



## Orientación 1°A-2°A\_3°A-4°A\_4°B.

### “Proyecto: Mes para cuidarnos juntos”

#### SEMANA 25

Querido/a alumno/a: Antes de iniciar la actividad deseo que te encuentres muy bien junto a tu familia, que sea una excelente semana y que pronto podamos vernos sanos y salvos en el liceo.

Con esta actividad se pretende lograr concientizar y prevenir el consumo de drogas y/o alcohol.

#### PROTOCOLO DE ACTUACIÓN Y DENUNCIA ANTE CASOS DE CONSUMO O TRÁFICO DE DROGAS Y/O ALCOHOL

La Organización Mundial de la Salud define la droga como toda sustancia que, introducida en el organismo, puede modificar una o más funciones de éste, generando dependencia por modificaciones y por otras reacciones que incitan a tomar la sustancia o sustancias de un modo continuado.





## TIPOS DE DROGAS

Droga se refiere a toda sustancia natural o sintética, que al ingresar al organismo produce de algún modo una alteración del natural funcionamiento del sistema nervioso central, pudiendo crear dependencia psicológica y/o física.

- ) **Alcohol:** El consumo excesivo de alcohol puede provocar graves trastornos físicos, psicológicos y del comportamiento. El riesgo de padecerlos es mayor cuando el uso se inicia en la adolescencia.
- ) **Marihuana:** Tiene efectos negativos en la capacidad de atención, memoria y aprendizaje. Puede producir reacciones agudas de ansiedad. El uso frecuente puede llevar a la adicción.
- ) **Cocaína:** Altera el ritmo cardíaco y la presión sanguínea. Puede causar episodios de euforia, angustia y descontrol, afectar el sueño y el apetito. Puede ocasionar afecciones a las vías respiratorias.
- ) **Pasta Base:** Inicialmente provoca episodios de euforia y luego un estado depresivo, caracterizado por angustia, malestar físico y emocional. Su uso puede originar daño neurológico progresivo y una baja de peso significativa.
- ) **Psicofármacos:** Sustancias químicas que actúan sobre el sistema nervioso central y que se usan para tratamiento de trastornos de la salud mental. Cuando las personas se automedican, pueden provocar trastornos del sueño, irritabilidad, crisis de pánico, depresiones.
- ) **Inhalables:** Su uso es tóxico para el organismo y puede provocar daño permanente en el sistema nervioso central. Su consumo puede generar dependencia física o psíquica.

## SEÑALES DE ALERTA

Existen algunas señales que pueden estar vinculadas al uso de drogas y que pueden manifestarse en ciertos cambios en la vida cotidiana, como:

- ) En el estado de ánimo (irritabilidad o depresión).
- ) En las rutinas diarias (disminución de la comunicación verbal y afectiva, cambios bruscos de humor, trastornos del sueño).
- ) En el aspecto físico (pérdida de peso o apetito excesivo, deterioro del aseo personal).
  
- ) En el desempeño laboral o educacional (baja en el rendimiento, deserción, mayor ausentismo).
- ) En las relaciones familiares y sociales (aislamiento, cambios en los grupos de amistades).
- ) En la conducta (desmotivación para realizar actividades, interés por permanecer más tiempo solo).

Estas señales por sí solas no indican necesariamente compromiso con las drogas, sino que se debe prestar atención cuando se dan en conjunto.



## REDES DE APOYO

Conversar sobre los riesgos del consumo es clave para buscar apoyo en conjunto:

1. SENDA
2. SENDA PREVIENE
3. CENTRO LAYANTÚ (FUNDACIÓN LEÓN BLOY)
4. ONG CASA DE ACOGIDA LA ESPERANZA
5. CRS LA BRÚJULA
6. COMUNIDAD TERAPEÚTICA EL RUCO
7. CENTRO TERAPEÚTICO CANTARES
8. COMUNIDAD TERAPEÚTICA ELELLA
9. PROGRAMA AMBULATORIO INTENSIVO (PAI ACJ)
10. PROGRAMA AMBULATORIO INTENSIVO (PAI AGORA)
11. PROGRAMA AMBULATORIO INTENSIVO (PAI RIVIERA)

¿Cómo funciona una adicción?

Te invito a ver el siguiente video:

[https://www.youtube.com/watch?v=A46Bw\\_h4zP8](https://www.youtube.com/watch?v=A46Bw_h4zP8)

**Observación:** Puedes aclarar tus dudas y enviar la actividad resuelta de la forma que más te acomode, vía WhatsApp al +56942506048 o al correo electrónico [orienta.lsct@gmail.com](mailto:orienta.lsct@gmail.com)

*Orientadora*

*María José Gutiérrez V.*