

Recomendaciones y Líneas de Acción en el estado de Baja California

Como parte de los lineamientos promovidos por los Centros de Integración Juvenil en el estado de Baja California se encuentran el fortalecimiento de acciones sustentables, estilos de vida saludables y la participación comunitaria, siempre cuidando promover la inclusión, equidad, igualdad y no discriminación, y favoreciendo el trabajo colaborativo con otras instituciones que con esta vinculación favorecen servicios de prevención y tratamiento oportunos para atender los problemas de salud mental y del consumo de drogas, en un marco de atención profesional y especializado en los temas de salud.

Es por ello que partiendo de la misión institucional y con base en las metas organizacionales, las políticas existentes, los programas y servicios institucionales que operarán en el periodo 2024-2030, se visualizan las siguientes recomendaciones y planes estratégicos como parte del programa a desarrollar en el estado de Baja California.

Prevención

- Promover, fortalecer y ampliar la coordinación interinstitucional con instancias gubernamentales, laborales, escolares, de salud y comunitarias; así como con las organizaciones de la sociedad civil, que apoyen el programa preventivo en todas sus modalidades.
- Establecer un programa continuo de capacitación relacionado con la detección temprana, habilitación y canalización oportuna de riesgos asociados al consumo de

drogas y otros problemas de salud mental a las y los trabajadores de las clínicas de IMSS, ISSSTE, ISSSTECALI e ISESALUD.

- Atención a grupos vulnerables; mujeres que viven violencia, mujeres jóvenes embarazadas, niños y adultos mayores; para el desarrollo de competencias, a través de la coordinación interinstitucional con instituciones y organizaciones de la sociedad civil que atiende a esta población en albergues como CAVIM, INMUJER, Instituto Municipal de la Mujer de Mexicali (IMMM), Instituto Municipal de la Mujer Tijuana (IMMUJER), VIFAC (Vida y Familia México I.A.P.), DIF, CEJUM (Centro de Justicia para la Mujer), la Unidad contra Violencia de la Dirección de la Dirección de Seguridad Pública Municipal (UVI) y Casas Hogar.
- Ampliar y reforzar el programa de Promoción de Ambientes y Estilos de Vida saludable en la Facultad de Derecho de la Universidad Autónoma de Baja California con una mayor difusión.
- Buscar replicar programa de promoción de ambientes y estilos de vida en universidades públicas y privadas.
- Continuar con el trabajo colaborativo que se tiene con las Unidades de Educación Media Superior Tecnológica Industrial y de Servicios (DGETI), el Colegio Nacional de Educación Profesional (CONALEP), el Centro de Estudios Científicos y Tecnológicos del Estado (CECYTE) y el Colegio de Bachilleres (COBACH), para ofrecer atención a la población estudiantil, mediante la prevención selectiva para la prevención del consumo de sustancias psicoactivas y problemas de salud mental, promoviendo el desarrollo de competencias.

- Continuar con los programas preventivos en los ámbitos laborales y ampliar la cobertura de atención, a través de convenios con las diferentes cámaras empresariales de la localidad, ofreciendo atención a las y los trabajadores mediante la prevención universal, con pláticas, información, módulos informativos y atención también a sus familiares.
- Mayor difusión de los autodiagnósticos en línea que permita detectar afecciones de salud mental como ansiedad, depresión, violencia de pareja, violencia familiar y riesgo suicida para la derivación oportuna a servicios de atención.
- Intencionar conferencias y talleres psicoeducativos que promueven la salud mental, la regulación emocional, el bienestar físico y mental en los diferentes ámbitos de la sociedad, tales como el sector laboral, escolar, de salud y comunitario.
- Desarrollar intervención preventiva con tutores, padres y madres de familia en las escuelas de todos los niveles educativos, que permitan el desarrollo de comportamientos preventivos al interior de la familia con programas como el de Escuela para padres y madres “Tú creciendo, yo aprendiendo”, Crianza Positiva y Salud Mental en la Familia.
- Desarrollar programas de prevención universal en las clínicas y hospitales de la localidad, dirigidos a las y los usuarios de los servicios y sus familiares.
- Desarrollar el programa de Bienestar Emocional en el Embarazo con adolescentes en las clínicas de IMSS, Centros de Salud y VIFAC.

- Establecer un programa de prevención universal en los albergues para migrantes de manera continua, con población infantil, adolescente, jóvenes y adultos estableciendo coordinación con los DIF del estado.
- Intencionar el desarrollo del programa de capacitación para los docentes, orientadores, trabajadores sociales, psicólogos y prefectos del sector educativo mediante la Estrategia en el aula: Prevención de Adicciones con la finalidad de fortalecer acciones preventivas, disponer de estrategias y herramientas para favorecer el desarrollo socioemocional de las y los estudiantes.
- Impulsar las estrategias de prevención universal, selectiva e indicada en el sector educativo de todos los niveles, enfatizados en el desarrollo de habilidades para la vida y competencias socioemocionales; así como la atención a quienes presenten conductas de riesgo o consumo experimental de alguna sustancia psicoactiva.
- Ofrecer a la comunidad aledaña a nuestras instalaciones, un programa Preventivo facilitando espacios a las personas que puedan enseñar y compartir sus habilidades con su comunidad, donde los Clubes por la Paz sean un espacio para niños, jóvenes y adultos, con actividades diversas que apoyen la salud física, mental y social, promoviendo estilos de vida saludable que incluyen la adecuada alimentación e hidratación, y una higiene del sueño, a través de la práctica de actividades físico-deportivas, lúdico- recreativas, educativo-formativas, Artísticas- culturales y de capacitación.
- Reforzar la promoción de la salud alineados a los Objetivos de Desarrollo Sostenible de la Agenda 2030 en todos los contextos.

- Prevenir y reducir el consumo de sustancias psicoactivas, así como reforzar factores protectores que permitan el desarrollo saludable de niños, niñas, adolescentes, jóvenes y sus familias.
- Reforzar recursos protectores ante el consumo de drogas con padres y madres de familia en escuelas, centros de trabajo y espacios comunitarios.
- Promover en los Clubes por la Paz las actividades virtuales o mixtas donde las personas de la comunidad puedan enseñar y compartir sus habilidades con los asistentes, sobre todo con personas adultas o de la tercera edad.
- Promover la realización de conferencias de sensibilización sobre daños y consecuencias de alcohol, tabaco y drogas así como de salud mental para contextos educativos, laborales, de salud y comunitarios en los municipios o demarcaciones retiradas de las unidades en la modalidad a distancia.
- Promover las conferencias, los talleres psicoeducativos y los cursos de capacitación que ofrecen las unidades del estado en donde se comparten recomendaciones de higiene del sueño, sueño saludables, prevención de prácticas sexuales de riesgo, etc.
- A través de Clubes por la Paz virtuales promover la salud integral a través de actividades como la activación física y adopción de hábitos saludables (yoga, qi gong, meditación, mindfulness y adecuada nutrición) que contribuyan a prevenir afecciones cardíacas y otras enfermedades crónico degenerativas.
- Continuar con el trabajo en los contextos escolares, laborales, comunitarios y de salud para incrementar la percepción de riesgo sobre el consumo de alcohol, tabaco y drogas y con diferentes poblaciones a través de sensibilización de factores de riesgo y

protección que permitan el desarrollo saludable de niños, niñas, adolescentes, jóvenes y sus familiares

- Continuar habilitando al personal docente y estratégico del sector salud en la detección temprana y canalización oportuna de riesgos asociados al consumo de drogas y otros problemas de salud mental.
- En los diferentes contextos dentro de las actividades de promoción de la salud o Clubes por la Paz promover los huertos comunitarios, pintura de murales, mindfulness, nutrición adecuada, higiene del sueño, etc., acorde a los Objetivos de Desarrollo Sostenible en la Agenda 2030.

Tratamiento

- Buscar vinculación con instancias de salud en el estado que permitan una atención integral a los usuarios del programa de tratamiento, tanto gubernamentales como organismos de la sociedad civil; así mismo generar acuerdos con los sectores educativos, laborales, sociales y educativos para la detección y canalización de personas vulnerables a problemas de salud mental y consumo de drogas.
- Promover la atención a derechohabientes del IMSS que sean canalizados de las diferentes clínicas por consumo de sustancias psicoactivas y se requiera atención hospitalaria, se derivará a las unidades operativas del estado.
- Atención en consulta externa a menores canalizados por la Fiscalía General del Estado de Baja California (FGE), y del Programa Fuerza Rosa, que presenten conductas de violencia, riesgo delictivo y consumo de drogas.

- Dar continuidad al trabajo colaborativo de los sistemas de educación media superior, ofreciendo atención temprana a los adolescentes experimentadores que los planteles detecten con algún tipo de consumo de drogas, legales o ilegales y problemáticas con la salud mental, ofreciendo estrategias de afrontamiento psicosocial; atendiendo de manera simultánea a sus tutores, padres y madres de familia.
- Proporcionar una alternativa de tratamiento integral, mediante el programa de consulta externa intensivo “Centro de día terapéutico”, a jóvenes, adolescentes y adultos, cuyo consumo de drogas haya afectado el desarrollo de sus habilidades socioemocionales y su vida productiva, favoreciendo su reinserción social.
- Mantener coordinación con la Asociación Civil Integración Social VERTER y Prevecasa para desarrollar conjuntamente el programa de Reducción de daños, a través del intercambio de paquetes sanitarios a los usuarios de heroína, los cuales son entregados directamente en los lugares de reunión (picaderos) de los usuarios; además, de recibir información de los servicios de salud y tratamientos disponibles para las adicciones.
- Mantener coordinación con Hospitales IMSS, ISSSTE, Hospital General, Hospital Materno Infantil, Hospital ISSSTECALI, para promover la canalización de usuarios de tabaco, alcohol y otras drogas; así como problemas relacionados con la salud mental.

- Promover la participación de los pacientes que acuden a las unidades, en la construcción de huertos comunitarios y terapéuticos que contribuyan al cuidado del medio ambiente; así como a su salud mental.
- Atender con servicios de tratamiento, rehabilitación y reinserción sociolaboral a personas con trastornos de salud mental y consumo de drogas y a sus familiares a través de la modalidad telemática y presencial.
- Continuar con el programa de reducción de daños.
- Reforzar convenios de colaboración en el estado con el sector educativo, laboral y salud para derivación de pacientes.
- Apertura de dispositivos grupales vigentes según necesidades de la comunidad.
- Optimizar tiempos para la fase diagnóstica y avances en tratamiento.
- Continuar con la atención telemática de personas que viven lejos del área de influencia de las unidades para el manejo de sus afecciones de salud mental o consumo de sustancias.
- Contar con tratamiento en grupos vigentes, para abordar pacientes y familia en ambos turnos.
- Apoyarse del recurso voluntario capacitado, para realizar actividades grupales de tratamiento.
- Optimizar la aplicación de los servicios, espacios y personal de equipo médico técnico para un mejor diagnóstico y tratamiento a pacientes y familiares en su asistencia a CIJ.

- Continuar con el seguimiento de actividades como el de los huertos comunitarios y terapéuticos que contribuyan al cuidado del medio ambiente y la salud mental.
- Incentivar y continuar con la realización de actividades de promoción de la salud dentro de la modalidad de consulta externa intensiva a través de actividades como: mindfulness, activación física y actividades culturales o lúdicas que favorezcan la salud mental.

Comunicación Social

- Difusión del Programa Institucional “Para Vivir sin Adicciones” a través de los medios masivos de comunicación y redes sociales.
- Continuar con la formación del patronato local.
- Promover convenios que fomenten la red de voluntarios, servicio social, prácticas profesionales, jóvenes construyendo el futuro, que apoyen en el quehacer institucional promocionando estilos de vida saludables, sustentables y sostenibles en la comunidad.
- Actualización permanente en estrategias y uso de las redes sociales, que permita la elaboración de contenidos informativos y atractivos para los usuarios.
- Continuar con la difusión de los servicios de CIJ a nivel estatal e internacional y con poblaciones vulnerables vía telemática
- Vínculo con sindicatos de radio y televisión y con las autoridades de los diferentes medios masivos de comunicación locales.
- Difusión de servicios de prevención, tratamiento y rehabilitación que ofrece CIJ en comunidad, redes sociales y medios de comunicación.
- Continuar apoyando el programa de capacitación presencial y virtual para voluntariado en las unidades del estado.
- Promover las páginas y actividades institucionales en las redes sociales oficiales como Facebook, Instagram, X, TikTok, etc.
- Acuerdos con medios de comunicación para la difusión de nuestros servicios.
- Fomentar la participación de CIJ en diversos eventos de difusión social.