

SUSTANCIAS PSICOACTIVAS

Son aquellas sustancias que al consumirlas **tienen efecto en el sistema nervioso central generando alteraciones** en las funciones que regulan pensamientos, emociones y el comportamiento

TIPOS DE CONSUMO

USO

Se refiere al consumo como caso aislado, episódico y/o ocasional, sin que se genere dependencia o problemas de salud. No obstante, esto no descarta el posible daño que puede ocasionar una sobredosis. En este sentido, se identifican diferentes tipos de uso: experimental, terapéutico, recreativo, medicinal y habitual.

ABUSO

Esto ocurre cuando el consumo de sustancias psicoactivas se vuelve perjudicial para la salud física, mental o el funcionamiento social de la persona. Este uso problemático suele estar vinculado a factores del contexto social y personal del individuo, los cuales influyen significativamente en su conducta de consumo (Puede ser desde el primer consumo).

DEPENDENCIA

Estado psicofísico causado por la interacción con una sustancia psicoactiva, caracterizado por la modificación del comportamiento y otras reacciones que comprenden siempre un impulso por tomar dicha sustancia en forma continua o periódica, a fin de experimentar sus efectos y a veces para evitar el malestar producido por la suspensión o abstinencia del consumo.

Fuentes:

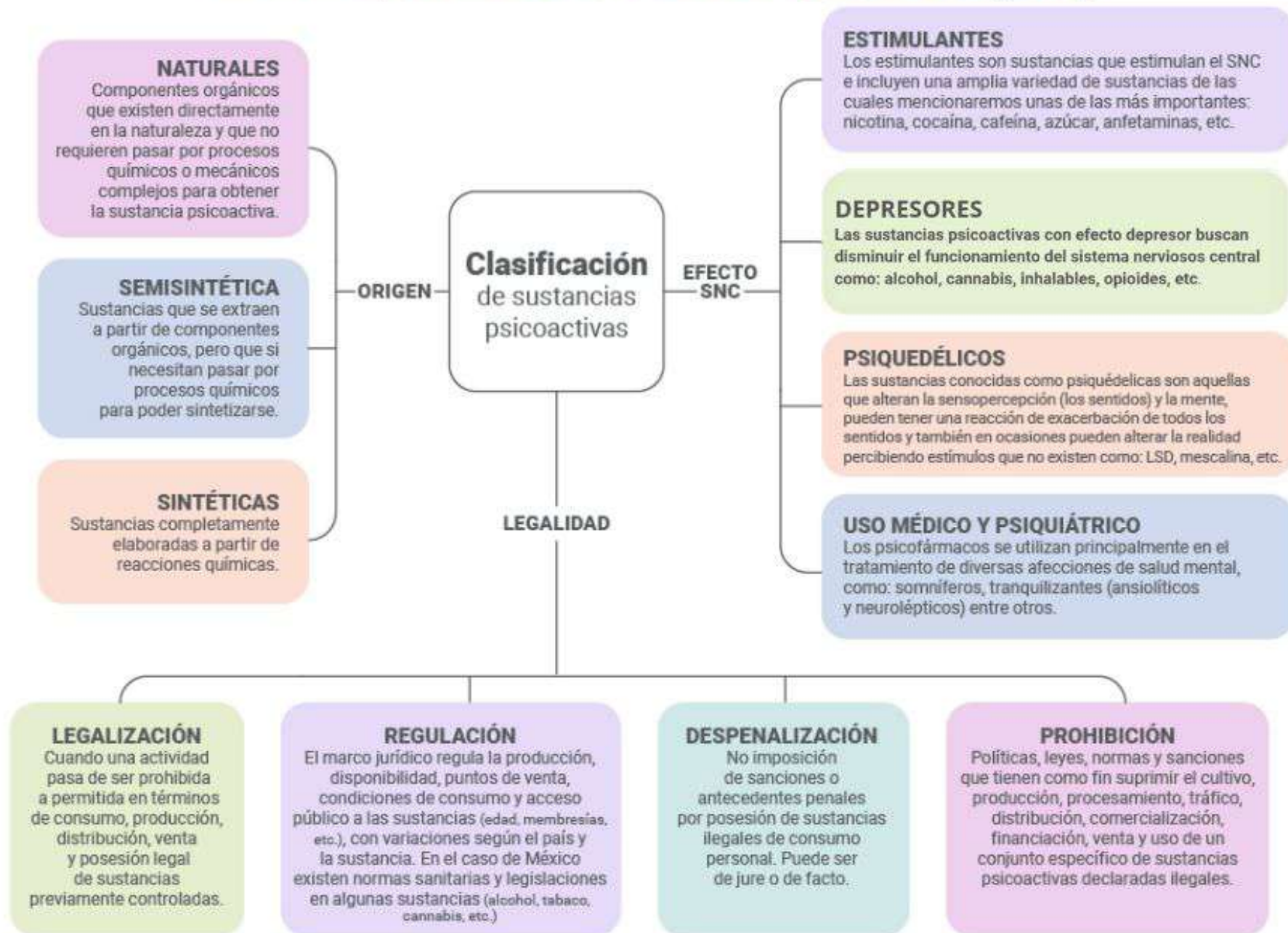
Instituto Mexicano de la Juventud. (20 de marzo de 2018). Gobierno de México. Obtenido de www.gob.mx:

<https://www.gob.mx/imjuve/articulos/conoce-las-diferencias-entre-uso-abuso-y-dependencia-de-sustancias-psicoactivas>

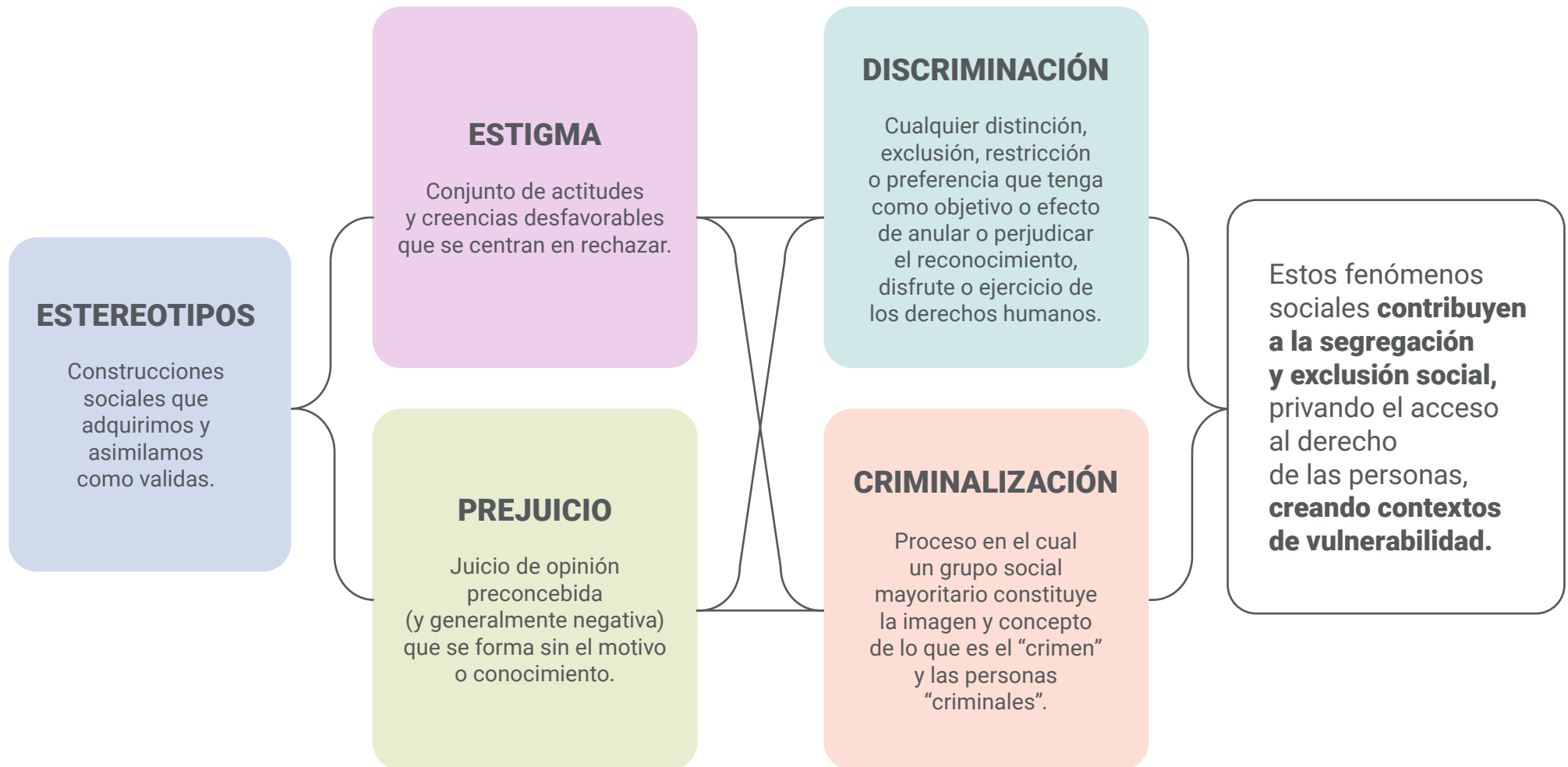
OMS. (2025). Organización Panamericana de la Salud. Obtenido de www.paho.org: <https://www.paho.org/es/temas/uso-sustancias>

Pérez, D. S. (2024). Guía técnica de trabajo de campo para el abordaje de consumos de metanfetaminas y fentanilo en México. COPOLAD, CONASAMA, INSTITUTO RIA, AC, EPISTEME SOCIAL.

MÓDULO 2 | Clasificación de sustancias psicoactivas (SPA's)



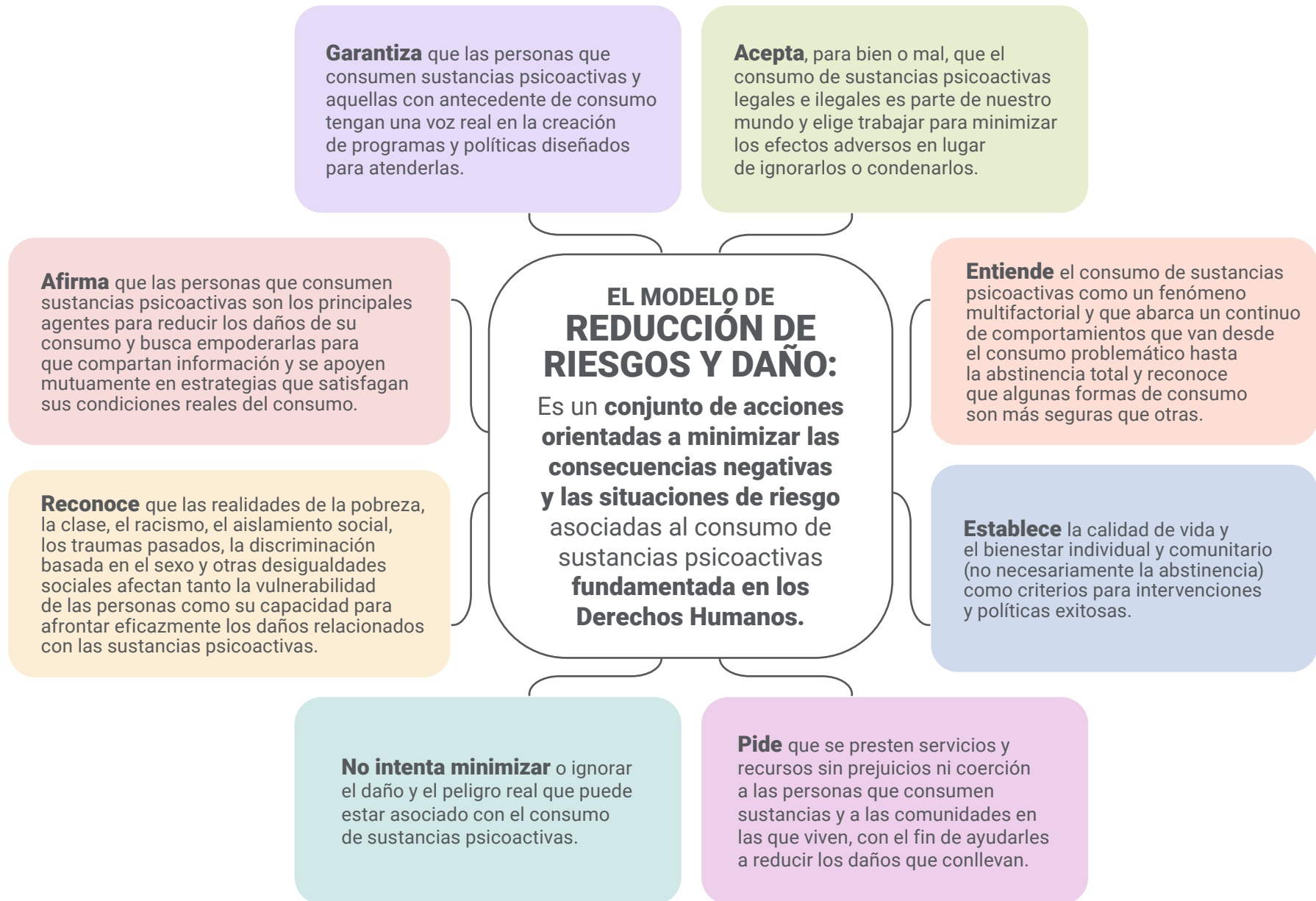
MÓDULO 3 | **Marco sociocultural**



APUNTES

Curso Autogestivo | **Introductorio a las adicciones y salud mental con enfoque comunitario**

MÓDULO 4 | Reducción de riesgos y daños/enfoque comunitario



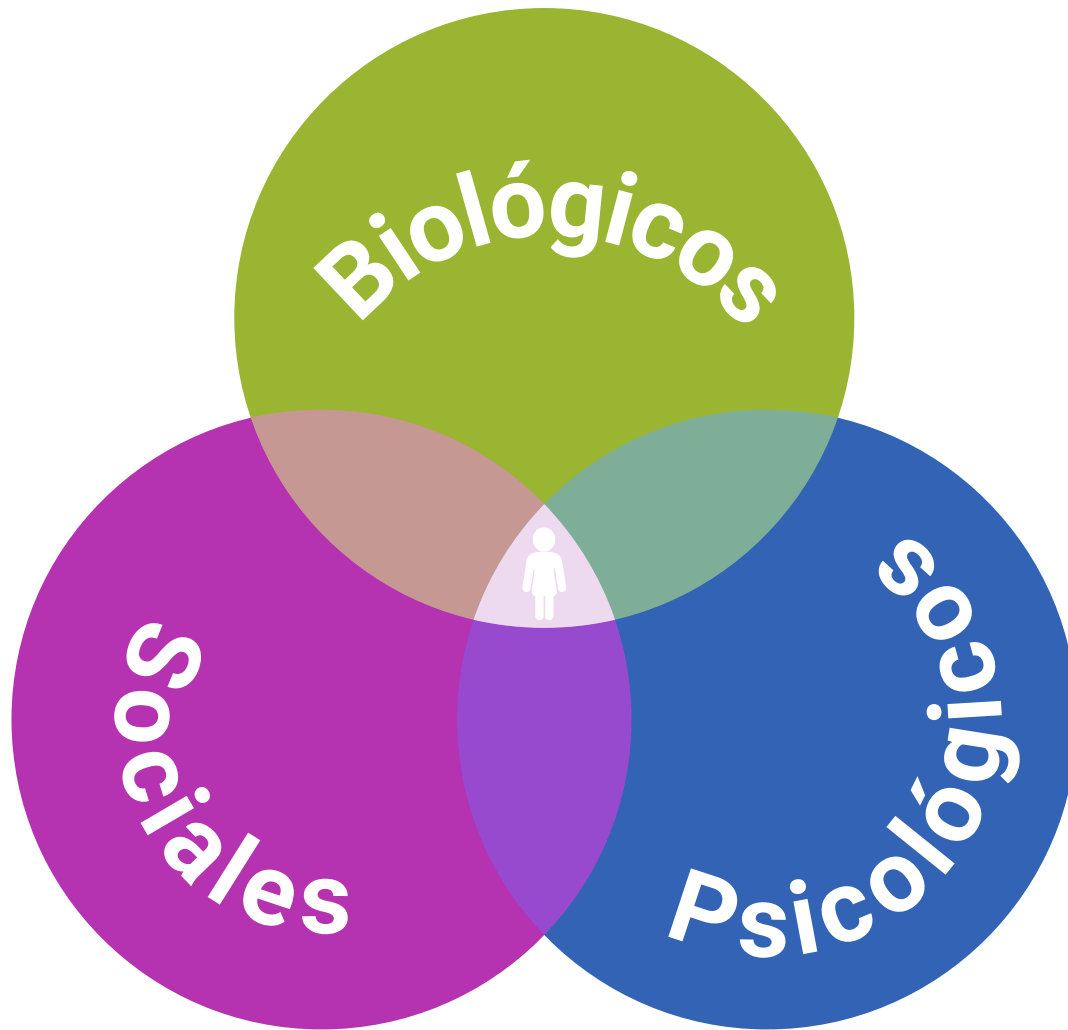
Fuentes:

CONADIC. (2019-2024). Guía breve para la implementación del enfoque de reducción de riesgos y daños con usuarios de drogas. Obtenido de [www.gob.mx](https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/558463/Gu_a_breve_Reducci_n_del_Da_o.pdf): https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/558463/Gu_a_breve_Reducci_n_del_Da_o.pdf



MÓDULO 4 | **Reducción de riesgos y daños/enfoque comunitario**





La salud mental es **un estado de completo bienestar físico, mental y social**, y no solo la ausencia de afecciones o enfermedades.

Algunas **recomendaciones básicas para lograr la salud mental** es escuchar, sentir y entender las emociones, mantener un estilo de vida saludable, se amable con uno mismo, reconocer cuando se requiera ayuda y por último hacer actividades recreativas que nos gusten y hagan feliz.

La salud mental tiene beneficios como una buena salud física, y rápida recuperación de enfermedades físicas, relaciones de calidad con las personas del entorno así como un estado de bienestar constante, proyectos para el futuro y una **mejor calidad de vida de los individuos**.

Fuentes:

OMS. (Rev.2025). La OMS mantiene su firme compromiso con los principios establecidos en el preámbulo de la Constitución. Obtenido de <https://www.who.int/es/about/governance/constitution>

IMSS. (s.f.). Salud Mental. Obtenido de [imss.gob.mx](https://imss.gob.mx/salud-en-linea/salud-mental): <https://imss.gob.mx/salud-en-linea/salud-mental>

Unicef. (s.f.). Cómo cuidar tu salud mental Consejos para las y los adolescentes. Obtenido de [www.unicef.org](https://www.unicef.org/mexico/como-cuidar-tu-salud-mental): <https://www.unicef.org/mexico/como-cuidar-tu-salud-mental>