

Señales de alerta

Siempre piensan que pueden controlar la cantidad de alcohol o droga que consumen; no se dan cuenta de las situaciones que las y los ponen en riesgo.

Aprendamos a reconocerlas

- Cada vez necesitan más drogas.
- No recuerdan que pasó.
- Se arrepienten de algo que hicieron.
- Su salud se ve afectada.

Recomendaciones para prevenir que tus hijas e hijos utilicen drogas

- Empieza por dar el ejemplo.
- Conoce e Identifica sus amistades.
- Escúchales.
- Promueve actividades sanas y divertidas.



COLIMA
Gobierno del Estado

Servicios de Salud



COLIMA
Gobierno del Estado

Servicios de Salud

COMISIÓN ESTATAL DE SALUD MENTAL Y ADICCIONES

📍 Juárez 235, Zona Centro, Colima, Col.

☎ **312 314 4667 y 312 330 2216**

✉ cecacolima19@gmail.com

📌 Comisión Estatal de Salud Mental y Adicciones Colima

📱 @cesmacolima

📧 @cesmacolima

CENTROS UNEME CAPA

Colima

📍 República de Cuba Esq. Pastizales, Col. Mirador de la Cumbre II

☎ **312 330 5864**

✉ unemecapacolima@gmail.com

Manzanillo

📍 Amado Nervo 551, Fracc. Nuevo Salagua

☎ **314 336 7737**

✉ unemecapamanzanillo@gmail.com

Tecomán

📍 Laguna del Jabalí Esq. Laguna de Juluapan, Col. Primavera del Real

☎ **313 326 6540**

✉ unemecapatecoman@gmail.com

CLÍNICAS CARA

Manzanillo Femenil

📍 Av. Elías Zamora Verduzco Esq. Octavio Paz S/N, Fracc. Nuevo Salagua

☎ **314 114 0228**

Tecomán Varonil

📍 Av. Río Colima Esq. Río Jazmín S/N, Col. Primavera del Real

☎ **313 324 5066**



Servicios de Salud



Riesgos a la salud por el consumo de Alcohol



COMISIÓN ESTATAL DE SALUD MENTAL Y ADICCIONES

¿Qué es el Alcoholismo?

Es una enfermedad crónica y progresiva, el consumo exagerado de alcohol ocasiona problemas:

- Físicos
- Mentales
- Emocionales
- Económicos
- Laborales
- Sociales

El alcohol en todas sus formas es una sustancia de uso legal y está clasificado por su acción farmacológica dentro de los depresores del SNC.

Tipo de bebedores

Bebedor de bajo riesgo

- Bebe menos de 1 a 2 tragos por día.
- No bebe más de 4 días por ocasión.
- No bebe en situaciones de riesgo.

Bebedor en riesgo

- Puede tener accidentes en el trabajo.
- Depresión.
- Problemas de presión o colesterol.

Bebedor problema

- Puede tener accidentes automovilísticos que pongan en riesgo su vida.

Dependencia

- Presente pérdida de control ante el consumo.
- Conflictos familiares y laborales.
- Pérdida de memoria.

El alcohol también favorece conductas de alto riesgo

- Accidentes de tráfico.
- Accidentes laborales.
- Violencia de género.
- Delitos contra la libertad sexual.
- Conductas sexuales de riesgo.



Programas

- Intervención breve para usuarios de Marihuana.
- Intervención breve para adolescentes que inician el consumo de alcohol y otras drogas.
- Prevención de recaídas.
- Programas de satisfactores cotidianos para usuarios con dependencia a sustancias adictivas.
- Detección temprana e intervención breve para bebedores problema.
- Orientación para familiares.
- Crianza positiva.
- PROPAR.