

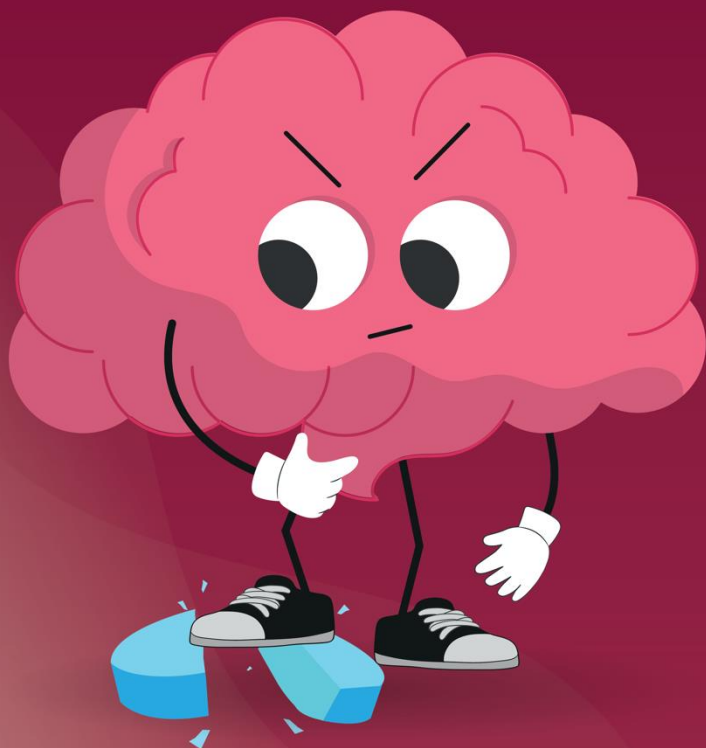


EDUCACIÓN

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA

SI TE DROGAS, TE DAÑAS

GUIA DIDÁCTICA



AÑO DE
2024

Felipe Carrillo
PUERTO

BENEMÉRITO DEL PROLETARIADO,
REVOLUCIONARIO Y DEFENSOR
DEL MAYAB

Créditos

Leticia Ramírez Amaya

Secretaria de Educación Pública

Nora Ruvalcaba Gámez

Subsecretaria de Educación Media Superior

Silvia Aguilar Martínez

Coordinadora Sectorial de Fortalecimiento Académico

Elaborado por:

Dulce Fernanda Delgado Román
Michelle Saldaña Tapia
Kristian Omar Tristán Tristán

Diseño gráfico

Rosalinda Moreno Zanela

Primera edición, 2024

Subsecretaría de Educación Media Superior
Av. Universidad 1200 Col. Xoco. Benito Juárez. C.P. 03330,
Ciudad de México (CDMX).
Distribución gratuita. Prohibida su venta.

INDICE

Introducción	4
Objetivos.....	6
Información básica sobre el fentanilo y otras drogas químicas.....	8
El fentanilo	9
Si necesitas ayuda solicítala	14
Proyecto escolar para prevenir y actuar ante la presencia del fentanilo en la comunidad	15
Metodología sugerida	15
Propuesta de organización de sesiones por título	15
Proyecto para prevenir y actuar ante la presencia del fentanilo en la comunidad	16
1. ¿Qué sabes del fentanilo? ¿Qué está pasando en tu comunidad? ...	17
2. ¿Cómo identificar los síntomas, causas y consecuencias sociales, físicas y emocionales de alguien que consume fentanilo?	18
3. ¿A quién podemos solicitarle ayuda?	20
4. ¿Qué problemática existe en nuestra escuela o comunidad?.....	21
5. ¿Qué puedo hacer cómo comunidad educativa para resolverlo?	22
6. ¿Qué necesito para llevar a cabo mi estrategia?	23
Etapas 1. Punto de partida	26
Etapas 2. Lo que sé y lo que quiero saber	27
Etapas 3. Organicemos las actividades.....	28
Etapas 4. Creatividad en marcha	29
Etapas 5. Compartimos y coevaluamos lo aprendido.....	32
Etapas 6. Comparto y autoevalúo mi experiencia	33
Propuesta de especificaciones para el video corto... ..	34
Anexo I. Autorización de uso de imagen.....	39
Autorización de uso de imagen	39
Anexo II. Material de consulta	40
Anexo III. Otras drogas químicas.....	40
Glosario.....	42
Atención de adicciones	44
Referencias	45

Introducción

A lo largo del tiempo, en diversas partes del mundo, incluyendo México, el uso excesivo de sustancias como el fentanilo y otras drogas químicas ha ido en aumento, especialmente entre las y los adolescentes y jóvenes, convirtiéndolos en un grupo vulnerable y afectando sus oportunidades de crecimiento personal y metas futuras.

Estas sustancias provocan alteraciones en el funcionamiento cerebral, generando comportamientos fuera de lo normal, así lo refiere la **Organización Mundial de la Salud (OMS)** en sus informes del año 2021, donde se estima que aproximadamente **296 millones de personas**, es decir, el **5.8%** de la **población mundial** de entre 15 a 64 años, **han consumido drogas al menos una vez**, de los cuales unos 60 millones aproximadamente han utilizado opioides.

Entre estas sustancias, el **fentanilo** es un **opioide sintético extremadamente potente** que se destaca por su popularidad y alta demanda, siendo **hasta 50 veces más potente que la heroína y 100 más que la morfina**, lo que lo hace aún más peligroso. Aunado a esto, el riesgo de adicción desde el primer consumo es gravemente alto, debido a su efecto analgésico y su rápida acción, misma que genera una necesidad urgente de prevención y sensibilización, principalmente entre los adolescentes en el ámbito educativo.

La **Secretaría de Educación Pública** ha asumido un compromiso vital en esta tarea, estableciendo la implementación de **la Estrategia en el Aula: "Si te drogas te dañas"** con la intención de instrumentar una pauta educativa que informe y contribuya a la prevención del consumo de drogas entre estudiantes de educación básica y media superior.

Dicha estrategia ha sido diseñada en consonancia con el marco curricular común, el cual aboga por la concepción de que somos sujetos tanto colectivos como independientes. Esta iniciativa propone el reconocimiento de comportamientos éticos y morales, fomentando la participación de los adolescentes como protagonistas en la transformación social, estimulando su capacidad creativa y pensamiento crítico.

Con base en lo mencionado la siguiente **guía didáctica** ofrece a los maestros una propuesta formativa donde las y los estudiantes no sólo adquieren **conciencia sobre los riesgos asociados al consumo** específicamente del fentanilo y otras drogas químicas; sino que también plantea la oportunidad de **desarrollar un proyecto que conciba situaciones reales o problemáticas** que enfrenta la comunidad; como lo es el consumo de fentanilo. De esta manera, se busca no solo informar, sino también **impulsar acciones comunitarias** que contribuyan al bienestar y la salud del entorno social del estudiante.

Además, no debe perderse de vista que el complemento perfecto para que esta propuesta cobre sentido, es la **Estrategia de Educación para la Promoción de Estilos de Vida Saludables ¡Acción-EMS! Por la salud**; ya que en los siete temas propuestos en su guía temática para el docente y sus diversos recursos, se pueden encontrar alternativas para facilitar procesos de comunicación entre docentes y estudiantes para informar sobre la importancia del cuidado de la salud, física, mental, emocional y corporal; tanto en el ámbito personal, familiar, comunitario, como en el social.

Derivado de esto, hacemos la atenta invitación para que durante el ejercicio de esta propuesta se trabaje de la siguiente manera vinculando ambas estrategias educativas:

- El desarrollo de los temas en el aula de ¡Acción-EMS! se llevará a cabo los martes, durante 15 minutos. Se sugiere realizarlo en el turno matutino en un horario de 11:00 a 11:15 hrs. y de 17:00 a 17:15 hrs en vespertino.
- El desarrollo de los temas de la Estrategia en el Aula: Prevención de Adicciones se llevará a cabo los jueves, durante 15 minutos. Se sugiere realizarlo en el turno matutino en un horario de 11:00 a 11:15 hrs. y de 17:00 a 17:15 hrs en vespertino.
- Las pausas activas serán elegidas de manera voluntaria y se llevarán a cabo en un mismo horario los días: lunes, miércoles y viernes.

Para finalizar estimados docentes, tenemos la certeza de que sus acciones enfocadas en la prevención de adicciones se fortalecen con el trabajo conjunto de toda la comunidad educativa: estudiantes, docentes y familias.

#SiTeDrogasTeDañas

Objetivos

General

Implementar una estrategia integral de prevención del consumo de drogas, con un enfoque específico en el fentanilo y otras drogas químicas, dirigida a estudiantes de educación media superior en México, con el propósito de promover un estilo de vida saludable y prevenir los riesgos asociados al consumo de sustancias psicoactivas.

Específicos

- Sensibilizar a las y los estudiantes sobre los riesgos y consecuencias del consumo de drogas, con especial énfasis en el fentanilo y otras sustancias químicas.
- Brindar herramientas y recursos a las y los docentes para fortalecer la educación preventiva sobre el uso de drogas en el ámbito escolar.
- Fomentar la toma de decisiones informadas y responsables entre las y los estudiantes, promoviendo el autocuidado y un estilo de vida saludable.
- Promover la participación de la comunidad educativa, incluyendo madres y padres de familia, personal administrativo y autoridades escolares, en la prevención del consumo de drogas y la promoción de estilos de vida saludables entre las y los estudiantes.
- Promover un sentido de comunidad entre las y los estudiantes mediante la elaboración de un proyecto para prevenir el consumo de fentanilo y otras drogas químicas.

Cronograma

¡Acción-Ems por tu salud! y Si te drogas te dañas						
Febrero - Julio 2024						
Semana	Fecha	Lunes	Martes ¡Acción-Ems! Por tu salud	Miércoles	Jueves Si te drogas te dañas	Viernes
1	19 al 23 - Feb	Pausa Activa	Hábitos saludables	Pausa Activa	¿Qué sabes del fentanilo? ¿Qué está pasando en tu comunidad?	Pausa Activa
2	26-Feb al 01-Mar	Pausa Activa	Hábitos saludables	Pausa Activa	¿Cómo identificar los síntomas, causas y consecuencias sociales, físicas y emocionales de alguien que consume fentanilo?	Pausa Activa
3	04 al 08 - Mar	Pausa Activa	Alimentación nutritiva e hidratación	Pausa Activa	¿A quién podemos solicitarle ayuda?	Pausa Activa
4	11-15 - Mar	Pausa Activa	Alimentación nutritiva e hidratación	Pausa Activa	¿Qué problemática existe en nuestra escuela o comunidad?	Pausa Activa
5	19-22- Mar	Pausa Activa	Trastornos de la conducta alimentaria	Pausa Activa	¿Qué puedo hacer como comunidad educativa para resolverlo?	Pausa Activa
Periodo vacacional						
6	08 al 12- abr	Pausa Activa	Trastornos de la conducta alimentaria	Pausa Activa	¿Qué necesito para llevar a cabo mi estrategia?	Pausa Activa
7	15-19 - abr	Pausa Activa	Diversidad corporal	Pausa Activa	Etapas 1. Punto de partida	Pausa Activa
8	22 al 26 - abr	Pausa Activa	Activación física	Pausa Activa	Etapas 2. Lo que sé y lo que quiero saber.	Pausa Activa
9	29- abr al 03- may	Pausa Activa	Autolesiones, pensamientos y conductas suicidas	Pausa Activa	Etapas 3. Organicemos las actividades.	Pausa Activa
10	6 al 10 may	Pausa Activa	Autolesiones, pensamientos y conductas suicidas	Pausa Activa	Etapas 4. Creatividad en marcha.	Pausa Activa
11	13 al 17 may	Pausa Activa	Autocuidado y autorregulación	Pausa Activa	Etapas 4.1. Creatividad en marcha: Desarrollo del proyecto	Pausa Activa
12	20 al 24 - may	Pausa Activa	Autocuidado y autorregulación	Pausa Activa	Etapas 4.2. Creatividad en marcha: Impacto a la comunidad	Pausa Activa
13	27 al 31 may	Pausa Activa	Evalúo mi aprendizaje	Pausa Activa	Etapas 5. Compartimos y coevaluamos lo aprendido	Pausa Activa
14	03 al 07 junio	Pausa Activa	Comparto mi experiencia	Pausa Activa	Etapas 6: Comparto y autoevalúo mi experiencia.	Pausa Activa

Información básica sobre el fentanilo y otras drogas químicas

La Organización Mundial de la Salud (OMS) describe a todas aquellas sustancias, que al interior del organismo puede cambiar su forma de percibir el estado de ánimo, cognición, la percepción, conducta y las funciones del movimiento.

Clasificación:

Las drogas se pueden clasificar de distintas formas en función de:

- Su origen: naturales, sintéticas o semisintéticas.
- Su regulación: legales o ilegales.
- Sus efectos: depresores, estimulantes y alucinógenos.

Son conocidas por su uso y su farmacología, de ahí que se cataloguen de acuerdo con sus efectos:

- **Depresoras:** disminuyen la actividad del Sistema Nervioso Central (SNC); son conocidas como sedantes o tranquilizantes, entre los cuales encontramos: el alcohol, marihuana, inhalables, heroína, benzodiacepinas, opiáceos y opioides.
- **Estimulantes:** alteran la actividad cerebral, cardíaca, respiración, la presión arterial y reduce el apetito, como ejemplos tenemos la cafeína, las metanfetaminas, anfetaminas y la cocaína.
- **Alucinógenas:** son aquellas que alteran la realidad y provocan alucinaciones visuales, auditivas y táctiles, aquí se encuentran derivados del cannabis, LSD y hongos. ([Gobierno de México , 2023](#))

De acuerdo con el **Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS, S.F)** en la actualidad existen nuevas sustancias psicoactivas o drogas de diseño que derivan del fentanilo, frecuentemente se mezclan con heroína, cocaína y metanfetaminas y constituyen un riesgo de salud, debido a que no se sabe con exactitud que contienen.



Recordemos que...

- Las y los estudiantes se encuentran constantemente expuestos al consumo de diversas drogas químicas. De las cuales se hace referencia en el Anexo III.
- Informar el impacto negativo que se obtiene del consumo de sustancias psicoactivas es esencial, ya que se obtienen afectaciones a nivel familiar, persona y social. Dentro de los cuales se encuentra el deterioro de las relaciones familiares, bajo estado de ánimo, problemas de conducta y bajo rendimiento escolar.
- Enfatizar con las y los estudiantes los beneficios de disfrutar una adolescencia sin el consumo de sustancias psicoactivas. Las drogas no son una opción, las drogas no son la solución.

El fentanilo

Fue **diseñado originalmente** como **medicamento** para tratar el **dolor intenso o crónico**, además de ser usado como analgésico en cirugía, no obstante, esta droga puede causar graves problemas a la salud y muerte por sobredosis, debido a que su efecto **cien veces más efectivo que la morfina y cincuenta veces más que la heroína**, lo que lo hace aún más peligroso. (Everardo Legaspi Escobedo, S.F)

La historia detrás del fentanilo

En **1960**, el científico **Paul Janssen** logro sintetizar una **droga** que tenía **ventajas comparadas con la morfina** y que parecía no tener muchos efectos adversos. A partir del año siguiente comenzó a utilizarse en quirófanos, en varias dosis, pero todas ellas en pequeñas cantidades. Fue hasta **1968** cuando esta sustancia llamada **Fentanilo**, comenzó a ser utilizada en *Estados Unidos* y, posteriormente en muchos países. (Pinacho, 2023) En **1990** la misma compañía lanzó al mercado parches de fentanilo, pero no fueron suficientes para mitigar el dolor de muchos pacientes, por lo que se continuó con la producción de pastillas a finales de esa década; posteriormente se fabricaron láminas bucales, pulverizadores nasales y comprimidos sublinguales; sin embargo, comenzaron a aparecer **dos problemas** en los pacientes: **la tolerancia y la dependencia**. (Rodríguez, 2021)

Tipos de fentanilo por producción

Everardo Legapsi divide la producción del fentanilo en dos: **El fentanilo farmacéutico** con uso exclusivo por parte de médicos y **el fabricado ilícitamente**.

La verdad del fentanilo

Pinacho (2023), señala que esta sustancia es un **opioide sintético**, no se deriva directo de la planta de amapola ni del opio, facilitando su fabricación en laboratorios, ya que, con **poca cantidad** de fentanilo sirve para producir una **gran suma de pastillas**, por lo que su **producción** es mucho más **sencilla** y **barata** sin embargo, **no tiene** controles de **calidad** y puede estar **mezclado con otras sustancias** como heroína, cocaína y metanfetaminas., lo que lo hace extremadamente peligrosa para la salud, ya que genera efectos similares a la heroína con una concentración menor.

Derivado de las **dificultades** para **detectarlo** por su aspecto u olor y a su alto nivel de adictivo, es una **sustancia atractiva** para las personas que se dedican al tráfico de sustancias psicoactivas.

¿Cómo se ve el fentanilo?

El fentanilo farmacéutico tiene diferentes presentaciones, como lo son:

- Soluciones para inyecciones.
- Pastillas.
- Parches transdérmicos.
- Espray sublinguales y nasales.

Por otro lado el fentanilo de uso ilícito se puede encontrar en varias formas como son:

- Polvo blanco.
- Gotas vertidas sobre papel secante.
- Pequeñas golosinas.
- Goteros para los ojos.
- Vaporizadores nasales.
- Pastillas como analgésicos recetados.
- Pastillas de colores con el sello “M30”. (Everardo Legaspi Escobedo, S.F)

Administración del fentanilo

Everardo Legaspi refiere que el fentanilo puede **administrarse** ya sea por **vía intravenosa, intramuscular, transdérmica o intranasal**.

Efectos durante el consumo del fentanilo

De acuerdo con el mismo autor, empleado de forma ilícita puede generar **efectos inmediatos** como: **la relajación, aletargamiento, adormecimiento, ensoñación y sueño profundo**. (Everardo Legaspi Escobedo, S.F)

Efectos después del consumo de fentanilo

Los **efectos después** de su consumo pueden ser variados, en algunas personas se produce un fuerte **estado de abstinencia** que se manifiesta con la dificultad para **conciliar el sueño, irritabilidad**, episodios de **ansiedad** por el deseo de volverla a consumir e incluso **depresión**. Además de **escalofríos, diarrea, náuseas, vómito, dolor muscular, sudoración, debilidad y fatiga**. (Gobierno de México, 2023)

El consumo

Existen niveles de consumo dependiendo de la frecuencia y cantidad de droga administrada.

1. **Abstinencia:** Conducta alejada del consumo.
2. **Experimental:** Se prueba por curiosidad, es cuando realiza por primera vez.
3. **Ocasional:** Se consume de vez en cuando, se acepta el consumo por invitación, sin tomar la iniciativa de consumir por su cuenta.
4. **Frecuente:** Consumo repetitivo, puede ser varias veces al día, a la semana e incluso diario. ([Cij.gob, s.f](#))
5. **Abuso:** Es cuando el uso de la droga compromete física, mental y socialmente de forma negativa a su entorno emocional. ([InfoAdicciones, 2022](#))
6. **Adicción:** Caracterizada por la dependencia tanto física como psicológica de las sustancias.

La intoxicación

Estado breve después del consumo de sustancias psicoactivas que perturban los niveles de conciencia, cognición, percepción, emociones y el comportamiento. ([Cij.gob, s.f](#))

Síndrome de abstinencia

Piedras define la abstinencia como el **conjunto de signos y síntomas** que aparecen en la persona como **consecuencia de no consumir o disminuir** el consumo de una droga.

Síntomas del síndrome de abstinencia

Everardo Legapsi (S.F) enlista los siguientes síntomas

- Dolores en músculos y huesos.
- Problemas para dormir.
- Diarrea y vómito.
- Temblores o escalofríos.
- Movimientos incontrolables de las piernas.
- Sudoración.
- Deseos intensos de consumir la droga.
- Ansiedad.
- Calambres abdominales.

Señales de alerta por uso de fentanilo

- Cambios bruscos de humor, de entusiasmo a agresividad.
- Cambios en los hábitos de sueño.
- Tendencias a manifestar conductas arriesgadas o búsqueda de emociones extremas. ([Gobierno de México , 2023](#))

Otros riesgos por el consumo del fentanilo

De acuerdo con Everardo Legaspi los riesgos más comunes son:

- Sobredosis.
- Disminución del aporte de oxígeno, lo que puede llevar a un estado de coma y causar daños permanentes al cerebro, así como la muerte.
- Somnolencia.
- Náuseas.
- Perturbaciones visuales.
- Movimientos musculares involuntarios e incontrolados.
- Alucinaciones.
- Delirio.
- Analgesia.
- Falta temporal de las contracciones musculares intestinales.
- Rigidez muscular.
- Dependencia o adicción.
- Pérdida de la conciencia.

¿Qué es una sobredosis?

Es el episodio de **intoxicación aguda** que **provoca efectos físicos y mentales** de tal severidad que pone en **riesgo** la **vida**, llegando a ocasionar la **muerte**.

([Gobierno de México , 2023](#)),(unidad de educacion e investigacion, gobierno de México , S.F)

Señales de sobredosis con el uso de fentanilo

- Pulso débil.
- Aumento en las respiraciones.
- Pupilas contraídas.
- Irritación en la piel.
- Vómito.
- Relajación muscular excesiva.
- Ausencia de la movilidad.
- Piel sudorosa.
- Labios o puntas de los dedos azules. ([Everardo Legaspi Escobedo, S.F](#))

¿Qué hacer si existe una sobredosis por uso de fentanilo?

El **Departamento de Salud y Servicios Humanos de Estados Unidos (Department of Health & Human Services USA)** recomienda que cuando una persona ha consumido fentanilo o cualquier tipo de droga, y su vida se encuentra en riesgo, puedes **seguir los pasos** que se describen a continuación:

- **Llamar al 911.**
- Tratar de mantener a la persona **despierta** y **respirando**.
- Colocar a la persona de costado para **evitar** que se **asfixie**.
- **Quedarse** con la persona **hasta que llegue** el personal de **asistencia** de emergencias.

Tratamiento contra el fentanilo

Existen **dos formas** de **tratamiento** para el consumo del fentanilo, **el farmacológico y el no farmacológico**. (Everardo Legaspi Escobedo, S.F)

Farmacológico: El tratamiento farmacológico para personas que consumen fentanilo es **buprenorfina** y **naltrexona**. El primero disminuye el deseo de la abstinencia. La naltrexona bloquea la acción del fentanilo.

No farmacológico: Para las personas que consumen fentanilo, se han empleado programas como lo son: **terapias conductuales, entrevistas motivacionales y manejo de contingencias**. Se han encontrado mejores resultados al **combinar** dichos **tratamientos** farmacológico y no farmacológico.

El consumo del fentanilo es irreversible

- Falta de diversidad corporal
- Alteraciones musculares
- Problemas con las articulaciones
- Alteraciones del sueño
- Trastornos en la salud mental: ansiedad y depresión
- Problemas cardíacos (Gobierno de México , 2023)

Tener presente...

- El fentanilo es la droga más potente y adictiva.
- Se comercializa en diversas modalidades.
- Tiene impacto irreversible y vuela a las personas más violentas.



Si necesitas ayuda solicítala

Atención presencial

1. Directorio Nacional de las Unidades de Especialidad Médica. Centros de Atención primaria en adicciones. (UNEME CAPA)
<https://www.ssaver.gob.mx/ceca/uneme-capa-centro-de-atencion-primaria-en-adicciones/>
2. Directorio Nacional de las Unidades de Atención de los centros de integración Juvenil A.C. (CIJ)
<https://www.cij.org.mx:89/>
<https://www.gob.mx/salud/cij>
3. Directorio Ciudad de México. Centros de Atención de Adicciones. (CAA CDMX)
<https://www.iapa.cdmx.gob.mx/storage/app/media/uploaded-files/DIRECTORIO%20DE%20CENTROS%20ACTUALIZADO.pdf>

Atención a distancia (telefónica y en línea)

1. Línea de la vida. Comisión Nacional contra las Adicciones.
Teléfono: **800 911 2000**
Redes sociales: **@LineaDe_laVida**
2. CIJ Contigo. Centros de Integración Juvenil A.C.
Teléfono: **55 5212 1212**
WhatsApp: **55 3069 0030** y **55 1856 5224**
Telegram: **55 4555 1212**
Redes sociales: **@CIJ_Adicciones**
3. ConTacto Joven. Instituto Mexicano de la Juventud.
WhatsApp: **55 7900 9669**
Redes sociales: **#ConTactoJoven.**

Proyecto escolar para prevenir y actuar ante la presencia del fentanilo en la comunidad

El presente proyecto invita a **observar, analizar e intervenir** sobre la realidad, ello implica un mayor conocimiento de distintos ámbitos de la realidad, favorece la toma de conciencia a través del análisis de los factores que están incidiendo en la misma y estimula a la puesta en acción de actividades que promueven el compromiso cívico, entendido éste como las acciones individuales y colectivas encaminadas a identificar y abordar cuestiones de interés público como lo es el riesgo que representa el Fentanilo en la actualidad.

Metodología sugerida

El **Aprendizaje Servicio (As)** es una propuesta educativa que **combina** procesos de **aprendizaje** y de **servicio a la comunidad** en un único proyecto bien articulado en el que los participantes aprenden a la vez que trabajan en necesidades reales del entorno con la finalidad de mejorarlo.

Conduce a los adolescentes a **construir relaciones positivas** con los miembros de la **comunidad** y conecta sus experiencias con los Recursos Sociocognitivos, con conocimientos de Cuidado Físico y Corporal y aprendizajes de Bienestar Emocional Afectivo.

Desarrolla una **comprensión** más profunda de sí mismos y una mayor **empatía** y **respeto** por los demás. Aplicar su energía y creatividad a las necesidades de la comunidad.

Implicar a toda la **comunidad educativa**, desde docentes, estudiantes y padres de familia. Desarrolla diversas dimensiones relacionadas con el compromiso cívico: mayor participación en la comunidad, mayor ejercicio de ciudadanía y mayor conciencia de cuestiones sociales.

Propuesta de organización de sesiones por título

1. ¿Qué sabes del fentanilo? ¿Qué está pasando en tu comunidad?
2. ¿Cómo identificar los síntomas, causas y consecuencias sociales, físicas y emocionales de alguien que consume fentanilo?
3. ¿A quién podemos solicitarle ayuda?
4. ¿Qué problemática existe en nuestra escuela o comunidad?
5. ¿Qué puedo hacer cómo comunidad educativa para resolverlo?
6. ¿Qué necesito para llevar a cabo mi estrategia?


Proyecto para prevenir y actuar ante la presencia del fentanilo en la comunidad

7. Etapa 1. Punto de partida.
8. Etapa 2. Lo que sé y lo que quiero saber.
9. Etapa 3. Organicemos las actividades.
10. Etapa 4. Creatividad en marcha.
11. Etapa 5. Compartimos y coevaluamos lo aprendido.
12. Etapa 6. Comparto y autoevalúo mi experiencia.

1. ¿Qué sabes del fentanilo? ¿Qué está pasando en tu comunidad?

Actividad sugerida (10-15 minutos)

NOTA: Se sugiere organizar a las y los estudiantes, con la finalidad de preparar lo necesario para realizar la actividad. Posteriormente, socializar los materiales en el aula.

Título	El Fentanilo
Objetivo	Promover la reflexión en las y los estudiantes acerca del fentanilo.
Recursos	Pizarrón, marcador, gis y borrador
Inicio (2 minutos)	<p>El o la docente</p> <ol style="list-style-type: none"> Informará a las y los estudiantes sobre el objetivo del tema a desarrollar, la dinámica y su duración. Partirá de una pregunta detonadora: En la actualidad existe una droga que se ha popularizado llamada "fentanilo". ¿Qué saben al respecto? <p>En la comunidad, hoy por hoy, es frecuente escuchar sobre el aumento de consumo de drogas como el fentanilo.</p>
Desarrollo (8 minutos)	<ol style="list-style-type: none"> El o la docente dividirá el grupo en 2 equipos, en el cual se iniciará un debate para identificar como afecta el consumo de fentanilo en la comunidad. Un equipo estará a favor de la venta del fentanilo, y el otro estará en contra. Orientar el debate con preguntas detonadoras, se sugieren las siguientes: <ul style="list-style-type: none"> ¿Cómo crees que impacte (económico, social, en la salud, familiar, etc., a tu comunidad el consumo de fentanilo? ¿Qué riesgos consideran que presenta una comunidad vulnerable al consumo de fentanilo?
Cierre (5 minutos)	<p>Al final del debate el o la docente concluirá que son mayores los efectos negativos en varios ámbitos.</p> <p>Al final el o la docente cerrará con la frase: #SiTeDrogasTeDañas</p>
Consultar el recurso para la siguiente actividad	<p>Instituto de la Anatomía Humana, ¿Por qué el FENTANILO es INCREÍBLEMENTE peligroso?, 2023, https://bit.ly/3UcfAvc</p> 

2. ¿Cómo identificar los síntomas, causas y consecuencias sociales, físicas y emocionales de alguien que consume fentanilo?

Actividad sugerida (10-15 minutos)

Título	Y tú, ¿Qué harías?
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> Reconocer si una persona es consumidor de fentanilo por sus signos y síntomas. Identificar cuáles podrían ser las causas que lo indujeron al consumo. Determinar cuáles pudieran ser las consecuencias sociales, físicas y emocionales de su consumo.
Recursos	Pizarrón, gis, marcador y borrador.
Inicio (3 minutos)	<p>Se informará a las y los estudiantes sobre el objetivo de la actividad, la dinámica y la duración.</p> <p>Se partirá de una situación ficticia. Por ejemplo:</p> <p>Un amigo de patricio se le acerca a venderle unas pastillas de colores que lo harán sentir mucho mejor. Roberto las compro por qué eran baratas y quería sentirse con ánimos y sin ansiedad. Una vez que las tomo comenzó a sentirse diferente, adormecido, confundido y sentía que alguien lo perseguía. Después de clases se dirigió a las canchas de fútbol para su partido. Minutos después Patricio comenzó a comportarse de forma agresiva, poco usual, con dificultad para respirar, sus pupilas estaban del tamaño de un alfiler y sus labios se tornaron de un color azul.</p>
Desarrollo (9 minutos)	<p>Después de leer el caso, el o la docente planteará preguntas orientadas a la reflexión. Sugerencia de preguntas detonadoras:</p> <p>¿Crees que Patricio consumió fentanilo?</p> <p>¿Cuáles son los síntomas preocupantes que presenta Patricio?</p> <p>¿Crees que Patricio estaba pasando por una depresión?</p> <p>¿Cuáles son las consecuencias a las que se pudiera enfrentar Patricio si es consumidor habitual?</p>
Cierre (3 minutos)	<p>Al finalizar el o la docente hará una retroalimentación sobre como los síntomas de patricio afectaron el partido y la relación con sus compañeros.</p> <p>Al final el o la docente cerrará con la frase:</p> <p>#SiTeDrogasTeDañas</p>

**ACTIVIDAD
EN CASA**

Proporcione a las y los estudiantes la siguiente tabla para el llenado en casa. El o la estudiante leerá las siguientes acciones. Y responderá si considera si son falsas o verdadera.

Acción	Falso	Verdadero
Con la primera vez que consumes, no te enganchas.		
El fentanilo disminuye la violencia en las comunidades.		
El fentanilo puede ocasionar trastornos en la salud mental como ansiedad y depresión.		
El fentanilo genera pérdida de interés en las actividades cotidianas y de convivencia.		
2gr de fentanilo pueden provocar una sobredosis.		
El fentanilo no disminuye las funciones vitales como la respiración y el pulso cardíaco.		
El fentanilo no es tan adictivo y potente como se dice.		
Las y los estudiantes compartirán sus conclusiones con sus compañeros		


**Consultar el
recurso para
la actividad**

CONASAMA. Mitos y realidades del consumo de sustancias.
<https://bit.ly/3TOastb>

A square QR code with a black and white pixelated pattern. In the bottom right corner, there is a small logo consisting of the word 'مكتبة' (Maktaba) in Arabic script above a stylized open book icon.

3. ¿A quién podemos solicitarle ayuda?

Actividad sugerida (10-15 minutos)

Título	¿Cómo le hago?									
Objetivo	Informar a las y los estudiantes los medios por los cuales podrían recibir atención e información acerca de las adicciones.									
Recursos	Pizarrón, gis, marcador, borrador, papel, pluma.									
Inicio (2 minutos)	<ul style="list-style-type: none">Indagar conocimientos previos sobre la noción que las y los adolescentes tienen acerca de a quién pueden solicitar ayuda en caso de riesgo de consumo de fentanilo en la comunidad.Orientar para que las y los estudiantes denoten las organizaciones de atención de orden público y privado que pueden existir en su comunidad.									
Desarrollo (10 minutos)	<ul style="list-style-type: none">La o el docente partirá de una pregunta detonadora: ¿cuáles son los tratamientos que existen para la adicción al fentanilo?Proporcionará información sobre los diferentes tratamientos médicos (desintoxicación, terapia de reemplazo de opioides) y psicológicos (terapia cognitivo conductual, terapia racional emotiva, terapia motivacional)<ul style="list-style-type: none">a) Se conformarán equipos de 6 integrantes.b) Las y los estudiantes discutirán las ventajas y desventajas de los diferentes tratamientos.c) Las y los estudiantes llenarán la siguiente tabla. <table><tr><td></td><td>Tratamientos médicos</td><td>Tratamientos psicológicos</td></tr><tr><td>Ventajas</td><td></td><td></td></tr><tr><td>Desventajas</td><td></td><td></td></tr></table> <ul style="list-style-type: none">d) Las y los explicarán sus conclusiones sobre los tratamientos médicos.		Tratamientos médicos	Tratamientos psicológicos	Ventajas			Desventajas		
	Tratamientos médicos	Tratamientos psicológicos								
Ventajas										
Desventajas										
Cierre (3 minutos)	<p>Al completar la tabla, la o el docente conducirá a una reflexión sobre los efectos secundarios de los tratamientos médicos y hará énfasis en que ninguno es mejor que otro, generalmente se combinan entre sí.</p> <p>Al final el o la docente cerrará con la frase: #SiTeDrogasTeDañas</p>									
Material de consulta	<p>Javier Ortiz coach adicciones los tres momentos más importantes en la recuperación de un adicto, España, 2020 https://bit.ly/3hlgaz9</p> 									

4. ¿Qué problemática existe en nuestra escuela o comunidad?

Actividad sugerida (10-15 minutos)

NOTA: se sugiere organizar a las y los estudiantes, con la finalidad de preparar lo necesario para realizar la actividad. Posteriormente, socializar los materiales en el plantel o en el aula.

Título	<i>Mi escuela, mi comunidad</i>
Objetivo	Analizar la posible presencia del consumo de fentanilo en la escuela y la comunidad
Recursos	Pizarrón, gis, marcadores, proyector, computadora.
Inicio (2 minutos)	El o la docente explicará la importancia de observar el comportamiento de sus compañeros para identificar si existe el uso de sustancias ilícitas, con el fin de prevenir.
Desarrollo (8 minutos)	<ul style="list-style-type: none"> a) Divida a las y los estudiantes en equipos y proporcione, por equipo una pregunta que les permitan analizar sobre el consumo de fentanilo en la escuela y la comunidad. <ul style="list-style-type: none"> • ¿Cuáles podrían ser los cambios de comportamiento que permitirían identificar si alguien consume fentanilo? • ¿Hay rumores o conversaciones sobre el fentanilo entre las y los estudiantes? • ¿Qué pudiéramos hacer para prevenir el consumo de fentanilo? b) Pídales que observen patrones de comportamiento, cambios físicos o cualquier indicio que puedan identificar. c) Anime a las y los estudiantes a compartir sus observaciones. d) Fomente un ambiente de respeto.
Cierre (5 minutos)	<p>Aliente a las y los estudiantes a solicitar ayuda u orientación acerca del uso del fentanilo y otras drogas químicas.</p> <p>Al final el o la docente cerrará con la frase: #SiTeDrogasTeDañas</p>

5. ¿Qué puedo hacer cómo comunidad educativa para resolverlo?

Actividad sugerida (10-15 minutos)

NOTA: se sugiere organizar a las y los estudiantes, con la finalidad de preparar lo necesario para realizar la actividad. Posteriormente, socialicen los materiales en el plantel o en él aula.

Título	¿Qué hago por mi escuela?
Objetivo	Implementar estrategias que puedan llevar a cabo en su escuela para resolver el problema del consumo de fentanilo.
Recursos	Pizarrón, gis, marcadores, proyector, computadora.
Inicio (2 minutos)	El o la docente dará una breve explicación del por qué es importante establecer estrategias para prevenir el consumo de fentanilo en la comunidad escolar.
Desarrollo (8 minutos)	<ul style="list-style-type: none"> a) Formar equipos de 6 estudiantes. b) Se pedirá a las y los estudiantes que reflexionen cuáles podrían ser las acciones que coadyuven a la resolución del problema del fentanilo en la escuela. c) Las y los estudiantes buscarán estrategias que permitan prevenir el consumo de fentanilo en su escuela d) Fomente la creatividad, puede ser a través de actividades deportivas, artísticas y/o culturales.
Cierre (5 minutos)	<p>Pida a las y los estudiantes que reflexionen de manera individual cuál pudiera ser su contribución personal para prevenir el consumo del fentanilo.</p> <p>Al final el o la docente cerrará con la frase: #SiTeDrogasTeDañas</p>

6. ¿Qué necesito para llevar a cabo mi estrategia?

Actividad sugerida (10-15 minutos)

NOTA: se sugiere organizar a las y los estudiantes, con la finalidad de preparar lo necesario para realizar la actividad. Posteriormente, socialicen los materiales en el plantel o en el aula.

Título	¿Qué hago por mi escuela?
Objetivo	Analizar cuáles serán los recursos necesarios para llevar a cabo su estrategia de prevención del consumo de fentanilo.
Recursos	Pizarrón, gis, marcadores, proyector, computadora.
Inicio (2 minutos)	El o la docente dará una breve explicación de porque es importante organizar su estrategia con tiempo y tener los recursos necesarios.
Desarrollo (8 minutos)	a) A los equipos formados la clase anterior, se les pedirá que reflexionen cuales son los recursos que necesitan para llevar a cabo la estrategia que eligieron la clase anterior y que justifiquen el objetivo de ese material.
Cierre (5 minutos)	Pida a las y los estudiantes que reflexionen de manera individual ¿Cuál pudiera ser su contribución personal para prevenir el consumo del fentanilo? Al final el o la docente cerrará con la frase: #SiTeDrogasTeDañas

Título:

- Punto de partida.
- Lo que sé y lo que quiero saber.
- Organicemos las actividades.
- Creatividad en marcha.
- Compartimos y evaluamos lo aprendido.

El presente proyecto invita a observar, analizar e intervenir sobre la realidad, ello implica un mayor conocimiento de distintos ámbitos de la realidad, favorece la toma de conciencia a través del análisis de los factores que están incidiendo en la misma e invita a la puesta en acción de actividades que promueven el compromiso cívico, entendido éste como las acciones individuales y colectivas encaminadas a identificar y abordar cuestiones de interés público como lo es el riesgo que representa el Fentanilo en la actualidad.

Etapas:

Etapas 1. Punto de partida

Es el inicio del proyecto de AS y puede nacer del interés de las y los estudiantes quienes serán los protagonistas, o bien de la necesidad de responder a una demanda concreta de la comunidad o a una problemática comunitaria. Inicialmente se comparte entre quienes integran el grupo escolar, y conforme se va desarrollando el proyecto, entonces se va compartiendo y haciendo partícipes al resto de la comunidad.

En ocasiones, la motivación para llevar a cabo un proyecto puede derivar de la experiencia del alumnado frente a un acontecimiento específico real, por lo que es necesario iniciar con actividades de sensibilización e informativas para enriquecer el planteamiento y generar la apropiación de la propuesta. Se recomienda que durante esta etapa se involucre a quienes serán los aliados, colaboradores y actores (comunidad escolar y familia), ya que si éstos conocen a fondo el tipo de propuesta que se llevará a cabo, contribuirán a enriquecer la experiencia; es así como todos los actores que participan en el proyecto se convierten en protagonistas tanto del aprendizaje como del servicio

Etapas 2. Lo que sé y lo que quiero saber

Durante esta etapa, habrá que guiar actividades para conocer la realidad sobre la que se trabajará, por lo que es indispensable que el maestro recabe información, identifique los recursos con los que se cuenta y establezca vínculos con la familia y la comunidad

Es el momento en el que se generan actividades que permitan clarificar la realidad sobre lo que se trabajará, por lo que es indispensable recabar información y contar con el apoyo de otros aliados, después de haber identificado cuáles son las necesidades reales y los recursos con los que se cuenta. También será periodo en el que se realicen actividades de análisis y debates para proponer un diagnóstico participativo donde la comunidad escolar pueda hacer escuchar sus voces a partir del análisis y valoración de la información obtenida, y pudiera haber necesidad de tener que realizar algún tipo de acotación de la demanda a abordar y proponer alternativas de acción.

Etapas 3. Organicemos las actividades

Se trata de guiar actividades que articulen la intencionalidad pedagógica con la intencionalidad del servicio para cuestionar lo que se hará y con cuáles recursos humanos y materiales se cuenta. Durante esta etapa, suele recurrirse a las herramientas básicas de la planificación pedagógica y ejecución de proyectos sociales, partiendo de preguntas como: ¿Qué? ¿Por qué? ¿Para qué? ¿A quiénes? ¿Cómo? ¿Cuándo? ¿Quiénes? ¿Con qué? ¿Cuánto? ¿Con quiénes?

Se requiere una descripción clara de las acciones a realizar, de los recursos, los tiempos necesarios y los responsables para alcanzar los objetivos propuestos. También deberán considerarse los recursos materiales necesarios (espacios físicos, textos, papelería, etcétera), indicando de cuáles se dispone y cuáles pueden obtenerse. Habrá que tener cuidado de no perder de vista cuál es la vinculación curricular del proyecto y verificar que las actividades permitan el logro de los aprendizajes.

Etapas 4. Creatividad en marcha

Es la puesta en práctica de lo planificado en el diseño del proyecto e incluye el monitoreo de las actividades, espacios y tiempos de los responsables de cada actividad, lo cual implica el seguimiento tanto de los contenidos curriculares a desarrollar como del servicio. En este proceso de concreción del proyecto tendrán un papel muy importante la interacción entre estudiantes, maestros y la familia quienes deben formalizar los acuerdos y vinculaciones con la comunidad.

Hay que considerar que en ciertos casos las alianzas que establece la institución educativa obedecen a la necesidad de contar con algún tipo de recurso para la puesta en marcha del proyecto.

Etapas 5. Compartimos y evaluamos lo aprendido

Al concluir el proyecto se propone una actividad para la evaluación final de los resultados, así como el cumplimiento de los objetivos y logros del proyecto. En esta etapa se consideran tanto los resultados de la experiencia académica, como el cumplimiento de los objetivos en función del servicio a la comunidad. Habrá que prestar atención al grado de protagonismo de las y los estudiantes en el proyecto, así como el grado de integración entre el aprendizaje, además de integrar la autoevaluación por parte de las y los estudiantes y reflexionar sobre el logro del proyecto. Por otra parte, es el momento de plantear la continuidad de la experiencia, evaluar su factibilidad o la posibilidad de iniciar otro proyecto.

Etapas 6. Comparto y autoevalúo mi experiencia

Adicionalmente, las y los estudiantes compartirán su experiencia destacando su aprendizaje y procederán a realizar una autoevaluación que les permita identificar lo aprendido y los elementos de mejora cognitivos y actitudinales.

Etapa 1. Punto de partida

Actividad sugerida (10-15 minutos)

Título	Nuestra propuesta
Objetivo	Elegir el tema de la propuesta e identificar la demanda social o problemática de la comunidad relacionada con el fentanilo.
Recursos	Los insumos desarrollados durante las sesiones anteriores, los temas de la estrategia de educación para la promoción de estilos de vida saludable y los que sugieran las y los estudiantes.
Inicio	<p>En ocasiones, la motivación para llevar a cabo un proyecto puede derivar de la experiencia del alumnado frente a un acontecimiento específico real, por lo que es necesario iniciar con actividades de sensibilización e informativas para enriquecer el planteamiento y generar la apropiación de la propuesta.</p> <ul style="list-style-type: none"> Sensibilizar a las y los estudiantes para que identifiquen en equipos de trabajo la demanda social o problema de la comunidad relacionada con el fentanilo.
Desarrollo	<p>Las y los estudiantes deben involucrar a quienes serán los aliados, colaboradores y actores (comunidad escolar y familia), ya que si éstos conocen a fondo el tipo de propuesta que se llevará a cabo, contribuirán a enriquecer la experiencia; es así como todos los actores que participan en el proyecto se convierten en protagonistas tanto del aprendizaje como del servicio.</p> <ul style="list-style-type: none"> Orientar a los equipos de trabajo para que acuerden el cómo pueden involucrar serán los aliados, colaboradores y actores (comunidad escolar y familia) que les serán necesarios en su propuesta.
Cierre	<ul style="list-style-type: none"> Guiar a los equipos de trabajo para que escriban el tema de su propuesta y acuerden cómo identificarán la demanda social o problemática de la comunidad relacionada con el fentanilo. Solicitar a los equipos de trabajo que recaben información sobre el tema elegido. <p>Al final el o la docente cerrará con la frase:</p> <p>#SiTeDrogasTeDañas</p>

Etapa 2. Lo que sé y lo que quiero saber

Actividad sugerida (10-15 minutos)

Título	Lo que sé y lo que quiero saber
Objetivo	Conocer la realidad sobre la que se trabajará e identificar los recursos con los que se cuenta y establecer vínculos con la familia y la comunidad.
Recursos	Los insumos desarrollados durante las sesiones anteriores, los temas de la estrategia de educación para la promoción de estilos de vida saludable y los que sugieran las y los estudiantes.
Inicio	<p>Es el momento en el que se generan actividades que permitan clarificar la realidad sobre lo que se trabajará, por lo que es indispensable recabar información y contar con el apoyo de otros aliados, después de haber identificado cuáles son las necesidades reales y los recursos con los que se cuenta.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dialogar sobre la información recabada e identificar necesidades reales y recursos necesarios para la propuesta de los equipos de trabajo.
Desarrollo	<p>También será periodo en el que se realicen actividades de análisis y debates para proponer un diagnóstico participativo donde la comunidad escolar pueda hacer escuchar sus voces a partir del análisis y valoración de la información obtenida, y pudiera haber necesidad de tener que realizar algún tipo de acotación de la demanda a abordar y proponer alternativas de acción.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Proponer a los equipos de trabajo que dialoguen sobre la realidad de su comunidad con respecto al fentanilo. • Pedir que identifiquen los recursos con los que cuentan y lo hay en la comunidad que se pueda utilizar en beneficio de su propuesta.
Cierre	<ul style="list-style-type: none"> • Solicitar a los equipos de trabajo que de tarea, investiguen propuestas de solución ante la problemática detectada en torno al fentanilo. <p>Al final el o la docente cerrará con la frase:</p> <p>#SiTeDrogasTeDañas</p>

Etapas 3. Organizamos las actividades

Actividad sugerida (10-15 minutos)

Título	Organizamos las actividades
Objetivo	Articular las actividades con la intención de servicio para cuestionar lo que se hará y con cuáles recursos humanos y materiales se cuenta.
Recursos	Los insumos desarrollados durante las sesiones anteriores, los temas de la estrategia de educación para la promoción de estilos de vida saludable y los que sugieran las y los estudiantes.
Inicio	<ul style="list-style-type: none"> Concientizar a las y los estudiantes sobre la intencionalidad del proyecto.
Desarrollo	<ul style="list-style-type: none"> Solicitar a las y los estudiantes que planifiquen su proyecto con ayuda de las siguientes preguntas: ¿Qué? ¿Por qué? ¿para qué? ¿A quiénes? ¿Cómo? ¿Cuándo? ¿Quiénes? ¿Con qué? ¿Cuánto? ¿Con quiénes?
Cierre	<p>Se requiere una descripción clara de las acciones a realizar, de los recursos, los tiempos necesarios y los responsables para alcanzar los objetivos propuestos. también deberán considerarse los recursos materiales necesarios (espacios físicos, textos, papelería, etcétera), indicando de cuáles se dispone y cuáles pueden obtenerse. Habrá que tener cuidado de no perder de vista cuál es la vinculación curricular del proyecto y verificar que las actividades permitan el logro de los aprendizajes.</p> <ul style="list-style-type: none"> Solicitar a los equipos de trabajo que acuerden las acciones que han de desarrollar para resolver el problema detectado en relación con el fentanilo. <p>Al final el o la docente cerrará con la frase:</p> <p>#SiTeDrogasTeDañas</p>

Etapa 4. Creatividad en marcha

Actividad sugerida (10-15 minutos)

Título	<i>Creatividad en marcha</i>
Objetivo	Diseñar el proyecto y monitorear las actividades, espacios y tiempos de los responsables de cada actividad, a través del seguimiento tanto de los contenidos curriculares a desarrollar como del servicio.
Recursos	Los insumos desarrollados durante las sesiones anteriores, los temas de la estrategia de educación para la promoción de estilos de vida saludable y los que sugieran las y los estudiantes.
Inicio	<p>En este proceso de concreción del proyecto tendrán un papel muy importante la interacción entre estudiantes, maestros y la familia quienes deben formalizar los acuerdos y vinculaciones con la comunidad.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Orientar a los equipos de trabajo para que discutan que acuerdos deben tomar entre todos los involucrados en su proyecto de aprendizaje servicio.
Desarrollo	<ul style="list-style-type: none"> • Guiar a los equipos de trabajo para que identifiquen los apoyos que son necesarios para llevar a cabo las acciones que han de desarrollar para resolver el problema detectado en relación con el fentanilo.
Cierre	<ul style="list-style-type: none"> • Sugerir a los equipos de trabajo que lleven a cabo las acciones que han de desarrollar para resolver el problema detectado en relación con el fentanilo. <p>Al final el o la docente cerrará con la frase: #SiTeDrogasTeDañas</p>

Etapa 4.1 Creatividad en marcha: Desarrollo del proyecto

Actividad sugerida (10-15 minutos)

Título	<i>Resuelvo mi problemática.</i>
Objetivoz	Implementar el proyecto y monitorear las actividades, espacios y tiempos de los responsables de cada actividad, a través del seguimiento tanto de los contenidos curriculares a desarrollar como del servicio.
Recursos	Los insumos desarrollados durante las sesiones anteriores, los temas de la estrategia de educación para la promoción de estilos de vida saludable y los que sugieran las y los estudiantes.
Inicio	<ul style="list-style-type: none"> Orientar a los equipos de trabajo para que hagan un balance de las actividades que están realizando y realicen ajustes.
Desarrollo	<ul style="list-style-type: none"> Guiar a los equipos de trabajo para que identifiquen los logros que están teniendo y las áreas de oportunidad y realicen ajustes para resolver el problema detectado en relación con el fentanilo.
Cierre	<ul style="list-style-type: none"> Sugerir a los equipos de trabajo que lleven a cabo los ajustes acordados para continuar con la resolución del problema detectada en relación con el fentanilo. <p>Al final el o la docente cerrará con la frase:</p> <p>#SiTeDrogasTeDañas</p>

Etapa 4.2. Creatividad en marcha: Impacto a la comunidad

Actividad sugerida (10-15 minutos)

Título	Actúo al servicio de la comunidad
Objetivo	Implementar el proyecto y monitorear las actividades, espacios y tiempos de los responsables de cada actividad, a través del seguimiento tanto de los contenidos curriculares a desarrollar como del servicio.
Recursos	Los insumos desarrollados durante las sesiones anteriores, los temas de la estrategia de educación para la promoción de estilos de vida saludable y los que sugieran las y los estudiantes.
Inicio	<ul style="list-style-type: none"> Orientar a los equipos de trabajo para que analicen lo que sucede en la recta final de las actividades que están realizando y valoren el impacto en la comunidad.
Desarrollo	<ul style="list-style-type: none"> Guiar a los equipos de trabajo para que identifiquen que falta por resolver en el problema detectado en relación con el fentanilo.
Cierre	<ul style="list-style-type: none"> Sugerir a los equipos de trabajo que lleven a cabo las actividades finales de la resolución del problema detectada en relación con el fentanilo. <p>Al final el o la docente cerrará con la frase:</p> <p>#SiTeDrogasTeDañas</p>

Etapa 5. Compartimos y coevaluamos lo aprendido

Actividad sugerida (10-15 minutos)

Título	Compartimos y coevaluamos lo aprendido.
Objetivo	Evaluar el proyecto con una actividad para determinar los resultados finales, así como el cumplimiento del objetivo y los logros obtenidos.
Recursos	Los insumos desarrollados durante las sesiones anteriores, los temas de la estrategia de educación para la promoción de estilos de vida saludable y los que sugieran las y los estudiantes.
Inicio	<p>Al concluir el proyecto se propone una actividad para la evaluación final de los resultados, así como el cumplimiento de los objetivos y logros del proyecto. en esta etapa se consideran tanto los resultados de la experiencia académica, como el cumplimiento de los objetivos en función del servicio a la comunidad.</p> <ul style="list-style-type: none"> Orientar a los equipos de trabajo para que hagan un balance de las actividades que realizaron y valoren su impacto.
Desarrollo	<p>Habrán que prestar atención al grado de protagonismo de las y los estudiantes en el proyecto, así como el grado de integración entre el aprendizaje, además de integrar la autoevaluación por parte de las y los estudiantes y reflexionar sobre el logro del proyecto.</p> <ul style="list-style-type: none"> Guiar a los equipos de trabajo para que autoevalúen sus logros en la resolución del problema detectado en relación con el fentanilo.
Cierre	<ul style="list-style-type: none"> Sugerir a los equipos de trabajo que acuerden como divulgar de forma creativa (puede ser un video corto) la experiencia del aprendizaje servicio en la resolución del problema detectada en relación con el fentanilo. <p>Al final el o la docente cerrará con la frase:</p> <p>#SiTeDrogasTeDañas</p>

Etapa 6. Comparto y autoevalúo mi experiencia

Actividad sugerida (10-15 minutos)

Título	Comparto y autoevalúo mi experiencia
Objetivo	Divulgar el proyecto con una actividad creativa como un video corto que, de muestra de los resultados, así como el cumplimiento de los objetivos y logros del proyecto.
Recursos	Los insumos desarrollados durante las sesiones anteriores, los temas de la estrategia de educación para la promoción de estilos de vida saludable y los que sugieran las y los estudiantes.
Inicio	Al concluir el proyecto se propone una actividad para la evaluación final de los resultados, así como el cumplimiento de los objetivos y logros del proyecto. en esta etapa se consideran tanto los resultados de la experiencia académica, como el cumplimiento de los objetivos en función del servicio a la comunidad. <ul style="list-style-type: none"> Orientar a los equipos de trabajo para que hagan un balance de las actividades que realizaron y valoren su impacto.
Desarrollo	Habrà que prestar atención al grado de protagonismo de las y los estudiantes en el proyecto, así como el grado de integración entre el aprendizaje, además de integrar la autoevaluación por parte de las y los estudiantes y reflexionar sobre el logro del proyecto. <ul style="list-style-type: none"> Guiar a los equipos de trabajo para que autoevalúen sus logros en la resolución del problema detectado en relación con el fentanilo.
Cierre	<ul style="list-style-type: none"> Sugerir a los equipos de trabajo que acuerden como divulgar de forma creativa (puede ser un video corto) la experiencia del aprendizaje servicio en la resolución del problema detectada en relación con el fentanilo. <p>Al final el o la docente cerrará con la frase:</p> <p>#SiTeDrogasTeDañas</p>

Propuesta de especificaciones para el video corto...

Únete a nosotros para grabar un inspirador video testimonial, donde las y los estudiantes pertenecientes a los Planteles de Educación Dependientes de las Unidades Administrativas adscritos a la Subsecretaría de Educación Media Superior de la SEP, compartirán su experiencia con la Estrategia de Educación para la Promoción de Estilos de Vida Saludables. En este testimonio, nos enfocaremos en específico en el rechazo del fentanilo.

Es momento de alzar la voz para transmitir un mensaje claro y positivo sobre la importancia de vivir de manera saludable y consciente.

Consideraciones para grabar el testimonio

Preparación:

- Antes de comenzar, discute el propósito del testimonio y los mensajes clave que se desean transmitir.
- Anima a la o el estudiante a practicar o escribir algunas ideas clave para tener una estructura clara.

Entorno:

- Busca un lugar tranquilo y bien iluminado para la grabación.
- Asegúrate de que el fondo sea simple y sin distracciones.

Vestimenta y Apariencia:

- Sugiere una vestimenta apropiada y presentable, pero auténtica.
- Asegúrate de que se sientan cómodos y reflejen su personalidad.

Relajación:

- Antes de grabar, haz ejercicios de respiración o relajación para ayudar a reducir los nervios.
- Recuérdales que no hay presión y que pueden repetir la grabación tantas veces como sea necesario.

Contacto visual:

- Alienta a la o el estudiante a mirar directamente a la cámara para establecer una conexión con la audiencia.
- Evita distracciones, como mirar hacia abajo o a los lados constantemente.

Habla con naturalidad:

- Sugiere que hablen con un tono de voz natural y que eviten sonar como si estuvieran leyendo un guión.
- Fomenta la autenticidad y la expresión de emociones reales.

Evita distracciones:

- Apaga los dispositivos electrónicos y asegúrate de que no haya ruidos molestos durante la grabación.
- Si es posible, informa a otros en la casa, salón de clases, oficina, etc. para evitar interrupciones.

Consideraciones técnicas para grabar y enviar videos

Para que tu video tenga los estándares de calidad necesarios para compartirse en las redes sociales de la SEP, recomendamos cuidar tres aspectos:

1. Características de la cámara
2. Micrófono
3. Toma del video

1. Características de la cámara

Lo ideal sería grabar con una cámara DSLR (cámara réflex digital). Al no contar con ella lo puedes hacer con un celular.

Por lo general, los teléfonos inteligentes cuentan con dos cámaras, una trasera y una delantera, la primera cuenta con mayor resolución, por lo que se recomienda utilizarla.

De acuerdo con el celular disponible, la calidad de la grabación podrá modificarse. Por lo general existen tres resoluciones en los equipos: 480p, 720p y 1080p. Recomendamos utilizar la resolución 1080p, o una más alta si su dispositivo lo permite, sin embargo, si el equipo no cuenta con ella la calidad mínima necesaria será 720p (1280 x 720 píxeles) o en su defecto 720 x 720 píxeles.

Estas resoluciones son abreviaciones para el pixelaje real:

Abreviación	Resolución en píxeles	Especificación
1080p HD	1920x1080 píxeles	1920 píxeles horizontales 1080 píxeles verticales
720p HD	1280x720 píxeles	1280 píxeles horizontales 720 píxeles verticales
480p SD o VGA	640x480 píxeles	640 píxeles horizontales 480 píxeles verticales

La información sobre la resolución de video podrá encontrarse en la sección de ajustes o configuración general del equipo, o en ajustes de la cámara.

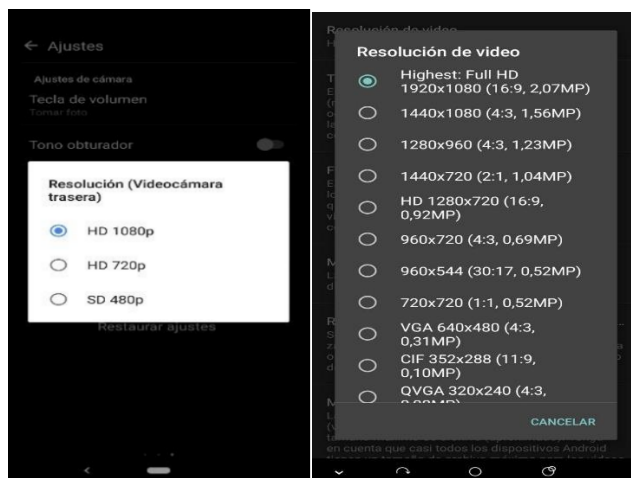


Imagen 1. Diferentes resoluciones de video de acuerdo con el celular.

2. Micrófono

El audio es una parte muy importante de un video, ya que a través de él se proporciona el mensaje que se quiere difundir. Si la voz de la o el estudiante no se escucha de manera adecuada o existe demasiado ruido de fondo, el mensaje no podrá transmitirse de manera efectiva. Usualmente los teléfonos inteligentes cuentan con dos micrófonos (aunque pueden ser más), uno trasero y otro frontal, a diferencia de la cámara, la calidad de grabación es variable, por lo que es recomendable realizar pruebas para descubrir con cuál de los micrófonos se obtienen mejores resultados.

Lo ideal sería contar con un micrófono externo o lavalier, sin embargo, pueden obtenerse muy buenos resultados siguiendo estas recomendaciones:

- Grabar un video de prueba con la parte delantera y uno con la parte trasera del teléfono y comparar cuál tiene mejor calidad.
- Si la calidad de audio es notablemente mejor utilizando la cámara delantera y la resolución permite al menos 720p HD, lo apropiado sería utilizar esta parte del teléfono. De lo contrario utilizar la cámara trasera.
- Hablar fuerte y claro cerca del celular para que el audio se escuche bien.
- Elegir un lugar de grabación que esté lo más aislado posible de ruidos ambientales o elegir un horario donde las fuentes de ruido disminuyan.
- Poner el celular en modo silencioso (sin sonido y sin vibración) para evitar que el ruido interno se mezcle con la grabación.

3. Toma del video

Los aspectos esenciales para realizar la toma de un video son los siguientes:

a) Mantener el celular fijo

Para evitar movimientos de la cámara se recomienda colocar el celular en una posición fija y al mismo nivel que la persona que saldrá a cuadro, de tal forma que el enfoque se concentre en ella. Es recomendable utilizar un tripié o colocar el celular en una superficie sólida con algún soporte.

Por otro lado, se solicita que los testimonios sean individuales y no grupales.



Imagen 2. Encuadre correcto para el testimonio.

b) Cercanía del celular y disposición

La distancia del celular al objetivo debe ser la necesaria para lograr un enfoque similar al presentado en la imagen 2. Plano Medio (de cabeza a cintura).

Adicionalmente, la disposición adecuada del celular para la grabación será **horizontal**.

c) Iluminación

La luz es un aspecto muy importante pues dependiendo de su intensidad, posición y fuente, el video puede verse afectado con sombras o desniveles. Se recomienda grabar en un lugar con buen nivel de iluminación y con una distribución uniforme de la misma. Por ejemplo, evitar grabar en un cuarto con poca luz y con una ventana en donde se concentre la claridad del exterior, lo cual desviaría el foco de atención a ese punto. Evitar la contraluz, esto sucede por ejemplo cuando se tiene una ventana por detrás de la persona que saldrá a cuadro, y procurar que la iluminación se concentre en el cuadro principal.



Imagen 3. Iluminación incorrecta (1 y 3) y correcta (2).

Envío de videos por parte del plantel o subsistema

- Titular los archivos de video de la siguiente manera:
Subsistema_Plantel_Nombre Estudiante.

Ejemplo: CONALEP_PLANTEL AGS II_PABLO DIAZ

- Enviar los videos en formato mp4 o .mov
- Fecha de recepción del video **(sin logotipos): XXXXXXXXXXXXXXXX**
- Subir los videos, con una duración máxima de **1 minuto**, junto con las correspondientes autorizaciones de uso de imagen (Ver anexo 1) a una carpeta de One Drive o Google Drive y enviar el link al correo: **generar una cuenta especial.**

Para dudas y comentarios comunicarse al correo antes mencionado o a los teléfonos: **55 36 01 1000 Ext. _____**

Anexo I. Autorización de uso de imagen

Ciudad de México a, _____ de 2024.

Autorización de uso de imagen

Por medio de la presente me permito manifestar que cedo y autorizo el uso de mi imagen con carácter TESTIMONIAL mediante video para realizar la campaña “ELIGE VIVIR” de la Coordinación Sectorial de Fortalecimiento Académico, a cargo de la Subsecretaría de Educación Media Superior, de la Secretaría de Educación Pública, mismo que podrá ser comunicado y/o distribuido y/o radiodifundido públicamente a través de los medios de comunicación existentes o que se inventaren, tanto en el territorio nacional como en el extranjero y por tiempo indefinido.

Por mi participación con mi testimonio en dicha producción convengo en no recibir pago alguno, dado que la difusión de la campaña tiene carácter social y otorgo a favor de la SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA el finiquito más amplio que en derecho proceda, no reservándome en su contra el ejercicio de acción o derecho alguno sobre el particular.

Mi imagen podrá ser usada únicamente sin fines de lucro.

ATENTAMENTE

Nombre del estudiante:

Edad: _____

Nombre del padre, madre o tutor legal (En caso de ser menor de edad):

Dirección:

_____ Correo electrónico: _____

Teléfono: _____

Anexo II. Material de consulta

Si quieres saber más....

Información Complementaria	
Dr. Valdez Sáenz, Abstinencia de opioides, 2023. https://bit.ly/3HuRpR7	
Secretaría de Educación Pública, Estrategia en el aula: Prevención de adicciones» El fentanilo te mata, 2023, https://bit.ly/3u3a834	

Anexo III. Otras drogas químicas

Sustancia	Efectos negativos/ daños a la salud
	Físicos, psicológicos, sociales y familiares
Heroína, morfina y cocaína	<ul style="list-style-type: none"> • Euforia e insensibilidad profunda. • Excitación y estimulación. • Tensión en músculos. • Dilatación en pupilas. • Aumento del ritmo cardiaco, temperatura y respiración. • Náuseas. • Sudoración. • Escalofríos. • Aumenta la confianza y el valor. • Disminuye la capacidad de medir riesgos. • Hiperactividad. • Paranoia y psicosis. • Ansiedad. • Alucinaciones. • Adormecimiento de extremidades superiores e inferiores. • Trastornos del estado de ánimo.
Metanfetaminas Anfetaminas MDMA	<ul style="list-style-type: none"> • Escalofríos. • Estimulantes de la actividad neurológica o física.

Éxtasis

- Aumento de la frecuencia cardíaca y sanguínea.
- Aumento en la sensibilidad del dolor.
- Euforia.
- Disminución del apetito y del sueño.
- Depresión.
- Bipolaridad.
- Incremento de la desconfianza.
- Trastornos mentales como ansiedad y depresión.
- Psicosis caracterizada por confusión, delirio, pánico y alucinaciones.
- Aislamiento.

Cada una de estas sustancias químicas poseen un nivel de adicción elevado, convirtiéndose en un riesgo para la salud.

(Gobierno de México , 2023)

Glosario

Adicción: problema crónico social y de salud. Búsqueda compulsiva del consumo de sustancias “no decide en qué momento consume la sustancia, cuánto consume, que sustancia y quien se la provee, es una compulsión por utilizarla”. (México, s.f.)

Analgésico: tratamiento farmacológico usado para aliviar el dolor. (Gobierno de México , 2023)

Ansiedad: Experimentar miedo y preocupación de manera intensa y excesiva. (Organizacion Mundial de la Salud , s.f)

Contracciones musculares: contracción prolongada que puede causar dolor. También se conocen como calambres musculares. (Scielo, 2007)

Delirio: confusión mental, caracterizado por alucinaciones, reiteración de pensamientos absurdos e incoherencias. (Instituto Mexicano del Seguro Social , 2016)

Depresión: Implica un estado de animo deprimido o la pérdida del placer o el interés por actividades durante largos periodos de tiempo. (Organizacion Mundial de la Salud , s.f)

Discapacidades psicosociales: Es la limitación de las personas que presentan alteraciones temporales o permanentes de la mente para realizar una o más actividades cotidianas. (Gobierno de México , 2016)

Dolor crónico: Es aquel que persiste o se repite en un periodo mayor a tres meses, persiste mayor a un mes después de la resolución de una lesión aguda o acompaña una lesión que no cicatriza. (Manual MSD versión para profesionales , 2022)

Fatiga: cansancio extremo e incapacidad para funcionar debido a la falta de energía. (Intituto Nacional del Cáncer , s.f)

Heroína: es una droga ilegal sumamente adictiva, que se procesa a partir de la morfina. (National Institute on Drug Abuse , s.f)

Intoxicación: o envenenamiento, es el efecto perjudicial que se produce cuando una sustancia toxica se ingiere, inhala o entra en contacto con la piel, los ojos o las mucosas, como las de la boca o nariz. (Manual MSD , 2022)

Intramuscular: inyección de medicamento administrado en un músculo. (Medline Plus , 2022)

Intravenosa: Forma de administrar un medicamento u otra sustancia a través de una aguja introducido en una vena. (Instituto Nacional Del Cáncer , s.f)

Morfina: medicamento utilizado para el alivio del dolor. ([St Jude Children´s Research Hospital](#) , s.f)

Opiode sintético: sustancias que se sintetizan en un laboratorio y que actúan en las mismas áreas del cerebro que los opioides naturales. ([instituto nacional del cáncer](#) , s.f)

Opiode: Amplio grupo de medicamentos dirigidos a reducir el dolor de moderado a intenso. Aun que son muy efectivos, pueden ocasionar adicción. ([CÁNCER](#), s.f)

Perturbaciones visuales: visión borrosa, puntos ciegos, observar círculos de luz,

Rigidez muscular: sensación de tensión muscular.

Salud mental: Estado de bienestar en el cual cada individuo desarrolla su potencia, puede afrontar tensiones de la vida, puede trabajar de forma productiva y valiosa, y aportar algo a su comunidad. ([México](#), s.f.)

Sustancias psicoactivas: compuestos naturales o sintéticos, que actúan sobre el sistema nervioso generando alteraciones en las funciones que regulan pensamientos, emociones y el comportamiento. ([Salud O. P.](#), s.f)

Terapia conductual: tratamiento preventivo de patrones de conductas anormales ([psicología](#), s.f)

Transdérmico: Administración de un medicamento a través de la piel. ([Clínica Universidad de Navarra](#) , 2023)

Trastornos neurológicos: Es una enfermedad causada por la alteración en el cerebro o el sistema nervioso (es decir, medula espinal y los nervios). La disfunción puede dar lugar a síntomas físicos y neurológicos. ([Child Neurology Foundation](#) , s.f)

Atención de adicciones

ATENCIÓN PRESENCIAL

Directorio Nacional de las Unidades de Especialidad Médica.
Centros de Atención Primaria en Adicciones (**UNEME CAPA**)
<https://bit.ly/3K8PljO>

Directorio Nacional de las Unidades de Atención de los Centros
de Integración Juvenil A. C. (**CIJ**)
<https://bit.ly/42lo7rK>

Directorio Ciudad de México. Centros de Atención de Adicciones
(**CAA CDMX**)
<https://bit.ly/3KbJ46R>

Directorio de Centros de Atención de Adicciones Federal (**CAA SEP**)
<https://bit.ly/48ULnoQ>

ATENCIÓN A DISTANCIA (TELEFÓNICA Y EN LÍNEA)

Línea de la Vida, Comisión Nacional contra las Adicciones
Teléfono: 800 911 2000
Redes sociales: [@LineaDe_laVida](#)

CIJ Contigo, Centros de Integración Juvenil A. C.
Teléfono: 55 5212 1212
WhatsApp: 55 3069 0030 y 55 1856 5224
Telegram: 55 4555 1212
Redes sociales: [@CIJ_Adicciones](#)

ConTacto Joven, Instituto Mexicano de la Juventud
WhatsApp: 55 7900 9669
Redes sociales: [#ConTactoJoven](#)

Referencias

- CÁNCER, I. N. (s.f). OPIOIDE . Obtenido de OPIOIDE :**
<https://www.cancer.gov/espanol/publicaciones/diccionarios/diccionario-cancer/def/opioide>
- Child Neurology Fundation . (s.f). ¿QUÉ ES UN TRASTORNO NEUROLÓGICO? Obtenido de ¿QUÉ ES UN TRASTORNO NEUROLÓGICO?:** <https://www.childneurologyfoundation.org/que-es-un-trastorno-neurologico/>
- Clinica Universidad de Navarra . (2023). Diccionario Médico. Obtenido de Diccionario Médico:** <https://www.cun.es/diccionario-medico/terminos/transdermico>
- Everardo Legaspi Escobedo, N. R. (S.F). SEP.GOB.MX.** Obtenido de SEP.GOB.MX:
https://estrategiaenelaula.sep.gob.mx/storage/recursos/2023/04/agrOkOA6po-Documento-de-Consulta_Que-dice-la-ciencia-Fentanilo.pdf
- Gobierno de México . (11 de 10 de 2016). salud mental y discapacidad psicosocial.** Obtenido de salud mental y discapacidad psicosocial :
<https://www.gob.mx/conadis/articulos/salud-mental-y-discapacidad-psicosocial>
- Gobierno de México. (2023). si te drogas te dañas . Ciudad de México . Instituto Mexicano del Seguro Social. (03 de 11 de 2016). Prevención, diagnóstico y tratamiento poe delirium en el adulto mayor hospitalizado.** Obtenido de Prevención, diagnóstico y tratamiento poe delirium en el adulto mayor hospitalizado :
<https://www.imss.gob.mx/sites/all/statics/guiasclinicas/465GER.pdf>
- Instituto Nacional Del Cáncer. (s.f). Intravenoso.** Obtenido de Intravenoso :
<https://www.cancer.gov/espanol/publicaciones/diccionarios/diccionario-cancer/def/intravenoso>
- instituto nacional del cáncer. (s.f). sustancias psicoactivas.** Obtenido de sustancias psicoactivas :
<https://www.cancer.gov/espanol/publicaciones/diccionarios/diccionario-cancer/def/sustancia-psicoactiva>
- Intituto Nacional del Cáncer. (s.f). Fátiga.** Obtenido de Fátiga:
<https://www.cancer.gov/espanol/publicaciones/diccionarios/diccionario-cancer/def/fatiga>
- Manual MSD. (2022). Introducción a las intoxicaciones o envenenamientos. Obtenido de Introducción a las intoxicaciones o envenenamientos:** <https://www.msdmanuals.com/es-mx/hogar/traumatismos-y-envenenamientos/intoxicaciones-o-envenenamientos>

envenenamientos/introducci%C3%B3n-a-las-intoxicaciones-o-envenenamientos

Manual MSD versión para profesionales. (03 de 2022). Dolor crónico.

Obtenido de Dolor crónico :

[https://www.msdmanuals.com/es/professional/trastornos-neurol%C3%B3gicos/dolor/dolor-cr%C3%B3nico#:~:text=El%20dolor%20cr%C3%B3nico%20es%20el,c ausas%20incluyen%20trastornos%20cr%C3%B3nicos%20\(p.](https://www.msdmanuals.com/es/professional/trastornos-neurol%C3%B3gicos/dolor/dolor-cr%C3%B3nico#:~:text=El%20dolor%20cr%C3%B3nico%20es%20el,c ausas%20incluyen%20trastornos%20cr%C3%B3nicos%20(p.)

Medline Plus. (8 de 22 de 2022). Aplicando una inyección IM. Obtenido de Aplicando una inyección IM:

<https://medlineplus.gov/spanish/ency/patientinstructions/000935.htm>

México, g. d. (s.f.). IMSS.GOB. Obtenido de IMSS.GOB:

<https://www.imss.gob.mx/salud-en-linea/adicciones>

National Institute on Drug Abuse. (s.f). ¿Qué es la heroína y cómo se consume?. Obtenido de ¿Qué es la heroína y cómo se consume? :

<https://nida.nih.gov/es/publicaciones/serie-de-reportes/la-heroina/que-es-la-heroina-y-como-se-consume>

Organizacion Mundial de la Salud. (s.f). Depresión. Obtenido de Depresión:

<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/depression>

Organizacion Mundial de la Salud. (s.f). Trastorno de ansiedad.

Obtenido de Trastorno de ansiedad: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/anxiety-disorders#:~:text=Generalidades,otros%20s%C3%ADntomas%20conductuales%20y%20cognitivos.>

Piedras, J. F. (S.F). cij.gob.mx. Obtenido de cij.gob.mx:

<http://www.cij.gob.mx/tratamiento/pages/pdf/SINDROMESDEABSTINENCIA.pdf>

Pinacho, N. (2023). seleccion gaceta politecnica. Obtenido de instituto politecnico nacional :

<https://www.ipn.mx/assets/files/ccs/docs/gaceta-seleccion/2023/09/g-seleccion-166.pdf>

Pinacho, n. (2023). Selección gaceta politecnica. Obtenido de instituto politecnico nacional:

<https://www.ipn.mx/assets/files/ccs/docs/gaceta-seleccion/2023/09/g-seleccion-166.pdf>

Psicologia, R. I. (s.f). Definicion de terapia conductual. Obtenido de Definicion de terapia conductual :

<https://www.redalyc.org/pdf/805/80502202.pdf>

Rodríguez, M. S. (mayo-agosto de 2021). Revista de Relaciones Internacionales de la UNAM. Obtenido de Revista de Relaciones Internacionales de la UNAM:

<https://revistas.unam.mx/index.php/rri/article/view/83040>

Salud, O. M. (03 de 06 de 2022). *Por qué la salud mental debe ser una prioridad al adoptar medidas relacionadas con el cambio climático*. Obtenido de Por qué la salud mental debe ser una prioridad al adoptar medidas relacionadas con el cambio climático: <https://www.who.int/es/news/item/03-06-2022-why-mental-health-is-a-priority-for-action-on-climate-change#:~:text=La%20OMS%20define%20la%20salud,aportar%20algo%20a%20su%20comunidad%C2%BB>.

Salud, O. P. (s.f). *Abuso de sustancias*. Obtenido de Abuso de sustancias: <https://www.paho.org/es/temas/abuso-sustancias>

Scielo. (20 de 11 de 2007). *El mecanismo molecular de la regulación de la contracción muscular*. Obtenido de El mecanismo molecular de la regulación de la contracción muscular: https://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0798-02642008000100002

St Jude Children ´s Research Hospital. (s.f). *Medicina del paciente*. Obtenido de Medicina del paciente: <https://www.stjude.org/es/cuidado-tratamiento/medicacion-del-paciente/morfina.html>

UNAM, G. (Mayo-Agosto de 2021). *Gaceta UNAM*. Obtenido de gaceta UNAM: https://estrategiaenelaula.sep.gob.mx/storage/recursos/2023/04/3hSPpZ4kYM-INFOGRAFIA_Que-es-exactamente-el-fentanilo.pdf.

Unidad de educacion e investigacion, gobierno de México . (S.F). *Educación en salud.imss.gob.mx*. Obtenido de Educación en salud.imss.gob.mx: https://educacionensalud.imss.gob.mx/ces_wp/wp-content/uploads/2023/02/Tarjeta-Cosnumo-Sustancia-IMSS.pdf