



Uso y Abuso de Tabaco, Alcohol y Otras Drogas



All rights reserved ©

Fecha: 21 de febrero de 2020

ELBA J. GUZMÁN FARÍA, Ed.D.; M.R.C; M.P.A

LICENCED COUNSELOR

TIR/EMDR & ADDICTION COUNSELING TRAINED



GOBIERNO DE PUERTO RICO
Departamento de Educación



Universidad
de Puerto Rico

DE DEPARTAMENTO DE
EDUCACIÓN
GOBIERNO DE PUERTO RICO



Objetivos

- Entender que es el Trastorno por el Uso de Substancias (SUD)/Adicción
- Conocer qué son los opioides y cómo están impactando nuestra salud pública
- Conocer el origen y las causas de la actual Epidemia de Opioides/Medicamentos
- Explorar factores ambientales contribuyentes al mal uso de los opioides y otros medicamentos.



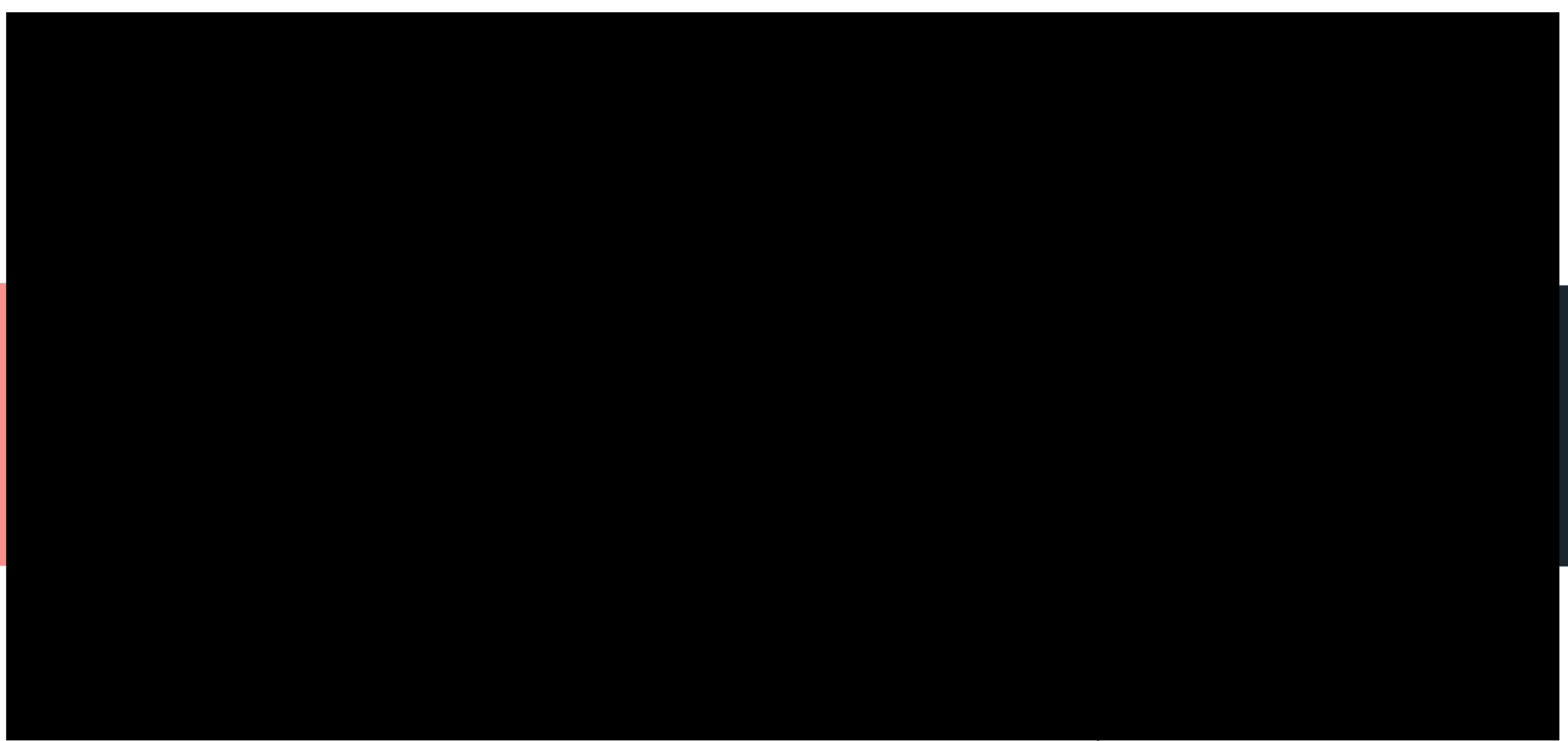


Objetivos

- Reconocer las señales del mal uso de medicamentos y la adicción a éstos.
- Aprender destrezas que puedan ayudar a proteger la seguridad de aquellos que luchan con el trastorno por el uso de sustancias,
- Sensibilizar a la audiencia sobre los prejuicios y estigmas alrededor de las adicciones que impiden que muchos que sufren la enfermedad busquen ayuda.
- Concientizar a la audiencia sobre la importancia de su papel como agentes preventivos, educativos e intervencionistas.

Preguntas Reflexivas





Video



GOBIERNO DE PUERTO RICO
Departamento de Educación



Universidad
de Puerto Rico

DE DEPARTAMENTO DE
EDUCACIÓN
GOBIERNO DE PUERTO RICO

Trastorno por Uso de Substancias (SUD)



- ▶ Enfermedad - afecta el **cerebro** y el **comportamiento** de una persona; produce **incapacidad** de **controlar** el consumo de medicamentos o drogas legales o ilegales. (*enfermedad crónica del cerebro*)
- ▶ Sustancias como alcohol, marihuana y nicotina se consideran drogas.

- ▶ Se continúa consumiendo la droga a pesar del daño que causa.
- ▶ Progresión de: **experimentación** al **consumo ocasional**; luego a la **dependencia**. Esta progresión es compleja y sólo se comprende en parte. El proceso depende de la **interacción entre la droga, el usuario y el ambiente (multifactorial)**



Trastorno por Uso de Substancias (SUD)



- ▶ El **consumo recurrente** de alcohol y / o drogas **causa impedimentos significativos** desde el punto de vista clínico y funcional: **problemas de salud**, discapacidad e **incumplimiento de responsabilidades** principales en el trabajo, la escuela o el hogar.

- ▶ De acuerdo con el **DSM-5**, un **diagnóstico de SUD** se basa en **evidencia** de un **control deficiente**, **deterioro social**, **uso riesgoso** y **criterios farmacológicos**.

<https://www.samhsa.gov/disorders/substance-use>

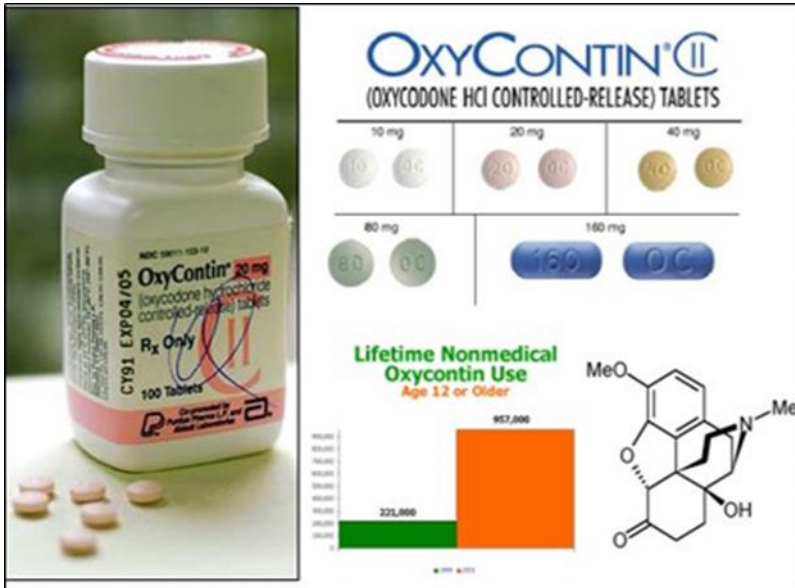


¿Qué son los Opioides?

Antes:

- ▶ Opioides: un tipo de medicamento para el dolor hecho por el hombre (Oxicodona, Percocet).
- ▶ Opiáceos: un tipo de medicamento para el dolor que se da naturalmente (morfina, heroína)

Ahora: Opioides incluye a toda la familia de opioides y opiáceos



WHAT ARE OPIOIDS?

Opioids can be prescribed pain relievers or illicit drugs:

- Heroin
- Fentanyl (e.g. Duragesic®)
- Hydrocodone (e.g. Vicodin®)
- Hydromorphone (e.g. Dilaudid®)
- Oxycodone (e.g. OxyContin®, Percocet®)
- Oxymorphone (e.g. Opana®)
- Codeine (e.g. Tylenol® #3 and #4)
- Morphine (e.g. MS Contin®)
- Meperidine (e.g. Demerol®)
- Buprenorphine (e.g. Suboxone®)
- Methadone (e.g. Dolophine®)



Opioid use can lead to dependence and addiction.



Opioids act on parts of the brain that control pain. They also affect the areas of the brain that control breathing. During an opioid overdose breathing can slow or stop, which can cause loss of consciousness, coma, or death.



Trastorno por el Uso de Opioides (OUD)

- ▶ **Opioides** reducen la percepción del dolor; producen somnolencia, confusión mental, euforia, náuseas, estreñimiento y deprimen la respiración.
- ▶ Los opioides, ilegales como la heroína y los analgésicos disponibles legalmente, como la **oxicodona** y la **hidrocodona**, pueden causar graves efectos en la salud de quienes los abusan de ellos.
- ▶ Algunas personas experimentan una **respuesta eufórica** a los opioides, e intentan intensificar su experiencia al inhalarlos o inyectarlos lo que aumenta el riesgo de complicaciones médicas graves, incluida una **sobredosis**.
- ▶ Muchos usuarios **cambian de opioides recetados a heroína** como resultado de la disponibilidad y el precio más bajo. El riesgo de sobredosis aumenta (variabilidad de la pureza otros productos químicos y drogas que mezclan con heroína en el mercado negro).



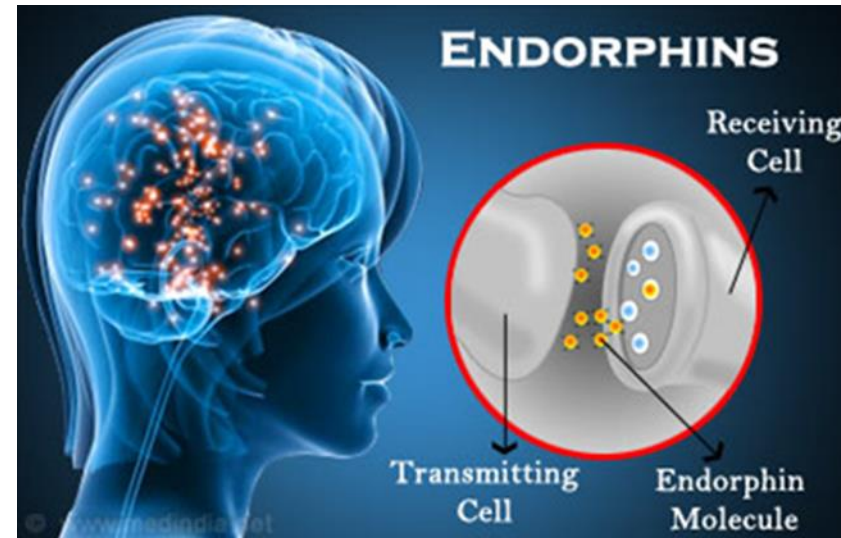
“CAUSAS”

Factores biológicos, genéticos, psicológicos y de personalidad, socio-culturales y familiares se unen en una interacción multisistémica produciendo primero la predisposición y luego con la exposición al factor desencadenante, que podría ser: sustancias psicotrópicas, juego, sexo, relaciones, comida, etc.; se evoluciona hacia la consolidación del proceso patológico llamado adicción.

➤ ESTUDIOS CIENTÍFICOS APUNTAN A QUE LAS CAUSAS DE LA ADICCIÓN SON DE UN 50-60% POR FACTORES GENÉTICOS HEREDITARIOS (HASTA UN 75%) Y DE UN 40-50% CAUSADOS POR EL AMBIENTE

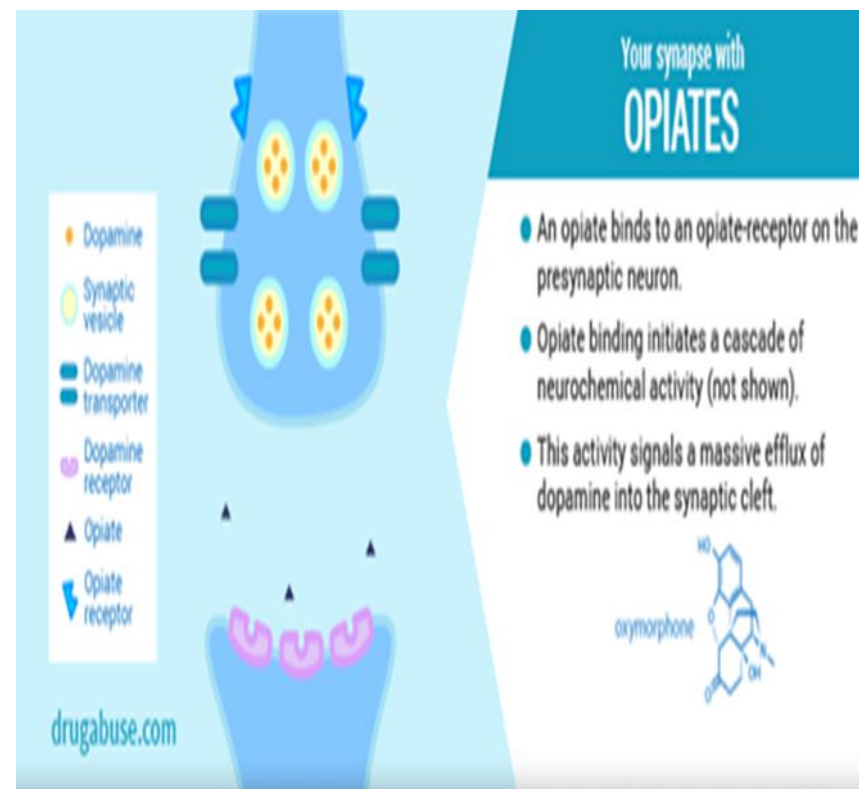
El Sistema Opioide Natural del Cuerpo

- ▶ El cuerpo libera opioides naturales durante diferentes conductas: hacer ejercicio, comer y socializar
- ▶ Cuando estos opioides (endorfinas) se unen a los receptores:
 - ▶ Suprimen el dolor
 - ▶ Respiración lenta
 - ▶ Producen sensación de calma.



Comportamiento de búsqueda de opioides

- ▶ Los opioides **interrumpen** el sistema de recompensa natural al inundar el cerebro con grandes cantidades de dopamina
- ▶ Las personas adictas a los opioides u otras drogas experimentan **ansias incontrolables** que persisten después de dejar de tomar la droga.



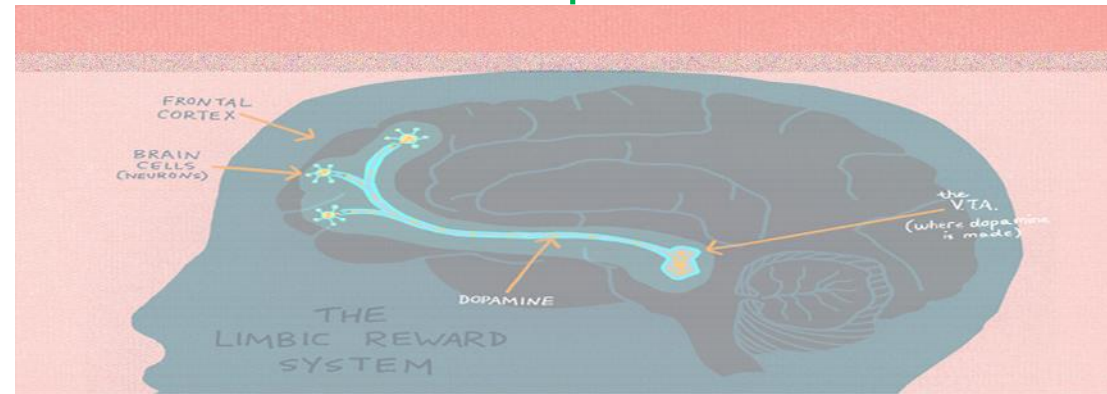
Area pre-frontal del cerebro afectada por exposición a drogas



FUNCIONES IMPORTANTES ASOCIADAS AL AREA PRE-FRONTAL DEL CEREBRO:

- **PROCESO DE TOMA DE DECISIONES**
- **COMPORTAMIENTO SOCIAL ADECUADO**
- **COORDINACIÓN DE PENSAMIENTOS Y ACCIONES DE ACUERDO CON METAS INTERNAS**
- **EXPOSICIÓN A OPIODES CAUSA LA DEGENERACIÓN DE LAS NEURONAS**

Sistema límbico del cerebro afectado por exposición a opioides



- ▶ Usurpa motivaciones primarias como comida, agua, refugio, relaciones y protección. Se necesita más y más de la sustancia para activar el mismo nivel de recompensa o sensación de placer.
- ▶ Las estructuras del sistema límbico están involucradas en muchas de nuestras emociones y motivaciones, particularmente aquellas relacionadas con la supervivencia. Tales emociones incluyen miedo, ira y emociones relacionadas con el comportamiento sexual.

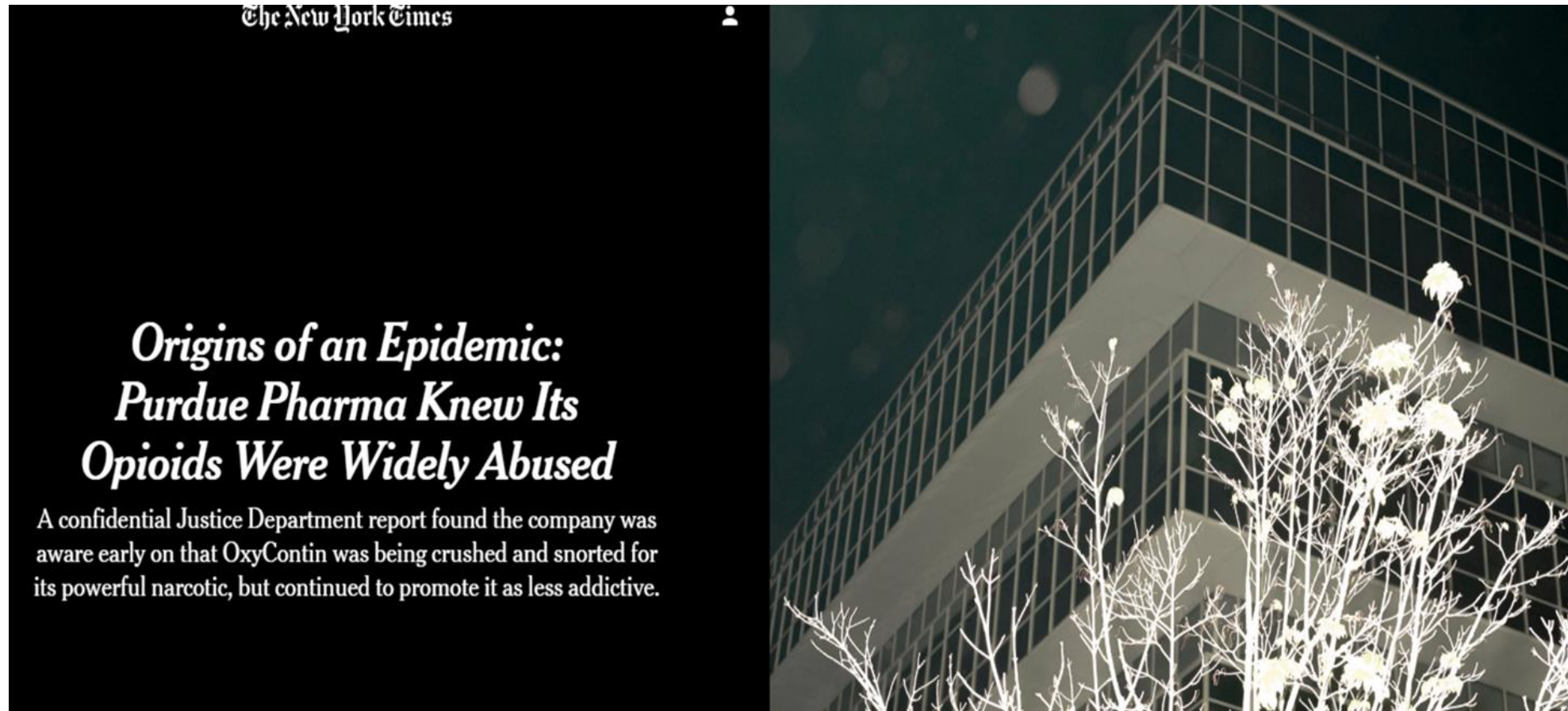


Los efectos de las drogas sobre el cerebro

Cocaína, éxtasis, tabaco, alcohol, heroína, psicofármacos... Todas las **drogas** que pueden provocar dependencia tienen una característica común: aumentan la cantidad de dopamina disponible en una determinada zona del **cerebro**: el llamado sistema de recompensa.

Origen de la Epidemia

► <https://www.nytimes.com/2018/05/29/health/purdue-opioids-oxycontin.html> (1996)



GOBIERNO DE PUERTO RICO
Departamento de Educación



Universidad
de Puerto Rico



La peor epidemia de salud pública creada por el hombre en toda la Historia de la Medicina Moderna

- ▶ En la **guerra de VIETNAM** se perdieron **58,220** vidas.
- ▶ Se han perdido **300,000 vidas** entre 2014 y 2018 debido a esta epidemia y se proyectan 510,000 muertes más durante la década
- ▶ Esto **equivale a 5 guerras de Vietnam desde 2014.**
- ▶ En **9/11**: **3,000** vidas se perdieron
- ▶ **200 al día** implica que **se perdieron más de 73,000** vidas en el **2018.**
- ▶ La cifra de muertos en 2017 sobrepasa las muertes por armas de fuego, accidentes de auto y la Epidemia de VIH/SIDA en su más alto pico **1995**
- ▶ Es **más alta que todas las bajas militares de EE. UU en las guerras de Vietnam e Irak combinadas.**
- ▶ Ha habido una **baja en las expectativas de vida por 3 años consecutivos**



Tres Factores Claves que Contribuyeron al Abuso de Opioides

- 1. Efectividad a Corto Plazo del Fármaco
- 2. Falta de Educación/Información Errónea
- 3. No disponibilidad de las recetas



Pharma Owners Accused of Lying About OxyContin

webmd.com



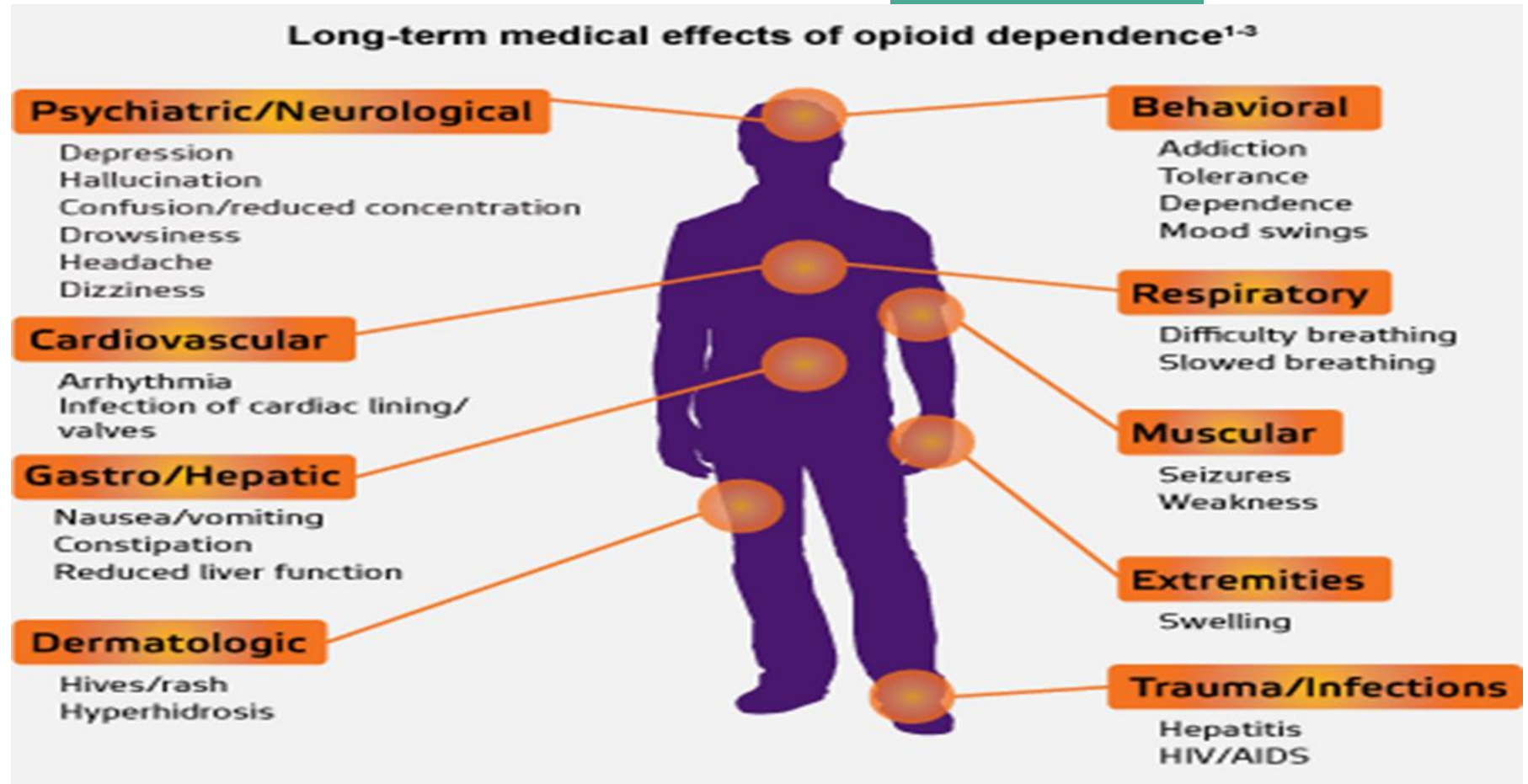
GOBIERNO DE PUERTO RICO
Departamento de Educación



Universidad
de Puerto Rico

DE DEPARTAMENTO DE
EDUCACIÓN
GOBIERNO DE PUERTO RICO

Problemas en la Salud



Fentanyl: Solo un cuarto de miligramo (0.25 miligramos) puede matarte.



Es 50 a 100 veces más potente que la morfina y 30 a 50 veces más potente que la heroína.

Para tener una idea: una tableta típica de aspirina para bebés es de 81 mg. Si cortas esa tableta en 324 piezas, una de esas piezas sería igual a un cuarto de miligramo.



Brett Gibney

Yesterday at 4:07 AM

This is how much fentanyl it takes to kill you! BTW...this is not fentanyl, heroin, or meth. This is my sons ashes!!! Remember this picture next time you want to get high!

■ Removed a tag from this post.



GOBIERNO DE PUERTO RICO
Departamento de Educación



Universidad
de Puerto Rico



¿Qué es el carfentanilo?

opioide sintético 10,000 veces más fuerte que la morfina



Anfetaminas y Benzodiazepinas

- El daño mental que, se ha demostrado, acompaña al consumo de anfetaminas es peligroso y grave: Psicosis, depresión, conducta suicida, violencia, delirios, alucinaciones.
- Los síntomas de salud mental causados por el abuso de benzo pueden incluir cambios de humor, alucinaciones y depresión.



Incremento en Muertes



Actividad “Working Lunch” • •

Videos



Análisis de Contenido



Signos y síntomas del abuso de medicamentos recetados

Opioides	Medicamentos ansiolíticos y sedantes	Estimulantes
• Estreñimiento • Náuseas • Ánimo excitado (euforia) • Frecuencia respiratoria lenta • Somnolencia • Confusión • Poca coordinación • Necesidad de mayores dosis para aliviar el dolor • Empeoramiento o mayor sensibilidad al dolor con dosis más altas (hiperalgesia)	• Somnolencia • Confusión • Inestabilidad al caminar • Habla incomprensible • Problemas de concentración • Mareos • Problemas con la memoria • Respiración lenta	• Aumento de la sensación de alerta • Ánimo excitado • Latido cardíaco irregular • Presión arterial alta • Temperatura corporal alta • Disminución del apetito • Insomnio • Agitación • Ansiedad • Paranoia

<https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/prescription-drug-abuse/symptoms-causes/syc-20376813>



Otros signos incluyen los siguientes:

- Robar, falsificar o vender recetas
- Tomar dosis más altas que las recetadas
- Cambios de humor excesivos u hostilidad
- Aumento o disminución de las horas de sueño
- Toma de decisiones poco acertadas
- Mostrarse con el ánimo excitado, estar inusualmente energético o acelerado, o sedado
- Solicitar reposiciones anticipadas o "perder" constantemente las recetas, por lo que es necesario emitir más recetas
- Solicitar recetas a más de un médico



Drogas Emergentes o de Diseño

- El abuso de drogas ilícitas ha alcanzado un nivel epidémico en los Estados Unidos.
- La sobredosis de drogas se ha convertido en la **principal** causa de muertes relacionadas con lesiones (injury-related deaths) desde 2008 debido al reciente aumento de las sobredosis de opioides por heroína, medicamentos recetados controlados y opioides sintéticos sin metadona.
- Las drogas sintéticas de diseño como las catinonas sintéticas ("sales de baño") y los cannabinoides sintéticos ("Spice" y "K2") continúan emergiendo y atraen a los usuarios "recreativos".



Drogas Emergentes o de Diseño

- Las drogas de laboratorio, también llamadas sintéticas, son elaboradas a partir de sustancias químicas no naturales.
- Por lo general imitan los efectos de las drogas naturales: opiáceos, alucinógenos y estimulantes.
- Incluyen una amplia gama de tipos de drogas y generalmente se crean para imitar otras drogas o incluso aumentar sus efectos.
- Diferentes laboratorios subterráneos pueden producir diferentes compuestos químicos en la misma droga; ambas partes pueden tratar de comercializar la misma manera "la misma droga" aunque podrían ser muy diferentes.
- A veces, las personas también unen un medicamento con otro sin el conocimiento del comprador.
- Debido a su naturaleza no regulada y sus potencias variadas, las drogas de diseño son ilegales, adictivas e increíblemente peligrosas.



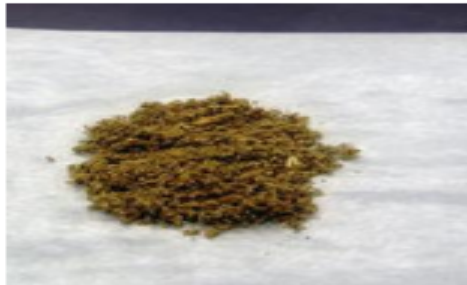
Drogas Emergentes o de Diseño



U-47700

U-47700, nicknamed “U4,” “pink,” or “pinky,” is a highly potent synthetic opioid that looks like a white or light pink powder. A lot of times, it is often either sold in baggies or...

Drug Type: **Designer Drugs**



Spice/ K2, Synthetic Marijuana

A synthetic version of tetrahydrocannabinol (THC), the psychoactive ingredient in marijuana, K2/Spice is a mixture of plant material sprayed with synthetic psychoactive chemicals....

Drug Type: **Designer Drugs**



Flakka (alpha-PVP)

Flakka (alpha-PVP), is a dangerous drug that is similar to the street drug commonly known as bath salts. Flakka is typically white or pink in color, and is found in crystal form.

Drug Type: **Designer Drugs**

<https://www.dea.gov/taxonomy/term/341>



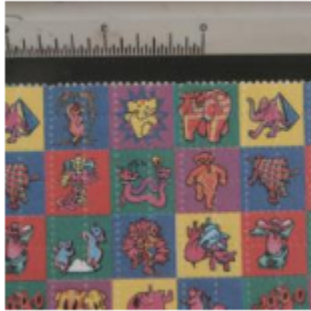
Drogas Emergentes o de Diseño



Bath Salts

Synthetic stimulants sold online, convenience stores and “head shops” under various brand names. Resemble Epsom salts and labeled “Not for human consumption.” Erroneously sold as...

Drug Type: **Designer Drugs**



Lsd

Very strong hallucinogen sold on streets that is odorless and colorless with high potential for abuse.

Drug Type: **Hallucinogen**



Ecstasy Or MDMA (also Known As Molly)

Known as a party drug, ecstasy comes in pill or powder form; pill has a variety of logos and colors.

Drug Type: **Hallucinogen**



Drogas Emergentes o de Diseño

Lean - sustancia ilícita hecha con jarabe para la tos de codeína, refrescos y caramelos. La codeína se deriva de la planta de adormidera (similar a la morfina) y es uno de los opioides más débiles. Sin embargo, porque sigue siendo altamente adictivo y potencialmente dañino para el cuerpo, posible que una persona desarrolle adicción en un período de tiempo relativamente corto debido a la forma en que los opioides provocan un corto circuito en el sistema de respuesta de recompensa del cerebro.

Apodado **Purple Drank, Sizzurp y Dirty Sprite**, fue inicialmente una bebida popular entre los músicos de "Blues" de Houston que mezclaban Robitussin® con cerveza. Luego, en la década de 1980, los raperos de Houston optaron por usar codeína, refrescos y un caramelo (comúnmente Jolly Ranchers) para endulzar.



Drug Categories and Their Common Effects

	CNS DEPRESSANTS	CNS STIMULANTS	HALLUCINOGENS	DISASSOCIATIVE ANESTHETICS	NARCOTIC ANALGESICS	INHALANTS	CANNABIS
COMMON EXAMPLES	Alcohol Valium Prozac Xanax Soma Rohypnol (roofies) GHB	Cocaine Crack Methamphetamine Adderall Ritalin Dexedrine MDPV (bath salts)	LSD (acid) MDMA (ecstasy) Peyote Psilocybin mushrooms	PCP Ketamine DXM (cough medicine)	Heroin Hydrocodone Vicodin Morphine Oxycontin Percodan Methadone	Solvents (gasoline, paint thinner, cleaning fluid, model glue) Aerosols (spray cans) Anesthetic gases (chloroform, whipped cream spray cans, nitrous oxide)	Marijuana Hash Hash oil Marinol Dronabinol K2 Spice
PUPIL SIZE	Normal	Dilated	Dilated	Normal	Constricted	Normal	Dilated
REACTION TO LIGHT	Slow	Slow	Normal	Normal	Little or none	Slow	Normal
BODY TEMPERATURE	Normal	Up	Up	Up	Down	Up/Down/Normal	Normal
MUSCLE TONE	Flaccid	Rigid	Rigid	Rigid	Flaccid	Normal or Flaccid	Normal
OTHER INDICATORS (users will not typically show all indicators)	- Euphoria - Depression - Laughing/crying for no reason - Reduced ability to divide attention - Disoriented - Sluggish - Thick, slurred speech - Drunk-like behavior - Droopy eyes - Fumbling - Relaxed inhibitions - Slowed reflexes - Uncoordinated - Drowsy	- Restlessness - Body Tremors - Excitement - Euphoria - Talkative - Exaggerated reflexes - Anxiety - Redness to nasal area - Runny nose - Loss of appetite - Increased alertness - Dry mouth - Irritability - Grinding teeth	- Hallucinations - Paranoia - Nausea - Perspiring - Dazed appearance - Flashbacks - Body tremors - Disoriented - Memory loss - Uncoordinated - Synesthesia (transposition of senses) - Difficulty in speech - Huge pupils (MDMA)	- Blank stare - Confused - Cyclic behavior - Perspiring - Chemical odor - Hallucinations - Possibly violent and combative - Warm to the touch - Increased pain threshold - Incomplete verbal responses - Repetitive speech	- Droopy eyelids - On the nod - Drowsiness - Depressed reflexes - Dry mouth - Low, raspy slow speech - Euphoria - Fresh puncture marks - Itching - Nausea - Track marks	- Confusion - Flushed face - Intense headaches - Bloodshot, watery eyes - Lack of muscle control - Odor of substance - Non-communicative - Disoriented - Slurred speech - Possible Nausea - Residue of substance around mouth and nose	- Odor of marijuana - Marijuana debris in the mouth - Body tremors - Increased appetite - Relaxed inhibitions - Disoriented - Possible paranoia - Eyid tremors - Reddened eyes

POLY DRUG USE

The use of two or more drugs of different categories will cause the body to display a combination of effects. This is because each drug works independently. The results of poly drug use may be unpredictable but will generally show some indicators of each drug used. Alcohol and cannabis are the most common mixers with other drugs.

A project of the Northwest Washington Target Zero Coalition - thewisedrive.com



Alcohol

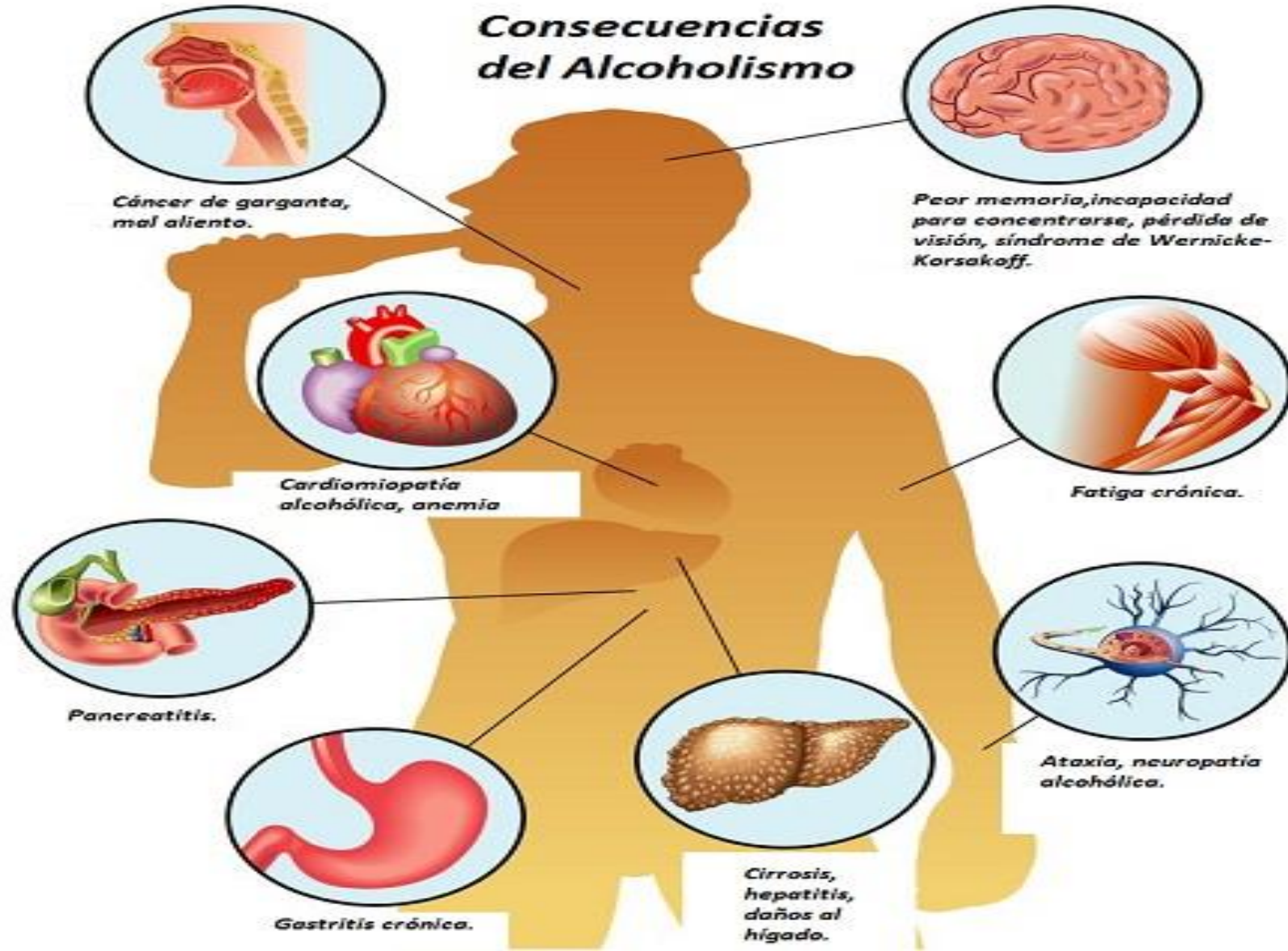
El alcohol y la depresión: factores de riesgo de suicidio más prevalentes en pacientes con patología dual/co-ocurrente

Patología dual o co-ocurrente - condición clínica en la que coexisten de forma simultánea o secuencial un trastorno adictivo y otro trastorno mental.

La disminución de la actividad de la **amígdala** y el **hipocampo** generan alteraciones emocionales en quienes **abusan** del **alcohol**. Estas van desde la **apatía** y la **monotonía** hasta la dificultad para percibir las **emociones** en los demás.



Consecuencias del Alcoholismo



Marihuana/ Canabbis

- Evidencia sustancial de investigación en animales y un número creciente de estudios en humanos indican que la exposición a la marihuana durante el desarrollo puede causar cambios adversos en el cerebro a largo plazo o posiblemente permanentes.
- Un gran estudio longitudinal en Nueva Zelanda encontró que el trastorno por consumo persistente de marihuana de uso frecuente, que comienza en la adolescencia, se asoció con una pérdida de un promedio de 6 o hasta 8 puntos de CI medidos a mediados de la edad adulta.
- Significativamente, en ese estudio, aquellos que usaron marihuana en gran medida en la adolescencia y dejaron de usarla en la adultez no recuperaron los puntos de CI perdidos.

<https://www.drugabuse.gov/publications/research-reports/marijuana/what-are-marijuanas-long-term-effects-brain>



Tabaco y Nicotina



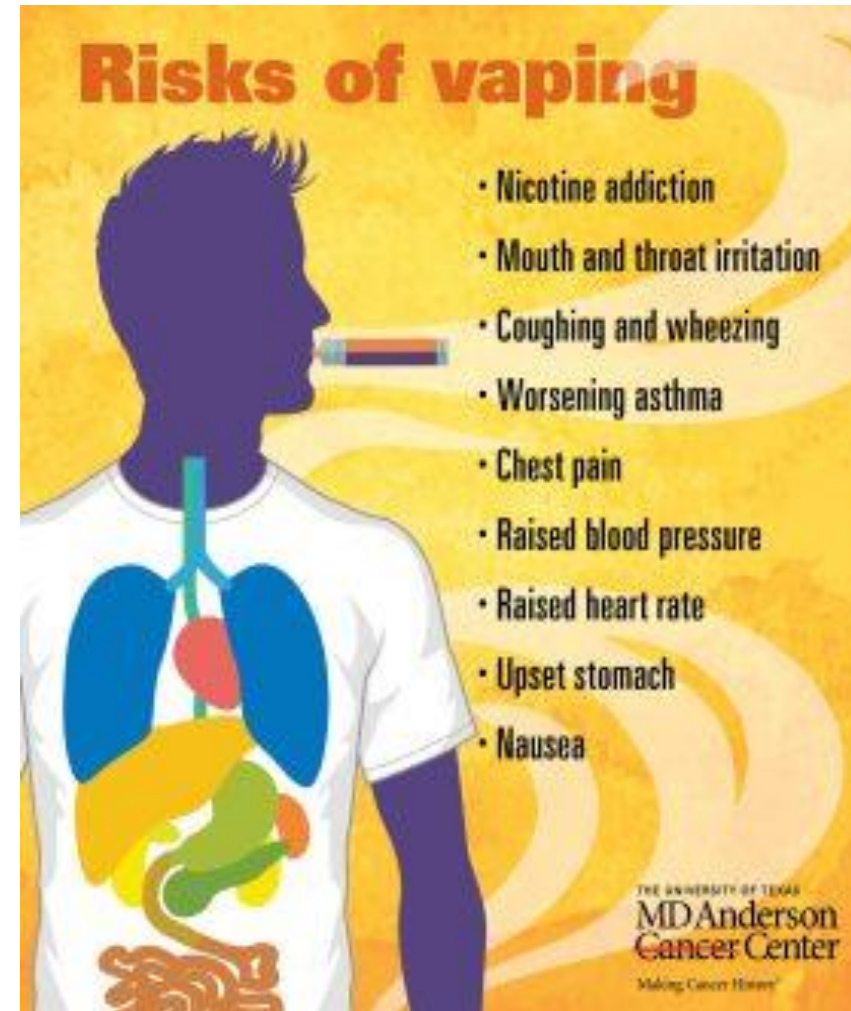
La **nicotina**, químico principal contenido en el cigarro, es **10 veces más adictivo que la heroína** y provoca complicaciones en distintas partes del cuerpo.

Según información emitida por la Sociedad Española de Neumología y Cirugía Torácica (SEPAR), **la nicotina es una sustancia que posee una capacidad adictiva hasta cinco veces mayor que la cocaína**, por lo que ha considerado que la decisión más saludable que cualquier ser humano puede tomar en su vida es dejar de fumar o nunca hacerlo.



Vaping

Impacta el cerebro en desarrollo. La nicotina afecta negativamente la corteza prefrontal, el área del cerebro responsable de la atención, la toma de decisiones, el juicio y la planificación. La nicotina es igualmente peligrosa para los adolescentes y los adultos; tiene un impacto negativo en la salud del corazón. La nicotina puede: Aumentar la presión arterial y la frecuencia cardíaca.



POLITICS

Teachers Are Serving As First Responders To The Opioid Crisis

“My job as a teacher is to be a first responder to poverty,” says Greg Cruvey, a middle school teacher at Southside K-8 school. “If my students learn other stuff too, that’s great.”

By Rebecca Klein

11/03/2018 05:00 am ET



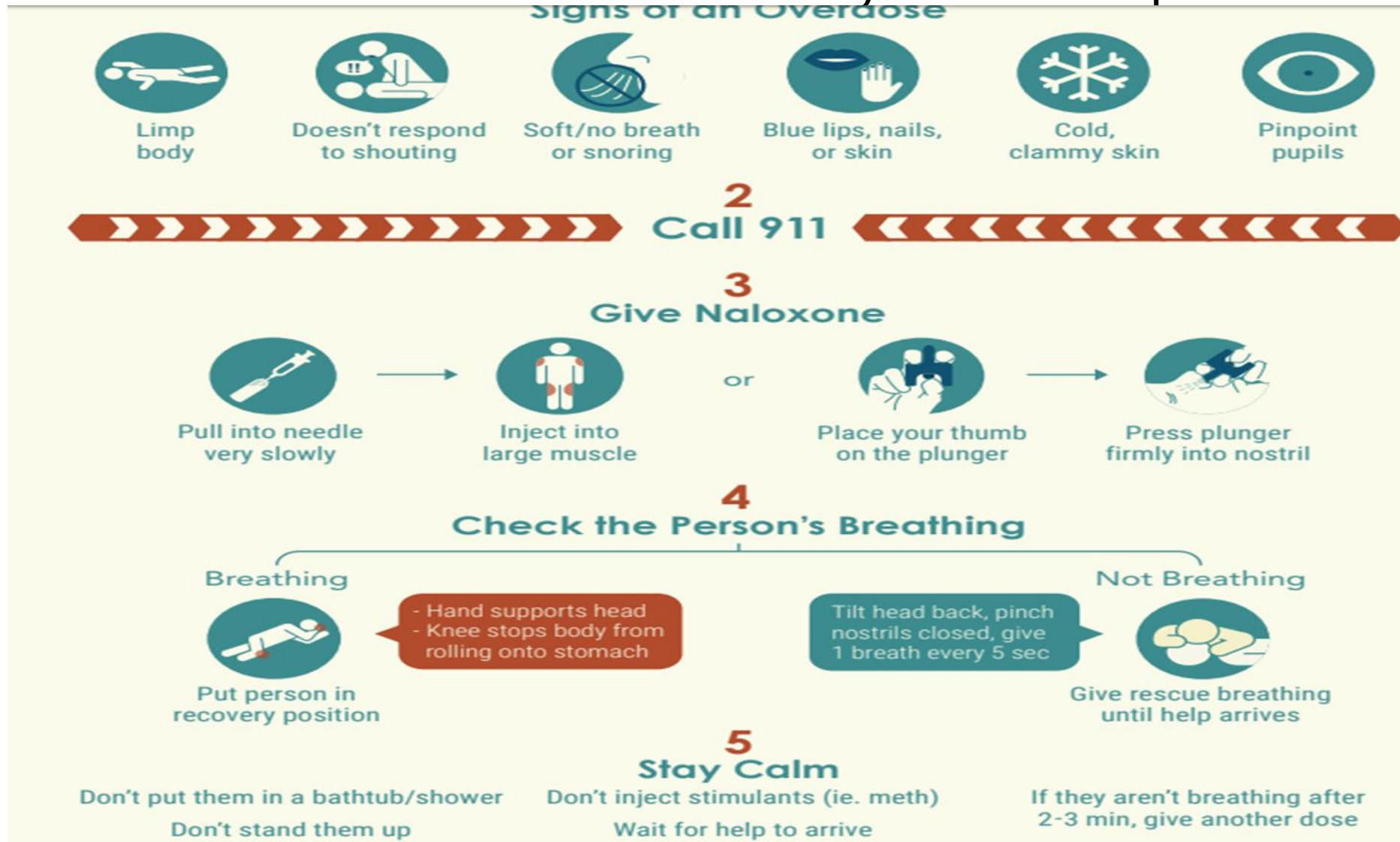
GOBIERNO DE PUERTO RICO
Departamento de Educación



Universidad
de Puerto Rico

DE DEPARTAMENTO DE
EDUCACIÓN
GOBIERNO DE PUERTO RICO

Señales de una Sobredosis y Cómo Responder



Qué es la Naloxona (Narcan)

https://www.addictionpolicy.org/overdosereversal?fbclid=IwAR1dYpP4ToKZ4JbRDaHUQgO835BgabFFsp5_z5qOBXcE8Uldg7Fw9keOKkY

NALOXONE? { Naloxone is a medication that can reverse opioid overdoses.

- Very safe
- Easy to administer
- Not addictive
- Wears off in about an hour
- Only reverses overdoses caused by opioids

Naloxone is bystander-administered. It is so safe, that even if you're not sure whether the medical emergency was caused by opioids, some other drug, or another medical condition, administering naloxone will not cause harm.

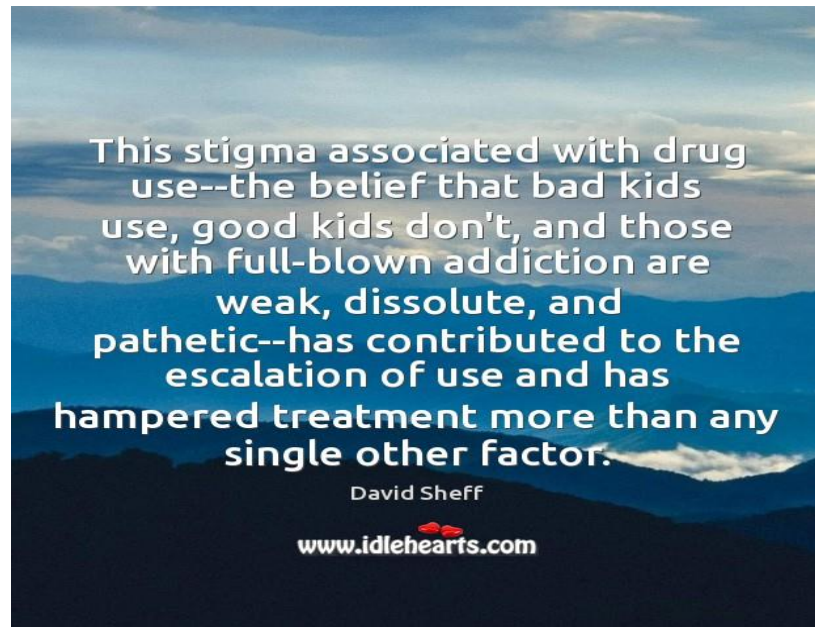
3 FDA-approved forms:

- Narcan® nasal spray
- Evzio® auto-injector
- Injectable naloxone

“El estigma no puede ser una dificultad para solicitar ayuda”



• Reduciendo el Estigma •



Recovery Dialects	Mutual Aid Meetings	In Public	With Clients	Medical Settings	Journalists
Addict	✓	STOP	STOP	STOP	STOP
Alcoholic	✓	STOP	STOP	STOP	STOP
Substance Abuser	STOP	STOP	STOP	STOP	STOP
Opioid Addict	✓	STOP	STOP	STOP	STOP
Relapse	✓	STOP	STOP	STOP	STOP
Medication Assisted Treatment	STOP	STOP	STOP	STOP	STOP
Medication Assisted Recovery	✓	✓	✓	✓	✓
Person w/ a Substance Use Disorder	✓	✓	✓	✓	✓
Person w/ an Alcohol Use Disorder	✓	✓	✓	✓	✓
Person w/ an Opioid Use Disorder	✓	✓	✓	✓	✓
Long-term Recovery	✓	✓	✓	✓	✓
Pharmacotherapy	✓	✓	✓	✓	✓

Language matters but can change depending on the setting we are in. Choosing when and where to use certain language and labels can help reduce stigma and discrimination towards substance use and recovery.

SOURCE: Ashford, R. D., Brown, A. M., & Curtis, B. (2018). Substance use, recovery, and linguistics: The impact of word choice on explicit and implicit bias. *Drug and Alcohol Dependence*, 189, 131–138.

Dialecto en la Recuperación

Recovery Dialects
The words we use matter.

Positive		Negative
Person who uses substances	Group of six people icons	Substance Abuser
Recurrence of Use		Relapse
Pharmacotherapy	Two speech bubble icons	Medication-Assisted Treatment
Accidental Drug Poisoning		Overdose
Person with a Substance Use Disorder	Person at a podium icon	Addict
		Alcoholic
		Opioid Addict

While some negative language is okay to use in mutual aid meetings, its use should be avoided in public, when advocating and in journalism.

SOURCE: Ashford, R. D., Brown, A. M., & Curtis, B. (2016). Substance use, recovery, and linguistics: The impact of word choice on explicit and implicit bias. *Drug and Alcohol Dependence*, 169, 131–138.



9 cosas que desearía haber sabido

1. NO Ignore las Señales
2. NO esperes que Toque Fondo
3. La Recuperación toma tiempo
4. Encuentra un Tratamiento de Calidad
5. Utiliza TODAS las Herramientas de la Caja de Herramientas
6. Las Sobredosis No-Fatales son una Señal Clave de Advertencia
7. Presta atención al Uso de Substancias en Edad Temprana
8. Comprende el vínculo entre el Suicidio y la Adicción
9. Encuentra Apoyo



Recursos Educativos

Documentales

- *The Pharmacist* Netflix
- *Understanding the Opioid Epidemic* YouTube, Amazon Prime
- *Letters from Generation Rx* Amazon Prime
- *Dr. Feelgood* Amazon Prime
- *Do No Harm: The Opioid Epidemic* Amazon Prime
- *Take Your Pills* Amazon Prime

Libros

- *American Fix* Ryan Hampton
- *ADHD Nation: Children, Doctors, Big Pharma, and the Making of an American Epidemic* Alan Schwarz
- *Anatomy of an Epidemic: Magic Bullets, Psychiatric Drugs, and the Astonishing Rise of Mental Illness in America* Robert Whitaker

Páginas Web/Redes Sociales

- Vigilantes: National Coalition Against Opioids
<https://www.facebook.com/groups/356927551606659/>
- La Última Píldora <https://www.facebook.com/opioidesPR/>
- The Global Recovery Movement
<https://www.facebook.com/TheGlobalRecoveryMovement/>
- Addiction Policy Forum
<https://www.addictionpolicy.org/blog/9-things-we-wish-wed-known>
- Drug Enforcement Administration (DEA) Education and Outreach
<https://www.dea.gov/education-and-outreach-media>



In Puerto Rico, growing opioid crisis adds to island's post-hurricane issues

A volunteer doctor said he'd never seen, in 30 years, three to four deaths a week in one neighborhood street, but he's seeing it now.

Documental

Opíodes en Puerto Rico:
Un Problema Crónico de
Salud



GOBIERNO DE PUERTO RICO
Departamento de Educación



Universidad
de Puerto Rico



GRACIAS



GOBIERNO DE PUERTO RICO
Departamento de Educación



Universidad
de Puerto Rico

DE DEPARTAMENTO DE
EDUCACIÓN
GOBIERNO DE PUERTO RICO