

# Universidad del Sureste

## Licenciatura en Medicina Humana

Asignatura:

Crecimiento y desarrollo biológico.

Trabajo:

Norma oficial mexicana 028.

Docente:

Dr. Daniel López Castro.

Alumno:

Citlali Berenice Fernández Solís.

Semestre y grupo:

7mo "A"

Comitán de Domínguez, Chiapas a 02 de julio de 2022.

## NORMA OFICIAL MEXICANA NOM-028-SSA2-1999, Para la prevención, tratamiento y control de las adicciones.

Para iniciar este trabajo, considero importante mencionar ¿Qué es una adicción? De acuerdo a la organización mundial de la salud: una adicción es una enfermedad física y psicoemocional que crea una dependencia o necesidad hacia una sustancia, actividad o relación. Se caracteriza por un conjunto de signos y síntomas, en los que se involucran factores biológicos, genéticos, psicológicos y sociales. Es una enfermedad progresiva y fatal, caracterizada por episodios continuos de descontrol, distorsiones del pensamiento y negación ante la enfermedad.

La adicción es una enfermedad crónica y recurrente que se caracteriza por la búsqueda y el consumo compulsivo de sustancias nocivas, a pesar de las consecuencias que estas traen para la salud.

Se considera una enfermedad que afecta al cerebro porque las drogas modifican su estructura y funcionamiento afectando al sistema de gratificación.

Como bien sabemos los que se llegan a ver más vulnerables a las adicciones son los adolescentes, las sustancias con las cuales inician sus adicciones primeramente son el consumo de alcohol, después el tabaco, marihuana, etc. El alcohol es la sustancia psicoactiva más extendida entre los adolescentes de entre 14 y 18 años y de ahí le sigue el tabaco que es la segunda sustancia más consumida. Existen diferentes tipos de consumos:

- **El uso experimental:** Ocurre cuando una persona prueba una o varias sustancias en una determinada ocasión.
- **El uso recreativo:** Se da cuando el consumo empieza a ser regular dentro de contextos de ocio y con más gente (generalmente con amigos, rara vez se consume en solitario). El objetivo de este consumo es la búsqueda de sensaciones agradables y el disfrute.
- **El uso habitual:** Ocurre cuando la frecuencia y la cantidad aumentan. La sustancia adquiere un papel importante en la vida de la persona, le gusta la sensación que produce por lo que es muy probable que lo haga repetidamente; y ya no solo en compañía, también en solitario.

Teniendo en cuenta esta breve introducción a cerca de las adicciones, hablaremos acerca de que podemos hacer para prevenirlas, basándonos en nuestra norma 028:

- Principalmente tenemos que tomar en cuenta: La percepción del riesgo de consumo de sustancias, que sustancia son las que consumen, las características

de la persona que lo está consumiendo, los problemas o factores asociados a la adicción.

- Debemos trabajar en cuanto a la promoción: Fortalecer la responsabilidad social y el autocuidado de la salud, fomentando la conformación de estilos de vida sanos en este caso implementar que los jóvenes practiquen algún deporte, que se centren en actividades que les dejen aprendizajes y alejarlos de pensamientos que pudiesen llevarlos a las adicciones.
- Llevar a cabo pláticas en todos los ámbitos posibles principalmente ir a las escuelas y hablar con los padres o tutores.
- En estas pláticas lo que debemos de hacer es informar sobre el consumo de las sustancias psicoactivas y las adicciones, enseñarle a los jóvenes que ninguna droga les hará bien a su cuerpo y que pueden tener graves consecuencias en su salud.
- Promover la participación activa de los adolescentes, escuchar lo que ellos opinan para así poder tener una mejor planeación, ejecución y evaluación en las actividades que se planeen (deportes, lecturas, clases de danza, etc.).
- Orientarlos en las medidas preventivas y conductas responsables.
- Orientar, educar y alentar a solicitar de manera oportuna la atención para personas que consumen sustancias psicoactivas.
- Ofrecer una visión integral y objetiva del problema, así como informar sobre las alternativas para su atención preventiva, terapéutica y rehabilitadora.
- Divulgar información sobre las conductas de riesgo, producto del uso, abuso o en su caso dependencia de las sustancias.
- Impartir pláticas para que los jóvenes conozcan más a profundidad a cerca de las adicciones.
- Impartir en las colonias pláticas acerca de cómo pueden cuidar su salud (haciendo ejercicio, comiendo saludable, teniendo una buena higiene, etc)
- Promover dentro de las colonias grupos representativos para que así ellos mismos capaciten y participen en actividades preventivas y también para promocionar la salud.
- Gestionar apoyos de organizaciones públicas y privadas con la finalidad de que puedan apoyar a encaminar el desarrollo integral a los menores de edad.
- Principalmente también promover la comunicación masiva usar los medios de comunicación más populares (redes sociales), para llegar a todos los grupos de edades posibles y así fomentar la educación para su salud y abordar diferentes temas.
- Desarrollar programas de prevención de drogodependencias y de otros trastornos adictivos en diferentes ámbitos: Educativo, familiar, comunitario, de ocio y tiempo libre.

### **Fuentes de información:**

[http://www.conadic.salud.gob.mx/pdfs/onct/NOM\\_028SSA.pdf](http://www.conadic.salud.gob.mx/pdfs/onct/NOM_028SSA.pdf)