



GOBIERNO DE  
**MÉXICO**

**SALUD**

SECRETARÍA DE SALUD

**CONADIC**

COMISIÓN NACIONAL CONTRA  
LAS ADICCIONES

**Sesión informativa y de  
sensibilización sobre  
prevención del  
consumo de  
metanfetaminas:**

**Carta Descriptiva  
para el Facilitador**

**Marzo 2020**



## Directorio

**Dr. Jorge Alcocer Varela**

Secretario de Salud

**Dr. Gady Zabicky Sirot**

Comisionado Nacional contra las Adicciones

**Dr. Jorge Julio González Olvera**

Director General

**Lic. Arístides Bautista Bautista**

Director de Comunicación Educativa

**Lic. Monserrat Lovaco Sánchez**

Directora de Coordinación de Estrategias

**Mtra. Nadia Robles Soto**

Directora de Coordinación de Programas Nacionales

**Lic. Alejandra Rubio Patiño**

Directora de Cooperación Internacional

**Mtro. Arturo Sabines Torres**

Director de la Oficina Nacional para el Control del Tabaco

**Lic. Evangelina Tapia Pérez**

Directora de Estrategia y Procesos

## Coordinación Ejecutiva

- Mtra. Nadia Robles Soto

## Coordinación Técnica

- Lic. Everardo Legaspi Escobedo

## Desarrollador

- Lic. María Guadalupe Gutiérrez Castelán

## Sesión Informativa y de Sensibilización sobre Metanfetaminas:

### Carta Descriptiva para el Facilitador

Primera edición: Marzo 2020

D.R. © Secretaría de Salud.

Comisión Nacional contra las Adicciones

ISBN:

Av. Marina Nacional 60 piso 4, Col. Tacuba,  
Alcaldía Miguel Hidalgo, C.P. 11410 Ciudad de México,

[www.gob.mx/salud](http://www.gob.mx/salud)

[www.gob.mx/salud/conadic](http://www.gob.mx/salud/conadic)

Reservados todos los derechos. Se autoriza la reproducción parcial o total de la información contenida en esta publicación, siempre y cuando se cite la fuente.

“Este programa es público, ajeno a cualquier partido político. Queda prohibido el uso para fines distintos a los establecidos en el programa”.

## Índice

Introducción .....	5
Desarrollo de la sesión: Prevención del consumo de metanfetaminas.....	6
Bienvenida y Presentación.....	9
Encuadre y Objetivo.....	10
Pre evaluación .....	11
Tema 1. ¿Qué es la metanfetamina?.....	12
Tema 2. Mitos sobre la Metanfetamina.....	14
Tema 3. Como actúa la metanfetamina en el cerebro y el cuerpo. ....	15
Tema 4. ¿Los adolescentes consumen metanfetamina? .....	19
Tema 5. Factores de riesgo .....	20
Tema 6. ¿Qué puedo hacer para evitar el consumo? .....	21
Tema 7. ¿Dónde pueden ayudar a una persona que tiene problemas de salud por consumo de metanfetamina? .....	22
Post evaluación y Cierre .....	23
Referencias .....	24
Anexo I. Instrumento de Evaluación (pre-post).....	26

## *Introducción*

En el marco de las acciones preventivas 2020, la Comisión Nacional contra las Adicciones, sensible a que el consumo de metanfetaminas va en aumento y que la demanda de tratamiento de metanfetamina como droga de impacto ha crecido, se reconoce la necesidad de contar con acciones focalizadas hacia la prevención del consumo de esta sustancia. En este contexto y como parte de las metas para realizar sesiones preventivas del consumo de metanfetaminas dirigidas a población infantil y adolescente en contextos primordialmente escolares, se ha diseñado este material de apoyo para los profesionales de la salud o promotores, con una propuesta de carta descriptiva, dinámicas de integración y de reforzamiento de conocimientos, fichas técnicas y breves evaluaciones de conocimientos.

Esperamos que este material sea de utilidad y sirva como referencia de consulta para la planeación de sesiones preventivas.

## Desarrollo de la sesión: Prevención del consumo de metanfetaminas

### Carta Descriptiva

<p><b>Objetivo General:</b> Proporcionar información objetiva sobre las características y consecuencias del consumo de metanfetaminas en adolescentes, con el fin de incrementar sus conocimientos sobre el tema.</p>	<p>Población Objetivo: mujeres y hombres con edades de 12 a 17 años.</p>
<p><b>Personal que lo imparte:</b> Profesionales del equipo de las Unidades de Especialidades Médicas-Centros de Atención Primaria de las Adicciones (UNEME-CAPA).</p>	<p>Lugar: Instalaciones de la Institución educativa.</p> <p>Duración: 120 minutos.</p>
<p><b>Requerimientos mínimos:</b> Salón de usos múltiples, ventilado e iluminado, sillas suficientes, Laptop, proyector, rotafolio, hojas para rotafolio.</p>	

Tema	Subtema	Objetivo	Técnica	Material	Tiempo
Bienvenida / Presentación	Bienvenida por parte de la facilitadora o el facilitador. Presentación de las y los participantes.	Dar la bienvenida y presentarse ante el grupo a fin de promover la integración y generar un ambiente de confianza.	Exposición participativa  Dinámica de presentación	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Laptop</li> <li>• Proyector</li> <li>• Tarjetas</li> <li>• Plumones de colores</li> </ul>	10'
Encuadre y Objetivo	Encuadre  Objetivo	<p>Explicar las reglas de convivencia que serán aplicadas durante la sesión.</p> <p>Describir el objetivo de la sesión, a fin de que los participantes conozcan y valoren lo que se pretende alcanzar al finalizar la actividad.</p>	Exposición participativa	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Laptop</li> <li>• Proyector</li> <li>• Rotafolio</li> <li>• Hojas de rotafolio</li> </ul>	5'
Pre evaluación	Conceptos generales sobre la metanfetamina	Evaluar conocimientos generales sobre la metanfetamina, efectos y riesgos asociados al consumo.	Aplicación de la evaluación	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Laptop</li> <li>• Proyector</li> <li>• Cuestionario de Pre-evaluación</li> <li>• Lápices</li> </ul>	15'
1. ¿Qué es la metanfetamina?	Definición	Explicar las características de la metanfetamina.	Lluvia de ideas  Exposición participativa	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Laptop</li> <li>• Proyector</li> <li>• Rotafolio</li> <li>• Hojas de rotafolio</li> <li>• Plumones de colores</li> </ul>	10'

Tema	Subtema	Objetivo	Técnica	Material	Tiempo
2. Mitos sobre la Metanfetamina	Conceptos generales	Identificar los mitos sobre la metanfetamina para evitar su consumo.	Exposición participativa	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Laptop</li> <li>• Proyector</li> <li>• Rotafolio</li> <li>• Hojas de rotafolio</li> <li>• Plumones de colores</li> </ul>	10'
3. Cómo actúa la metanfetamina en el cerebro y el cuerpo	Daños y consecuencias Situaciones que requieren atención médica	Identificar los efectos, así como los daños y consecuencias que produce el consumo de metanfetamina.	Exposición participativa  Lluvia de ideas	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Laptop</li> <li>• Proyector</li> <li>• Rotafolio</li> <li>• Hojas de rotafolio</li> <li>• Plumones de colores</li> </ul>	10'
4. ¿Los adolescentes consumen metanfetamina?	Datos estadísticos	Dar a conocer información de la demanda de tratamiento entre los adolescentes de 12 a 17 años a nivel nacional.	Exposición participativa	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Laptop</li> <li>• Proyector</li> <li>• Rotafolio</li> <li>• Hojas para rotafolio</li> <li>• Plumones de colores</li> </ul>	5'
5. Factores de riesgo	Factores de riesgo  Factores de Protección	Identificar los factores de riesgo para prevenir el consumo de la metanfetamina.	Exposición participativa	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Laptop</li> <li>• Proyector</li> <li>• Rotafolio</li> <li>• Hojas para rotafolio</li> <li>Plumones de colores</li> </ul>	5'
6. ¿Qué puedo hacer para evitar el consumo?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aprender a decir No</li> <li>• Actividades de ocio saludables</li> <li>• Analizar ventajas de no consumir</li> <li>• Reunirse con amigos que no consumen</li> <li>• Aprender a controlar las emociones</li> <li>• Aprender a afrontar mis problemas</li> <li>• Habilidades de comunicación</li> </ul>	Explorar las estrategias que permiten a las y los adolescentes prevenir el consumo de drogas	Exposición participativa	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Laptop</li> <li>• Proyector</li> <li>• Rotafolio</li> <li>• Hojas para rotafolio</li> <li>• Plumones de colores</li> </ul>	20'
7. ¿Dónde pueden ayudar a una persona que tiene problemas de salud por consumo de metanfetaminas?	Descripción de características y alcance de estrategias preventivas: consejo breve, intervención breve	Identificar los servicios disponibles para la prevención y la atención de problemas por consumo de éxtasis o cristal.	Exposición participativa	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Laptop</li> <li>• Proyector</li> <li>• Rotafolio</li> <li>• Hojas de rotafolio</li> <li>• Plumones de colores</li> </ul>	10'

Tema	Subtema	Objetivo	Técnica	Material	Tiempo
8. Sitios web de interés con información científica	Sitios Webs con información de interés	Identificar páginas disponibles con información científica, para consulta.	Exposición participativa	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Laptop</li> <li>• Proyector</li> </ul>	5'
9. Post evaluación	Conceptos generales sobre la metanfetamina	Medir cambios en los conocimientos generales sobre metanfetamina, efectos y riesgos al finalizar la sesión.	Aplicación de la evaluación	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Laptop</li> <li>• Proyector</li> <li>• Cuestionario de Post-evaluación,</li> <li>• Lápices</li> </ul>	15'
10. Cierre	Conclusiones	Resumir los aprendizajes adquiridos	Exposición participativa		5'



## Bienvenida y Presentación

Objetivo	Técnica	Material	Tiempo
Dar la bienvenida y presentarse ante el grupo, así como promover la integración de las y los participantes para identificarse mutuamente durante la sesión.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Exposición</li> <li>• Dinámica de Presentación: Por cualidades</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Laptop</li> <li>• Proyector</li> <li>• Rotafolio</li> <li>• Plumones de colores</li> <li>• Tarjetas</li> </ul>	10'

La facilitadora o el facilitador se presenta y da la bienvenida a las y los adolescentes que participarán en la sesión. Durante la presentación se aprovecha para realizar una dinámica de rapport.


Recuerda que dar la bienvenida es un momento clave para crear un ambiente positivo, propiciar el aprendizaje y promover con ello el sentido de pertenencia.

A continuación, se describe un ejemplo:

POR CUALIDADES

**Objetivo:** Romper el hielo, conocer y resaltar las cualidades de sus compañeros.

- Indica que se irán presentando de derecha a izquierda, la persona que inicie dirá su nombre y resaltará una cualidad (positiva) de su compañera /compañero de la derecha y así sucesivamente se irán presentando hasta concluir; el último participante resaltará una cualidad de la compañera o compañero que inició.
- Para finalizar, la facilitadora/facilitador destacará dentro del grupo qué tan propensos somos a ver el lado positivo de los demás.



The word cloud contains the following adjectives: tolerante, capaz, generoso, tenaz, paciente, honesto, puntual, fuerte, sereno, alegre, fiel, valiente, inteligente, participativo, respetuoso, y bondadoso.

Se sugiere entregar a cada participante una etiqueta con su nombre para ayudar a motivar su participación de manera personalizada.

## Encuadre y Objetivo

Objetivo	Técnica	Material	Tiempo
Explicar las reglas de convivencia que se mantendrán durante la sesión  Mencionar el objetivo, a fin de que los participantes identifiquen lo que se pretende lograr al finalizar la actividad.	Exposición participativa	<ul style="list-style-type: none"><li>• Laptop</li><li>• Proyector</li><li>• Rotafolio</li><li>• Hojas de rotafolio</li></ul>	5'

### Encuadre

Explica a las y los participantes que la sesión tendrá una duración de dos horas en total, por lo que se enfatiza que deberán escuchar y respetar las opiniones de todos, así mismo se solicita que mantengan en modo silencio los teléfonos celulares, para evitar distracciones durante el tiempo que dure la sesión.

### Objetivo

Apóyate de la pregunta **¿Ya saben para qué estamos aquí reunidos?**, procura que un par de personas opinen y luego puntualiza el objetivo:

“Vamos a conversar sobre un cierto tipo de droga llamada metanfetamina, explicar qué es esta droga y cuáles son las consecuencias de su consumo, con base en información científica”.

Contesta sus dudas utilizando un lenguaje que sea comprensible para todos los integrantes, considerando que más adelante profundizarás en el tema.

### Pre evaluación

Objetivo	Técnica	Material	Tiempo
Evaluar conocimientos generales sobre la metanfetamina, efectos y riesgos asociados a su consumo.	Aplicación de evaluación escrita	<ul style="list-style-type: none"><li>• Laptop</li><li>• Proyector</li><li>• Cuestionario de Pre-evaluación</li><li>• Lápices</li></ul>	15'

Antes de dar inicio con la sesión, se lleva a cabo una evaluación inicial sobre los conocimientos de las y los participantes acerca de la metanfetamina (el cuestionario lo encontraras en la Anexo I. Instrumento de Evaluación).

Es importante que expliques a las y los adolescentes que la evaluación tiene el propósito de asegurar que su participación en la sesión sea de utilidad y sus respuestas en el cuestionario serán estrictamente confidenciales.

Si observas que no quedan claras las preguntas, trata de darles ejemplos. Recuerda a las y los participantes que los temas serán abordados durante la sesión.

La información obtenida será de gran utilidad para compararla con los resultados de la aplicación del cuestionario después de tu intervención y observar si se logra el objetivo de la sesión. Asimismo, se podrán identificar áreas de oportunidad para el desarrollo de futuras sesiones y/o talleres.



<a href="http://www.freepik.com">Designed by  
masonite/freepik.com

## Tema 1. ¿Qué es la metanfetamina?

Facilitadora/facilitador: Recuerda que a partir de este momento además de compartir conocimientos, tendrás que fomentar una participación constante de todas y todos los asistentes, además de respetar el tiempo destinado a cada tema.

Objetivo	Técnica	Material	Tiempo
Explicar las características de la metanfetamina.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Exposición participativa</li> <li>• Lluvia de ideas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Laptop</li> <li>• Proyector</li> <li>• Rotafolio</li> <li>• Hojas para rotafolio</li> <li>• Plumones de colores</li> </ul>	10'

Para iniciar genera una lluvia de ideas en torno a la pregunta **¿Qué saben acerca de la metanfetamina?** Anota en el rotafolio las ideas principales y resume las respuestas obtenidas, en seguida apóyate de la presentación de PowerPoint.

La metanfetamina es un estimulante poderoso y sumamente adictivo que afecta al sistema nervioso central; al principio puede producir una sensación placentera y/o euforia, pero después puede volverse un serio problema de salud con severas consecuencias físicas, familiares y sociales.

Para mayor información de este tema, consulta la Ficha técnica No. 1: ¿Qué es la metanfetamina?

Resume brevemente el tema que acaban de revisar, vinculando la actividad con su objetivo.

### Ficha Técnica No.1. ¿Qué es la Metanfetamina?

De acuerdo al Instituto Nacional sobre el Abuso de Drogas (NIDA), la metanfetamina —conocida como meta o “meth”— es una droga estimulante muy adictiva. Los estimulantes son un tipo de drogas que pueden elevar el estado de ánimo, aumentar la sensación de bienestar y la energía y hacer que la persona se sienta más alerta. También llega a provocar otros efectos peligrosos, como el aumento de la presión arterial y la frecuencia cardíaca, **y su consumo puede causar adicción.**



El aspecto de la metanfetamina es de un polvo artificial, color blanco y se caracteriza por tener un sabor amargo. A veces se presenta en forma de píldoras blancas o como una roca brillante, blanca o transparente llamada cristal.

La metanfetamina pueden ser ingerida aspirada, fumada o inyectada. Cuando se fuma o inyecta, la droga llega muy rápidamente al cerebro, produciendo un high (o climax) inmediato e intenso. Como la sensación no dura mucho tiempo, las personas a menudo toman la droga una y otra vez, en una modalidad que se conoce como “atracción y derrumbe” (binge and crash).

La mayor parte de las metanfetaminas se fabrican en laboratorios dotados de grandes equipos, pero a veces también se emplean laboratorios caseros en donde se mezclan sustancias

químicas, por medio de recetas sencillas. Los laboratorios de metanfetamina pueden ser peligrosos porque, las sustancias que se utilizan pueden generar gases tóxicos y producir explosiones, lo que resulta en intoxicaciones o quemaduras severas.

Fuente: National Institute on Drug for Teens (NIDA FOR TEENS), (2017). Metanfetamina (meta). ¿Qué es la metanfetamina (meta)? Recuperado de: <https://teens.drugabuse.gov/es/datos-sobre-las-drogas/metanfetamina>

National Institute on Drug Abuse; Institutos Nacionales de la Salud; Departamento de Salud y Servicios Humanos de Estados Unidos (2019). Mind matters. La respuesta del cuerpo a la metanfetamina. Recuperado de: <https://teens.drugabuse.gov/teachers/mind-matters-espanol/metanfetamina>

## Tema 2. Mitos sobre la Metanfetamina

Objetivo	Técnica	Material	Tiempo
Identificar los mitos sobre la metanfetamina con el fin de evitar su consumo.	<ul style="list-style-type: none"><li>• Exposición participativa</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Laptop</li><li>• Proyector</li><li>• Rotafolio</li><li>• Hojas para rotafolio</li><li>• Plumones de colores</li></ul>	10'

A continuación, debate con el grupo acerca de los mitos sobre la metanfetamina que aparecen en la presentación de PowerPoint.

Asegúrate de que la participación de las y los adolescentes sea respetuosa en todo momento.

Trata de hacer énfasis en que más allá de los mitos o creencias generalizadas sobre los efectos de las drogas, existen muchos estudios científicos y evidencias clínicas que demuestran que el consumo de esta sustancia realmente ocasiona daños a la salud, además de que se desarrolla tolerancia y dependencia.

Aprovecha la discusión para afirmar que **cualquier consumo de drogas entre las personas menores de edad es realmente nocivo para su salud y su desarrollo integral**, por lo que es mejor estar bien informado antes de tomar cualquier decisión al respecto.

Resume brevemente el tema que acaban de revisar, vinculando la actividad con su objetivo.

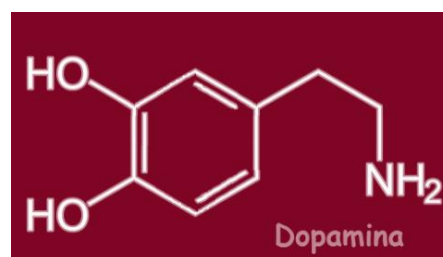
### Tema 3. Como actúa la metanfetamina en el cerebro y el cuerpo.

Objetivo	Técnica	Material	Tiempo
Identificar los efectos, así como los daños y consecuencias que produce el consumo de metanfetamina.	<ul style="list-style-type: none"><li>• Exposición participativa</li><li>• Lluvia de ideas</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Laptop</li><li>• Proyector</li><li>• Rotafolio</li><li>• Hojas para rotafolio</li><li>• Plumones de colores</li></ul>	10'

A través de lluvia de ideas solicita al grupo que comenten qué consecuencias a la salud, personales y/o familiares pueden presentarse por el consumo de la metanfetamina. Motiva la participación de todas y todos, así como una escucha activa y respetuosa. Anota en el rotafolio las ideas y/o las experiencias personales que las y los participantes vayan aportando.

Enseguida y con el apoyo de la presentación de PowerPoint, explica los efectos a corto y largo plazo por el consumo de metanfetamina y enfatiza que:

La metanfetamina crea más cantidad de dopamina en el cerebro. Estas grandes cantidades de dopamina pueden cambiar la manera en que funciona el cerebro y hacer que la persona busque la droga una y otra vez.



Para más información de este tema, consulta la Ficha Técnica No. 2. ¿Cómo actúa la metanfetamina en el cerebro y el cuerpo? y Ficha Técnica No. 3. Otras consecuencias

Continúa explicando acerca de los signos o síntomas que pueden presentarse en las personas que consumen metanfetamina que requieren atención inmediata para su atención. Estos signos o síntomas dependerán de la cantidad y de la forma en que se consuma la droga.

Reafirma a las y los participantes la importancia de contar con información verídica sobre los efectos y las consecuencias del consumo de drogas en su desarrollo físico, emocional y social, ya que la información es una herramienta valiosa para tomar decisiones, informadas y razonadas que les ayudarán a cuidar su salud, así como evitar riesgos y prevenir el uso de cualquier sustancia psicoactiva.

Resume brevemente el tema que acaban de revisar, vinculando la actividad con su objetivo.

### ¿Qué pasa en tu cerebro cuando consumes metanfetamina?

“El cerebro es el órgano que nos permite pensar, respirar, hablar, sentir y movernos”. Es cerca de un kilogramo y medio de materia blanca y gris, dentro del cerebro lo que opera como “centro de control” personal.

El cerebro está integrado por diversas estructuras que operan de manera conjunta; cada una de éstas tiene una función específica.

Cuando las drogas llegan al cerebro, interfieren con su procesamiento normal y a largo plazo pueden producir cambios que afectan su buen funcionamiento. Con el tiempo, el consumo repetido de drogas se puede desarrollar una adicción, que es una enfermedad del cerebro que hace que la persona no pueda dejar de consumir aun cuando lo intente y desee hacerlo, incluso después de haber sufrido graves consecuencias en su salud y en otros aspectos de su vida.

La metanfetamina genera una gran liberación del neurotransmisor dopamina en el cerebro, lo que produce grandes sensaciones de placer a las que a veces se le ha llamado “rush” o “flash”. Es importante resaltar que la dopamina está presente en la vida de todas las personas, debido a que ésta sustancia es producida de forma natural en el cerebro. Ésta se produce en el llamado sistema del placer o de recompensa y es secretada cuando se realizan actividades placenteras como escuchar música, jugar juegos de video, comer o tener relaciones sexuales.

Sin embargo, respecto a la metanfetamina, es importante indicar que la cantidad de dopamina que se produce al consumirla es superior en gran medida, debido a que se inunda el cerebro, lo cual provoca cambios en el cerebro que, a la postre provoca que se desarrolle tolerancia y dependencia, además de dañar al cerebro. Esos cambios debidos al uso regular de metanfetamina ocurren a nivel químico y molecular; la actividad del sistema de dopamina se modifica, lo que causa problemas para sentir placer, moverse y pensar.

### ¿Qué pasa en tu cuerpo cuando consumes metanfetamina?

La liberación de dopamina en el cerebro causa varios efectos físicos que son similares a los que causan otros estimulantes, como la cocaína. Algunos de esos efectos son:

- Sentirse muy despierto y activo.
- Aumento de la frecuencia cardíaca y latido irregular del corazón.
- Aumento de la presión arterial.

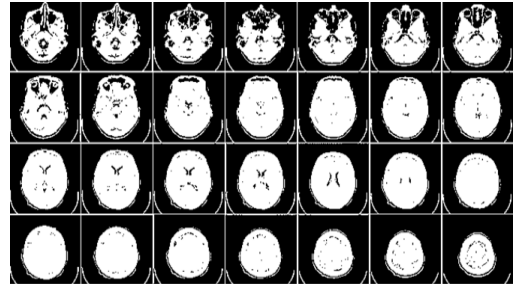


Image by <a href="https://pixabay.com/users/Wikimages-1897/?utm\_source=link-attribution&utm\_medium=referral&utm\_campaign=image&utm\_content=62942">Wikimages</a> from <a href="https://pixabay.com/?utm\_source=link-attribution&utm\_medium=referral&utm\_campaign=image&utm\_content=62942">Pixabay</a>



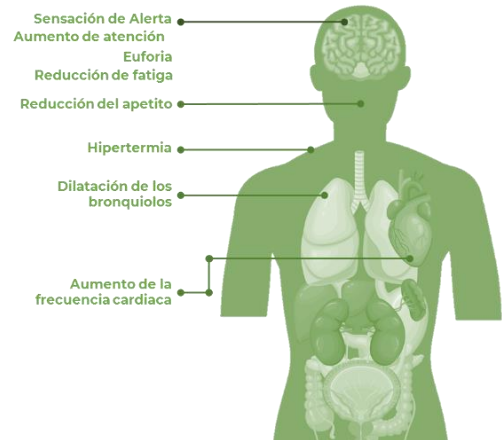
## “¿Qué pasa en tu cuerpo cuando consumes metanfetamina?”

### Efectos a corto plazo

La liberación de dopamina en el cerebro causa varios efectos físicos que son similares a los que causan otros estimulantes, como la cocaína. Algunos de esos efectos son:

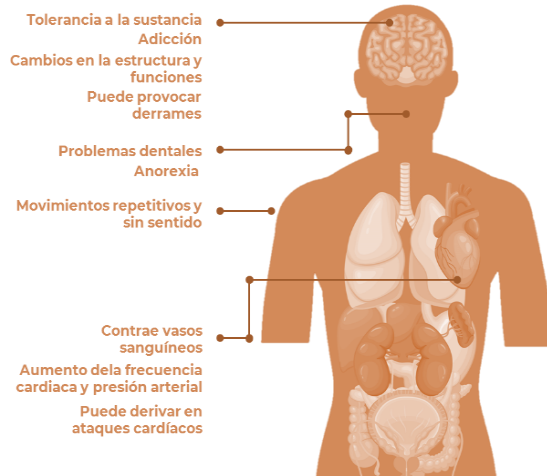
- Sentirse muy despierto y activo.
- Aumento de la frecuencia cardíaca y latido irregular del corazón.
- Aumento de la presión arterial.
- Aumento de la temperatura corporal.
- Mayor riesgo de VIH/SIDA o Hepatitis C por actividad sexual de riesgo o por compartir agujas.

### Metanfetaminas: Efectos a corto plazo



### Efectos a largo plazo

#### Metanfetaminas: Efectos a largo plazo



El consumo continuado de metanfetamina puede causar efectos que duran mucho tiempo, aun después de que la persona deja de consumir la droga. Estos efectos incluyen:

- Ansiedad y confusión.
- Problemas para dormir.
- Cambios en el estado de ánimo.
- Comportamiento violento.
- Psicosis (oír, ver o sentir cosas que no existen).
- Lesiones en la piel ocasionadas al rascarse.
- Pérdida marcada de peso.
- Problemas para pensar, emocionarse y recordar cosas.

Fuente: National Institute on Drug for Teens (NIDA FOR TEENS), (2017). ¿Qué pasa en tu cerebro cuando consumes metanfetamina? Recuperado en <https://teens.drugabuse.gov/es/datos-sobre-las-drogas/metanfetamina>

National Institute on Drug for Teens (NIDA FOR TEENS), (2014). Datos sobre las drogas. Cerebro y la adicción. Recuperado de: <https://teens.drugabuse.gov/es/datos-sobre-las-drogas/cerebro-y-la-adiccion>

National Institute on Drug for Teens (NIDA FOR TEENS), (2017). ¿Qué pasa en tu cuerpo cuando consumes metanfetamina? Recuperado de: <https://teens.drugabuse.gov/es/datos-sobre-las-drogas/metanfetamina>

Instituto Mexicano para la Competitividad, (2014). Manual de referencia sobre política de drogas. Recuperado de: [https://imco.org.mx/wp-content/uploads/2014/04/20140415\\_PDF\\_Manual-de-referencia-sobre-politica-de-drogas.pdf](https://imco.org.mx/wp-content/uploads/2014/04/20140415_PDF_Manual-de-referencia-sobre-politica-de-drogas.pdf)

### Ficha Técnica No. 3 Otras Consecuencias

La Organización Mundial de la Salud (OMS), define a la adolescencia “como el periodo de crecimiento y desarrollo humano que se produce después de la niñez y antes de la edad adulta”.

En esta etapa las y los adolescentes desencadenan una serie de cambios en su personalidad, comportamiento, adaptación o conductas, que más allá de su maduración física, constituyen un período de riesgo a nivel individual, familiar y social que pueden favorecer el consumo de sustancias psicoactivas.

Algunas de las señales que influyen como riesgos para el consumo de drogas son:

- Rendimiento y abandono de los estudios
- Faltas al deber y problemas de disciplina
- Desobedecer las reglas
- Apatía
- Cambios repentinos de humor
- Actitud negativa
- Poco amor propio o autoestima
- Amigos o pares envueltos en consumo de tabaco, alcohol y drogas
- Cambio drástico en el vestir y apariencia
- Problemas con la ley
- Retraerse o dejar de comunicarse con la familia,
- Actitud pro consumo,
- Cambios en el carácter
- Pocas actividades extraescolares
- Débil o nula comunicación con los padres
- Violencia
- Relaciones sexuales no planificadas y arriesgadas
- Depresión o suicidio
- Déficit motivacional

Aunque es importante señalar que no necesariamente estas señales y o comportamientos pueden indicar problemas de consumo, sino que pueden deberse a situaciones tipo emocional.

Fuente: Organización Mundial de la Salud (OMS) (2020). Desarrollo en la adolescencia. Un periodo de transición de crucial importancia. Recuperado de: [https://www.who.int/maternal\\_child\\_adolescent/topics/adolescence/dev/es/](https://www.who.int/maternal_child_adolescent/topics/adolescence/dev/es/)

AMERICAN ACADEMY OF CHILD E ADOLESCENT PSYCHIATRY (2015). Los Adolescentes: el Alcohol y Otras Drogas. Recuperado de: [https://www.aacap.org/AACAP/Families\\_and\\_Youth/Facts\\_for\\_Families/FFF-Spanish/Los-Adolescentes-el-Alcohol-y-Otras-Drogas-003.aspx](https://www.aacap.org/AACAP/Families_and_Youth/Facts_for_Families/FFF-Spanish/Los-Adolescentes-el-Alcohol-y-Otras-Drogas-003.aspx)

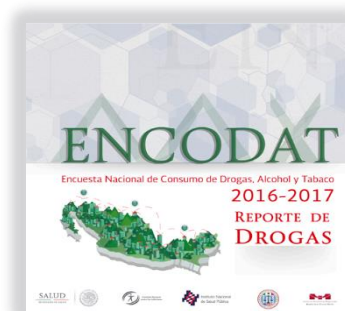
UNODC, (2013). Abuso de drogas en adolescentes y jóvenes y vulnerabilidad familiar. Recuperado de: [https://www.unodc.org/documents/peruandecuador/Publicaciones/Publicaciones2014/LIBRO\\_ADOLESCENTES\\_SPAs\\_UNODC\\_CEDRO.pdf](https://www.unodc.org/documents/peruandecuador/Publicaciones/Publicaciones2014/LIBRO_ADOLESCENTES_SPAs_UNODC_CEDRO.pdf)

#### Tema 4. ¿Los adolescentes consumen metanfetamina?

Objetivo	Técnica	Material	Tiempo
Dar a conocer la demanda de tratamiento entre los adolescentes de 12 a 17 años a nivel nacional.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Exposición participativa</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Laptop</li> <li>Proyector</li> <li>Rotafolio</li> <li>Hojas para rotafolio</li> <li>Plumones de colores</li> </ul>	10'

Explica como antecedente que, en el Contexto Internacional después de la cannabis, los estimulantes de tipo anfetamínico son las drogas que más se consumen en todo el mundo, con niveles de consumo que a menudo superan los de la heroína y la cocaína (GLOBAL SMART, 2018).

Mientras que en el Contexto Nacional de acuerdo a la última Encuesta Nacional de Consumo de Drogas, 2016-2017 (ENCODAT), la prevalencia de consumo de estimulantes de tipo anfetamínico entre adolescentes de 12 a 17 años alguna vez en la vida fue de 0.6% (0.4% hombres y 0.8% mujeres). Mientras que en el último año fue de 0.2% (0.2% en hombres y 0.3% en mujeres) respectivamente.



Enseguida, apóyate de la presentación de PowerPoint y explica la información correspondiente a la Demanda de Tratamiento por consumo de metanfetaminas en 2018, en Centros No Gubernamentales, Centros de Integración Juvenil y los Centros de Atención Primaria en Adicciones entre los adolescentes de 12 a 17 años.



Resume brevemente el tema que acaban de revisar, vinculando la actividad con su objetivo.

## Tema 5. Factores de riesgo

Objetivo	Técnica	Material	Tiempo
Identificar sobre los factores de riesgo para prevenir el consumo de la metanfetamina	<ul style="list-style-type: none"><li>• Exposición participativa</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Laptop</li><li>• Proyector</li><li>• Rotafolio</li><li>• Hojas para rotafolio</li><li>• Plumones de colores</li></ul>	10'

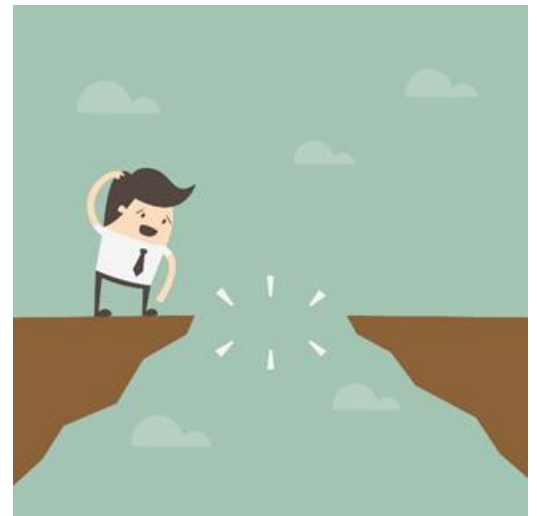
Inicia el tema explicando la importancia de identificar aquellos factores de riesgo que pueden favorecer que una persona consuma drogas.

Menciona que un factor de riesgo es una característica, condición o comportamiento que aumenta la probabilidad de que una persona inicie el consumo de cualquier sustancias psicoactiva, provocando con ello una serie de comportamientos negativos a nivel individual, familiar y social.

Es importante resaltar que algunas personas no se inician en el consumo a pesar de presentar factores de riesgo, o si acaso lo hacen, no todos desarrollan una dependencia (NIDA, 2004).

Enseguida con apoyo de la presentación de PowerPoint, explica que los factores de riesgo se clasifican en individuales, familiares y sociales. Posteriormente, pide a algunos integrantes del grupo que den un ejemplo de cada tipo de factor de riesgo, motiva la participación y complementa con otros factores de riesgo.

Finaliza mencionando que un objetivo importante en la prevención, es que los factores de protección tengan un mayor efecto que los factores de riesgo, permitiendo un mejor manejo de habilidades emocionales, cognitivas y sociales, durante las diferentes etapas de su desarrollo.



<https://www.freepik.es/fotos-vectores-gratis/hombre>>Vector de Hombre creado por dooder - [www.freepik.es](http://www.freepik.es)</a>

## Tema 6. ¿Qué puedo hacer para evitar el consumo?

Objetivo	Técnica	Material	Tiempo
Identificar estrategias para la prevención del consumo de metanfetaminas	<ul style="list-style-type: none"><li>• Exposición participativa</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Laptop</li><li>• Proyector</li><li>• Rotafolio</li><li>• Hojas para rotafolio</li><li>• Plumones de colores</li></ul>	20'

En este apartado se explica a las y los adolescentes que existen una serie de recomendaciones y estrategias que pueden ser útiles para evitar el consumo de metanfetaminas y otras drogas.

Se hace un énfasis acerca de la utilidad de estas estrategias, debido a que también pueden ser útiles para su vida diaria y, en la medida que las practiquen y logren dominar, podrán ayudarse a superar diferentes problemáticas en su vida

A continuación, se explicarán de manera breve cada una de las siguientes:

- Aprender a decir no.
- Practicar actividades recreativas saludables.
- Analizar las ventajas de no consumir.
- Reunirse con amigos que no consumen.
- Aprender a controlar las emociones.
- Aprender a afrontar y resolver problemas.
- Mejorar las habilidades de comunicación.

Es importante promover la participación del grupo al momento de abordar cada punto, de tal manera que se facilite la construcción del conocimiento en equipo. Para ello, hay que resaltar que toda participación es valiosa y que se debe privilegiar el respeto ante la participación de cada integrante del grupo

**Tema 7. ¿Dónde pueden ayudar a una persona que tiene problemas de salud por consumo de metanfetamina?**

Objetivo	Técnica	Material	Tiempo
Identificar los servicios disponibles para la prevención y la atención de problemas por consumo de éxtasis o cristal.	Exposición participativa  Lluvia de ideas	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Laptop</li> <li>• Proyector</li> <li>• Rotafolio</li> <li>• Hojas para rotafolio</li> <li>• Plumones de colores</li> </ul>	10'

Inicia preguntando a las y los adolescentes si conocen algún servicio de prevención o para el tratamiento de las adicciones al que puedan acudir.

A continuación, menciona que los servicios que se ofrecen de manera gratuita en las Unidades Médicas Especializadas - Centros de Atención Primaria en Adicciones (UNEME-CAPA), de las cuales existen 336 unidades distribuidas en todos los estados de la República Mexicana y representan una alternativa para que asistan para recibir orientación y tratamiento.



Comenta también que otro recurso importante que pueden tener a disposición es el número telefónico de la Línea de la Vida 800 911 2000, que es operado por profesionales de la salud adscritos a la CONADIC.



Este servicio funciona de manera gratuita, las 24 horas del día, los 365 días del año y ofrece información básica sobre las drogas, orientación y consejería en línea, así como información sobre servicios residenciales internamiento y atención de urgencias por consumo de sustancias psicoactivas.

**Sitios webs de interés**

Enseguida, informa a las y los participantes que, a través del Internet, pueden buscar y encontrar más información sobre los servicios y recursos que realmente tienen a su alcance, cuando necesiten más información, alguna orientación, o bien, alguna intervención profesional si es que se encuentran ante una situación de riesgo ante el consumo de drogas.

## Post evaluación y Cierre

Objetivo	Técnica	Material	Tiempo
Medir cambios en los conocimientos generales sobre metanfetamina, efectos y riesgos después de la sesión.  -Resumir los aprendizajes adquiridos.	<ul style="list-style-type: none"><li>• Exposición participativa</li><li>• Lluvia de ideas</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Laptop</li><li>• Proyector</li><li>• Rotafolio</li><li>• Hojas para rotafolio</li><li>• Plumones de colores</li></ul>	10'

Es importante que realices una post-evaluación para medir si hubo cambios en los conocimientos generales que las y los participantes ahora tienen sobre las metanfetaminas. Para ello, deberás aplicar nuevamente el cuestionario de evaluación.

Aclara las dudas que observes se tengan por parte del grupo.



<a href="https://www.freepik.es/fotos-vectores-gratis/negocios">Vector de Negocios creado por coolvector - www.freepik.es/</a>

### Cierre

Para finalizar la sesión, puedes apoyarte en la siguiente pregunta: ¿Qué es lo que he aprendido hoy?.

Si es necesario complementa lo señalado por las y los adolescentes y resalta aquellos aspectos más significativos.

Finaliza la sesión agradeciendo sinceramente por su tiempo, su esfuerzo e interés.

Despídete y deja tus datos de contacto para que puedan localizarte en caso de surgir alguna duda respecto a la sesión

**¡ HASTA PRONTO!**

## Referencias

- American Academy of Child and Adolescent Psychiatry (2015). Los adolescentes: el alcohol y otras drogas. Recuperado de: [https://www.aacap.org/AACAP/Families\\_and\\_Youth/Facts\\_for\\_Families/FFF-Spanish/Los-Adolescentes-el-Alcohol-y-Otras-Drogas-003.aspx](https://www.aacap.org/AACAP/Families_and_Youth/Facts_for_Families/FFF-Spanish/Los-Adolescentes-el-Alcohol-y-Otras-Drogas-003.aspx)
- Cámara de Diputados del H. Congreso de la Unión, (2020). Ley General de Salud. Última reforma publicada DOF 24-01-2020. CAPITULO VI Sustancias Psicotrópicas. Artículo 245 grupo II. Recuperado de: <http://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/ref/lgs.htm>
- CONADIC, (2020). Observatorio Mexicano de Drogas (OMD). Recuperado de: <https://www.gob.mx/salud/conadic/acciones-y-programas/observatorio-mexicano-de-drogas-omd>
- Instituto Mexicano para la Competitividad, (2014). Manual de referencia sobre política de drogas. Recuperado de: [https://imco.org.mx/wp-content/uploads/2014/04/20140415\\_PDF\\_Manual-de-referencia-sobre-politica-de-drogas.pdf](https://imco.org.mx/wp-content/uploads/2014/04/20140415_PDF_Manual-de-referencia-sobre-politica-de-drogas.pdf)
- Instituto Nacional sobre el Abuso de Drogas, NIDA (2006). Juventud Latina. Hable con sus hijos sobre las drogas y sus peligros. Recuperado de: <https://www.drugabuse.gov/es/publicaciones/juventud-latina/una-carta-los-padres>
- Instituto Nacional sobre el Abuso de Drogas, NIDA (2019). Abuso y adicción a la metanfetamina. ¿Qué es la metanfetamina? Recuperado de: <https://www.drugabuse.gov/es/publicaciones/serie-de-reportes/abuso-y-adiccion-la-metanfetamina/que-es-la-metanfetamina>
- Ministerio de Sanidad. PND, (2020). Mitos y Realidades sobre Drogas de Síntesis. Recuperado de: <http://www.pnsd.mscbs.gob.es/ciudadanos/informacion/drogasSintesis/otrasDrogas/mitosRealidades.htm> [consultado el 29 de enero 2020].
- National Institute on Drug Abuse; Institutos Nacionales de la Salud; Departamento de Salud y Servicios Humanos de Estados Unidos (2019). Mind matters. La respuesta del cuerpo a la metanfetamina. Recuperado de: <https://teens.drugabuse.gov/teachers/mind-matters-espanol/metanfetamina>
- National Institute on Drug for Teens (NIDA FOR TEENS), (2014). Datos sobre las drogas. Cerebro y la adicción. Recuperado de: <https://teens.drugabuse.gov/es/datos-sobre-las-drogas/cerebro-y-la-adiccion>
- NIDA FOR TEENS, (2020). Datos sobre las drogas. Metanfetamina (meta). Recuperado de: <https://teens.drugabuse.gov/es/datos-sobre-las-drogas/metanfetamina> [Consultado el 28 enero 2020].



- Organización Mundial de la Salud (OMS) (2020). Desarrollo en la adolescencia. Un periodo de transición de crucial importancia. Recuperado de: [https://www.who.int/maternal\\_child\\_adolescent/topics/adolescence/dev/es/](https://www.who.int/maternal_child_adolescent/topics/adolescence/dev/es/)
- UNICEF, (2017). Habilidades para la Vida. Herramientas para el Buen trato y la Prevención de la Violencia. Recuperado de: <https://www.unicef.org/venezuela/media/431/file/Habilidades%20para%20la%20vida.%20Herramientas%20para%20el%20#BuenTrato%20y%20la%20prevenci%C3%B3n%20de%20la%20violencia.pdf> [Consultado el 10 de febrero de 2020].
- UNODC, (2013). Abuso de drogas en adolescentes y jóvenes y vulnerabilidad familiar. Recuperado de: [https://www.unodc.org/documents/peruandecuador/Publicaciones/Publicaciones2014/LIBRO\\_ADOLESCENTES\\_SPAs\\_UNODC-CEDRO.pdf](https://www.unodc.org/documents/peruandecuador/Publicaciones/Publicaciones2014/LIBRO_ADOLESCENTES_SPAs_UNODC-CEDRO.pdf)

## Anexo I. Instrumento de Evaluación (pre-post)

### Sesión informativa y de sensibilización sobre Metanfetamina

#### Conocimientos Generales sobre las Metanfetaminas y sus efectos en la Salud.

Instrucciones: Lee cuidadosamente cada reactivo y subraya la respuesta que consideres correcta.

<p>1. Acorde con la OMS, una droga es: “una sustancia que...</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>a) ... al introducirse al organismo, modifican una o más de sus funciones y generan dependencia”.</li> <li>b) ... al introducirse al organismo conserva intactas las funciones del cuerpo”.</li> <li>c) ... si es en forma de planta, puede fumarse sin perjudicar el organismo de ninguna forma”.</li> </ul>	<p>2. Las drogas o sustancias psicoactivas se clasifican en:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>a) Benéficas y perjudiciales.</li> <li>b) Legales e ilegales.</li> <li>c) Comerciales e industriales.</li> </ul>
<p>3. Se consideran drogas legales:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>a) Alcohol, tabaco y marihuana.</li> <li>b) Alcohol, tabaco y metanfetaminas.</li> <li>c) Alcohol, tabaco y café.</li> </ul>	<p>4. El consumo repetido de drogas puede producir...</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>a) Un crecimiento exagerado.</li> <li>b) Dependencia o adicción a la sustancia.</li> <li>c) Obesidad.</li> </ul>
<p>5. Las drogas estimulantes son las que...</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>a) Aceleran las funciones del organismo.</li> <li>b) Inactivan las funciones del organismo.</li> <li>c) Orientan las funciones del organismo.</li> </ul>	<p>6. Por los efectos que producen las metanfetaminas se clasifican como...</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>a) Depresoras.</li> <li>b) Estimulantes y alucinógenas.</li> <li>c) Antiácidas.</li> </ul>
<p>7. El consumo de éxtasis puede producir...</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>a) Ansiedad, miedo y terror.</li> <li>b) Agresividad e intolerancia.</li> <li>c) Desinhibición, percepción intensa de los colores y la música, muerte por golpe de calor.</li> </ul>	<p>8. Por su proceso de elaboración, las metanfetaminas son consideradas drogas...</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>a) Terapéuticas</li> <li>b) Sintéticas</li> <li>c) Depresoras</li> </ul>
<p>9. Las drogas sintéticas, como el éxtasis, pueden contener....</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>a) Sales medicinales que benefician la salud.</li> <li>b) Veneno para rata, éter y otros tóxicos.</li> <li>c) Esencias aromáticas extraídas de las flores.</li> </ul>	<p>10. Las personas que han desarrollado adicción al cristal pueden....</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>a) Abandonar el consumo en cualquier momento.</li> <li>b) Perder interés por su higiene y aspecto personal.</li> <li>c) Desarrollarse plenamente y mantener su salud.</li> </ul>

## Hoja Única de Respuestas

Sesión informativa y de sensibilización

sobre Metanfetamina

Hoja Única de Respuestas

Nombre:

Escuela:

Mujer

Hombre

Edad: \_\_ \_\_ años

Grado:

Fecha: \_\_/\_\_/----

### Cuestionario de Conocimientos

Pre-evaluación				Post-evaluación			
Pregunta	Opciones de Respuesta			Pregunta	Opciones de Respuesta		
1	a)	b)	c)	1	a)	b)	c)
2	a)	b)	c)	2	a)	b)	c)
3	a)	b)	c)	3	a)	b)	c)
4	a)	b)	c)	4	a)	b)	c)
5	a)	b)	c)	5	a)	b)	c)
6	a)	b)	c)	6	a)	b)	c)
7	a)	b)	c)	7	a)	b)	c)
8	a)	b)	c)	8	a)	b)	c)
9	a)	b)	c)	9	a)	b)	c)
10	a)	b)	c)	10	a)	b)	c)