



**UNIVERSIDAD DEL SURESTE
CAMPUS COMITAN**



PROYECTO DE TESIS

**CONSUMO DE ESTUPEFACIENTES EN ESTUDIANTES DE 5TO SEMESTRE
DE MEDICINA HUMANA PERTENECIENTES A LA UNIVERSIDAD DEL
SURESTE SEDE COMITAN**

LICENCIATURA EN MEDICINA HUMANA

PRESENTADOR

DULCE MIRELY TORRES NARVAEZ

ASESOR

MARIA VERONICA ROMAN CAMPOS

COMITAN DE DOMINGUEZ, CHIAPAS, MÉXICO



**UNIVERSIDAD DEL SURESTE
CAMPUS COMITAN**



**CONSUMO DE ESTUPEFACIENTES EN ESTUDIANTES DE 5TO
SEMESTRE DE MEDICINA HUMANA PERTENECIENTES A LA
UNIVERSIDAD DEL SURESTE SEDE COMITAN**

INDICE

INTRODUCCION.....	4
OBJETIVOS	5
Objetivo general.....	5
Objetivos específicos	5
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	6
JUSTIFICACIÓN	13
PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN	15
HIPÓTESIS	16
MARCO TEORICO.....	17
0.-Introducción	17
1.- Uso de estupefacientes en estudiantes de medicina.....	17
1.1.- Definición	17
2.- Afectación en la salud y rendimiento académico	18
2.1-Afectación en el comportamiento	19
3. Clasificaciones de drogas	21
4.- Epidemiología en México.....	22
5.- Relación de estrés con el uso de drogas	24
6.- Patrones de consumo	25
6.1.- Tipos de consumidores.....	26
METODOLOGIA.....	28
SOLUCIONES	30
CONCLUSION TENTATIVA	33
ANEXO	35
BIBLIOGRAFÍA.....	38

INTRODUCCION

Actualmente la problemática del consumo de estupefacientes es una de las principales preocupaciones en el ámbito social y salud, hay sustancias cuyo uso en la mayoría de las sociedades han dado a que se les indique como uso legal como bien lo es el alcohol y el tabaco o bien sea de uso ilegal como la marihuana y cocaína que son las más frecuentes.

Por lo tanto, se han demostrado los efectos nocivos para la salud de los estupefacientes legales e ilegales, pese a esto su uso indiscriminado resulta ser poco controlado y no se tiene conciencia de las repercusiones que provoca su consumo, a la cual el objetivo del presente trabajo es determinar el consumo de estupefacientes legales e ilegales en una población estudiantil de Medicina en la Universidad del Sureste sede Comitán.

El consumo de estupefacientes legales e ilegales en los estudiantes representa un problema en la salud individual, así como en la sociedad y desarrollo escolar de los usuarios, dado a que esto mayormente provoca cambios en el comportamiento del individuo.

Diversos estudios han demostrado los efectos nocivos para la salud de las drogas legales, por lo cual su uso indiscriminado resulta ser poco controlado y no se tiene conciencia del daño que provoca su consumo, dado a esto hay una serie de enfermedades que se encuentran directamente relacionadas por ejemplo con el consumo de tabaco, provoca el cáncer de pulmón, la bronquitis, el enfisema pulmonar y los problemas cardiovasculares.

Dentro del grupo de universitarios, los estudiantes de medicina son muy propensos al consumo de fármacos o estupefacientes, ya que están sometidos a altas demandas académicas, existen reportes acerca del uso de variadas sustancias en estudiantes de medicina, estimulantes o tranquilizantes, con diversos fines pero ninguna que describa su uso para mejorar rendimiento académico.

OBJETIVOS

Objetivo general

Conocer la prevalencia del uso y abuso de sustancias estupefacientes en los estudiantes de medicina de la universidad UDS sede Comitán.

Objetivos específicos

1. Identificar los factores de riesgo al consumo de estupefacientes
2. Identificar el comportamiento de los estudiantes que tienen relación con el uso de los estupefacientes
3. Identificar la edad en la que comienza con el consumo de estas sustancias
4. Ofrecer información básica de las consecuencias que tienen el consumo de los estupefacientes

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

El consumo de estupefacientes en los estudiantes de medicina es un fenómeno que ha comenzado a recibir atención creciente en la investigación académica y en el ámbito de salud pública.

Se le conoce como estupefacientes a toda sustancia psicotrópica, con alto potencial de producir conducta abusiva o dependencia psíquica-física, con perfil similar a morfina, cocaína, marihuana, que actúa por sí misma o a través de la conversión en una sustancia activa que ejerza dichos efectos.

De igual forma tenemos la descripción de La Organización Mundial de la salud (OMS) que define a una droga como aquella sustancia que, una vez consumida, provoca alteraciones, biopsicosociales en el individuo, además de causar dependencia física o psicológica y provocar síndromes de abstinencia.

Los estupefacientes se clasifican de diversas maneras, Manuel Litter señala que según su origen gen son: naturales, sintéticas y semisintéticas, a lo cual:

- Las naturales pueden provenir de constituyentes o principios activos de origen vegetal, animal o mineral.
- Las Sintéticas son elaboradas en laboratorios farmacéuticos.
- Las Semisintéticas obtenidas por síntesis química parcial de algunas drogas de origen vegetal.

Por lo tanto, Litter indica también que según los efectos que producen en el sistema nervioso central (SNC), se clasifican en:

- Estimulantes, refiriendo a que aceleran la actividad del SNC y generan estados de euforia, energía, iniciativa y sensación de bienestar, algunos ejemplos de estas son: cafeína, anfetaminas, nicotina, tabaco, cocaína.
- Depresivas, estas disminuyen la actividad del SNC y producen estados de laxitud, actividad atenuada y aletargamiento, algunos ejemplos de estas son: alcohol, hipnóticos, sedantes como las benzodiazepinas y barbitúricos), tranquilizantes como psicotrópicos y psicofármacos.

- Anticonvulsivantes.
- Hipnoanalgésicos refiriéndose a los opioides y sus derivados como lo es heroína, morfina, codeína.
- Alucinógenas, estas afectan el funcionamiento del SNC, provocando cambios emocionales intensos y variados distorsión de la personalidad, llegan a producir alteraciones en la percepción táctil, olfativa, visual, confunden la realidad con la fantasía, algunos ejemplos de estas son: inhalantes, LSD Dietilamida de ácido lisérgico, fenciclidina conocida como polvo de ángel, éxtasis como la metilendioximetanfetamina

La presencia del estrés en estudiantes de todos los niveles y edades es una realidad que acontece en las instituciones académicas, por lo cual las ciencias médicas han sido reportadas como una de las ramas donde los estudiantes manifiestan mayores niveles de estrés. Según Carmel y Bernstein, la escuela de medicina es un ambiente muy estresante, la gran mayoría de estudiantes universitarios experimentan un grado elevado de estrés académico, pues tienen la responsabilidad de cumplir las obligaciones académicas, experimentan en ocasiones sobrecarga de tareas y trabajos, además de la evaluación de los profesores, de sus padres, y de ellos mismos sobre su desempeño, lo que genera ansiedad y puede afectar de modo negativo tanto en el rendimiento en los diferentes compromisos, por lo cual en muchas ocasiones optan por consumir estupefacientes, siendo un factor predisponente el estrés, en la cual afectan más su salud física y emocional.

Para identificar que alguien este consumiendo estupefacientes es importante tener en cuenta los signos físicos a lo cual conlleva a presentar somnolencia, temblor, ojos enrojecidos, pupilas dilatadas, falta de interés en la higiene personal y aspecto descuidado, arrastrar las palabras, pérdida o aumento del apetito, movimientos descoordinados, por lo regular llegan a presentar un exceso de ojeras, horarios de sueño irregulares y sobre todo la pérdida de peso, de igual forma se presentaran señales emocionales y sociales lo cual conlleva a mal humor, excitación, ira, hostilidad, depresión, se vuelven mentirosos, pueden llegar a robar constantemente.

Las consecuencias ante el consumo de estas sustancias pueden llegar a ser muy graves como lo son trastornos mentales como la ansiedad, la depresión o la esquizofrenia pueden estar presentes de igual forma el consumo por parte de una mujer embarazada puede hacer que el bebé sufra de abstinencia al nacer, una afección conocida como síndrome de abstinencia neonatal (SAN), los síntomas serán distintos dependiendo de la droga que haya consumido la madre, pero pueden incluir temblores, problemas para dormir y alimentarse, y hasta llegar a convulsiones, algunos niños que estuvieron expuestos a las drogas tendrán problemas de desarrollo relacionados con el comportamiento, la atención y la facultad de pensar, hay investigaciones actualmente en curso que están explorando si estos efectos en el cerebro y el comportamiento se extienden a los años de la adolescencia y causan problemas continuos de desarrollo.

Existen una serie de infecciones a contraer por el uso de las inyecciones de estupefacientes como bien lo es la transmisión de VIH, hepatitis que pueden llegar a causar endocarditis y celulitis, las drogas que se usan en forma indebida pueden causar una embriaguez que nubla el juicio y aumenta la posibilidad de tener conductas sexuales riesgosas, como actividad sexual sin condón.

Para poder prevenir la adicción de estas sustancias es importante trabajar en varios ámbitos, como trabajar en la autoestima dado a que las adicciones se nutren de una escasa autoestima, una gestión emocional inadecuada, un pobre autoconcepto, así como la dependencia emocional por ello es importante fomentar e impulsar la autoaceptación,

El incremento del consumo de estupefacientes hoy en día, se relaciona con el actual modelo social, que promueve el individualismo, el consumismo, la competitividad, el énfasis en el placer y la desigualdad socioeconómica, por lo mismo también induce a comportamientos descontrolados en los que no se miden riesgos, ni las consecuencias de lo que se está haciendo, en ocasiones dejándose influencias por los amigos, vecinos o por los problemas personales.

Teniendo en cuenta algunas investigaciones realizadas a nivel mundial del consumo de estupefacientes, se evidencia que el consumo de estas se ha incrementado, en la cual se observa un aumento estadísticamente significativo en el consumo de marihuana tanto en hombres, con tasas de 20,1% en 2012 y 26,2% en 2016, como en mujeres, los estudiantes piensan que la marihuana es la droga más light, que no genera tanta adicción y que alegra a las personas; por eso es más fácil acceder a este tipo de sustancia.

La ONU menciona que de acuerdo a datos recientes a escala mundial la prevalencia anual del uso de cannabis entre personas de 18-20 años fue de 5.34% es decir 13.5 millones de estudiantes lo han usado por lo menos alguna vez.

La Organización Mundial de la Salud, señala que el consumo abusivo de alcohol es causante de una gran cantidad de enfermedades y accidentes, y además de una proporción importante de la demanda de tratamiento en centros de atención especializados y es la droga más utilizada en casi todos los países, con un alto nivel de uso y abuso entre la población juvenil.

La situación en América Latina se asocia a problemas de la producción, el tráfico y consumo de drogas en América Latina afectan la calidad de vida de la población, están ligados a formas de exclusión social y debilidad institucional, generan mayor inseguridad y violencia, y corroen la gobernabilidad en algunos países, en relación a la producción, América Latina concentra la totalidad de producción global de hoja de coca, pasta base de cocaína y clorhidrato de cocaína del mundo, además hay una producción de marihuana que se extiende hacia distintos países y zonas, destinada tanto al consumo interno como a la exportación, produce amapola y elabora opio y heroína.

En relación con el tráfico, la zona del Caribe sigue siendo la ruta más frecuente para el tráfico de drogas hacia los Estados Unidos, pero la ruta del Pacífico, pasando por América Central, ha ganado importancia relativa.

El problema del consumo afecta principalmente a la población juvenil y a los varones más que a las mujeres, a la cual la marihuana, seguida de la pasta base de cocaína,

el crack y el clorhidrato de cocaína son las drogas ilícitas de mayor consumo en la región, generando mayores problemas en jóvenes de alta vulnerabilidad social. Según los datos que proveen los centros de tratamiento, el alcohol y el tabaco, seguidos por la marihuana, son las drogas de inicio más frecuentes de los pacientes atendidos en centros de tratamiento; pero las drogas ilícitas de mayor impacto en la salud son la cocaína, la pasta base y el crack.

En México el 15% de la población de entre 18 y 34 años de edad admitió haber probado una droga alguna vez. La prevalencia global del consumo de alcohol en México es de 49.1% y de tabaco es de 17.6%, de acuerdo con la Encuesta Nacional de Consumo de Drogas, Alcohol y Tabaco (ENCODAT 2016-2017). (CONADIC, 2016-2017).

En la actualidad en Chiapas el consumo de sustancias psicoactivas es uno de los principales problemas de salud pública a nivel estatal y nacional, ya que presenta tendencias crecientes y características cada vez más complejas, tales como un mayor consumo de sustancias como es el caso de las “drogas de diseño”, una tendencia a la disminución en la edad de inicio, aumento del problema entre mujeres, entre otros factores más, a lo que es importante tener conocimiento de la magnitud, forma, distribución y tendencias del uso de sustancias psicoactivas, lo cual permite tener un referente necesario para el desarrollo y aplicación de los programas de atención, de acuerdo con la Encuesta Nacional de Consumo de Drogas, Alcohol y Tabaco realizado en el 2016-2017 se cita que la prevalencia del consumo de tabaco en la población de 12 a 65 años por sexo a nivel nacional se registró que el 65.7% de los hombres refirieron haber fumado alguna vez en la vida, el 33% ha fumado más de 100 cigarros, el 31.4% ha fumado el último año y el 27.1% es fumador actual. En el caso de las mujeres 37.4% aceptó haber fumado alguna vez en la vida, el 10.7% ha fumado más de 100 cigarros al día, el 10.9% fumó el último año y el 8.7% es fumadora actual, cabe mencionar que el consumo actual de tabaco se encuentra a nivel nacional en 11.1 millones en población masculina y un 3.8 millones en la población femenina; obteniendo una población total de 14.9

millones de personas, a nivel estatal 213 mil hombres y 39 mil mujeres teniendo un total de 252 mil personas con consumo actual de tabaco.

De acuerdo con la ENCODE 2014 se registró que el 16.2% de estudiantes de secundaria del estado de Chiapas refirieron haber consumieron tabaco alguna vez en la vida, de los cuales el 20.9% son hombres y el 11.3% son mujeres, en comparación con cifras nacionales encontramos que el 20.8% a nivel global, desglosando que el 23.8% son hombres y el 17.7% son mujeres, por lo que a nivel estatal se está por debajo de la media nacional, con respecto a la población media superior se registró que el 33.8% refirieron haber consumido tabaco alguna vez en la vida, en donde un 42% fueron hombres y un 25.7% fueron mujeres.

En datos nacionales encontramos un total de 46.2% en donde 51.4% son hombres y un 41.3% son mujeres, por lo que se observa que en el estado de Chiapas se está por debajo de la media nacional en el consumo de tabaco alguna vez en la vida

En Chiapas con respecto a la edad promedio de inicio de consumo de tabaco se está por arriba de la media nacional en un 0.6%, esto dado que la edad promedio de inicio es de 19 años.

El consumo de alcohol en el estado de Chiapas en la edad adolescente para el sexo masculino de 12 a 17 años se encuentra en un 0.6% diario y 0.6% consuetudinario, en la población adulta de 18 a 65 años del sexo masculino 3.3% diario y 6.6% consuetudinario, por lo que se observa que al igual que el nivel nacional existe mayor consumo en la población adulta que en la adolescente, con lo que respecta a la población femenina en las adolescentes de 12 a 17 años el 0.4% diario y el 0.4% consuetudinario, en las mujeres adultas de 18 a 65 años el 1.1% diario y el 1.4% consuetudinario, la edad de inicio de consumo alcohol entre los 17 años y menos en población masculina corresponde a un 61.5% y en mujeres en un 43.1%, observando que los hombres están por un 18.4% más arriba que las mujeres.

Por lo tanto, es importante implementar el desarrollo de estrategias de atención del consumo de drogas eficaces, necesarias, en particular en el caso de zonas de alto riesgo de atención prioritaria, debe considerar las variables psicosociales.

Se estudiará al alumnado universitario de la UDS ya que es una población muy susceptible al consumo de estas sustancias, dado al nivel de estrés que están sometidos, a la ansiedad que en muchas ocasiones suelen presentar por sobrecargas de tareas, estrés en semana de exámenes, por lo cual en muchas ocasiones optan por consumir estupefacientes.

JUSTIFICACIÓN

El problema que se investiga en este estudio es el consumo de estupefacientes en estudiantes de medicina, dado a que es considerado actualmente un tema de importancia mundial, de difícil prevención e intervención y con posibilidades de originar patrones clínicos de dependencia y abuso, afectando al sujeto en dimensiones de tipo personal, familiar, social, económica y política.

La emergencia en este estudio se ha destinado como sujeto a estudiar los estudiantes de la facultad de medicina UDS sede Comitán, pues son personas académicas que se educan en el bienestar del ser humano, que buscan promover la salud y prevenir la enfermedad, por lo cual es de utilidad conocer las diferentes razones por las cuales, aun conociendo los efectos a corto, mediano y largo plazo, los universitarios consumen sustancias psicoactivas.

La realización de esta investigación es completamente viable, ya que se cuenta con un acceso a los datos de los estudios ya hechos anteriormente sobre el tema a tratar, de la misma forma tenemos recursos para encuestar a los alumnos de la universidad del sureste para que con ello pueda obtenerse datos actuales implicados a la problemática correspondiente.

Este estudio beneficiara especialmente a los estudiantes universitarios de medicina buscando que puedan identificar los factores de riesgo y poderles proporcionar algunos métodos preventivos.

De la misma forma beneficiara a los padres para que puedan informarse un poco de la situación actual del uso de estupefacientes, con el propósito de que puedan identificar los signos clínicos y cambios de comportamientos espontáneos en los jóvenes.

Metodológicamente este estudio aporta un enfoque integral, combinando métodos cuantitativos como bien lo es el análisis del rendimiento académico del estudiante y métodos cualitativas como son el uso de encuestas para la recolección de datos.

El beneficio que se busca es que tanto como el joven y los padres puedan tener en cuenta los métodos preventivos sobre el uso de estas sustancias, al igual que los padres puedan ayudar a su hijo tanto en lo emocional como lo psicológico.

A nivel personal y profesional este estudio permitirá profundizar en la educación digital y que esta sea expandida.

Desde un punto de vista disciplinario la investigación ayudara a poder tener en cuenta los métodos preventivos y ayudar para que puedan dejar el uso de los estupefacientes.

PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN

¿Cuál es el impacto que tiene el consumo de estupefacientes en los estudiantes de medicina de la UDS sede Comitán?

HIPÓTESIS

Hipótesis alternativa: el uso de estupefacientes ha generado una disminución significativa en el rendimiento académico.

Hipótesis nula: No existe una diferencia significativa en el rendimiento académico.

MARCO TEORICO

0.-Introducción

El uso de estupefacientes es un fenómeno complejo que involucra múltiples factores biológicos, sociales, culturales y psicológicos, los estupefacientes son sustancias psicoactivas que alteran el estado de conciencia de quienes las consumen, y su uso puede resultar en efectos tanto positivos como negativos.

En este marco teórico, se abordarán los principales aspectos relacionados con el uso de estas sustancias como bien lo es su clasificación, las razones que motivan su consumo, las consecuencias físicas y psicológicas en la vida cotidiana a mediano y largo plazo.

1.- Uso de estupefacientes en estudiantes de medicina

Actualmente la problemática del consumo de drogas es de las principales preocupaciones en el ámbito social y de la salud. (Cruz, 2020)

1.1.- Definición

Los estupefacientes tienen definiciones distintas, en la cual se complementan unas con otras, por lo cual, “La Organización Mundial de la Salud, es aquella sustancia que, introducida al organismo por cualquier vía de administración, altera las funciones bioquímicas o fisiológicas de los tejidos”, (OMS 2005). Esta definición es complementada con que una droga es toda sustancia o mezcla de sustancias, distintas a las necesarias para el mantenimiento de la vida, que al introducirse en un organismo vivo modifica alguna de sus funciones y a veces la propia estructura de los tejidos (Kaplan y Sadock 2017).

Por lo cual se le conoce como drogas ilícitas o ilegales, son reconocidas como las sustancias que tienen un objeto de prohibición legal dados los efectos dañinos que generan en el cuerpo (Narvaez, 2019)

Por otro lado, las drogas lícitas o legales, están permitidas por la ley y su máxima prohibición para su uso podría ser la edad de consumo (Comisión Nacional para el Desarrollo y Vida sin Drogas, 2009).

2.- Afectación en la salud y rendimiento académico

El consumo de drogas legales e ilegales en los estudiantes representa un problema en la salud individual, así como en la sociedad y desarrollo escolar sobre todo a los estudiantes del área de salud.

Varios estudios han demostrado los efectos nocivos para la salud de las drogas legales, pese a esto su uso indiscriminado resulta ser poco controlado y no se tiene conciencia del daño que provoca su consumo, tal como lo menciona Rojas (2011).

- Se conocen sustancias cuyo uso y permisividad en la mayoría de las sociedades han dado pauta a que se les identifique como de uso legal, tal es el caso del alcohol y el tabaco o de uso ilegal como la marihuana, cocaína, heroína, Anfetaminas y éxtasis.

Los efectos de las sustancias lícitas e ilícitas son variados en el organismo, además de que depende del nivel de sensibilidad de cada personal, influye el efecto reconocido de estas en el organismo, es decir, depresor, estimulante o alucinógeno (Comisión Nacional para el Desarrollo y Vida sin Drogas, 2009).

Por lo tanto, existen una serie de enfermedades que se encuentran directamente relacionadas por ejemplo con el consumo de tabaco, como los menciona Soto (2022)

- Problemas cardiacos como bien lo son aumento del ritmo cardiaco, hipertensión, arritmias.
- Problemas respiratorios como lo es bronquitis crónica, dificultad para respirar, afectación a los pulmones como cáncer de pulmón, enfisema pulmonar.

- Problemas neurológicos: convulsiones y pérdida de la coordinación
- Problemas psicológicos: ansiedad, depresión, psicosis.
- Problemas gastrointestinales: náuseas, vómito, diarrea
- Debilitamiento del sistema inmunológico
- Problemas reproductivos: infertilidad, abortos espontáneos
- Problemas dentales como lo es exceso de caries, pérdida de los dientes
- Problemas cutáneos como el acné, úlcera, pigmentación en la piel
- Riesgo de sobredosis y muerte.

De otra forma están relacionadas otras enfermedades a los cuales están relacionados con el uso del tabo, como lo menciona Rule y Recalde “enfermedades relacionadas con los fumadores son: Cáncer de labio, boca, laringe, esófago, vejiga y la úlcera gastroduodenal (Rule, 2014)”. “Los fumadores activos, están los fumadores pasivos, víctimas de quienes fuman en espacios públicos afectando la salud de los demás”(Recalde, 2015).

La afectación en el rendimiento académico suelen ser la disminución de la concentración y atención, problemas de memoria y aprendizaje, dificultad para completar tareas y proyectos, desmotivación y pérdida de interés, problema de comunicación y relación con los compañeros, profesores, sal igual existirá un alto riesgo de abandono escolar. “A largo plazo suelen presentar dependencia y adicción, problemas de salud crónicos, dificultad para mantener relaciones saludables, problemas laborales y financieros”. (Jhones 2019)

2.1-Afectación en el comportamiento

Varios estudios han señalado que el consumo de drogas tiene diferentes efectos en el comportamiento del ser humano, como bien lo menciona Juárez 2020:

- Las drogas pueden modificar el pensamiento, la conducta y a la larga, la forma de ser de la persona, el cerebro es una de las partes más complejas y

delicadas del cuerpo y de él dependen los sentimientos, la forma de pensar y la capacidad de cómo relacionarnos con otras personas

- Las drogas son sustancias que actúan sobre nuestro sistema nervioso central.
- A nivel cerebral, las drogas actúan sobre los neurotransmisores alterando y perturbando el correcto funcionamiento afectando a la conducta, estado de ánimo o percepción.
- Además, son susceptibles de crear dependencia física o psicológica.
- Drogas depresoras del sistema nervioso central, como por ejemplo el alcohol, la heroína, el opio, la morfina, son aquellas que inhiben o atenúan los mecanismos cerebrales que sirven para mantener el estado de vigilia y pueden producir diferentes grados de efectos desde la relajación, somnolencia, sedación hasta la anestesia o el coma.
- Drogas estimulantes del sistema nervioso central, como la cocaína, las anfetaminas, la nicotina (tabaco), son sustancias que producen euforia, aumentan el estado de alerta y la actividad motriz, y hacen que disminuya la sensación subjetiva de fatiga y el hambre.
- Drogas perturbadoras del sistema nervioso central, como el cánnabis, LSD, mezcalina, son aquellas que se encuentran en plantas, hongos o son productos de síntesis, estas distorsionan aspectos relacionados con la percepción, los estados emocionales y la organización del pensamiento.
- Situaciones de riesgo: el consumo de drogas puede llevar a provocar o a padecer experiencias personales negativas, el poco o nulo control de las cosas que están pasando a su alrededor, la percepción equivocada de los acontecimientos, la inconsciencia de un entorno de peligro, son situaciones en las que se puede encontrar la persona que ha realizado un abuso en el consumo de drogas, una persona sin control de sus actos ni control de las situaciones.
- La dependencia física es cuando el cuerpo se acostumbra al consumo de la droga, este estado de adaptación que se manifiesta por la aparición de

intensos trastornos físicos, como el conocido síndrome de abstinencia, que aparece cuando se interrumpe la administración de la droga.

- La dependencia psicológica es la sensación o sentimiento de satisfacción y un impulso psíquico que exige el consumo regular o continuo de la droga para producir placer o evitar malestar.
- Policonsumo: patrón de consumo cada vez más extendido entre los estudiantes, combinar dos o más drogas, este tipo de consumo aumenta considerablemente los riesgos para las personas, llegando a situaciones muy críticas.

3. Clasificaciones de drogas

Existen varias clasificaciones de las drogas, empezaremos por la clasificación que es referidas a sus efectos sobre el sistema nervioso central. (Poza 2011)

- Drogas psicolépticas: relentecen la actividad nerviosa y disminuyen el ritmo de las funciones corporales.
- Drogas psicoanalépticas: incrementan el ritmo funcional del organismo y excitan la actividad nerviosa.
- Drogas psicodislépticas: alteran la conciencia, afectan a la percepción y a los sentidos.

Por otro lado, están las clasificaciones con sus efectos psicoactivos, la cual es de suma importancia conocerlas y tener en cuenta los efectos nocivos que pueden presentar hacia la salud. Tal como lo menciona Juárez (2018)

- Estimulantes: este tipo de drogas aceleran el funcionamiento normal del sistema nervioso central, provocando desde una mayor dificultad para dormir hasta un estado de activación elevada., las principales sustancias son anfetaminas, cocaína y pasta base, estas drogas generan: estados de euforia, desinhibición, falta de control emocional, agresividad, falta de sensación de cansancio, disminución del sueño, impaciencia, impulsividad e

irritabilidad, además de presentar descoordinación, reflejos minimizados, dificultades visuales y auditivas.

- **Alucinógenas:** este tipo de drogas alteran gravemente el funcionamiento del sistema nervioso central, trastocando la percepción de la realidad, del estado de ánimo y de los procesos de pensamiento, algunas de las principales sustancias son hongos alucinógenos, LSD, LSA (amida de ácido D-lisérgico), Triptaminas alucinógenas, Dimetiltriptamina (DMT), PCP (Fenciclidina), Ketamina (disociativa con potencial alucinógeno), este tipo de drogas puede producir grandes efectos incluso con pequeñas dosis, como alucinaciones y alteraciones en cómo percibimos la realidad, lo que te puede llevar a tomar decisiones incorrectas e impredecibles, se pueden ver distorsionados los colores de los semáforos u otras señales del tránsito, a su vez, afecta a la memoria inmediata, capacidad de atención y aprendizaje, tiempo de reacción, coordinación motriz, percepción de la profundidad, visión periférica y sentido del tiempo.
- **Depresoras:** Las drogas depresoras disminuyen o desaceleran el funcionamiento del sistema nervioso central, provocando desde la desinhibición hasta el coma en un proceso progresivo de adormecimiento cerebral, algunas principales sustancias son alcohol, marihuana, cannabinoides sintéticos, heroína, desmorfina, fentanilo y sus derivados, como estas drogas pueden generar estado de sedación, inadecuada sensación de bienestar y tranquilidad, respuestas motoras torpes y lentas y disminución significativa de la capacidad de reacción, concentración y reflejos, los movimientos pueden volverse más lentos.

4.- Epidemiología en México

Es importante conocer como se encuentra el consumo de drogas en nuestro país, dado que el consumo y la venta de esta ha implementado en los últimos años.

Al respecto, en México se han observado cambios trascendentes en el comportamiento epidemiológico de las enfermedades, tal como lo menciona Ezzati & Riboli (2013).

- Se han modificado las formas de vida y surgido riesgos de exposición al sedentarismo, al estrés, al consumo de tabaco y de drogas, así como a la violencia, patrones alimentarios compuestos por alimentos de alta densidad energética, el sobrepeso y la obesidad, el colesterol elevado y la hipertensión arterial, factores responsables de gran parte de la carga global de la enfermedad, ya que han dado como resultado problemas como la obesidad y otras enfermedades crónico degenerativas a edades cada vez más tempranas.

Varios estudios han mencionado los diferentes estupefacientes consumidos con mayor frecuencia y las edades correspondientes. Como lo menciona Morales (2021):

- Se encontró que el alcohol, sustancia de mayor consumo en la población, presenta niveles cada vez más similares entre hombres y mujeres; una tercera parte de los usuarios tiene consumo riesgoso o perjudicial y un 15% presenta signos de dependencia (adicción).
- Los jóvenes entre 18 y 24 años presentaron la tasa de consumo más alta con un porcentaje del 8,7%, seguidos por adolescentes y los sujetos de 25 a 34 años con prevalencias de 4,8% y 4,3%, respectivamente, para el año en que se realizó el estudio. respecto a los estratos socio económicos, en el estrato 3 se presentó mayor prevalencia con un aproximado 4 % de uso de sustancias ilícitas.
- El consumo de tabaco sigue en aumento, con una prevalencia anual de 13% más en hombres respecto a las mujeres, además, las personas que consumieron en ese último año presentaron ansiedad y depresión, en los tres últimos años hasta 2021, el consumo aumentó un 3%. Respecto a la marihuana, un 20% de los consumidores evidencian signos de dependencia, es mucho mayor entre hombres que entre mujeres (en un 10%).

- El LSD tuvo un aumento significativo en tres años, es la segunda sustancia ilícita de mayor consumo, pasando de un 0,7% en 2019 a un 4% en 2021, más del 40% de los consumidores de cocaína presenta signos de abuso o dependencia, su consumo ha aumentado, entre los consumidores de drogas ilícitas, el 29% consumen dos o más de ellas.

El informe de la secretaria de salud detalla en su informe sobre la situación mental y el consumo de sustancias en México 2024, tal como lo menciona Rodríguez (2024):

- En la última década comprendida entre los años 2013 y 2023, el consumo de las sustancias psicoactivas que mayor tratamiento han demostrado al sector de salud son los estimulantes de tipo anfetamínico, como bien lo es metanfetaminas, éxtasis o los estimulantes de uso médico, en el año 2023 179.342 personas solicitaron tratamiento por consumo de drogas psicoactivas a la Red Nacional de Salud Mental y Adicciones de la dependencia, refiriendo que el promedio de la edad de las personas es de 20-30 años con un 84.8% fueron hombres y un 14.2% en mujeres.

5.- Relación de estrés con el uso de drogas

El estrés es un factor importante en el consumo de los estupefacientes dado que esta es una respuesta fisiológica y psicológica del cuerpo ante situaciones percibidas como desafiantes, amenazantes o abrumadoras, por lo tanto, menciona Méndez (2021):

- Esta respuesta involucra una serie de reacciones automáticas del sistema nervioso y endocrino, diseñadas para ayudar al organismo a enfrentar una "amenaza" o un "desafío". Aunque el estrés puede ser una reacción adaptativa y útil en situaciones puntuales, cuando se presenta de manera crónica o excesiva, puede tener efectos negativos en la salud física y mental.

Iniciar una carrera universitaria puede ser motivante sin embargo, en algunos casos resulta ser una experiencia estresante, difícil de manejar, y se agudiza más si se estudia una profesión relacionada con las ciencias de la salud, convirtiéndose los estudios en una fuente generadora de estrés, “éste puede presentarse cuando la persona experimenta tensión en su proceso de aprendizaje, desde los grados preescolares hasta la educación universitaria y de posgrado” (Zárate, Soto, Martínez, Castro, García & López, 2018).

Las ciencias médicas han sido reportadas como una de las ramas donde los estudiantes manifiestan mayores niveles de estrés. “Según Carmel y Bernstein, la escuela de medicina es un ambiente muy estresante “(Román, Ortiz & Hernández, 2008).

Barraza (2005) sugiere que el estrés académico es aquel que padecen los alumnos de educación media superior y superior y que tiene como fuente exclusiva a estresores relacionados con las actividades a desarrollar en el ámbito escolar, la gran mayoría de estudiantes universitarios experimentan un grado elevado de estrés académico, pues tienen la responsabilidad de cumplir las obligaciones académicas, experimentan en ocasiones sobrecarga de tareas y trabajos, además de la evaluación de los profesores, de sus padres, y de ellos mismos sobre su desempeño, lo que genera ansiedad y puede redundar de modo negativo tanto en el rendimiento en los diferentes compromisos, como en la salud física y mental de los estudiantes.

6.- Patrones de consumo

Es importante tener en cuenta los patrones de consumo que se presenta en una persona que empieza a consumir algunos de los estupefacientes mencionados anteriormente, por ello se tiende a identificar al consumidor de sustancias muy comúnmente como adicto así mismo hay diversos tipos de relaciones de las personas con las sustancias sin que todos ellos sean adicciones, ni obligatoriamente consumos problemáticos.

Clasificando los patrones de consumo del siguiente modo Rouss (2019):

- Uso experimental: se consume una droga para experimentar sus efectos y, se deja después de un determinado número de usos.
- Uso social o regular: luego de experimentar, se continúa usando la sustancia y se integra a la forma de vida acostumbrada su uso.

Forst (2022) sugiere que existen diferentes patrones en el desarrollo de los trastornos por dependencia, de forma conocida se describe un patrón progresivo que inicia básicamente como un acto voluntario, de uso recreativo o social y que predomina el efecto placentero y positivo en su inicio.

Varios estudios mencionan que existe un patrón o modelo de consumo llamado policonsumo tal como lo menciona Pérez (2020):

- Policonsumo se refiere a varias sustancias que son consumidas al mismo tiempo o a lo largo de una misma noche, esto ocurre entre algunos jóvenes y resulta muy peligroso, además es muy frecuente.
- Algunos jóvenes lo practican porque con unas sustancias compensan los efectos de otras o simplemente, para variar. Pero este cóctel de sustancias en un organismo produce efectos impensados, y es de alto riesgo.

6.1.- Tipos de consumidores

En el ámbito de las drogas se pueden identificar 5 tipos de consumidores que incluyen al consumidor experimental, el consumidor ocasional, el consumidor habitual, consumidor abusador y el consumidor dependiente.

Existen varios tipos de consumidores, dado a que con el tiempo se pueden llegar ser hasta adictos por lo cual menciona Domínguez 2023:

- El consumidor experimental es aquel que prueba una vez una determinada droga con la única motivación de conocer dicha sustancia y los efectos que ésta realiza sobre su organismo. Por lo general, en la etapa de la

adolescencia, la necesidad de trasgresión, la presión del grupo de pares y sobre todo la curiosidad, conllevan a la prueba de drogas. Luego de haber probado una droga el consumo puede repetirse o no y dependerá de cada individuo.

- El consumidor ocasional es aquel que usa una o varias drogas esporádicamente, comúnmente, este tipo de consumidores se caracterizan por utilizar las drogas durante reuniones sociales y no la buscan activamente para su consumo, el consumo de drogas no es continuo, sino que simplemente se da cuando la ocasión se presenta, los factores de riesgo que inciden para el consumo son del tipo social, como por ejemplo la disponibilidad de la droga.
- El consumidor habitual se caracteriza por usar drogas con regularidad, su consumo se ha transformado en un hábito y ocupa su mente activamente en cómo obtenerla. Por lo común, estos consumidores son personas que pueden continuar con sus actividades diarias, tales como, trabajar, estudiar o estar con su familia, un consumidor llega a esta fase después de ser un consumidor ocasional.
- El consumidor dependiente presenta la necesidad continua de usar una determinada sustancia, este tipo de consumidores, debido al uso constante de drogas, tienen una adaptación al consumo, en esta etapa, la ausencia o disminución del consumo de una sustancia produce efectos psíquicos o físicos negativos en el individuo. Este trastorno se conoce como síndrome de abstinencia, por esta razón, para evitar la presencia del síndrome de abstinencia en su organismo, el consumidor dependiente ocupa la mayor parte de su tiempo y recursos en obtener dicha sustancia.
-

METODOLOGIA

1.- Tipo de investigación

El presente estudio es de tipo cuantitativo, ya que busca medir el impacto que tiene el uso de estupefacientes en los estudiantes de medicina, la investigación es de alcance correlacional independiente (uso de estupefacientes) y la variable dependiente (afectación a los estudiantes de medicina).

2.- Enfoque de la investigación

Esta investigación utiliza un enfoque cuantitativo dado que se enfoca en la recopilación de datos numéricos (conocer cuántos estudiantes de medicina consumen estupefacientes y conocer los factores determinantes) y en el análisis estadístico para determinar la relación entre las variables.

3.- Diseño de investigación

El diseño de la investigación es no experimental y transversal, ya que los datos se recolectarán en un solo momento y no se manipularán las variables, el objetivo es analizar los factores que conllevan a los estudiantes de medicina a consumir estupefacientes sin intervenir en el contexto de los participantes.

4.- Población y muestra

La población de estudio esta compuesta por estudiantes universitarios inscritos en la Universidad del Sureste, la muestra se seleccionará mediante un muestreo probabilístico estratificado, con el fin de garantizar la representatividad de los estudiantes de 5to semestre, estimándose una muestra de 60 estudiantes (4 grupos estimados de medicina) para asegurar resultados estadísticamente significativos.

5.- Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Para la recolección de datos, se aplicará un cuestionario de 10 ítems diseñado para conocer cuántos estudiantes consumen y los factores relacionados al uso de estupefacientes durante la carrera, el cuestionario incluye preguntas de opción múltiple y preguntas abiertas para obtener datos adicionales.

6.- Procedimiento

Los datos se recopilarán mediante cuestionarios en línea enviados a los estudiantes a través de sus correos electrónicos o vía WhatsApp, se solicitará a cada participante que complete el cuestionario libremente, explicándole las ventajas y desventajas de contestar el cuestionario, de la misma forma con su confidencialidad de sus datos. La recolección de datos durará un día esperando la participación de cada grupo.

7.- Técnicas de análisis de datos Los datos cuantitativos se analizarán mediante Google Forms, para determinar la relación de los factores predisponentes en el consumo de estupefacientes.

SOLUCIONES

1.- Introducción del apartado

El propósito de este apartado es presentar una serie de resultados obtenidos en la investigación a realizar, con el fin de disminuir el consumo de estupefacientes en los estudiantes de medicina de 5to semestre de la universidad UDS sede Comitán, las propuestas están fundamentadas en los factores predisponentes al consumo, reportadas por los estudiantes de medicina y los hallazgos derivados del análisis de datos, dando soluciones para dejar la adicción a los estupefacientes.

2.- identificación de los principales problemas

El análisis de datos revela que el principal desafío enfrentando por los estudiantes de medicina es la carga excesiva de estrés a la cual se presentan, estas aumentan en semana de exámenes, entrega de proyectos finales, sumándole que algunos reportan como factor predisponente el entorno familiar, dado a que algunos presentan situaciones familiares complicadas repercutiendo negativamente en el consumo de estupefacientes.

3.- Propuestas de soluciones

Solución conductual

La terapia conductual es una forma de psicoterapia, en la cual el terapeuta ofrece ayuda para adquirir formas de enfrentar la compulsión, sugerir estrategias para evitar el consumo de estupefacientes, hablar sobre las relaciones con los familiares y amigos, brindar apoyo para mejorar la comunicación con los familiares buscando ser una red de apoyo.

Solución educativa

Se implementarán platicas sobre el consumo de drogas y rehabilitación en la universidad correspondiente, con el fin de ayudar a disminuir el consumo de estupefacientes, al mismo tiempo se busca hacer conciencia de los riesgos cardiovasculares, pulmonares y neurológicas que pueden llegar a padecer.

De la misma forma será un grupo de ayuda, en la cual se les explicará a los alumnos las diferentes maneras de controlar el estrés dado que es el mayor factor de riesgo del consumo de estas.

Solución tecnológica

En la actualidad la mayoría de los estudiantes usan la tecnología para todo tipo de cosas, se le recomendaría que también se usara para combatir la adicción a los estupefacientes, dado a que existen ciertas aplicaciones como ayuda.

Para combatir el alcoholismo existe la aplicación SIDEAL, que es ideal para las personas con dependencia al alcohol con el fin de reducir el consumo hasta lograr la abstinencia, esta plataforma cuenta con apoyo social, psicoeducación y ofrece recordatorios para visitas médicas y prevención de recaídas.

Para la adicción a la cocaína existe la estimulación magnética transcraneal (EMT), en la cual este método actúa de manera directa en la parte biológica de la adicción a la cocaína mediante la estimulación se activan las neuronas de las áreas que controlan el deseo de consumir, con ello se trata de reducir la adicción.

4.- Justificación de soluciones

Estas soluciones son adecuadas dado a que abordan directamente las problemáticas identificadas en las encuestas aplicadas, principalmente manejando los factores de riesgo identificados en cada estudiante.

Por lo tanto, las propuestas buscan disminuir el consumo de estupefacientes.

5.- Implementación de las soluciones

Propósito

La implementación de estas soluciones requiere la colaboración entre la institución educativa y los estudiantes de medicina, se tendrá que identificar a los estudiantes que requieran de apoyo, los que ya presenten una adicción a los estupefacientes, diseñando platicas presenciales para los estudiantes, de la misma forma dando a

conocer los sistemas virtuales de los que se mencionaron con anterioridad, para que con ello se les facilite dejar las adicciones.

6.- Limitación de soluciones

Una posible limitación es que los estudiantes de medicina no accedan a la ayuda que se les ofrece o no acepten presentar la adicción, que es lo que se presenta en la mayoría de los casos.

Se sugiere buscar alianza con los familiares, para poder alcanzar nuestros objetivos, implementando que esta sea una red de apoyo para los estudiantes.

7.- conclusiones de apartado

Como conclusión tenemos que las soluciones y propuestas expuestas en este apartado buscan disminuir y dejar el consumo de estupefacientes, exponiéndoles a los estudiantes sobre los riesgos y consecuencias que pueden llegar a presentar.

De la misma forma se busca que el estudiante mejore e rendimiento académico, comportamiento, implementado a su familia como una red de apoyo.

CONCLUSION TENTATIVA

El presente apartado presenta una conclusión tentativa basada en el planteamiento del problema, los objetivos definidos y las bases teóricas que sustentan esta investigación. Aunque los resultados aún no han sido obtenidos, se proponen reflexiones preliminares sobre el posible impacto de esta investigación.

La investigación tiene como objetivo conocer la prevalencia del uso y abuso de sustancias estupefacientes en los estudiantes de medicina de la universidad UDS sede Comitán, a fin de identificar los factores de riesgo al consumo de estupefacientes, identificar el comportamiento de los estudiantes que tienen relación con el uso de ellos.

Con base a los antecedentes revisados se busca ofrecer información básica de las consecuencias en la salud, en el rendimiento académico que tiene el consumo de los estupefacientes, tratando de hacer que los estudiantes hagan uso de conciencia e identificando los factores de riesgo a lo cual se predisponen.

El estudio realizado sobre el uso de estupefacientes en los alumnos de quinto semestre de la carrera de Medicina de la UDS ha demostrado que el mayor factor de riesgo a la cual se enfrentan es el estrés académico, las veces donde mas consumen son cuando son expuestos a entrega de proyectos finales, semana de exámenes.

Por lo tanto, es muy importante recalcar que los estudiantes de la facultad de medicina manifiestan no tener conocimiento sobre ningún programa de promoción y prevención de drogas lo que genera una gran brecha entre los programas que existen en la universidad y los estudiantes que necesitan acceder a estos, ya que hay falta de información.

Por lo anterior, se propone a la facultad de medicina hacer una recolección complementaria de datos que proporcione una muestra representativa de la población que se trata en esta investigación.

De obtenerse resultados congruentes con las expectativas, esta investigación podría aportar información valiosa para el diseño de políticas educativas inclusivas que promuevan la implementación de psicólogos con el fin de poder orientarlos y que los estudiantes puedan desarrollar una forma de cómo manejar el estrés sin que los oriente a consumir estupefacientes.

En conclusión, aunque los resultados aún no están disponibles esta investigación tiene el potencial de generar una comprensión más profunda sobre la prevalencia de los estupefacientes en los estudiantes de medicina, al igual que identificar los factores de riesgo más frecuentes.

Cabe destacar que las conclusiones finales estarán condicionadas por la calidad y representatividad de los datos recolectados, así como por las características específicas de la muestra analizada. Por lo tanto, las propuestas presentadas en este apartado son tentativas y podrán ser ajustadas una vez finalizada la investigación

ANEXO

Consentimiento informado

Lo invitamos a participar de nuestra investigación sobre el consumo de estupefacientes, en estudiantes de la facultad de medicina de la universidad del sureste-UDS, respondiendo el siguiente cuestionario que se hará de manera anónima, por lo tanto, todos los datos obtenidos serán utilizados con fines académicos, por lo que se garantiza la confidencialidad y anonimato de sus respuestas, dando cumplimiento a la ley 1581 de 2012 y decretos reglamentarios.

Esta investigación es realizada por estudiantes de quinto semestre y tiene como objetivo principal analizar el panorama de consumo de los estupefacientes.

Cuestionario

1.- Obtienen sus ingresos de:

- a) Sus padres
- b) Trabaja
- c) Ambos
- d) Otro _____

2.- Genero

- a) Masculino
- b) Femenino
- c) Otro _____

3.- Edad (años cumplidos) _____

4.- Ha consumido algún estupefaciente

- a) Si
- b) No

5.- Seleccione cual(es) ha consumido

- a) Tabaco
- b) Alcohol
- c) Marihuana
- d) LSD
- e) Cocaína
- f) Otro_____
- g) Ninguna

6.- Con qué frecuencia consume

- a) Experimental (se realiza para probar los efectos, pero la abandona en su vida diaria)
- b) Ocasional (Se realiza cuando se encuentra en círculos de amigos o sociales)
- c) Frecuente (Varios días a la semana)
- d) Muy frecuente (todos los días)
- e) Ninguna

7.-Cuál o cuáles son las razones por las que consume

- a) Estrés
- b) Curiosidad
- c) Para evadir problemas personales
- d) Porque mi grupo social lo hace
- e) Ansiedad
- f) Depresión
- g) Otra_____
- h) Ninguna

8.- Considera que es dependiente a una o varias sustancias psicoactivas

- a) Si
- b) No
- c) No consumo

9.- Tiene conocimiento sobre algún programa para la prevención y ayuda frente a consumo de sustancias psicoactivas

- a) Si, cual o cuales _____
- b) No

10.- Si su respuesta anterior fue si, siente que la facultad de medicina de la UDS, realiza suficientes campañas de promoción y prevención frente al consumo de estupefacientes

- a) Si
- b) No

11.- Si su respuesta anterior fue no, le gustaría que la facultad de medicina de la universidad de Antioquia realizara más promoción y prevención frente al consumo de sustancias psicoactivas

- a) Si
- b) No
- c) Por que _____

12.- Considera que en este momento requiere ayuda

- a) Si
- b) No
- c) Si su respuesta fue si, de que tipo _____

BIBLIOGRAFÍA

1. Gobierno de México. (s.f.). *Consumo de drogas*. Gobierno de México.
https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/234856/CONSUMO_DE_DROGAS.pdf
2. Escuela Nacional de Enfermería y Obstetricia [ENEO], UNAM. (s.f.).
Prevención de conductas adictivas: Unidad 3. ENEO, UNAM.
<http://www.educacionadistancia.eneo.unam.mx/UAPA/Prevenci%C3%B3n%20de%20%20Conductas%20Adictivas/UAPA%203/HTML-v2-/>
3. Oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito [UNODC].
(2023). *El Informe Mundial sobre las Drogas 2023 de UNODC advierte sobre crisis convergentes a medida que los mercados de drogas se expanden*. UNODC. <https://www.unodc.org/lpomex/noticias/junio-2023/el-informe-mundial-sobre-las-drogas-2023-de-unodc-advierte-sobre-crisis-convergentes-a-medida-que-los-mercados>
4. Comisión Nacional de Seguridad de Tránsito [CONASET]. (s.f.).
Clasificación de las drogas y sus efectos en el tránsito. CONASET.
<https://www.conaset.cl/alcohol-y-conduccion/clasificacion-de-las-drogas-y-sus-efectos-en-el-transito/>
5. Infoadicciones. (s.f.). *Tipos de consumo de sustancias*. Infoadicciones.
<https://infoadicciones.org/tipos-de-consumo-de-sustancias/>
6. Centros de Integración Juvenil [CIJ]. (s.f.). *Estrategia Aula: Información sobre drogas*. CIJ.
http://www.cij.gob.mx/DrogasInformato/pdf/EstrategiaAulaSEP_InfoDrogas_CIJ.pdf

7. MedlinePlus. (s.f.). *Consumo de drogas y adicción*. Biblioteca Nacional de Medicina de los Estados Unidos. <https://medlineplus.gov/spanish/druguseandaddiction.html>
8. Instituto Mexicano del Seguro Social [IMSS]. (s.f.). *Adicciones*. IMSS. <https://www.imss.gob.mx/salud-en-linea/adicciones>
9. Secretaría de Salud. (s.f.). *Centro de Documentación en Medicina* (CDM). Secretaría de Salud. <https://salud.gob.mx/unidades/cdi/documentos/CDM.htm>
10. Instituto Nacional del Cáncer [NCI]. (s.f.). *Abuso de drogas*. U.S. National Institutes of Health. <https://www.cancer.gov/espanol/publicaciones/diccionarios/diccionario-cancer/def/abuso-de-drogas>
11. Fundación de Ayuda contra la Drogadicción [FAD]. (s.f.). *Píldora informativa sobre drogas*. FAD. <https://fad.es/siof/siof/pildora>
12. **National Institute on Drug Abuse**. (s.f.). *Factores de riesgo*. Partnership to End Addiction. <https://drugfree.org/recursos-en-espanol/prevencion-y-accion-temprana/factores-de-riesgo/>
13. Oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito [UNODC]. (s.f.). *Señales de consumo de drogas*. UNODC. <https://www.unodc.org/drugs/es/get-the-facts/signs-of-drug-use.html>
14. Quirónsalud. (s.f.). *Orientación sobre adicciones y prevención para adolescentes de 11 a 14 años*. Quirónsalud. <https://www.quironsalud.com/kenko/es/11-14-anos/orientacion-adicciones-prevencion>
15. Pérez, J. M. (2016). *La prevención del consumo de drogas en la escuela: Un enfoque integral*. Revista Iberoamericana de Educación, 66(7), 115–130. <https://rieoei.org/historico/documentos/rie66a07.pdf>
16. National Institute on Drug Abuse [NIDA]. (s.f.). *Prevención del abuso de drogas: La mejor estrategia*. U.S. National Institutes of Health. <https://nida.nih.gov/es/publicaciones/las-drogas-el-cerebro-y-la-conducta-la-ciencia-de-la-adiccion/prevencion-del-abuso-de-drogas-la-mejor-estrategia>

17. Secretaría de Educación Pública [SEP]. (s.f.). *Estrategia en el aula*. SEP. <https://estrategiaenelaula.sep.gob.mx/>
18. Gómez, A., & Pérez, M. (2017). Síntomas psicopatológicos, estrés y burnout en estudiantes de medicina. *Educación Médica*, 18(3), 129-136. <https://doi.org/10.1016/j.edumed.2017.02.005>
19. Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social. (s.f.). *Efectos de la metanfetamina a largo plazo*. Plan Nacional sobre Drogas. <https://pnsd.sanidad.gob.es/ciudadanos/informacion/sustanciasPsicoactivas/metanfetamina/menuMetanfetamina/largoPlazo.htm>
20. Pan American Health Organization [PAHO]. (s.f.). *Abuso de sustancias*. PAHO. <https://www.paho.org/es/temas/abuso-sustancias>