochis, del Colegio de Bachilleres del norte de Sinaloa, alumnos y padres de familia.



Veracruz

El CIJ Xalapa, en coordinación con el CIJ Poza Rica, organizaron un encuentro estatal de voluntarios de CIJ, cuyo eje temático fue “Retos y estrategias en la salud mental y prevención de adicciones en jóvenes”. El evento, transmitido por la página de Facebook de ambas unidades, fue dirigido por dos prestadores de servicio social y dos becarios de Jóvenes Construyendo el Futuro. Además, contó con la presencia de la directora de Prevención, la licenciada Miriam Carrillo López.

Tomando en cuenta la experiencia adquirida en las respectivas unidades, las y los jóvenes compartieron información relacionada con el panorama epidemiológico de la región, las tendencias en la salud mental en los jóvenes y su relación con el consumo de sustancias, los retos de los jóvenes en la prevención y

el tratamiento de las adicciones y su experiencia en CIJ como voluntarios. Por su parte, Carrillo López invitó a las y los voluntarios a seguir participando en las actividades preven-

Humberto Flores Dorantes
CIJ Xalapa

tivas de sus respectivas unidades e incluso a involucrarse en otras, como el manejo del Facebook de Juventudes sin Adicciones o formar parte de los “Preventubers” de CIJ.



Voluntarios que formaron parte del encuentro estatal virtual.

Yucatán

En coordinación con la Dirección General de Educación Media Superior (DGEMS) de la Secretaría de Educación del gobierno del Estado de Yucatán (SEGEY), se llevó a cabo el Conversatorio Virtual “Regulación de la marihuana”, dirigido a orientadores y tutores de las preparatorias estatales.

El maestro José Alfredo Moguel Escalante, fiscal en jefe de investigación y litigación de la Fiscalía General del Estado (FGE), señaló que ante el reciente cambio en las políticas públicas acerca de la regulación y control de la marihuana en México, aún falta mucho por revisar, por ello resaltó la importancia de que la po-



En el conversatorio se abordó la importancia de la información para la prevención de las adicciones.

blación esté informada para prevenir adicciones. El psicólogo Pedro Luis Arango Torrejón, integrante del equipo médico-técnico del CIJ Yucatán, explicó los daños a la salud física y emocional en los consumidores, además informó que actualmente la sustancia tiene una mayor concen-

tración de THC y que aunado a ello se combina con otras sustancias, lo cual incrementa el riesgo. Asimismo, hizo una invitación a los orientadores y tutores a estar atentos para detectar problemas conductuales, familiares o de rendimiento escolar, y hacer la canalización correspondiente. Finalmente, quien suscribe habló sobre los impactos sociales ante la pandemia y el gran reto que significa esta nueva normalidad, la necesidad de reforzar la prevención del consumo de sustancias, a través de la información y orientación de la escucha activa de los adolescentes en el hogar; además de fortalecer el trabajo con padres y madres de familia.

Víctor Román Roa Muñoz
CIJ Mérida



Valeria, paciente del CIJ Coyoacán.

Poco a poco empecé a reconocer que ¡la vida sin drogas es mejor!

“Probé de todo, pensaba que a mí no me pasaría, que no me causaría adicción”: Vale, paciente del CIJ Coyoacán

Norma Araceli García Domínguez
Departamento de Difusión y Ediciones

“**C**uando tenía 15 años probé por primera vez una droga, fue la marihuana; tenía la absurda idea de querer experimentar con la mayor cantidad de sustancias posibles, pensaba que era fuerte y que no me iba a enganchar con ninguna sustancia, pero no sabía el daño que me haría. Ahora veo que hasta que estás dentro y tocas fondo te das cuenta de que tienes una adicción”.

Vale, una chica de 19 años de edad que estudia el último semestre de bachillerato en la Ciudad de México, narra cómo fue su acercamiento a las drogas y qué la llevó a solicitar atención en Centros de Integración Juvenil.

“Probé casi todo lo que se me atravesaba en el camino: marihuana, cristal, cocaína, medicamentos controlados o de venta libre, opioides, etcétera. Inicié con la marihuana desde que estudiaba en la secundaria, mis amigos me ofrecieron y la compré, de ahí me dio curiosidad por probar más sustancias, la droga que me llevó a pedir ayuda fueron las metanfetaminas o cristal”.

“Mi mamá es trabajadora doméstica y vivimos en la casa donde trabaja. Ella es mi único familiar en la ciudad y con quien convivo todos los días, pero no estaba enterada de lo que me ocurría porque yo trataba de que no se diera cuenta, le ocultaba las cosas porque sabía que estaba mal lo que hacía, pero yo quería seguir probando y consumiendo, por eso le mentía”.

Vale relata cómo fue que su madre se dio cuenta de su adicción: “yo

le platicué a un profesor cuando empecé a consumir medicamentos y él le informo a mi mamá lo que estaba pasando; aunque en ese momento me molestó lo que hizo, ahora veo que tuvo un papel muy relevante. Mi mamá en ese momento no pensó que fuera tan grave mi adicción; debió haber hablado conmigo, en cuanto le llegó el rumor debió ver qué estaba pasando, pero eso no ocurrió y yo seguí con las drogas”.

La ahora paciente del CIJ Coyoacán, narra por qué decidió pedir ayuda profesional. “Sentí que empecé a tocar fondo en diferentes circunstancias; me enojaba cuando alguien me decía que debía dejar las drogas o pedir ayuda, no quería escuchar la verdad; físicamente ya era muy tarde, mi cabello se caía, mi comportamiento era muy agresivo, empecé a tener problemas fuertes con mi mamá y económicos. En bachillerato perdí un semestre porque no asistía a la escuela, entonces empecé a trabajar, pero todo mi sueldo se iba en comprar drogas; llegaba muy tarde a mi casa o consumía demasiadas cosas, un día terminé en el doctor y a partir de ahí hubo un gran declive, hasta que yo misma me di cuenta del daño que me estaba haciendo. Me hubiera gustado haberlo visto antes, pero hasta entonces fue que decidí salir de mi adicción”.

“Afortunadamente llegué al Centro de Integración Juvenil, asegura Vale, gracias a las terapias entendí que todo lo que viví no es sano. Me dediqué a investigar sobre lo que he con-

sumido y poco a poco empecé a reconocer que la vida sin drogas es mejor, ¡puedo asegurar que la vida sobria es mejor que estar drogado todo el día!”.

Con voz firme, Vale agradece y valora el apoyo que ha recibido por parte de su mamá, quien le ha ayudado a salir de este problema, aunque asegura que tuvo que ser abierta, honesta y confesarle todo lo que le estaba pasando y lo que sentía, pues gracias a eso pudieron buscar ayuda. “Mi mamá ha tenido un papel muy importante en mi proceso de recuperación, su fortaleza, apoyo y amor incondicional me han ayudado a sostenerme para poder salir de la adicción. Le agradezco que también se informara sobre el tema y que aguantara las reacciones derivadas de la abstinencia; su paciencia y tolerancia han sido un gran respaldo”.

A los jóvenes como yo les puedo decir que lo mejor es acercarse a algún adulto que tenga el criterio para ayudarlos cuando sea necesario; en el fondo todos sabemos que el consumo de drogas es malo, pero entre más pronto se atienda esta situación es mejor para evitar consecuencias graves.

Con una sonrisa en el rostro y los ojos llenos de esperanza, Vale afirma que le llama la atención cómo funciona el cuerpo humano ante el uso de sustancias, por eso en un futuro cercano quisiera estudiar medicina y así poder ayudar a más personas que tienen un problema de adicción e informarles sobre los daños que les pueden ocasionar. A decir de ella, se ve siempre acompañada de su madre y con una vida muy plena.



Naciones Unidas

Informe Mundial sobre Drogas 2021

Angela Rosas Núñez

Departamento de Difusión y Ediciones

Con datos del Resumen ejecutivo del Informe Mundial sobre Drogas 2021

Situación mundial de las adicciones: ¿Qué retos enfrentamos?

El maestro Raúl Martín del Campo Sánchez, miembro de la Junta Internacional de Fiscalización de Estupefacientes de la Organización de las Naciones Unidas (ONU) y director de Planeación del Instituto Nacional de Psiquiatría “Ramón de la Fuente Muñiz” (INPRFM), presentó ante el Colegio de Especialistas para la Atención de las Adicciones un panorama general sobre los datos que arroja el Informe Mundial sobre Drogas 2021, publicado anualmente por la Oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito (UNODC). Entre sus apreciaciones preliminares, destaca el hecho de que, a nivel internacional, se dan fenómenos emergentes que provocan que el tema de las adicciones sea cada vez más complejo de entender a nivel mundial y local.

Información real de los daños de la cannabis

Uno de estos fenómenos que más destaca en el Informe es el crecimiento de consumo de la cannabis entre los jóvenes y el aumento de la potencia de estos productos por llevar dosis cada vez más altas de THC. Aunado a esto, cada vez más jóvenes responden en las encuestas que no consideran que el consumo de marihuana sea riesgoso. Al respecto, el maestro Martín del Campo Sánchez aseguró que

“es importante que haya campañas de impacto en Internet, donde se hable realmente de los riesgos del consumo de cannabis sin tratar de exagerar ni de espantar, porque las campañas que estigmatizan a los usuarios no sirven de nada. Es fundamental que los jóvenes tengan información real y certera de los posibles riesgos por el consumo de cannabis y sobre todo de estos productos cada vez más más potentes”.

Refirió que, en Latinoamérica, del 100 por ciento de los usuarios que buscan tratamiento, 42 por ciento acuden por uso de cannabis, lo que la convierte en la principal droga de impacto. Señaló que, en México, la prevalencia de consumo de marihuana no es alta, pero esto podría cambiar debido a su reciente despenalización, ya que países como Uruguay, Canadá y Estados Unidos han reportado un aumento a partir de su legalización.

Nuevos riesgos, mayores retos

En estas mismas líneas, recaló que los opioides han sustituido a la cocaína como segunda droga más consumida en el mundo: Norteamérica, Europa, África y Asia son los principales puntos de crisis de consumo. De las casi 170 mil muertes por sobredosis al año a nivel global, cerca de dos terceras partes son por opioides, específicamente fentanilo, que se ha convertido en la droga que más usuarios mata. Ante esta situación, el especialista enfatizó que Estados Unidos ha tomado medidas impor-

tantes con programas de reducción de daños, como las clínicas de sustitución y los programas de naloxona, la cual “es prácticamente el antídoto contra una sobredosis de opioides, y es fundamental que esté disponible en la comunidad”. Señaló que México podría contemplar medidas similares en la frontera norte, donde los usuarios de heroína tienen muy poco acceso a la naloxona.

Por otra parte, comentó sobre la importancia de prestar atención al consumo de drogas en la población de adultos mayores y mujeres. Si bien el informe apunta a que, por grupo de edad, los adultos jóvenes de entre 25 y 29 años tendrán el incremento más alto en cuando a número de usuarios para el 2030, el maestro resaltó que las personas adultas mayores también presentarán un crecimiento importante en este rubro. Por ello, reiteró la urgencia de generar programas de prevención y de tratamiento para adultos mayores, porque es una de las poblaciones donde más ha crecido el consumo de drogas ilegales, “a veces inclusive, proporcionalmente hablando, más que entre jóvenes”.

Respecto a las mujeres, afirmó que se estima que serán ellas quienes más aumenten su consumo de drogas de aquí al 2030. Además, explicó el efecto telescopio, el cual implica que ellas van a presentar más rápido que los hombres los efectos negativos por el consumo, tanto psicosociales como biológicos, debido, en gran parte, a los obstáculos que impiden que una mujer pueda aceptar que tiene un problema de adicción y acceda a tratamiento: “barreras culturales,

con el sistema, con los centros de tratamiento, con los prejuicios de los profesionales de la salud”.

Frente a todos estos retos, el director de planeación del INPRFM subrayó la necesidad de ajustar los estándares internacionales de prevención y tratamiento: “sabemos cuáles son los factores de riesgo, pero tenemos que adaptarlos a la nueva realidad”.

La cannabis es más potente, pero los jóvenes no la perciben como nociva

Según el Informe Mundial sobre Drogas 2021, en los últimos 20 años, la potencia de los productos de la cannabis se ha cuadruplicado en los Estados Unidos y se ha duplicado en Europa. El porcentaje de tetrahidrocannabinol (THC), principal componente psicoactivo de la cannabis, aumentó de aproximadamente 4 por ciento a 16 por ciento en los Estados Unidos en el periodo comprendido entre 1995 y 2019, y de aproximadamente 6 por ciento a 11 por ciento en Europa entre 2002 y 2019.

El tetrahidrocannabinol es el responsable de la aparición de trastornos de salud mental en las personas que consumen frecuentemente cannabis a largo plazo; no obstante, el porcentaje de adolescentes que perciben la cannabis como nociva ha llegado a disminuir 40 por ciento en el mismo periodo. Las encuestas realizadas a niños en edad escolar y adultos jóvenes en los Estados Unidos y en Europa confirman esta conclusión. En otras partes del mundo, los datos son más escasos, pero apuntan a una realidad similar.

Esa falta de correspondencia entre la percepción y el riesgo que realmente entraña la mayor potencia de la cannabis podría agravar los efectos negativos de esa droga en las generaciones jóvenes. Los datos científicos han demostrado los daños que causa en la salud el consumo habitual de

cannabis, sobre todo en los jóvenes. Los datos obtenidos mediante las encuestas indican que existe un vínculo entre la percepción baja del riesgo y los índices más elevados de consumo. Esto es así no sólo en Europa y los Estados Unidos, sino también en otras partes del mundo.

La agresiva publicidad de productos de la cannabis con alto contenido en THC que hacen algunas empresas privadas y la promoción en los medios sociales pueden agravar el problema. Entre los productos que se encuentran actualmente a la venta figuran flores de cannabis, porros preenrollados, vaporizadores, concentrados y productos comestibles. La potencia de esos productos varía y es impredecible—en algunas de las jurisdicciones en que se ha legalizado el consumo de cannabis, no se han fijado límites al contenido de THC—, y puede suponer un problema de salud pública.

Por ello, combatir la información errónea sobre los efectos del consumo de productos de la cannabis es crucial para que cada persona, especialmente los jóvenes, pueda tomar decisiones basadas en una percepción exacta de los riesgos.

Una labor de creación de conciencia y comunicación, que divulgue información científica sin estigmatizar a las personas que consumen drogas o que padecen trastornos por consumo de drogas, puede contribuir a evitar las percepciones erróneas.

Los mensajes deben estar basados en datos objetivos y establecer una distinción clara entre los usos médicos efectivos de los productos de la can-

nabis para tratar algunas dolencias, el uso de productos de la cannabis en la llamada industria del bienestar y las consecuencias del uso no médico de la cannabis.

La prohibición total de la publicidad, la promoción y el patrocinio de la cannabis conseguiría que los intereses de salud pública primaran sobre los comerciales. Esa prohibición tendría que implantarse en todas las jurisdicciones. Las medidas podrían funcionar de manera similar a las disposiciones del Convenio Marco de la Organización Mundial de la Salud (OMS) para el Control del Tabaco. Además, es necesario invertir más en la investigación de los daños para la salud del uso no médico de la cannabis y definir mejor las diversas afecciones que podrían tratarse eficazmente mediante sus productos.

Por último, es esencial entablar una vigilancia a nivel mundial de las repercusiones de las leyes que autorizan el uso médico y no médico de la cannabis. Ésta tendría que ir más allá de las tendencias del consumo de cannabis en un único país y evaluar la frecuencia y los hábitos de consumo de esa sustancia, sus consecuencias sanitarias y socioeconómicas, y la evolución de los mercados, tanto en los sectores lícitos como en los ilícitos, en todo el mundo. Un aspecto importante que se ha de evaluar son las repercusiones de la legalización de la cannabis en la percepción de los riesgos asociados a ésta, especialmente en los jóvenes; también sería fundamental evaluar el riesgo percibido por los jóvenes en los países de bajos ingresos.

El aumento de las ventas en Internet podría transformar los patrones de distribución y consumo de drogas en todo el mundo

Los mercados de drogas en la red oscura surgieron hace tan sólo 10 años,

aproximadamente, pero hoy en día se registran ventas valoradas en al menos 315 millones de dólares en los principales mercados. Si bien esto no representa sino una mínima parte de las ventas totales de drogas, las ventas en red oscura siguen una tendencia al alza y se han cuadruplicado en el periodo comprendido entre principios de la década de 2010 (de 2011 a mediados de 2017) y en años más recientes (de mediados de 2017 a 2020). Además, la expansión de los mercados de drogas en línea a los medios sociales y plataformas de comercio electrónico muy conocidas parece indicar que son cada vez más accesibles.

La cannabis acapara las ventas en la red oscura, mientras que la actividad comercial en la llamada web visible suele girar en torno a las nuevas sustancias psicoactivas y las sustancias utilizadas para la fabricación de drogas sintéticas, incluidos precursores.

La rápida innovación tecnológica, sumada a la agilidad y la adaptabilidad de quienes utilizan las nuevas plataformas para vender drogas y otras sustancias, podría desembocar en un mercado globalizado en el que se puedan obtener más drogas en más lugares. Esto a su vez desencadenaría cambios muy rápidos en los hábitos de consumo de drogas.

La red oscura, un peligro global

Aumentar la capacidad de los organismos encargados de hacer cumplir la ley para hacer frente a la venta de drogas en la red oscura continúa siendo una prioridad, pero la utilización cada vez mayor de la red visible exige soluciones innovadoras y cooperación internacional. Las alianzas entre los sectores público y privado se han vuelto indispensables para

hacer frente al tráfico de drogas en Internet. En la actualidad, intervienen en la cadena de suministro los proveedores de servicios de Internet, las empresas tecnológicas y las empresas de transporte y mensajería. Las respuestas de los gobiernos sólo pueden ser eficaces si cuentan con la participación de esos agentes.

El mercado de drogas globalizado —que es probable que se cree en Internet— requerirá una respuesta mundial que dote a los organismos encargados de hacer cumplir la ley de herramientas innovadoras y respetuosas con los derechos humanos para investigar el espacio virtual sin fronteras. Para responder a esta amenaza, todos los Estados tendrán que dotarse de acceso especializado a la red oscura y de capacidad de investigación para dismantelar proactivamente los mercados y las plataformas en línea.

El COVID-19 ha impulsado la innovación en los servicios de prevención y tratamiento del consumo de drogas

Desde que comenzó la pandemia de COVID-19, muchas de las actividades que anteriormente se realizaban frente a frente ahora se llevan a cabo mediante tecnología web, telefónicamente o a través del sistema postal. En algunos países, las rápidas innovaciones han transformado los servicios que ofrecen los profesionales de la salud a las personas que consumen drogas.

Además, los requisitos de prescripción se han simplificado, se ha dado más flexibilidad a los pacientes que necesitan medicamentos agonistas opioides y se ha permitido que algunas personas que sufren trastornos por consumo de drogas se lleven a casa dosis de metadona.

Entre otras prácticas figura también el uso de máquinas expendedoras para dispensar medicamentos agonistas opioides y servicios postales para distribuir agujas y jeringuillas estériles. Muchos de estos enfoques novedosos tendrán que ser evaluados para determinar mejor su efectividad.

Las adaptaciones realizadas a consecuencia del COVID-19 en la prestación de servicios de prevención del consumo de drogas y de tratamiento ofrecen grandes posibilidades para aumentar la accesibilidad y la cobertura de los servicios si se mantienen después de la pandemia. La aceleración de los servicios por Internet crea la necesidad de actualizar las normas científicas en estos mismos rubros. Para garantizar el acceso equitativo a los servicios por Internet, en particular para las personas más marginadas, las normas deberán tener presentes los diferentes niveles de acceso a la tecnología de la información y de competencias informáticas en todo el mundo.

Los datos que demuestran la vulnerabilidad sanitaria de las personas que consumen drogas y que padecen trastornos por consumo de drogas —incluidas las que viven con enfermedades infecciosas y las que están encarceladas— indican la necesidad de priorizar esos grupos a efectos de detección del COVID-19 y la vacunación. También es necesario incluirlas en los planes nacionales de respuesta a la pandemia, los cuales deben garantizar la continuidad de los servicios de tratamiento, atención y rehabilitación. Para optimizar los resultados en materia de salud pública durante la pandemia actual o en futuras pandemias, es indispensable que la protección de los derechos humanos de las personas que consumen drogas y la reducción de la estigmatización, la discriminación y

las desigualdades sigan siendo objetivos esenciales.

En la pandemia incrementó el uso no médico de la cannabis y los sedantes

En la mayoría de los países se ha registrado un aumento del consumo de cannabis y el uso no médico de fármacos como las benzodiazepinas durante la pandemia. En el marco de una encuesta realizada a profesionales sanitarios en 77 países, en 64 por ciento se comunicó un aumento del uso no médico de los sedantes y un aumento de 42 por ciento del consumo de cannabis. Los cambios en los hábitos de consumo de otras sustancias fueron menos evidentes, pero algunas drogas como el éxtasis y la cocaína, que suelen consumirse en entornos sociales, se estaban consumiendo con menos frecuencia.

En América del Norte se ha producido un repunte de las muertes por sobredosis de opioides desde el comienzo de la pandemia. Por ejemplo, las muertes por sobredosis de opioides en Canadá aumentaron 58 por ciento en el trimestre comprendido entre los meses de abril y junio de 2020 con respecto a ese mismo periodo de 2019. Se sabe que las medidas relacionadas con el COVID-19 han agudizado las privaciones económicas y el sentimiento de aislamiento social, factores que pueden contribuir a que aumente el consumo de drogas.

Es necesario asignar fondos suficientes en los presupuestos nacionales post-COVID-19 a las medidas de prevención y tratamiento del consumo de drogas a fin de evitar que se acelere el aumento del consumo observado durante la pandemia.

Los presupuestos de salud anuales deben destinar un porcentaje a la prevención y el tratamiento del consumo de drogas y a cuestiones relacionadas con el VIH.

Esto permitirá ampliar la cobertura y mejorar la calidad de los servicios a fin de evitar que las personas con trastornos por consumo de drogas recurran al uso de sustancias o a métodos de administración más nocivos. De ese modo se reducirán las consecuencias negativas, como las muertes relacionadas con las drogas.

La prevención es una medida eficaz en función del costo para evitar que sigan aumentando el número de personas que consumen cannabis y los daños derivados del aumento de su consumo con fines no médicos. Las inversiones posteriores a la pandemia deben priorizar la prevención basada en datos científicos del consumo de drogas y otros comportamientos de riesgo, prestando especial atención a que niños y jóvenes adquieran competencias para la vida, las aptitudes para la vida en familia, la crianza de los hijos y los servicios de salud mental.

Es probable que los mercados de drogas acusen durante años los efectos del COVID-19

La pandemia ha traído consigo un aumento de las dificultades económicas, además de cambios tecnológicos radicales y alteraciones drásticas de los hábitos sociales que es probable que a la larga afecten a los hábitos de consumo de drogas.

Las desigualdades, la pobreza y los problemas de salud mental están aumentando en todo el mundo, y se sabe que esos son factores que llevan a las personas a consumir drogas y que traen consigo consecuencias negativas para la salud y un incremento de los trastornos por consumo de drogas. Los cambios ya observados en los hábitos de consumo de drogas, entre ellos el aumento del consumo de cannabis y del consumo no médico de fármacos sedantes, podrían acelerar la expansión del mercado de esas sustancias.

La prevención consistente en la prestación de apoyo a los padres y a los jóvenes en circunstancias vulnerables —para que sean capaces de afrontar mejor el estrés causado por la pandemia sin recurrir a mecanismos de afrontamiento negativos— será especialmente necesaria en la fase de recuperación. Entre las prácticas más eficaces figuran impartir capacitación para la vida en familia, proporcionar alojamiento en centros de acogida a las personas que sufren maltrato en el hogar y prestar servicios de salud mental.

Más acceso en las regiones pobres

Los planes de recuperación después de la pandemia brindan la oportunidad de aliviar las consecuencias negativas de ésta para los grupos vulnerables y marginados. Las comunidades de personas que consumen drogas y las que se dedican al cultivo y la producción ilícitos, o están en riesgo de hacerlo, deberían estar incluidas en los programas de vivienda, suministro de alimentos, asistencia económica y seguro médico. La prestación de asistencia para el desarrollo a las aldeas que se dedican al cultivo para la producción de drogas ilícitas es crucial

para evitar que las personas que se han quedado sin trabajo debido a la pandemia se impliquen en mayor medida en la producción y el tráfico.

La inversión a largo plazo en intervenciones de desarrollo alternativo sostenible puede mejorar las condiciones de los hogares de las zonas rurales.

Nuevas sustancias psicoactivas

El número de nuevas sustancias psicoactivas (NSP) que aparecieron en los mercados mundiales disminuyó de 163 en 2013 a 71 en 2019, lo cual es reflejo de las tendencias registradas en algunas subregiones como América del Norte y Europa Occidental y Central, donde los principales mercados de NSP aparecieron por primera vez hace 10 años. Las cifras apuntan a que los sistemas de fiscalización nacional e internacional han logrado contener la propagación de las NSP en los países de ingreso alto. No obstante, el problema de las NSP se ha extendido ahora a las regiones más pobres, donde los sistemas de fiscalización suelen ser más débiles.

Se pueden extraer muchas enseñanzas de la tendencia positiva que ha supuesto la contención de las NSP. Los países y regiones que se han visto expuestos más recientemente al reto que plantean esas sustancias pueden beneficiarse enormemente de una mayor cooperación internacional y de la transmisión de mejores prácticas

por aquéllos que han logrado contener el problema gracias a la adopción de medidas legislativas y forenses y a la labor de los organismos encargados de hacer cumplir la ley.

Se está reduciendo el número de nuevas sustancias psicoactivas que aparecen en los países de ingreso alto, pero su disponibilidad se está extendiendo a regiones más pobres.

Las medidas de respuesta que han contribuido a contener la oferta de NSP y reducir sus consecuencias negativas para la salud pueden extrapolarse a los países de ingreso bajo. Entre esas medidas figuran los mecanismos de alerta temprana que garantizan una serie continua de medidas con base empírica y la capacitación del personal sanitario de urgencias para atender los casos de intoxicación aguda por NSP. La ampliación de los servicios de atención a las personas que consumen NSP también puede contribuir a paliar los daños causados por esas sustancias.

El consumo de drogas ha aumentado 22 por ciento en los últimos 10 años

Aproximadamente 275 millones de personas en todo el mundo consumieron drogas en el año anterior, lo que supone un aumento de 226 millones con respecto a 2010. Ese aumento de 22 por ciento se debió en parte a que la población mundial aumentó 10 por ciento. Los sistemas

de atención de la salud se enfrentan a una tarea cada vez más ardua, ya que se calcula que 36 millones de personas sufrirán trastornos por consumo de drogas en 2019, cifra que en 2010 era de 27 millones, según las estimaciones correspondientes a ese año. Esto supone un aumento de 0.6 al 0.7 por ciento de la población mundial.

Si bien el número de personas con trastornos por consumo de drogas ha aumentado, la disponibilidad de intervenciones de tratamiento continúa siendo baja. Tan sólo una de cada ocho personas que sufrían trastornos por consumo de drogas recibieron ayuda profesional en 2019. Las consecuencias de la escasez de esos servicios se acusaron sobre todo en los países más pobres. Esto es así pese a que hay pruebas abrumadoras de que el costo de tratar los trastornos por consumo de drogas es mucho menor que el de dejar sin tratar la drogodependencia.

El incremento en el número de personas que consumen drogas y padecen trastornos por consumo de drogas ha coincidido con la aparición de cientos de sustancias sintéticas en el mercado.

Además, algunas drogas son ahora más potentes que hace 10 años. Todo ello agrava los riesgos para los consumidores y se suma a la carga que pesa sobre los sistemas de atención de la salud.

La prevención sigue siendo el mejor enfoque de primera línea para reducir el consumo de drogas y los trastornos por consumo de drogas.

Los enfoques más eficaces son aquellos que contribuyen a que los jóvenes se impliquen de manera positiva en sus familias, escuelas y comunidades, y que crean barrios inclusivos y seguros.

Las comunidades y las organizaciones de la sociedad civil —incluidas las organizaciones y redes de personas que consumen drogas, las personas que se están recuperando y otras personas afectadas por las drogas— pueden brindar un apoyo importante a la labor de prevención y tratamiento. Por tanto, deberían ser comprendidas, respaldadas y empoderadas en todos los aspectos del diseño, la aplicación, la supervisión y la evaluación de la prestación de servicios.

El aumento del número de personas con trastornos por consumo de drogas en todo el mundo exige incrementar las intervenciones con base empírica que adopten un enfoque en que operen múltiples factores. Esas intervenciones deberían estar integradas en el sistema general de salud y atender las necesidades de las personas en circunstancias de vulnerabilidad, en particular las mujeres, los niños y adolescentes y las personas en contacto con el sistema de justicia penal.

Proteger y promover los derechos humanos de las personas que consumen drogas, tratándolas con dignidad, eliminando los estigmas y proporcionándoles acceso a los servicios sociales y de salud en condiciones de igualdad, han de ser los principios en que se basen todas las intervenciones relacionadas con la prevención y el tratamiento del consumo de drogas.

Las sobredosis por fentanilo siguen avivando la crisis de los opioides en América del Norte

Casi 50 mil personas murieron como consecuencia de sobredosis atribuidas a opioides en los Estados Unidos en 2019, más del doble de la cifra registrada en 2010. En comparación, en la Unión Europea, la cifra de las muertes por sobredosis relacionada con las drogas (en su mayoría relacionadas con el consumo de opioides) fue de 8,300 en 2018, pese a que la población es mayor. No obstante, la crisis de los opioides de América del Norte está cambiando. El número de muertes que se atribuyen a la heroína y al uso no médico de fármacos opioides como la oxycodona o la hidrocodona se ha reducido en los últimos cinco años.

Lo que aviva la crisis en la actualidad son las muertes por sobredosis atribuidas a los opioides sintéticos, como el fentanilo y sus análogos. Entre las razones del elevado número de muertes por sobredosis atribuidas a los fentanilos figura el hecho de que las dosis letales de esas sustancias son a menudo pequeñas en comparación con las de otros opioides. El fentanilo es hasta 100 veces más potente que la morfina.

Un ejemplo que ilustra bien el impacto del fentanilo y sus análogos

es el hecho de que han intervenido en más de la mitad de las muertes atribuidas a la heroína. Los opioides sintéticos también contribuyen en gran medida al incremento del número de muertes por sobredosis atribuidas a la cocaína y otros psicoestimulantes, como la metanfetamina.

La naloxona, un salvavidas

Para ayudar a prevenir las muertes por sobredosis en América del Norte es indispensable que las personas que tienen dependencia de los opioides, incluidas las que están en la cárcel o han sido recientemente excarceladas, tengan acceso a tratamientos y servicios adecuados. Es necesario garantizar el acceso a la metadona y la buprenorfina; el aumento de la disponibilidad de naloxona para llevar a casa puede salvar muchas vidas. Además, se ha demostrado la eficacia de ampliar el alcance de la capacitación de las personas que pueden ser testigos de una sobredosis —por ejemplo, los compañeros, los familiares, los equipos de respuesta inicial y la policía— y proveerlas de naloxona. Para lograr la cobertura necesaria se habrán de superar algunos obstáculos, como el costo y la estigmatización.

El consumo de opioides sigue constituyendo la mayor carga de morbilidad relacionada con las drogas

La carga de morbilidad causada por el consumo de drogas sigue aumentando por lo que respecta a las muertes prematuras y al número de años de vida sana perdidos por discapacidad. Los mayores daños causados por las drogas son los vinculados al consumo de opioides,

en particular, ya que las personas que los consumen pueden contraer el VIH o la hepatitis C a causa de prácticas de inyección peligrosas. En 2019 se perdieron 18 millones de años de vida sana a causa de los trastornos por consumo de drogas; el consumo de opioides fue el responsable de 70 por ciento del total.

Las muertes relacionadas con los trastornos por consumo de drogas casi se han duplicado en los últimos 10 años, superando con creces todo incremento del número de consumidores, de lo que cabe deducir que el consumo de drogas se ha vuelto más nocivo.

En 2019 se atribuyeron al consumo de drogas medio millón de muertes. Más de la mitad de esas muertes se debieron al cáncer de hígado, la cirrosis y otras enfermedades hepáticas crónicas resultantes de la hepatitis C, pero ese aumento refleja, en parte, el incremento de las muertes atribuidas al consumo de algunos opioides, como el fentanilo.

La situación se ha agravado debido a que se siguen realizando escasas intervenciones con base empírica, como el tratamiento con agonistas opioides, la administración de naloxona para tratar las sobredosis de opioides y la prevención y el tratamiento de la hepatitis C. Esto ocurre sobre todo en los países más pobres. Un dato más alentador es que en la última década se ha produci-

do una disminución de las muertes atribuidas al VIH y al sida entre las personas que consumen drogas.

Las estrategias de prevención centradas en el consumo de opioides, las muertes por sobredosis y los problemas de salud que se pueden derivar de las prácticas de inyección no seguras son indispensables para reducir la carga de morbilidad. Las alianzas entre los equipos de respuesta inicial, las instituciones de salud pública y las autoridades de seguridad pública pueden contribuir a impulsar la labor de prevención. Esa labor puede crear mayor conciencia pública, difundir datos pertinentes, localizar a las personas y comunidades que se encuentran en situación de riesgo y facilitar la derivación a los servicios sociales y de tratamiento.

Para reducir la carga de morbilidad de los opioides es preciso incrementar considerablemente las intervenciones con base empírica para tratar los trastornos por consumo de esas sustancias, especialmente el tratamiento con agonistas opioides y la prevención de las sobredosis y la gestión de los casos de sobredosis. También es necesario incrementar las intervenciones de prevención de las infecciones de transmisión sanguínea y ampliar la disponibilidad del tratamiento de la hepatitis C para las personas que consumen drogas.

Material de inyección contaminado, peligro inminente

Más de 11 millones de personas se inyectaban drogas en todo el mundo en 2019, de las cuales 1.4 millones vivían con VIH, 5.6 millones con hepatitis C y casi 1.2 millones con ambas enfermedades. El riesgo principal de contagio de esas personas se deriva de compartir material de inyección contaminado.

El número de años perdidos por muerte prematura y discapacidad relacionadas con el consumo de drogas ha disminuido. No obstante, la probabilidad de que las personas que se inyectan drogas o que consumen drogas contraigan el VIH se multiplica por 29 con respecto a la población general. Una de cada diez infecciones nuevas en 2019 correspondía a ese grupo de población, según las estimaciones de ONUSIDA. En los últimos años han aparecido brotes localizados de VIH en algunos países de Europa y América del Norte.

Para reducir las consecuencias negativas del consumo de drogas es necesario poner plenamente en marcha un conjunto amplio de servicios de atención del VIH y la hepatitis que incluya, entre otras cosas, programas de suministro de agujas y jeringuillas y tratamiento con agonistas opioides, el suministro de naloxona y el tratamiento de la hepatitis C. Todo ello habrá de llevarse a cabo a una escala que permita el acceso voluntario, confidencial y sin complicaciones de todas las personas que consumen drogas, también en las cárceles y en otros lugares de reclusión.

Las medidas de promoción dirigidas específicamente a los profesionales sanitarios y los organismos encargados de hacer cumplir la ley pueden contribuir a reducir la estigmatización y la discriminación que sienten las personas que consumen drogas. Además, deben prestarse a las mujeres que consumen drogas servicios relacionados con el VIH y la hepatitis C que incorporen una perspectiva de género.

Referencias

Oficina de Naciones Unidas contra la Droga y el Delito (2021). Booklet 1- Executive summary / Policy implications. World Drug Report 2021. https://www.unodc.org/res/wdr2021/field/V2104298_Spanish.pdf

Segundo conversatorio internacional en conmemoración del Día Internacional de la Lucha contra el Uso Indebido y el Tráfico Ilícito de Drogas

Los especialistas internacionales coincidieron en analizar logros y resultados de las estrategias preventivas aplicadas en los países de América Latina

*Alejandro Álvarez Lemus
Departamento de Difusión y Ediciones*

Especialistas en prevención de adicciones de Chile, México, Colombia y Argentina encabezaron el Segundo Conversatorio Internacional, en el marco del Día Internacional de la Lucha Contra el Uso Indebido y el Tráfico Ilícito de Drogas. La psicóloga de Chile, Selva Careaga, abordó el tema de la prevención de drogas en el ámbito escolar, destacó que los programas de prevención universal no son suficientes para la población en aquel país.



Selva Careaga explicó el programa de prevención en el sistema educativo de Chile.

Señaló que en su país cada dos años se realizan encuestas de consumo de sustancias por lo que han detectado un alto consumo de marihuana (35.6 por ciento de los jóvenes escolarizados) y alcohol con elevados patrones de riesgo (30 por

ciento). Además, se ha observado que las niñas de 13 a 17 años consumen bebidas embriagantes a la par de los hombres.

La propuesta ante esta problemática fue crear un sistema de prevención en el sistema educativo, que incluye cuatro programas:

1. Continuo preventivo, que difunde materiales educativos desde población preescolar hasta cuarto año.
2. Cultura Preventiva, cuya intención es formar equipos de docentes, alumnos y familiares para dar contención al tema de las drogas.
3. Actuar a tiempo, en la que personal especializado atiende a los estudiantes con problemas de consumo de sustancias.
4. Elige vivir sin Drogas, con lo que se busca generar una intervención de manera integral en la comunidad.

“La educación es el proceso más importante para cambiar nuestra sociedad, pues ahora en la época de distanciamiento social, atiende las necesidades socioemocionales de los niños, niñas y adolescentes, en la que la prevención del consumo de drogas

juega un papel relevante si se realiza desde este ámbito educativo y cultural”, remarcó la especialista al final de su exposición.



Ricardo Sánchez Huesca habló sobre los componentes genéticos derivados de las adicciones.

Más de 36 millones de personas presentan problemas de adicción en el mundo

El doctor Ricardo Sánchez Huesca, director normativo de Centros de Integración Juvenil, abordó el panorama epidemiológico del consumo de drogas a nivel nacional e internacional. Señaló que, de acuerdo con el más reciente Informe Mundial sobre las Drogas de la Oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito, más de 36 millones de personas presentan problemas de adicción en



Miriam Carrillo moderó el conversatorio.



Katherine Mora afirmó que las intervenciones deben centrarse en la disponibilidad de las sustancias.



Roberto Canay resaltó la necesidad de fortalecer las redes de atención de las adicciones.

el mundo; asimismo, en México, hay 1.7 millones de personas que padecen dependencia al alcohol.

El especialista centró su ponencia en el tema de los hijos de usuarios de sustancias psicoactivas y, en ese sentido, enfatizó que las adicciones tienen un componente genético, de manera que entre 40 y 60 por ciento de las personas que padecen un trastorno por uso de sustancias deriva de un factor hereditario. Explicó que la sustancia que más influye en la heredabilidad de una adicción es la cocaína, seguida por los opiáceos, en tanto que los estimulantes y alucinógenos son las que menos probabilidades tienen.

Precisó que el estrés prenatal, el maltrato infantil, la violencia familiar, el consumo de drogas en el hogar, así como bajos recursos económicos y la exposición a factores sociales estresantes pueden derivar en el consumo de sustancias. Por el contrario, un estilo de crianza positivo y cálido representa un factor protector, aunque haya una herencia que predisponga. Finalmente, señaló la importancia de visibilizar a hijos de personas con dependencia a sustancias mediante intervenciones en programas de prevención selectiva e indicada, con el fin de apoyar a los hijos e hijas de quienes desarrollaron un problema de abuso de sustancias y así evitar que reproduzcan el modelo de los padres consumidores.

Para concluir, el doctor Sánchez Huesca invitó a los participantes a ser parte del Congreso Internacional de

Adicciones que organiza CIJ cada año, con el objetivo de fortalecer la red hemisférica y mundial del conocimiento que hay en cada uno de los países.

Necesario trabajar las intervenciones desde macro y micro ambientes

La psicóloga Katherine Mora, de la Corporación Nuevos Rumbos en Colombia, abordó la Prevención del consumo temprano de alcohol y otras sustancias en menores de edad. Destacó que la edad de inicio promedio de consumo en dicho país es de 12 años, además quienes beben alcohol a edades tempranas tienen cuatro veces más probabilidades de tener problemas de consumo en la adultez y de desertar en el aspecto educativo. Señaló que 66 por ciento de los jóvenes percibe que es muy fácil conseguir alcohol y afirmó que muchos de quienes inician el consumo lo hacen para embriagarse y quienes abusan más de esta sustancia son los hombres.

Expuso que el fenómeno de las drogas se percibe como un problema de salud pública y por ello se busca trabajar las intervenciones desde macro y micro ambientes. Señaló que un reto para la prevención en Colombia es reducir la brecha entre lo público y lo privado, así como fortalecer la continuidad de programas que ya se están haciendo. Concluyó que las intervenciones deben centrarse principalmente en la dis-

ponibilidad de la sustancia, la baja percepción de riesgo y el monitoreo parental.

Para finalizar la sesión, el doctor Roberto Canay, co-director de ISSUP Argentina, hizo una breve referencia en torno al Día Internacional de la Lucha Contra el Uso Indebido y el Tráfico Ilícito de Drogas, precisó que es importante analizar cómo se ha avanzado en temas de prevención de adicciones desde las organizaciones de la sociedad civil e instancias a nivel mundial. Mencionó que trabajar con enfoques de salud pública basados en evidencia científica refiere un compromiso por parte de diferentes países, sin embargo, aún falta mucho por hacer, ya que es poco el alcance que se tiene en dichos programas, pero es alentador ver el crecimiento que se genera cada año. Ejemplo de estos avances, es el acuerdo firmado en la Asamblea General de Naciones Unidas 2016 (UNGASS) en la que las naciones se comprometen a trabajar estos programas en las que se deben incluir los derechos humanos, la perspectiva de género y el enfoque de salud pública.

Concluyó con la idea de fortalecer las redes existentes que trabajan en la atención de las adicciones e invitó a continuar con la suma de esfuerzos para integrar nuevas prácticas, datos y conocimientos, e identificar hacia dónde es necesario encaminar las acciones.

La licenciada Miriam Carrillo López, directora de Prevención de CIJ, moderó el conversatorio.



VACÚNATE

FÚTBOL

#QueLaVacunaNosUna

FMF

POR NUESTRO FÚTBOL



Consejo de la Comunicación
Voz de las Empresas

www.quelavacunanosuna.org

CIJ participó en la capacitación de la Currícula Universal de Prevención

Bárbara Correa Armendáriz

Jefa del Departamento de Relaciones Internacionales

La Sociedad Internacional de Profesionales del Uso de Sustancias en México (ISSUP México), representada por Centros de Integración Juvenil (CIJ), en colaboración con la Comisión Interamericana para el Control del Abuso de Drogas (CICAD) y con el apoyo de la Oficina de Asuntos Narcóticos y Aplicación de la Ley de Washington (INL Washington), llevó a cabo la primera capacitación en la Currícula Universal de Prevención del curso CORE en modalidad Training of Trainers. Con esto se logró capacitar a

19 profesionales de la red operativa de CIJ México y seis expertos de Colombia, Chile y Perú en materia de estrategias y técnicas específicas para potencializar los métodos de enseñanza y resultados de aprendizaje, para que ellos puedan replicar los conocimientos adquiridos y tengan pleno uso de los materiales del curso.

Dichas capacitaciones cuentan con una acreditación por parte de la CICAD que permite la disseminación del contenido e información con más profesionales del país y la región de Latinoamérica.

Derivado de la pandemia por COVID-19, la CICAD y otros socios se encuentran trabajando para convertir la metodología de las capacitaciones presenciales a modalidad en línea, por lo que se espera que, en futuras oportunidades, permanezca la capacitación continua en la región, tanto en la Currícula Universal de Prevención como en la de Tratamiento, ya que permite la disseminación de información basada en evidencia científica, prácticas éticas y transferencia de tecnología.



Especialistas de la ISSUP México, CICAD e INL Washington que participaron en la capacitación.

Percepción de riesgo y prevención del consumo de drogas

Beatriz León Parra
Subdirección de Prevención

La concepción sobre las drogas, su consumo y sus efectos es producto de construcciones sociales, históricas y culturales. Por ello, entre los elementos a integrar en el estudio y la atención de las adicciones, destaca la percepción del riesgo, el cual es uno de los factores que inciden en el uso y abuso de sustancias psicoactivas: a mayor percepción de riesgo, menor es la probabilidad de consumo.

Para hacer prevención, debe investigarse la percepción de riesgo de la población e incorporarse como un eje de las estrategias de intervención básicas, con finalidades pragmáticas, para que las relaciones que se establecen con las drogas tengan el menor número posible de impactos negativos a nivel individual y colectivo.

¿Qué entendemos por percepción de riesgo?

“Percepción” proviene del latín “perceptio”; alude a la capacidad de recibir los estímulos externos mediante los sentidos, y procesarlos con base en las experiencias y saberes previos, para comprenderlos (Bonilla et al., 2015).

Una situación desconocida o amenazante nos hace estar alertas, sobre todo cuando debemos tomar decisiones. La percepción del riesgo incluye la serie de juicios o intuiciones que nos formamos sobre la peligrosidad de una situación; implica identificar y reaccionar ante esas situaciones nuevas, ambiguas o de incertidumbre.

En un sentido amplio, las personas reaccionan y toman decisiones en función de los efectos positivos

a obtener; si perciben que algo les va a afectar, tratarán de evitarlo. Se decide mediante la ponderación de aspectos personales y ambientales, a favor o en contra; esto es la percepción de riesgo, que se traduce como la opinión sobre el grado de peligrosidad de un comportamiento, situación o evento.

La percepción parte del razonamiento de la información y las experiencias disponibles. Las emociones también desempeñan un papel preponderante en la percepción del riesgo: la preocupación, la angustia y el temor parten del conocimiento que se tiene sobre la situación; particularmente, el miedo actúa ante la necesidad de protección, seguridad y certeza, por lo que tiene gran peso en la construcción de la percepción del riesgo. De esta forma, se da una interacción entre los hechos, las emociones (básicamente el miedo) y la confianza, que puede ir transitando entre polos opuestos.

Con frecuencia, las personas subestiman los peligros, creen que están seguras, se resisten a la idea de que están en riesgo; la mayoría considera que tiene menor peligro que el promedio; esto las lleva a asumir que no se trata de una amenaza real, lo que influye en su respuesta. Pueden reconocer la existencia de un riesgo, pero con frecuencia asumen que no son vulnerables y tienen argumentos como: “a mí no me va a pasar”, “es peligroso para quienes tienen ciertas características”, “yo lo puedo controlar”, y no se sienten responsables de hacer algo para frenar o prevenir situaciones riesgosas.

Las reacciones hacia el riesgo están influenciadas por sesgos que son

producto de percepciones personales y que pocas veces tienen sustento. Se pueden presentar el sesgo “optimista” (subestimación del riesgo o apatía) y el “pesimista” (sobrestimación del riesgo, fatalismo, obsesión). Así es como las personas pueden mantener opiniones, actitudes y conductas “irracionales” acerca de un riesgo, en este caso, sobre las implicaciones del consumo de drogas. En las intervenciones dirigidas a reflexionar sobre la percepción de riesgo con el fin de incrementarla, los sesgos optimistas constituyen uno de los retos.

Desde la psicología se afirma que la percepción del riesgo agrupa a las estrategias mentales que las personas emplean para dar sentido y responder a situaciones inciertas. Desde un enfoque sociológico, se argumenta que dicha percepción está determinada por factores sociales, culturales y ambientales.

Actualmente se sabe que, mediante la confluencia de variables personales, contextuales y circunstanciales, la percepción de riesgo puede modificarse. Si se busca impedir o reducir la probabilidad de que ocurra un accidente, una enfermedad, un problema o una conducta no deseada, la percepción de riesgo es uno de los componentes a indagar y reforzar mediante actuaciones sistemáticas.

Cómo influye la percepción de riesgo en el consumo de drogas

No hay una relación directa entre los denominados “factores de riesgo” y el uso de drogas; ninguno de estos factores es predominante ni es causa

suficiente para que se dé una adicción; se trata de asociaciones probabilísticas, aunque su coexistencia puede activar la vulnerabilidad ante el consumo; su estudio es fundamental para que una intervención preventiva parta de la evidencia.

La baja percepción de riesgo, la tolerancia social hacia el consumo, la elevada disponibilidad y el acceso a sustancias, así como el uso de drogas por parte de familiares o amigos son algunos de los factores que más influyen en el inicio del consumo, sobre todo entre adolescentes (Arellanez et al., 2004; Díaz et al., 2015; Díaz & Córdova, 2018; Villatoro-Velázquez et al., 2015; Medina-Mora et al., 1992; Fernández, 2020). Algunos estudios puntualizan que la percepción del riesgo se asocia con creencias sobre las consecuencias negativas de las drogas; en la adolescencia, el riesgo focaliza la posibilidad de que ciertas situaciones o conductas puedan afectar la salud, el bienestar y el desarrollo (Arellanez et al., 2004). Para explicar cómo incide la percepción de riesgo en el uso de drogas desde modelos referenciales, destacan la teoría de la acción razonada y la teoría de la conducta planificada.

La teoría de la acción razonada explica el comportamiento a partir de los elementos que le preceden; el determinante inmediato de la conducta no es la actitud, sino la intención de realizarla. La intención conductual a su vez tiene dos antecedentes; uno individual —la actitud sobre la conducta—, y otro social, que hace referencia al contexto y se concreta en la normatividad subjetiva (Fishbein & Ajzen, 1975; Ajzen & Fishbein, 1980; Ajzen, 1985; Ajzen 1989, como se citó en Becoña, 1999).

Componentes cognoscitivos

Con este planteamiento, el uso experimental de sustancias está determi-

nado por la intención razonada (decisión) de iniciar o no la conducta de consumo. Las decisiones se toman a partir de dos componentes cognoscitivos (Fishbein & Ajzen, 1975; Ajzen & Fishbein, 1980, como se citó en Kumate, 2003):

- 1) La actitud sobre el consumo estará en función de las expectativas personales y del valor afectivo sobre las consecuencias; se puede tener una actitud positiva hacia el consumo si las expectativas de beneficio personal son más altas que aquellas sobre el costo o los perjuicios
- 2) La decisión estará influida por las creencias sobre las normas sociales relacionadas con el consumo. Las creencias se establecen tanto por la percepción de las creencias que tienen personas significativas como por la motivación para satisfacer las expectativas que los otros significativos tienen sobre la persona. En particular, los adolescentes pueden sentir gran presión para experimentar con drogas si consideran que sus familiares o amistades legitiman el consumo, o si usan sustancias psicoactivas.

Así, la actitud hacia el consumo se define por las creencias que la persona tiene al respecto y la valoración —positiva o negativa— hacia esas creencias; dicha valoración es el componente afectivo de la actitud, que incide en la motivación y en la fuerza de la intención conductual.

La teoría de la acción planificada se basa en la teoría de la acción razonada, pero incluye otro componente: el control percibido o autoeficacia, que se relaciona directamente con la intención conductual y representa la facilidad o dificultad para realizar una conducta (Ajzen, 1985; Schifter & Ajzen, 1985; Ajzen & Maden, 1986, como se citó en Kumate, 2003). Este tercer elemento implica que, aunque se tenga una

actitud favorable, en este caso hacia el uso de drogas, la probabilidad de concretarlo dependerá también de la percepción de control, por ejemplo, para obtener la sustancia. La autoeficacia¹ puede constituirse como un factor autónomo de predicción conductual porque puede modificar o inhibir la conducta. Desde este enfoque cognitivo-actitudinal, la autoeficacia juega un rol similar al nivel de percepción del riesgo porque da cuenta de qué tan peligroso se percibe el consumo (Ajzen, 1985, como se citó en Kumate, 2003).

Desde estos marcos, es factible afirmar que en la percepción de riesgo influyen las actitudes, las creencias sociales normativas y la autoeficacia percibida. Se construye desde las decisiones razonadas de la persona para involucrarse o no en el uso de drogas; las creencias, las expectativas y el valor afectivo atribuido a las sustancias van conformando la capacidad de control en torno al consumo (Kumate, 2003). La percepción de riesgo es un proceso social y cognitivo que se desarrolla en el plano subjetivo como producto de experiencias, cantidad y calidad de la información disponible, creencias y actitudes; así como de estereotipos, motivaciones, expectativas, recuerdos, representaciones y atribuciones sociales, y la posibilidad —real o subjetiva— de controlar los elementos en juego, incluidos los efectos del riesgo que se asume y que, una vez procesados, se convierten en evidencia (García, 2012).

La investigación permite argumentar que “a mayor percepción del riesgo, menor es la probabilidad de implicación con las drogas”; aunque actualmente, se sabe además que el nivel de riesgo percibido es específico al tipo de sustancias, la frecuencia y la intensidad del consumo: se percibe menor riesgo sobre el uso de drogas legales en comparación con el

¹ La noción de autoeficacia que plantea la teoría de la acción planificada es distinta a la referida en las teorías del aprendizaje de Bandura, donde no sólo se alude al conocimiento del riesgo, sino a la autopercepción para resolver, aminorar o afrontar esos riesgos.

de sustancias ilegales; el alcohol es la droga con menor percepción de riesgo y mayor tolerancia social, de ahí su elevado consumo. Asimismo, el abuso de cualquier sustancia se percibe más perjudicial si se compara con el uso experimental u ocasional y se considera más dañino entre personas que no usan drogas en contraste con aquellos que lo han hecho; se tiende a interpretar la información respecto a los efectos negativos de las sustancias en función del nivel de consumo, porque las personas buscan congruencia entre lo que interpretan de la realidad y su conducta (Medina-Mora et al., 1992; Díaz et al., 2015; Díaz & Córdova, 2018; Villatoro-Velázquez et al., 2015; Fernández, 2020).

La percepción de riesgo en estudiantes

Al analizar los datos de la última Encuesta Nacional de Consumo de Drogas en Estudiantes, se observó que la percepción de riesgo asociada al consumo de tabaco y alcohol es muy baja; menos de la mitad de los encuestados mencionaron que es muy peligroso fumar una o más cajetillas de cigarrillos al día y únicamente 10 por ciento consideró peligroso beber una o dos copas una o dos veces por semana; para el consumo de alcohol diario o en grandes cantidades, la percepción se asemeja a la reportada para otras drogas. A menor edad mayor percepción de riesgo: los estudiantes de secundaria refieren mayor peligrosidad del consumo en comparación con los de bachillerato. También se observan diferencias significativas entre consumidores y no consumidores; en el caso de la marihuana, poco menos de una tercera parte de los usuarios considera peligroso su consumo, en comparación con 77 por ciento de los no usuarios. Las diferencias se vuelven menos significativas para sustancias como la cocaína, los inhalables y la heroína: 85 por ciento de quienes no han con-

sumido y 63 por ciento de quienes han consumido las perciben peligrosas (Villatoro-Velázquez et al., 2015).

Con los datos y los planteamientos teóricos subyacentes se podría señalar que los jóvenes mexicanos de estos niveles educativos se constituyen como una población vulnerable ante el inicio del consumo de tabaco, alcohol y marihuana, porque tienen baja percepción de riesgo. Por una parte, perciben que estas sustancias no son tan peligrosas y, aunque existe baja tolerancia social hacia su uso (normatividad), consideran que es fácil conseguirlas y creen que, si se deciden a usarlas, podrían controlarlo (autoeficacia) (Kumate, 2003). Junto con la baja percepción de riesgo, la probabilidad de consumo aumenta si confluyen disponibilidad, acceso y contacto con las sustancias (Villatoro et al., 2004, como se citó en Díaz & Córdova, 2018; Fernández, 2020).

Principios a considerar en las intervenciones

- Los problemas con mayor probabilidad de ocurrencia causan mayor temor, preocupan más y se perciben como más riesgosos.
- El origen natural de un riesgo hace que se perciba como menos peligroso que uno creado.
- Los riesgos que podemos seleccionar se perciben menos peligrosos que aquellos que nos son impuestos.
- Los riesgos nuevos o “raros” tienden a ser más preocupantes que aquellos que son comunes o con los que nos hemos familiarizado.
- Si las personas sienten que pueden tener cierto control sobre el evento que implica un riesgo, probablemente no será percibido como peligroso.
- La relación costo-beneficio es otra variable que determina que tengamos más o menos miedo ante un riesgo. Si en una decisión

o conducta se percibe un beneficio, el riesgo asociado parecerá menos significativo.

- Las experiencias personales negativas van configurando una “memoria de riesgos”, por lo que funcionan como un elemento importante en la percepción para que se les dé mayor peso.
- Un evento es percibido como más riesgoso cuando afecta los intereses que la persona más valora: la vida, la salud, la libertad, la integridad, el futuro, la aceptación, la identidad, el placer.
- Los riesgos pueden parecer más grandes si la persona (o alguien cercano) es la víctima. Esto explica por qué la probabilidad estadística a veces es irrelevante y poco efectiva para comunicar riesgos y generar sensibilización.
- Mientras mayor sea la cercanía y el conocimiento de las consecuencias de un riesgo, se podrá generar mayor conciencia, lo percibiremos mejor y nos preocupará más.
- Entre más confianza se tenga en las personas, profesionales o instituciones que están a cargo de nuestra exposición o protección ante un riesgo, menos preocupación tendremos.

Los resultados de investigación son básicos para formular estrategias orientadas a aumentar la percepción de riesgo sobre el consumo —sobre todo con población infantil y adolescente, porque el inicio ocurre durante estas etapas— como un aprendizaje donde interactúan vivencias personales, dinámicas culturales y procesos sociales.

Cómo reforzar la percepción de riesgo

Si la percepción de riesgo es una de las variables que incide en la decisión de consumir drogas o no hacerlo, en primer término, resulta fundamental identificar el nivel y tipo de

percepciones sobre la peligrosidad que representan las sustancias a abordar, su consumo y sus efectos, así como las variables que han influido en esa construcción, en el contexto y en la población destinataria, de modo que se delimiten referentes más oportunos para el sustento de acciones preventivas específicas.

Para modificar la percepción del riesgo hay que recordar que interactúan la vulnerabilidad autopercebida (entre mayor es el riesgo que percibe, mayor será la conducta saludable que adopta), la gravedad de las consecuencias de la conducta (ante impactos más serios, más fácil resultará adoptar prácticas saludables), así como los costos y beneficios de adoptar comportamientos saludables (ante menos obstáculos y más beneficios, la persona buscará mantenerse saludable) (Kumate, 2003). También, es importante considerar que las personas no siempre tienen todo el conocimiento (o el más objetivo) sobre las sustancias psicoactivas, sobre todo cuando la información que poseen es contradictoria, inconsistente o incompleta, algo común entre niños, adolescentes y jóvenes cuyas fuentes casi siempre son sólo sus pares, redes sociales poco fiables que emiten posturas contrapuestas o con intereses velados, y ámbitos donde rápidamente se propagan noticias falsas o mitos que se han alimentado desde el sentido común y desde opiniones parciales o escasamente documentadas.

Desde esta lógica, otra de las acciones insoslayables en materia de prevención consiste en proporcionar información científica a la población; principalmente a niñas, niños y adolescentes, quienes están introyectando la normatividad social y formando su opinión y actitudes al respecto. Es necesario informar sobre los efectos de las sustancias psicoactivas, de todas las maneras posibles.

Como ya se ha evidenciado, los primeros programas preventivos estructurados (de los años sesenta), que

únicamente consistían en dar información sobre los efectos del consumo de drogas, son insuficientes por sí mismos si no tienen continuidad con otro tipo de intervenciones que puedan incidir no sólo en el ámbito cognoscitivo, sino también en el plano afectivo, comportamental, relacional y socioambiental. Estos programas, conocidos como “rationales, informativos o tradicionales”, partían del supuesto de que las personas no tenían suficiente información sobre las drogas por lo que, al proporcionárselas, se resolvería el problema y resaltaban las consecuencias negativas del consumo asumiendo que, con ello, se tomarían decisiones racionales para no usarlas.

En su afán de convencer sobre el no consumo, empleaban tácticas comunicativas que apelaban al miedo, al amarillismo y, en ocasiones, a contenidos prejuiciosos o moralistas (Becona, 2002). Con la evaluación, este tipo de intervenciones meramente informativas se han ido descartando por su poca efectividad; en algunos casos se demostró que no sólo no conseguían sus efectos preventivos, sino que eran contraproducentes al generar curiosidad entre los participantes por dar información inoportuna o excesiva para ciertas edades o grupos; los destinatarios percibían los mensajes de diferente manera a la que pretendían los facilitadores y perdían credibilidad al exagerarse las consecuencias: por ejemplo, que todas las personas que usaban drogas iban a padecer una adicción, a delinquir o a morir; y en ocasiones hasta se incrementaba el consumo que se buscaba evitar.

Estrategias de información y comunicación

- La información es una estrategia clave, un punto de arranque, pero por sí sola, nunca será suficiente para lograr un efecto preventivo. Siempre debe instrumentarse

como parte de un proceso preventivo amplio y continuo.

- Darse desde el ámbito de la salud pública y como parte de la promoción de estilos de vida saludable.
- Proporcionarse en el marco de los derechos humanos y, de ser factible, con un enfoque intercultural y de género.
- Orientarse a la toma de decisiones libres e informadas, bajo una relación de respeto.
- Ser científica, fiable, actual, veraz, significativa, objetiva y neutral; destacar los efectos del consumo (a corto, mediano y largo plazo) sin tipificarlos como daños ni sobredimensionar las consecuencias negativas. Incorporar aspectos neurofisiológicos aumenta la credibilidad.
- Evitar los prejuicios, la estigmatización, la criminalización o la discriminación sobre el consumo y sobre las personas que usan drogas.
- Reducir la exclusión de las personas que ya han sido afectadas por problemas relacionados con el consumo y proporcionar alternativas que acerquen el tratamiento a quienes lo requieran y lo acepten.
- Se puede dar información sobre diferentes sustancias psicoactivas si el contexto y el proceso así lo amerita, aunque es necesario partir de lo que la población sabe: qué conoce, de qué sustancias, de dónde procede esa información y cómo se vincula con sus opiniones, sus creencias, su intención conductual y sus conductas. Con niños y adolescentes, es necesario comenzar por las drogas de inicio: tabaco, alcohol, marihuana, inhalables.
- Se sugiere emplear dispositivos horizontales, que favorezcan la libre expresión y la participación abierta de la población, y evitar técnicas meramente expositivas donde se tiende a situar al facilitador como único experto, como si los destinatarios no tuvieran conocimientos que aportar. La información debe

surgir del grupo; el papel del facilitador es escuchar las opiniones e inquietudes, aclarar datos, responder cuestionamientos, desmitificar expectativas positivas sobre el consumo y las asociaciones existentes entre el uso y la diversión/recreación/moda; es importante destacar que la mayoría de los jóvenes no consume drogas.

- También se recomienda hacer uso de distintas tecnologías y recursos didácticos e interactivos, como ilustraciones, imágenes, audios y videos que faciliten el análisis de situaciones comunes para los participantes, para que puedan identificarse y hacer significativa y útil la información que están incorporando.
- El objetivo de todo esto es propiciar la comprensión de las adicciones como un problema sanitario y motivar la participación social en las acciones de promoción, restitución y mante-

Particularmente, en el programa preventivo “Para vivir sin adicciones” de Centros de Integración Juvenil, en la estrategia de sensibilización, el objetivo central justamente es incrementar la percepción de riesgo en la población participante. Esto es, todas las intervenciones que se instrumentan como sesiones, foros, asambleas, conversatorios, jornadas u otros dispositivos de discusión y análisis que se realizan en el marco de la información en el contexto escolar, laboral, de salud o comunitario, buscan reforzar el conocimiento objetivo que tienen las personas sobre los efectos del uso y abuso de drogas.

Lo anterior tendrá repercusiones en sus creencias, sus opiniones, sus valoraciones o expectativas y la tolerancia sobre el consumo para que puedan tomar decisiones informadas. Se proveen datos sobre la magnitud del riesgo para que la gente tome conciencia de los peligros que no conoce y se incluye información

en torno a la vulnerabilidad personal y grupal que incide en la transición que va de la conciencia a la decisión y de la decisión a la acción. Las personas con un conocimiento veraz sobre el riesgo tienen menos obstáculos para modificar su ambiente.

La prevención es un proceso educativo de la sociedad

Es preciso valorar si mediante nuestras intervenciones se logran los objetivos o si deben ajustarse para alcanzarlos; si los estándares mínimos no se cumplen, entonces se están desperdiciando los recursos, se pierde credibilidad y la percepción del riesgo en cuestión se ve afectada y redundante con impactos negativos en el problema.

La prevención no se reduce a una fórmula: “si sabes esto, entonces harás esto”. Debe fungir como un proceso de enriquecimiento de la visión personal, que permita contemplar otras perspectivas de la realidad dinámica y con múltiples aristas (Melero, 2021). La prevención implica un proceso educativo desde un enfoque vasto que atañe a la formación para el desarrollo, la socialización, la salud y la vida.

Teniendo en cuenta que una persona busca afrontar y adaptarse de la mejor manera a las circunstancias de su ambiente, además de proveer información científica, las estrategias preventivas deben promover alternativas de recreación saludable, entrenamiento en habilidades para gestionar el malestar emocional y las influencias sociales, la participación colectiva para la construcción de estilos de convivencia proactiva y mejores entornos. La familia y la escuela tienen un papel relevante en la prevención del consumo; no serán suficientes las intervenciones con grupos infantiles o juveniles si no son integrales para incorporar a padres de familia, docentes, cuidadores y modelos sociales prestigiosos en este proceso educativo y de cambio social.

Existe evidencia creciente sobre la eficacia de la prevención; se sabe

qué funciona y qué no, en qué ámbitos y con qué poblaciones; y hay procesos y tecnologías. Aunque la prevención, como ciencia, continúa en construcción, los hallazgos epidemiológicos y etiológicos sobre el fenómeno adictivo y las evaluaciones de los programas siguen mostrando áreas de oportunidad para mejorar las estrategias de intervención en pro de la salud y el bienestar de las personas y las comunidades.

Referencias

- Arellanez, J.L., Díaz, D.B., Wagner, F., & Pérez, V. (2004). Factores psicosociales asociados con el abuso y la dependencia de drogas en adolescentes: Análisis bivariado de un estudio de casos y controles. *Salud Mental* 27(3):54-64.
- Becoña, E. (2002). Bases científicas de la prevención de las drogodependencias. Delegación del Gobierno para el Plan Nacional sobre Drogas
- Becoña, E. (1999). Bases teóricas que sustentan los programas de prevención de drogas. Delegación del Gobierno para el Plan Nacional sobre Drogas.
- Bonilla E., Barradas M. E., Sánchez M., & Borrego, O. (2015). La percepción de estudiantes sobre el consumo de drogas en su universidad. En Red Veracruzana de Investigación en Adicciones. Resultados relevantes del Proyecto 2012 para el diagnóstico del consumo de drogas en estudiantes universitarios. Editorial ACD.
- Díaz, B., Arellanez, J., Rodríguez, S. & Fernández, C. (2015). Comparación de tres modelos de riesgo de uso nocivo de alcohol en estudiantes mexicanos. *Acta de Investigación Psicológica* 5(2): 2047-2061. DOI: 10.1016/S2007-4719 (15) 30022-3.
- Díaz, D. & Córdova, A. (2018). Factores psicosociales de riesgo del uso de drogas. México. <http://www.cij.gob.mx/ebco2018-2024/9040/CD/FACTORES%20DE%20RIESGO%20DEL%20CONSUMO%20DE%20DROGAS.pdf>
- Fernández, C. (2020). Factores psicosociales asociados al consumo de drogas en adolescentes. Implicaciones para el diseño de programas de atención [Tesis de Doctorado, Instituto Regional de Estudios de la Familia].
- García, J. A. (2012). Concepto de percepción de riesgo y su repercusión en las adicciones. *Salud y Drogas* 12: 133-51.
- Kumate, J. (2003). Percepción de Riesgo y Consumo de Drogas en Jóvenes Mexicanos. <http://www.salud.gob.mx/unicidades/cdi/documentos/jn2602pers.pdf>
- Medina Mora, M. E., Mariño Hernández, M. C.; Berezon, S., Juárez, F. L. & Carreño, S. (1992). Factores asociados con la experimentación y con el uso problemático de drogas. En *Las adicciones en México: hacia un enfoque multidisciplinario* (pp. 87-97). Secretaría de Salud.
- Melero, J. C. (29 de marzo de 2021). Drogas: La prevención universal contada a un amigo profano. *lasdrogas.info*. https://www.lasdrogas.info/opiniones/drogas-la-prevencion-universal-contada-a-un-amigo-profano/?swcfpc=1&fbclid=IwAR1Jq_d-Kya2xdhFweo8BHfG-cexzGtc0vXQleFBZCnzfIP_h18Bhv75LDkE

Adultos mayores y consumo de drogas

Análisis de la demanda en los servicios de Consulta Externa de CIJ



Juan David González Sánchez
Dirección de Tratamiento y Rehabilitación

El envejecimiento es un proceso natural, gradual, continuo e irreversible, con las propias vicisitudes que ello conlleva y con cambios que se enfatizan a través del tiempo. En México, el envejecimiento de la población debe ser considerado un tema prioritario debido al incremento de la misma; a inicios del presente siglo, las personas con una edad mayor de 65 años no sobrepasaban los cinco millones de habitantes, pero para 2015 la Encuesta Intercensal reportó que había 12.4 millones de personas mayores de 65 años;¹ y según lo proyectado por el Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI), para el 2030 la población mayor de 60 años ascenderá a 20 millones de personas y

para 2050 se prevé que será 28 por ciento de la población mexicana.²

Esta situación está relacionada con los avances médicos y científicos, gracias a los cuales se alcanzó en 2015 una esperanza de vida promedio que, según el INEGI y la Secretaría de Salud, en hombres fue de 72.3 años y en mujeres de 77.4. Actualmente la esperanza de vida aumentó a 75.2 años en el 2020.³

Una población poco visibilizada

Sin embargo, no son los únicos problemas que enfrenta esta población, también es primordial considerar los problemas de salud mental y de

atención psicosocial (SMAPS) que viven debido a situaciones de abandono, violencia, pérdida de seres queridos, entre muchas otras, una de ellas, y de las que se habla poco, es el consumo de sustancias psicoactivas.

El consumo en las personas mayores a los 60 años de edad es un problema que no se visibiliza, lo que contribuye a no desarrollar programas de atención específicos que atiendan a este grupo poblacional, además de que no están exentas de ser estigmatizadas y, por ende, enfrentan dificultades para acceder oportunamente a los servicios de atención especializada, derivándose en la agudización del consumo y en la cronificación del problema conforme se avanza en la edad.

¹ Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI). Estadísticas a propósito del Día Internacional de las personas de edad (1 de octubre), 2016. Aguascalientes, Aguascalientes: INEGI; 28 de septiembre de 2016. Disponible en http://www.inegi.org.mx/saladeprensa/aproposito/2016/edad2016_0.pdf [Consultado el 16 de septiembre de 2017].

² Consejo Nacional de Población (CONAPO). La situación demográfica de México 2011. México, DF: CONAPO; noviembre del 2011. Disponible en: <http://www.conapo.gob.mx/work/models/CONAPO/Resource/2463/1/images/SDM2011.pdf> [Consultado el 16 de octubre de 2017].

³ Secretaría de Salud. "Estrategia 1.7. Promover el envejecimiento activo, saludable, con dignidad y la mejora de la calidad de vida de las personas adultas mayores" en Tercer Informe de Labores 2014-2015. México: SS; 2015. Disponible en http://apbp.salud.gob.mx/descargas/pdf/3er_IL_2015.pdf [Consultado el 18 de septiembre de 2017].

Esta situación exige desarrollar estrategias de intervención para el tratamiento del consumo de sustancias que presentan estos pacientes adultos mayores de 60 años; servicios de atención que procuren la recuperación de la salud física y mental de las personas con un trato digno, con igualdad de condiciones y libres de cualquier tipo de discriminación.

En Centros de Integración Juvenil (CIJ), la mayoría de las personas que acuden son adolescentes y jóvenes; no obstante, se observa un incremento pequeño pero paulatino en el número de solicitudes de tratamiento por parte de adultos mayores.

Particularmente, en las unidades de consulta externa de CIJ, durante el periodo de enero a diciembre de 2020 se atendió a mil 5 personas mayores de 60 años, con las siguientes características:⁴

Por sexo, acudieron 626 hombres (62 por ciento) y 379 mujeres (38 por ciento).

Por el estado civil, más de la mitad se encontraba casado (524 usuarios), 155 personas eran viudas y 112 solteras, los restantes se encontraban en una situación de separación, divorcio o vivían en unión libre.

Respecto a la escolaridad, uno de cada tres contaba con un grado escolar de primaria (333 usuarios), 197 personas con estudios de nivel secundaria, 186 personas indicaron contar con estudios superiores, y se atendió en menor cantidad a personas con estudios de bachillerato o técnicos, que saben leer y escribir, y sin estudios.

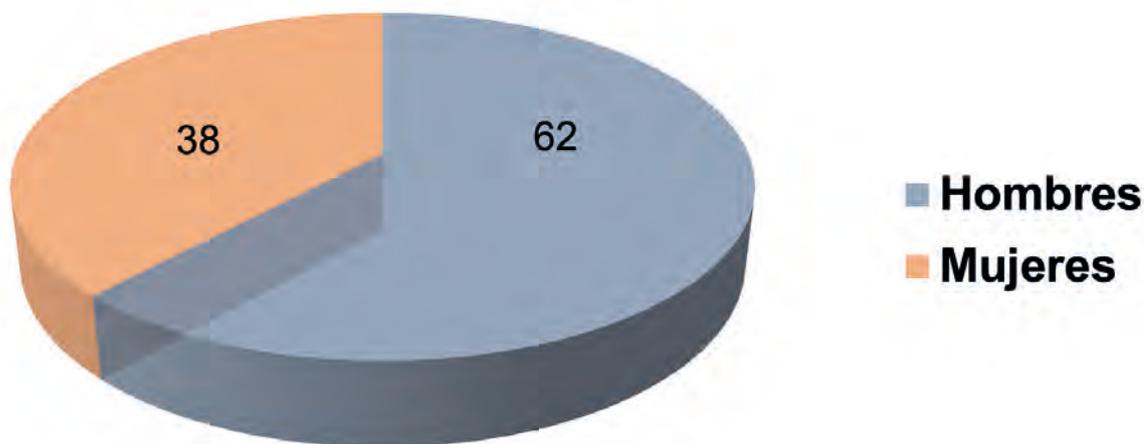
El tema de la actividad laboral que desempeñan las personas mayores es fundamental para conocer su condición, en el caso de la atención brindada, 404 personas que fueron atendidas (40 por ciento) señalaron recibir una pensión, mientras que 225 reportaron actividad en el hogar, 198 refirieron realizar algu-

na actividad laboral, 94 se encontraron desocupados o desempleados y en menor medida se encontraban estudiando y laborando.

Del total de adultos mayores atendidos, la referencia o derivación para la atención de los servicios de tratamiento de CIJ fue realizada principalmente por instituciones de servicios de salud como IMSS, ISSSTE, centros de salud (636), seguida por amistades o familiares (239), y por algún tipo de recomendación de otro usuario que recibió atención en alguna de las unidades de CIJ (63). El resto (63 personas) fue referida por otras instancias, asociaciones civiles, o acudió por iniciativa propia.

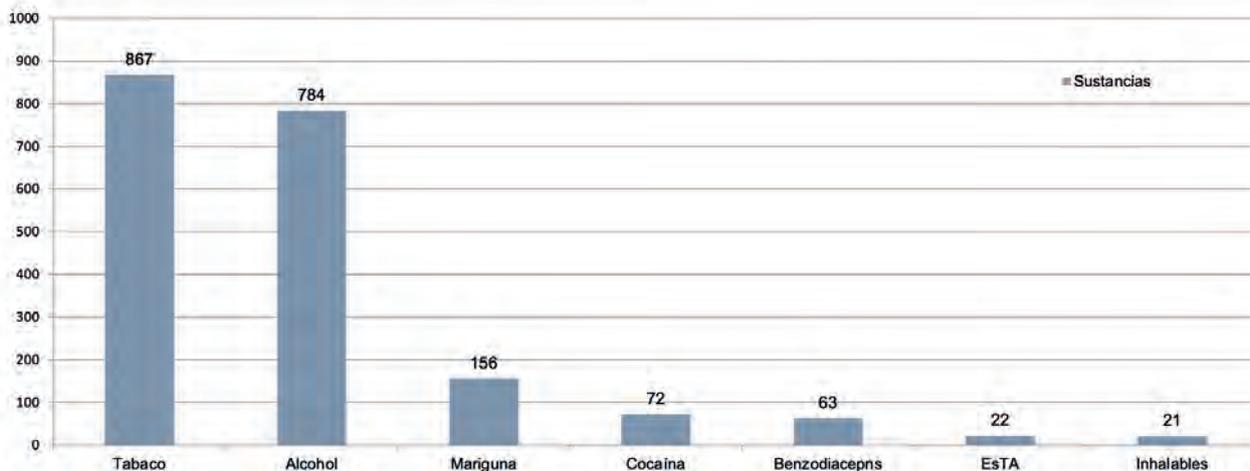
Por tipo de sustancias, la de mayor prevalencia es el tabaco (867 usuarios lo reportaron), bebidas alcohólicas (784), marihuana (156), cocaína (72), benzodiacepinas (63), seguidas de otras sustancias con menor reporte.

Sexo (%)



⁴ Centros de Integración Juvenil. Dirección de Planeación, área de Evaluación. Informe de pacientes mayores de 60 años, enero-diciembre 2020. Ciudad de México, 2021.

Consumo de sustancias



Respecto al patrón de consumo, 12 de los usuarios dijeron que sólo consumían de forma excepcional y 13 de ellas consumían con mayor frecuencia y habitualmente en grupo; 143 lo hacían de forma consuetudinaria aunque no identificaban problemas secundarios a su consumo; y 43 reportaron un consumo severo hacia alguna droga; hay que destacar que se atendió también a 12 personas en estado de remisión con respecto al uso de alguna sustancia.

Las sustancias de mayor impacto reportadas fueron el tabaco y el alcohol; 6 de cada 10 refirieron al tabaco (613 usuarios) y para 257 fue el uso de alcohol, seguidas de 20 personas que reportaron a las benzodicepinas (diazepam, rivotril), 18 personas mencionaron a la marihuana, y por último 15 personas refirieron a la cocaína. Otras drogas reportaron porcentajes menores.

La demanda de primer ingreso a tratamiento se concentró en la Ciudad de México, con 316 personas; en el Estado de México acudieron 120 personas, y en Jalisco hay un registro de 112 personas atendidas; les siguen Baja California (49), Michoacán (45), Nuevo León (35), Sinaloa (35), Guanajuato (34) y Chihuahua (31).

Protocolos regionalizados

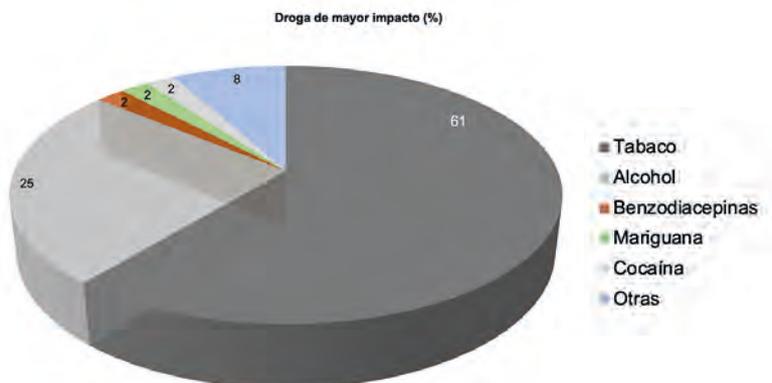
La identificación de las dinámicas geográficas que caracterizan a las diferentes entidades del país en cuanto al consumo de drogas, tiene una variabilidad que, de acuerdo con datos de CIJ, en la Ciudad de México y el Estado de México son contextos con un consumo preponderante del tabaco, alcohol, cannabis y cocaína; o en Baja California, Chihuahua y Jalisco, se suman los estimulantes

de tipo metanfetamínico. Estos datos, permiten establecer protocolos regionalizados para la atención de sustancias psicoactivas.

El conocimiento de estos datos sociodemográficos y del consumo permitirá diseñar estrategias de intervención acordes a las condiciones de vida de esta población, mismas que permiten ser incluyentes y adecuadas a las necesidades propias de este rango de edad.

Por lo anterior, el tema del envejecimiento poblacional se debería considerar como una prioridad de salud pública y sería recomendable que se realizaran acciones pertinentes para que las personas adultas mayores tengan la mejor atención y calidad de vida posible.

Si bien las acciones llevadas a cabo son importantes, se requiere de una serie de medidas de prevención y concientización de la población; asimismo, fortalecer los servicios de atención para las personas con problemas de consumo, proporcionados por un equipo multidisciplinario. Además, se requiere mayor investigación acerca de los padecimientos de salud mental y psicosociales que afectan a esta población.



Evaluación de proceso de una intervención psicoeducativa grupal



Sara Elisa Gracia Gutiérrez de Velasco
Investigación Clínica y Epidemiológica

La Evaluación de proceso de una intervención psicoeducativa grupal (2020), de García-Aurrecochea, Muñoz-Ruiz, Velázquez-Altamirano y Romero-Reséndez, comienza por situar la necesaria reintegración social de las y los usuarios de drogas, que coadyuve al mantenimiento del no consumo de sustancias, además de la salud integral que requerimos todas las personas, y resalta la importancia de que los contextos y las relaciones sean favorables para el desarrollo subjetivo.

El tema de la reinserción social ha sido una cuestión clave en la recuperación de las personas usuarias de sustancias, debido a que las condiciones contextuales pueden influir de manera importante tanto en la generación como en el mantenimiento de la adicción (Sumnall y Brotherhood, 2012). De ahí que el estudio aquí reseñado resulte de interés al proponer la evaluación de proceso de una intervención denominada Grupo de Apoyo para la Reinserción Social Activa (GARSA), que promueve la reinserción social activa con consultantes de tratamiento hospitalario y sus familiares en Centros de Integración Juvenil.

Entre las características más relevantes de este programa están:

- la asertividad,
- la participación activa y proactiva,
- el establecimiento de un proyecto de vida,
- el cuidado de la comunidad, y
- la importancia de los valores y las habilidades individuales de protección.

Asimismo, se encuentran principios que buscan generar empoderamiento en las y los participantes, la capacidad de resolución de problemas por ellos mismos y la cooperación grupal en la toma de decisiones con el fin de propiciar una reinserción social proactiva, con el apoyo del modelo de percepción de las relaciones familiares y el bienestar bio-psico-social.

La evaluación concluye con la importancia de reforzar ciertos aspectos logísticos en la conducción del programa, potenciar la instrumentación de elementos teórico-conceptuales enfocados al bienestar bio-psico-social y posicionar a las minorías activas. Para finalizar, desde una aproximación colectiva al

campo de la salud/enfermedad, el abordaje de la reintegración social de personas en tratamiento hospitalario del consumo de drogas nos lleva a pensar en cómo se constituyen estos procesos en la cotidianidad de los sujetos, es decir, en sus contextos y circunstancias particulares, y desde ahí hacer un abordaje sensible a las condiciones de realidad de las y los participantes, en un quehacer transversal, colectivo y complementario que posibilite la construcción de la salud (Balaguer et al., 2012). Este proceso de intervención ha sido ampliamente estudiado por los autores de este trabajo.

Referencias

- Balaguer, A. P., Correa-Urquiza, M. y Martínez Hernández, A. (2021). *Soltar Amarras. Una introducción a la salud mental colectiva*. Editorial UOC.
- García-Aurrecochea, V. R., Muñoz-Ruiz, C., Velázquez-Altamirano, M., y Romero-Reséndez, R. (2020). Evaluación de proceso de una intervención psicoeducativa grupal. Informe de Investigación 20-04. Dirección de Investigación y Enseñanza, Centros de Integración Juvenil.
- Sumnall, H. y Brotherhood, A. (2012). *Social Reintegration and Employment: Evidence and Interventions for Drug Users in Treatment*. EMCDDA Insights Series 13.



Expertos afirman que las redes sociales dañan la salud mental

Hace días se publicó un estudio de la Faculty of Human, Social, and Political Science de Cambridge, sobre la influencia de las redes sociales en la salud mental. De una muestra de 9 mil 500 jóvenes entre 16 y 30 años, 89 por ciento afirmaba necesitar categóricamente el compartir sus vacaciones en las redes; 78 por ciento reconocía que no volvía a ver esas fotos y videos después de un año. En mayo de 2015, Google creaba Google Photos, que recoge 9 de cada 10 fotos tomadas con dispositivos Android en todo el planeta. 230 mil fotos son almacenadas cada décima de segundo en los discos duros de Silicon Valley. El mismo estudio de Cambridge afirmaba que 83 por ciento de los jóvenes sentía cierta ansiedad al ver las “stories” y las fotos de amigos o de gente a la que seguía; 68 por ciento afirmó estar más atento a poder compartir sus experiencias que a disfrutar de la misma. Compartir momentos que en realidad son olvidados al cabo de un tiempo,

instantes que sólo importan por el impacto que causan en los demás, no en quien los vive. Es la despersonalización absoluta de la experiencia, convertir cada salida, cada cena, cada viaje, en un spot publicitario. Enseñar sólo lo mejor (o lo que se cree que es mejor) de cada vivencia, ocultando todo lo que creen que sobra.

elimparcial.com

Varones viven enfermedades mentales en silencio; temen perder su “hombría”

Los hombres, a diferencia de las mujeres, prefieren vivir el padecimiento mental en silencio antes que pedir ayuda por temor a parecer débiles, señaló Benjamín Guerrero López, del Departamento de Psiquiatría y Salud Mental de la Facultad de Medicina de la Universidad Nacional Autónoma de México. Este tipo de enfermedad no hace diferencia de género, algunos son más frecuentes en ellas, como el estrés y los trastornos del sueño. En el caso de los varones aparecen la esquizofrenia, déficit de atención, adicciones y las parafilias sexuales, como las más recurrentes. El experto explicó que es necesario aceptar que existen problemas mentales en ambos sexos, los cuales nada tienen que ver con fortaleza y debilidad. Lo más grave es que no se les da la importancia requerida y se pueden complicar si no se les da un tratamiento, por ejemplo, llegar a ideas suicidas provenientes de la depresión, o se refugian en el alcoholismo u otras adicciones. “La bebida siempre se ha asociado al género y es ‘bien visto’, la sociedad ha normalizado que el consumo de alcohol es parte de la masculinidad”, indicó.

afmedios.com



El 50 por ciento de personas de 10 a 29 años, sin acceso tecnológico

La mitad de las personas entre 10 y 29 años de edad tiene problemas para seguir estudiando debido a una limitación en el acceso a medios tecnológicos, lo cual es alarmante. En México, se ha generado un declive en las reinscripciones al nuevo ciclo escolar, reveló el estudio “Encontrando Esperanza: Experiencias de mujeres, niños y adolescentes durante el COVID-19, en sus propias palabras”. La Comisión de Derechos Humanos de la Ciudad de México resaltó que es tal la gravedad del rezago, que la región se ha visto forzada a realizar ponderaciones constantes sobre la posibilidad de reanudar actividades presenciales, aún en periodos con tasas elevadas de contagios y hospitalizaciones. Asimismo, se expuso que es fundamental garantizar el derecho de las personas a ser escuchadas en los asuntos que les conciernen, especialmente a mujeres, niñas, niños y adolescentes.

Patricia Carrasco, La Prensa



INFORMACIÓN

CIJ Contigo 55 5212 1212 o envía un mensaje al  55 4555 1212

www.gob.mx/salud/cij

cij@cij.gob.mx



CIUDAD DE MÉXICO

ALCALDÍA DE ÁLVARO OBREGÓN

- CIJ Álvaro Obregón Centro
2a. Cerrada de Puerto de Mazatlán núm. 21,
col. Ampliación Piloto,
Alcaldía de Álvaro Obregón,
01298, Cd. de México
Tel.: 55 5276 4488
cijalvaroobregon.centro@cij.gob.mx
- CIJ Álvaro Obregón Oriente
Cerrada de Vicente Ambrosi s/n,
entre Girardón y Periférico,
col. Sta. Ma. Nonoalco, Mixcoac,
Alcaldía de Álvaro Obregón,
01420, Cd. de México,
Tel.: 55 5611 0028
cijalvaroobregon.orientecij.gob.mx

ALCALDÍA DE AZCAPOTZALCO

- CIJ Azcapotzalco
Tierra Negra núm. 334,
col. Tierra Nueva,
Alcaldía de Azcapotzalco,
02130, Cd. de México
Tel.: 55 5382 0553
cijazcapotzalco@cij.gob.mx

ALCALDÍA DE BENITO JUÁREZ

- CIJ Benito Juárez
Mier y Pesado núm. 141,
esq. Eje 4 Sur Xola, col. Del Valle,
Alcaldía de Benito Juárez,
03100, Cd. de México
Tel.: 55 5543 9267 ext. 112
cijbjuarez@cij.gob.mx

ALCALDÍA DE COYOACÁN

- CIJ Coyoacán
Berlín núm. 30, col. Del Carmen,
Alcaldía de Coyoacán,
04100, Cd. de México
Tel.: 55 5554 9331 ext. 12
cijcoyoacan@cij.gob.mx

ALCALDÍA DE CUAJIMALPA

- CIJ Cuajimalpa
Coahuila núm. 62, entre
Av. Juárez y Antonio Ancona,
col. Cuajimalpa,
Alcaldía de Cuajimalpa,
05000, Cd. de México
Tel.: 55 5813 1631
cijcuajimalpa@cij.gob.mx

ALCALDÍA DE CUAUHTÉMOC

- CIJ Cuauhtémoc Oriente
Callejón de Girón s/n,
esq. Rodríguez Puebla,
Altos Mercado Abelardo Rodríguez,
col. Centro, Alcaldía de Cuauhtémoc,
06020, Cd. de México
Tel.: 55 5702 0732
cijcuauhtemoc.orientecij.gob.mx

- CIJ Cuauhtémoc Poniente
Vicente Suárez núm. 149,
1er. piso, entre Circuito Interior
y Zamora, col. Condesa,
Alcaldía de Cuauhtémoc,
06140, Cd. de México
Tel.: 55 5286 3893
cijcuauhtemoc.poniente@cij.gob.mx

ALCALDÍA DE GUSTAVO A. MADERO

- CIJ Gustavo A. Madero Aragón
Villa Tenochtitlan núm. 4,
col. Villa de Aragón,
Alcaldía de Gustavo A. Madero,
07570, Cd. de México
Tel.: 55 2158 4083
cijgamaragon@cij.gob.mx
- CIJ Gustavo A. Madero Norte
Norte 27 núm. 7, 2a. Sección,
col. Nueva Vallejo,
Alcaldía de Gustavo A. Madero,
07750, Cd. de México
Tel.: 55 5567 6523
cijgamnorte@cij.gob.mx
- CIJ Gustavo A. Madero Oriente
Av. 414 núm. 176, col. Unidad San
Juan de Aragón 7a. Sección,
Alcaldía de Gustavo A. Madero,
07910, Cd. de México
Tel.: 55 5796 1818
cijgamorientecij.gob.mx

ALCALDÍA DE IZTAPALAPA

- CIJ Iztapalapa Oriente
Calz. Ermita Iztapalapa núm. 2206,
col. Constitución de 1917,
Alcaldía de Iztapalapa,
09260, Cd. de México
Tel.: 55 5613 3794
cijiztapalapa.orientecij.gob.mx
- CIJ Iztapalapa Poniente
Sur 111-A núm. 620, col. Sector
Popular, Alcaldía de Iztapalapa,
09060, Cd. de México
Tel.: 55 5582 5160
cijiztapalapaponiente@cij.gob.mx
- Unidad de Hospitalización Iztapalapa
Av. Soto y Gama s/n, Unidad
Habitacional Vicente Guerrero,
Alcaldía de Iztapalapa,
09200, Cd. de México
Tel.: 55 5690 4639
uhiztapalapa@cij.gob.mx

ALCALDÍA DE MIGUEL HIDALGO

- CIJ Miguel Hidalgo
Bahía de Coqui núm. 76,
col. Verónica Anzures,
Alcaldía de Miguel Hidalgo,
11300, Cd. de México
Tel.: 55 5260 5805
cijmhidalgo@cij.gob.mx

ALCALDÍA DE TLALPAN

- CIJ Tlalpan
Calle 2 núm. 10, col. San
Buenaventura, Alcaldía de Tlalpan,
14629, Cd. de México
Tel.: 55 5485 9149
cijtlalpan@cij.gob.mx

ALCALDÍA DE VENUSTIANO CARRANZA

- CIJ Venustiano Carranza
Oriente 166 núm. 402,
col. Moctezuma 2a. Sección,
Alcaldía de Venustiano Carranza,
15530, Cd. de México
Tel.: 55 5762 1399
cijvcarranza@cij.gob.mx

ALCALDÍA DE XOCHIMILCO

- CIJ Xochimilco
1ª. Cda. de Cuauhtémoc núm. 1,
esq. Cuauhtémoc, col. Quirino Mendoza,
Santiago Tulyehualco, Alcaldía de
Xochimilco, 16710, Cd. de México
Tel.: 55 1547 4975
cijxochimilco@cij.gob.mx

INTERIOR DE LA REPÚBLICA AGUASCALIENTES

- CIJ Aguascalientes
Emiliano Zapata núm. 117,
entre Libertad y Gorostiza,
col. Centro,
20000, Aguascalientes, Ags.
Tel.: 44 9915 6526
cijaguascalientes@cij.gob.mx

BAJA CALIFORNIA

- CIJ Mexicali
Av. República de Brasil núm. 1117,
col. Alamitos, 21210, Mexicali, B.C.
Tel.: 68 6565 9848
cijmexicali@cij.gob.mx
- CIJ Tijuana-Guaycura
Av. Río Alamar núm. 21373,
Fracc. Ampliación Guaycura,
23000, Tijuana, B.C.
Tel.: 66 4625 2050
cijtijuana.guaycura@cij.gob.mx
- CIJ Tijuana-Soler
Av. Lic. Martín Careaga núm. 2264,
esq. Batallón San Blas, Fracc. Las
Palmeras, 22535, Tijuana, B.C.
Tel.: 66 4680 3192
cijtijuana.soler@cij.gob.mx
- Unidad de Hospitalización
Tijuana
Av. Lic. Martín Careaga núm. 2264,
esq. Batallón San Blas,
Fracc. Las Palmeras,
22535, Tijuana, B.C.
Tel.: 66 4631 7582
utntijuana@cij.gob.mx

- Unidad de Tratamiento para Usuarios de Heroína Tijuana
Av. Lic. Martín Careaga núm. 2264-B,
esq. Batallón San Blas, Fracc. Las
Palmeras, 22535, Tijuana, B.C.
Tel.: 66 4680 3192
cijtijuanaoler@cij.gob.mx

BAJA CALIFORNIA SUR

- CIJ La Paz
Oaxaca y Chiapas s/n,
col. Radio y Prensa,
23070, La Paz, B.C.S.
Tel.: 61 2122 2362
cijlapaz@cij.gob.mx
- CIJ Los Cabos
Calle Jaime Nunó s/n, entre Calle
Níquel y Aluminio, col. Vista Hermosa,
23427, San José del Cabo, B.C.S.
Tel.: 62 4105 2868
cijloscabos@cij.gob.mx

CAMPECHE

- CIJ Ciudad del Carmen
Calle 38 por 40 s/n, Parque Tecolutla,
24178, Ciudad del Carmen, Camp.
Tel.: 93 8382 5957
cijcdcarmen@cij.gob.mx

COAHUILA

- CIJ Ramos Arizpe
Av. Mariano Morales y calle Tula S/N
(Plaza Tula), col. Analco, 25902, Ramos
Arizpe, Coah. Tel.: 84 4491 1056
- CIJ Saltillo
Purcell Nte. núm. 609, esq. Múzquiz,
Zona Centro, 25000, Saltillo, Coah.
Tel.: 84 4412 8070
cjsaltillo@cij.gob.mx
- CIJ Torreón
Av. Santa María 1025 Pte.,
col. Moderna, 27170, Torreón, Coah.
Tel.: 87 1716 8824
cijlaguna@gmail.com
- CIJ Torreón Oriente
Prolongación Av. Juárez s/n,
esq. calle Rodas,
Fraccionamiento Valle de Nazas,
27083, Torreón, Coah.
Tel.: 87 1716 8833
cijlaguna@gmail.com

COLIMA

- CIJ Colima
Calle Estado de México, núm. 172,
col. Alta Villa,
28987, Villa de Álvarez, Col.
Tel.: 31 2311 5344
cijcolima@cij.gob.mx
- CIJ Manzanillo
Av. Elías Zamora Verduzco núm. 986,
Barrio 4, col. Valle de las Garzas,
28219, Manzanillo, Col.
Tel.: 31 4335 4343
cijmanzanillo@cij.gob.mx
- CIJ Tecmán
Júpiter núm. 170, col. Tepeyac,
28110, Tecmán, Col.
Tel.: 31 3324 8020
cijtecoman@cij.gob.mx

CHIAPAS

- CIJ Tapachula
9a. av. Norte Prolongación núm. 166,
Fracc. Jardines de Tacaná, 30720,
Tapachula, Chis. Tel.: 96 2626 1653
cijtapachula@cij.gob.mx
- CIJ Tuxtla Gutiérrez
Calle Tuchtlán núm. 380, col. Fracc. Las
Torres, 29045, Tuxtla Gutiérrez, Chis.
Tel.: 96 1618 1851
cijtgz@cij.gob.mx
- Unidad de Hospitalización
Ixbalanqué Tuxtla Gutiérrez
Calle Tuchtlán núm. 380,
col. Fracc. Las Torres,
29045, Tuxtla Gutiérrez, Chis.
Tel.: 96 1618 1851
cijtgz@cij.gob.mx

CHIHUAHUA

- CIJ Chihuahua
M. Ojinaga núm. 1001, esq. Calle 10a.,
col. Centro, 31000, Chihuahua, Chih.
Tel.: 61 4415 7222
cijchihuahua@cij.gob.mx
- CIJ Ciudad Juárez Norte
Tlaxcala núm. 3245, col. Margaritas,
32300, Cd. Juárez, Chih.
Tel.: 65 6616 9099
cijcdjuareznorte@cij.gob.mx
- Unidad de Tratamiento para
Usuarios de Heroína Cd. Juárez
Blvd. Norzagaray s/n, col. Zacatecas,
32130, Cd. Juárez, Chih.
Tel.: 65 6632 2000
utihcdjuarez@cij.gob.mx
- Unidad de Hospitalización
Ciudad Juárez
Blvd. Norzagaray s/n, col. Zacatecas,
32130, Cd. Juárez, Chih.
Tel.: 65 6632 2001
uicdjuarez@cij.gob.mx

DURANGO

- CIJ Durango
Carretera México Km 3.5, Mz A, Lt 8,
col. Industrial, 34000, Durango, Dgo.
Tel.: 61 8813 0932
cijdurango@cij.gob.mx
- CIJ Laguna-Durango (Lerdo)
Av. Matamoros núm. 336 Sur,
entre Abasolo y Bravo, Zona Centro,
35150, Cd. Lerdo, Dgo.
Tel.: 87 1725 0090
cijlerdo@cij.gob.mx

ESTADO DE MÉXICO

- CIJ Atizapán de Zaragoza
Avenida Jalisco Núm. 12,
Col. Ex Hacienda del Pedregal,
52916, Atizapán de Zaragoza,
Edo. de México, Tel.: 55 2164 0612
cijatizapan@cij.gob.mx
- CIJ Chalco
Av. 1a. Solidaridad s/n, esq. Benito
Juárez, col. Providencia, 56616,
Valle de Chalco Solidaridad, Edo. de
México, Tel.: 55 5971 2695
cijchalco@cij.gob.mx

- CIJ Ecatepec
Citlaltépetl mz. 533, lotes 9 y 10,
col. Cd. Azteca, 3a. Sección,
55120, Ecatepec de Morelos,
Edo. de México
Tel.: 55 5775 8223
cijecatepec@cij.gob.mx
- CIJ Naucalpan
Cto. Ingenieros núm. 61, Fracc. Loma
Suave, Cd. Satélite, 53100,
Naucalpan de Juárez, Edo. de México
Tel.: 55 5374 3576
cijnaucalpan@cij.gob.mx
- CIJ Nezahualcóyotl
Acequia núm. 277,
col. Porfirio Díaz,
57520, Cd. Nezahualcóyotl,
Edo. de México, Tel.: 55 5765 0679
cijneza@cij.gob.mx
- CIJ Texcoco
Cerrada de Violeta núm. 16
col. La Conchita, 56170, Texcoco,
Edo. de México, Tel.: 59 5955 7477
cijtexcoco@cij.gob.mx
- CIJ Tlalnepantla
Convento del Carmen núm. 1,
esq. con Corpus Cristi, Fracc. Santa
Mónica, 54050, Tlalnepantla de Baz,
Edo. de México, Tel.: 55 5362 3519
cijtlalnepantla@cij.gob.mx
- CIJ Toluca
Av. de los Maestros núm. 336,
col. Doctores, 50060, Toluca, Edo. de
México, Tel.: 72 2213 0378
cijtoluca@cij.gob.mx
- CIJ Villa Victoria
Carretera Federal Toluca-Zitácuaro
km 47, frente a la Universidad Regional
de Villa Victoria, Comunidad San Pedro
del Rincón, 50960, municipio de Villa
Victoria, Estado de México
Tel.: 72 6251 1154
cijvillavictoria@cij.gob.mx
- Unidad de Hospitalización Ecatepec
Cerrada de Hortensia s/n,
col. Gustavo Díaz Ordaz,
55200, Ecatepec de Morelos,
Edo. de México., Tel.: 55 5791 2683
uiecatepec@cij.gob.mx
- Unidad de Hospitalización Naucalpan
Calz. de los Remedios núm. 60,
col. Bosques de los Remedios,
53030, Naucalpan, Edo. de México
Tel.: 55 5373 1841
uinaucalpan@cij.gob.mx

GUANAJUATO

- CIJ Celaya
Privada de Alhélis núm. 100,
col. Rosalinda II, 38060, Celaya, Gto.
Tel.: 46 1614 9399
cijcelaya@cij.gob.mx
- CIJ León
Blvd. Hermanos Aldama núm. 1105,
col. San Miguel, 37489, León, Gto.
Tel.: 47 7712 1440,
cijleon@cij.gob.mx

- CIJ Guanajuato
Calle Jaral de Berrios núm. 15,
col. ex Hacienda de Santa Teresa, 36250,
Guanajuato, Gto. Tel.: 47 3102 8980
cijguanajuato@cij.gob.mx
- CIJ Salamanca
Bvd. Rinconada de San Pedro núm. 502,
Fracc. Rinconada San Pedro
(Infonavit II), 36760, Salamanca, Gto.
Tel.: 46 4648 5300
cjsalamanca@cij.gob.mx

GUERRERO

- CIJ Acapulco
Av. Niños Héroes núm. 132,
esq. Comitán, col. Progreso,
39350, Acapulco, Gro.
Tel.: 74 4486 3741
cijacapulco@cij.gob.mx
- CIJ Chilpancingo
Carretera Nacional México-Acapulco
Km. 276, esquina calle Kena Moreno,
col. Salubridad, 39096, Chilpancingo,
Gro. Tel.: 74 7494 9445
cijchilpancingo@cij.gob.mx
- CIJ Ixtapa Zihuatanejo
Carretera Nal. Acapulco-Zihuatanejo,
calle Kena Moreno s/n, col. Lomas del
Riscal, 40880, Zihuatanejo de Azueta,
José Azueta, Gro.
Tel.: 75 5103 8010
cijixtapazihua@cij.gob.mx
- Unidad de Hospitalización
Punta Diamante
Blvd. de las Naciones s/n, lote 10 A,
39906, Acapulco, Gro.
Tel.: 74 4462 0717
uipuntadiamante@cij.gob.mx

HIDALGO

- CIJ Pachuca
San Martín de Porres núm. 100,
esq. Blvd. Pachuca-Tulancingo,
Fracc. Canutillo, 42070, Pachuca, Hgo.
Tel.: 77 1713 1607
cijpachuca@cij.gob.mx
- CIJ Tula
Calle Xochitlán s/n, col. El Crestón,
frente al edificio central del DIF Tula
42814, Tula de Allende, Hgo.
Tel.: 77 3100 8929
cijtula@cij.gob.mx
- CIJ Tulancingo
Mártires de Chicago esquina Soto Mayor,
col. Francisco I. Madero, 43650,
Tulancingo, Hgo., Tel.: 77 5158 7773
cijtulancingo@cij.gob.mx

JALISCO

- CIJ Guadalajara Centro
Federación núm. 125, col. La Perla,
44360, Guadalajara, Jal.
Tel.: 33 3618 0713
gdldcentro@cij.gob.mx
- CIJ Guadalajara Sur
Calle Arroz núm. 501, col. La Nogalera,
44470, Guadalajara, Jal.
Tel.: 33 3670 8455
cijguadsur@cij.gob.mx

- CIJ Puerto Vallarta
Calle Durango núm. 479, col. Mojoneas,
48290, Puerto Vallarta, Jal.
Tel.: 32 2290 0555
cijptovta@cij.gob.mx
- CIJ Tlaquepaque
Eduardo B. Moreno núm. 225, edif. 1,
col. La Asunción, 45527, Tlaquepaque,
Jal., Tel.: 33 3680 5332
cijtlaquepaque@cij.gob.mx
- CIJ Zapopan Kena Moreno
Carretera a Tesistán y Periférico S/N,
Módulo 7, col. Estatuto Jurídico
FOVISSSTE, 45130, Zapopan, Jal.,
Tel.: 33 3647 5538
cijprev_zapopan@cij.gob.mx
- CIJ Zapopan Norte
Carretera a Tesistán y Periférico S/N,
Módulo 7, col. Estatuto Jurídico
FOVISSSTE, 45130, Zapopan, Jal.
Tel.: 33 3365 6423
cijzapopanorte@cij.gob.mx
- Unidad de Hospitalización
Zapotlán el Grande Cuba núm. 629,
col. Bugambilias, 49097, Zapotlán
el Grande, Jal. Tel.: 34 1413 1030
utrzapotlan@cij.gob.mx
- Unidad de Hospitalización Zapopan
Periférico Norte "Manuel Gómez
Morín" núm. 1840, col. La Palmita,
45180, Zapopan, Jal.
Tel.: 33 3366 0132
utroccidente@cij.gob.mx

MICHOACÁN

- CIJ La Piedad
Paseo de la Mesa núm. 25, Comunidad
El Fuerte, carretera La Piedad-Guadala-
jajara km. 5.5, 59379, La Piedad, Mich.
Tel.: 35 2525 8357
cijlapiedad@cij.gob.mx
- CIJ Morelia
Av. Acueducto núm. 824,
col. Chapultepec Nte., 58260,
Morelia, Mich. Tel.: 44 3324 3381
cijmorelia@cij.gob.mx
- CIJ Zamora
Av. Santiago núm. 457, col. Valencia
2a. Sección, 59610, Zamora, Mich.
Tel.: 35 1517 6910, cijzamora@cij.gob.mx

MORELOS

- CIJ Cuernavaca
Calle Centenario núm. 206,
entre A. Obregón y Rubén Darío,
col. Carolina, 62190, Cuernavaca, Mor.
Tel.: 77 7317 1777
cijcuernavaca@cij.gob.mx

NAYARIT

- CIJ Tepic
Montes Andes núm. 45, esq. Río Elba,
col. Lindavista, 63110, Tepic, Nay.
Tel.: 31 1217 1758, cltepic@cij.gob.mx
- Unidad de Investigación Científica en
Adicciones
Av. de la Salud y Av. Aguamilpa s/n,
Ciudad del Conocimiento,
col. Ciudad Industrial, 63173, Tepic, Nay.
Tel.: 31 1217 1758

NUEVO LEÓN

- CIJ Apodaca
Calle Chile S/N entre Bulgaria y Brasil
Col. Nuevo Amanecer Primer Sector
C.P. 66636, Apodaca, N.L.
Tel.: 81 8386 6994
cijapodaca@cij.gob.mx
- CIJ Guadalupe
Av. Zaragoza núm. 517 Norte,
entre Gral. Bravo y Dr. Morones Prieto,
Zona Centro, 67100, Guadalupe, N.L.
Tel.: 81 8367 1083
cijguadalupe@cij.gob.mx
- CIJ Guadalupe Centro de Día
Av. Monterrey núm. 305, col. Rincón de
la Sierra, Guadalupe, N.L.
Tel.: 81 4040 9033
centrodediagpe@gmail.com
- CIJ Monterrey
Dr. Raúl Calderón González núm. 240,
col. Sertoma, 64710, Monterrey, N.L.
Tel.: 81 8348 0311
cijmonterrey@cij.gob.mx
- CIJ San Nicolás de los Garza
Berlín núm. 200-B, col. El Refugio,
1er. Sector, 66430, San Nicolás de los
Garza, N.L. Tel.: 81 8302 2596
sannicolas@cij.gob.mx
- Unidad de Hospitalización Nuevo León
Calle Kena Moreno (antes segunda)
núm. 103, col. La Cruz, 66000,
Ciudad García, N.L., Tel.: 81 8283 1312
ctrlnl@cij.gob.mx

OAXACA

- CIJ Huatulco
Calle Bugambilia núm. 204, Mz 1, Lt 2,
col. Sector H, 70988, Santa Cruz
Huatulco, Oax., Tel.: 95 8105 1524
cijhuatulco@cij.gob.mx
- CIJ Jalapa de Díaz
Carretera Federal s/n, col. Arroyo
Venado, secc. 3.ª, 68463 San Felipe
Jalapa de Díaz, Oax. Tel.: 28 7117 2508
cijjalapadediaz@cij.gob.mx
- CIJ Oaxaca
Lote 1, paraje El Tule, Jurisdicción
Municipal de San Bartolo, 71256,
Coyotepec, Oax., Tel.: 95 1143 1537
cijoaxaca@cij.gob.mx

PUEBLA

- CIJ Puebla
Calle Ignacio Allende núm. 57,
Insurgentes Ote., 72565, Puebla, Pue.
Tel.: 22 2246 2008
cijpuebla@cij.gob.mx
- CIJ Tehuacán
Privada 11 Poniente núm. 916,
Fracc. Niños Héroes de Chapultepec,
75760, Tehuacán, Pue.
Tel.: 23 8382 8917
cijtehuacan@cij.gob.mx

QUERÉTARO

- CIJ Querétaro
Av. de los Teotihuacanos s/n,
esq. Purépechas, col. Cerrito Colorado,
76116, Querétaro, Qro.
Tel.: 44 2218 3858
cijqueretaro@cij.gob.mx

QUINTANA ROO

- CIJ Cancún
Calle 18, mz. 63, lote 3, región 92,
frente a Radio Turquesa, entre
Av. López Portillo, Ruta Cuatro y
Av. Kabah, 77516, Cancún, Q. Roo
Tel.: 99 8880 2988
cijcancun@cij.gob.mx
- CIJ Chetumal
Calle Subteniente López núm. 458,
mz. 686, esq. Av. Magisterial,
col. Residencial Chetumal,
77039, Chetumal, Q. Roo
Tel.: 98 3837 9061
cijchetumal@cij.gob.mx
- CIJ Cozumel
Av. Pedro Joaquín Coldwell núm. 450,
entre 5 Sur y Morelos, Zona Centro,
77600, Cozumel, Q. Roo
Tel.: 98 7872 6377
cijcozumel@cij.gob.mx
- CIJ Playa del Carmen
Av. Montes Azules Mz 17, Lt 41,
fracc. Santa Fe, 77710, Playa del
Carmen, Q. Roo
Tel.: 98 4109 3289
cijplayadelcarmen@cij.gob.mx

SAN LUIS POTOSÍ

- CIJ San Luis Potosí
Madroños núm. 394,
Fracc. Jardines del Sur,
78399, San Luis Potosí, S.L.P.
Tel.: 44 4112 0079
cijslp@cij.gob.mx

SINALOA

- CIJ Culiacán
Mariano Escobedo núm. 651 Pte.,
col. Centro, 80000, Culiacán, Sin.
Tel.: 66 7716 4146
cijculiacan@cij.gob.mx
- CIJ Culiacán Oriente
Satélite núm. 1963, entre Av. Universo
y Av. Galaxia, col. Obrero Campesino,
80019, Culiacán, Sin.
Tel.: 66 7753 6861
cijculiacanorientel@cij.gob.mx
- CIJ Escuinapa
Av. de las Américas s/n, entre Blvd.
Morelos y 29 de Febrero, col. Santa
Lucía, 82400, Escuinapa, Sin.
Tel.: 69 5953 1311
cijescuinapa@cij.gob.mx
- CIJ Guamúchil
López Mateos núm. 390,
esq. Dr. de la Torre, col. Morelos,
81460, Guamúchil,
Salvador Alvarado, Sin.
Tel.: 67 3732 2547
cijguamuchil@cij.gob.mx
- CIJ Guasave
Blvd. Insurgentes y Lázaro
Cárdenas s/n, col. Ejidal,
81020, Guasave, Sin.
Tel.: 68 7872 8277
cijguasave@cij.gob.mx

- CIJ Los Mochis
Blvd. Los Banqueros núm. 1379 Pte.,
Sector Norponiente, entre Ludwin Van
Beethoven y Dren Juárez, 81229,
Los Mochis, Sin.
Tel.: 66 8812 9324
cijlosmochis@cij.gob.mx
- CIJ Los Mochis Centro
Blvd. 10 de mayo núm. 10,
Fracc. Las Fuentes, 81223,
Los Mochis, Sin.
Tel.: 66 8812 9324
cijlosmochis@cij.gob.mx
- CIJ Mazatlán
Kena Moreno s/n,
entre Av. Revolución
y Edo. de Occidente,
col. Periodistas,
82120, Mazatlán, Sin.
Tel.: 66 9984 4265
cijmazatlan@cij.gob.mx
- Unidad de Hospitalización Culiacán
Av. Cineastas s/n,
col. Lomas de Rodriguera,
carretera a la Pithayita km. 2.5,
80000, Culiacán, Sin.
Tel.: 66 7455 5037
utrculiacan@cij.gob.mx

SONORA

- CIJ Hermosillo
Blvd. Transversal esq. Morelia Final,
col. El Coloso,
83040, Hermosillo, Son.
Tel.: 66 2213 2868
cijhermosillo@cij.gob.mx
- CIJ Nogales
Calle Vinorama s/n,
esq. Prol. calle Dinorama,
col. Álamos,
84085, Nogales, Son.
Tel.: 63 1313 3030
cijnogales@cij.gob.mx

TABASCO

- CIJ Villahermosa
Fernando Montes de Oca
núm. 208,
col. Lindavista,
86050, Villahermosa, Tab.
Tel.: 99 3315 9627
cijvillahermosa@cij.gob.mx

TAMAULIPAS

- CIJ Ciudad Victoria
Blvd. Zeferino Fajardo s/n,
esq. con Bolivia,
col. Libertad, (antes rastro municipal)
87019, Ciudad Victoria, Tamps.
Tel.: 83 4305 6368
cijvictoria@cij.gob.mx
- CIJ Reynosa
Venustiano Carranza núm. 780,
col. Fernández Gómez,
88570, Reynosa, Tamps.
Tel.: 89 9922 2730
cijreynosa@cij.gob.mx

- CIJ Tampico
Priv. Cuauhtémoc núm. 113,
esq. Hidalgo, col. Primavera,
89130, Tampico, Tamps.
Tel.: 83 3217 4770
cijtampico@cij.gob.mx

TLAXCALA

- CIJ Tlaxcala
Calle 6 núm. 2505,
entre calle 25 y calle 27,
col. Loma Xicohténcatl,
90070, Tlaxcala, Tlax.
Tel.: 24 6462 8371
cijtlaxcala@cij.gob.mx

VERACRUZ

- CIJ Poza Rica
Prolongación calle Bolivia s/n,
col. Palma Sola, 93320, Poza Rica, Ver.
Tel.: 78 2823 4400
cijpozarica@cij.gob.mx
- CIJ Xalapa
Av. Acueducto y Ruiz Cortines s/n,
col. Unidad Magisterial,
91010, Xalapa, Ver.
Tel.: 22 8815 0500
cijxalapa@cij.gob.mx

YUCATÁN

- CIJ Mérida
Calle 55 núm. 535,
entre Calles 64 y 66,
col. Centro,
97000, Mérida, Yuc.
Tel.: 99 9923 3287
cijmerida@cij.gob.mx
- CIJ Yucatán
Calle 181 núm. 420
x 187 diag. y 161 diag.,
Col. Nueva San José Tecoh
97290, Mérida, Yuc.
Tel.: 99 9596 2828
cijyucatan@cij.gob.mx

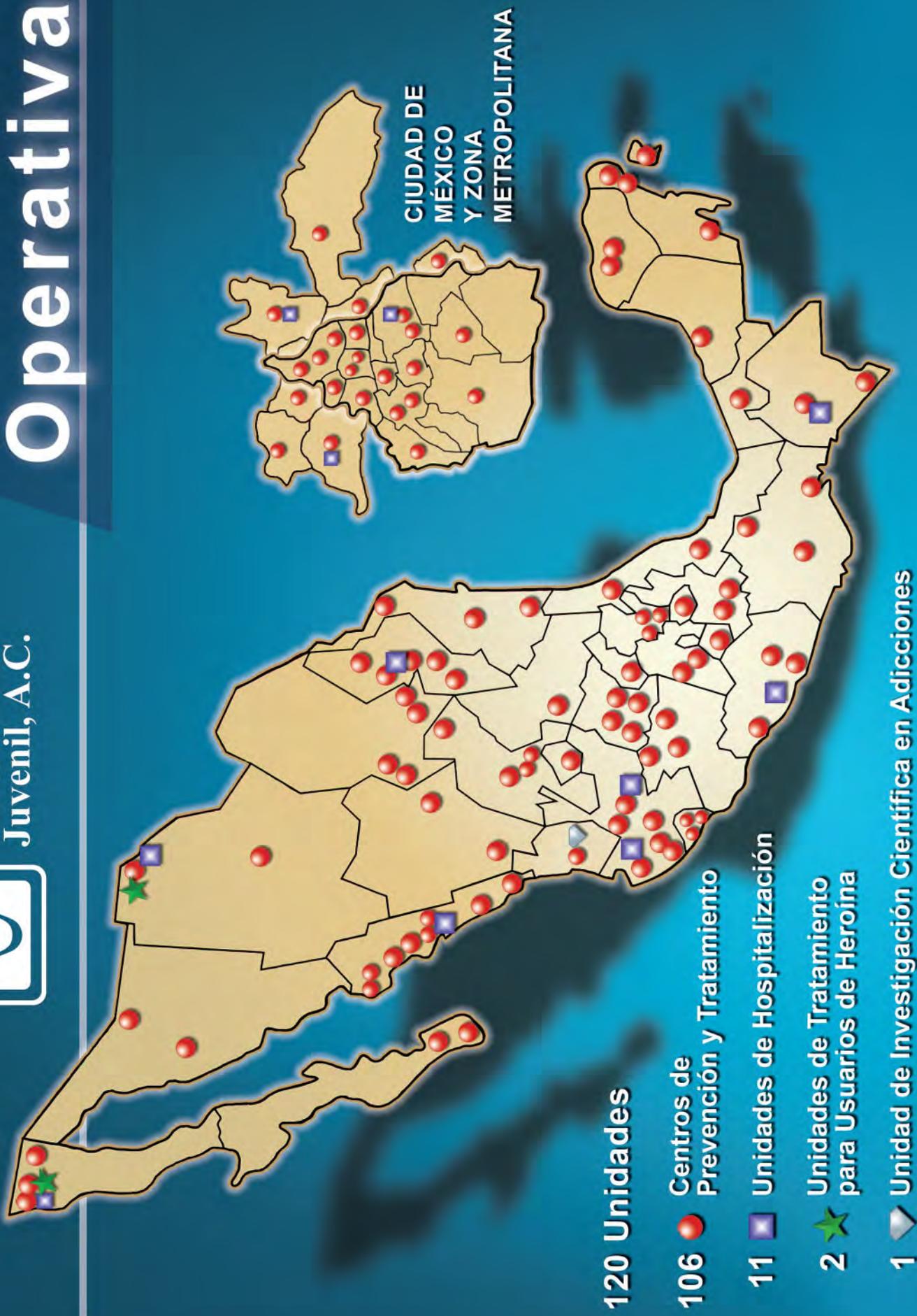
ZACATECAS

- CIJ Fresnillo
Calle 3 de mayo núm. 402,
col. Obrera, 99060, Fresnillo, Zac.
Tel.: 49 3983 7252
cijfresnillo@cij.gob.mx
- CIJ Guadalupe Zacatecas
Calle Dr. Rogelio Rodríguez s/n,
col. 2ª. de Tierra y Libertad,
98615, Guadalupe, Zac.
Tel. 49 2583 4254
cijzac@cij.gob.mx
- CIJ Mazapil
Vicente Guerrero núm. 22,
col. Centro, 98230, Mazapil, Zac.
Tel.: 84 2424 2218
mazapil@cij.gob.mx
- CIJ Zacatecas
Parque Magdalena Varela
Luján s/n, col. Buenos Aires,
98056, Zacatecas, Zac.
Tel.: 49 2924 7733
cijzac@cij.gob.mx



Centros de Integración Juvenil, A.C.

Red Operativa





Centros de
Integración
Juvenil, A.C.

21.º CONGRESO INTERNACIONAL EN ADICCIONES

Atención de Salud Mental y Adicciones
ante la nueva realidad

Modalidad Virtual

AVAL
ACADÉMICO
UNAM



»»»» 26 y 27 de octubre, 2021

Informes e inscripciones:
congreso@cij.gob.mx



SALUD
SECRETARÍA DE SALUD



Centros de
Integración
Juvenil, A.C.