

# 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

### 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



**COLIMA**  
Gobierno del Estado

Servicios de Salud

# Consecuencias por el consumo de Metanfetaminas



COMISIÓN ESTATAL DE SALUD MENTAL Y ADICCIONES

# ¿Qué es la Metanfetamina?

La Metanfetamina es un **estimulante sumamente adictivo** que afecta el sistema nervioso central.

La Metanfetamina, se conoce comúnmente como “anfeta”, “meta” y “tiza”. Generalmente se refiere a la gorma de la droga que se puede fumar como “hielo” (ice), “cristal” (cristal), Arranque (crank) y vidrio (glass).

La Metanfetamina viene en muchas formas y se puede fumar, inhalar, inyectar o ingerir oralmente, aumentando su potencial adictivo así como las consecuencias adversas a la salud.

**Las Metanfetaminas desarrollan tolerancia, dependencia y síndrome de abstinencia, igual a adicción.**



## Droga

Toda sustancia natural o sintética que, al ser introducida en un organismo actúa sobre el Sistema Nervioso Central (cerebro).

### Efectos a corto plazo

- Aumento de atención y reducción de fatiga.
- Aumento de actividad física.
- Disminución del apetito y del sueño.
- Sensación de euforia o “rush”.
- Aumento de frecuencia respiratoria.
- Latidos cardiacos rápidos o irregulares.
- Hipertermia.

### Efectos a largo plazo

- Adicción, psicosis, incluyendo paranoia.
- Alucinaciones.
- Actividad motora repetitiva.
- Cambios en la estructura y función cerebral.
- Pérdida de memoria.
- Comportamiento agresivo o violento.
- Trastornos emocionales.
- Graves problemas dentales.
- Pérdida de peso.



## 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.