
PREVENCION FARMACODEPENDENCIA 26 JUNIO 2025

Desde Bienestar Social - N. De Santander - Cúcuta <bsocialc@cendoj.ramajudicial.gov.co>

Fecha Jue 26/06/2025 16:09



Mantente sano y no consumas

Se entiende por sustancias psicoactivas (SPA), a los compuestos naturales o sintéticos que tiene un efecto sobre el sistema neurológico, desencadenando así cambios en los pensamientos, emociones, conductas o percepciones. (Organización Panamericana de Salud OPS, 2022)



Estadísticas



Depresores

Estas sustancias ralentizan la comunicación entre el cerebro y el cuerpo.

alcohol

barbitúricos

nicotina

Efectos a corto plazo

- confusión o desorientación
- dificultad para concentrarse
- pérdida de la coordinación
- deterioro del juicio
- reducción de inhibiciones

Riesgos a largo plazo

- pérdida de memoria
- dificultades para respirar y dormir
- ciclos menstruales irregulares
- problemas de fertilidad
- otros problemas de salud sexual



Amar y conectarse:
apreciar, reconocer y pasar tiempo con seres amados

Llamado a la acción

CLAVES PARA PREVENIR EL CONSUMO DE ALCOHOL Y SUSTANCIAS PSICOACTIVAS.

Busca sentirte bien e deporte puede ser tu mejor aliado

Controlar y observar:
estar atentos y

Dar Ejemplo y consultar:
dar buen ejemplo de

reconocer las señales de
alarma.

hábitos de salud y control
emocional.

26 de junio Día Internacional de la Lucha contra el Uso Indebido y el Tráfico Ilícito de Droga

MIGUEL ENRIQUE CONTRERAS

Coordinador Bienestar Social- Seguridad y Salud en el Trabajo
Seccional Cúcuta-Arauca

AVISO DE CONFIDENCIALIDAD: Este correo electrónico contiene información de la Rama Judicial de Colombia. Si no es el destinatario de este correo y lo recibió por error comuníquelo de inmediato, respondiendo al remitente y eliminando cualquier copia que pueda tener del mismo. Si no es el destinatario, no podrá usar su contenido, de hacerlo podría tener consecuencias legales como las contenidas en la Ley 1273 del 5 de enero de 2009 y todas las que le apliquen. Si es el destinatario, le corresponde mantener reserva en general sobre la información de este mensaje, sus documentos y/o archivos adjuntos, a no ser que exista una autorización explícita. Antes de imprimir este correo, considere si es realmente necesario hacerlo, recuerde que puede guardarlo como un archivo digital.