

CYB
Dr. Yuniesky Cardoso Becerra.
Médico Especialista en Psiquiatría
Máster en Tratamiento Cognitivo
conductual en Adicciones
RP: 567915

MÓDULO 3

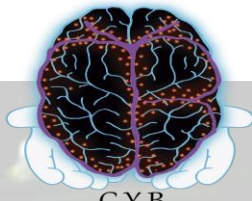
PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN EN SALUD MENTAL Y CONSUMO DE SUSTANCIAS PSICOACTIVAS

Autor: Dr. Yuniesky Cardoso Becerra

Médico Especialista en Psiquiatría

Máster en Tratamiento Cognitivo Conductual en Adicciones





C Y B
Dr. Yuniesky Cardoso Becerra.
Médico Especialista en Psiquiatría
Máster en Tratamiento Cognitivo
conductual en Adicciones
RP: 567915

INTRODUCCIÓN

El abordaje del consumo de sustancias psicoactivas (SPA) exige una mirada amplia que no se limite a la atención clínica del problema, sino que incorpore acciones de prevención y promoción de la salud mental. La evidencia científica señala que la prevención temprana y la promoción de factores protectores generan impactos positivos y duraderos, no solo en la reducción del consumo, sino en el fortalecimiento del bienestar general de las comunidades. Este módulo tiene como objetivo brindar un panorama detallado sobre las estrategias universales, selectivas e indicadas de prevención, así como los elementos claves para diseñar programas efectivos en diferentes contextos.

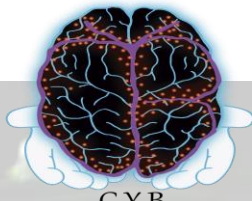
CONCEPTOS BÁSICOS DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN

La prevención hace referencia a todas aquellas intervenciones dirigidas a reducir la probabilidad de aparición de conductas de consumo problemático, mientras que la promoción busca fortalecer la salud mental y el bienestar, generando capacidades individuales y colectivas para afrontar la vida de manera saludable. Ambas estrategias están interrelacionadas y constituyen pilares fundamentales en las políticas de salud pública.

ESTRATEGIAS DE PREVENCIÓN UNIVERSAL

La prevención universal se orienta a toda la población sin diferenciar grupos de riesgo. Su propósito es sensibilizar, educar y promover estilos de vida saludables. Ejemplos de estas estrategias incluyen: campañas mediáticas a nivel nacional, programas escolares de educación integral, actividades comunitarias de deporte y cultura, y la inclusión de contenidos preventivos en los currículos académicos. La prevención universal genera un impacto amplio, aunque requiere inversión sostenida y articulación intersectorial.





C Y B
Dr. Yuniesky Cardoso Becerra.
Médico Especialista en Psiquiatría
Máster en Tratamiento Cognitivo
conductual en Adicciones
RP: 567915

ESTRATEGIAS DE PREVENCIÓN SELECTIVA

Las estrategias selectivas se centran en subgrupos poblacionales que presentan mayor vulnerabilidad frente al consumo. Entre estos grupos se incluyen: adolescentes en contextos de violencia, comunidades con alta disponibilidad de drogas, familias con antecedentes de consumo y jóvenes en situación de calle.

Este tipo de intervención es más focalizada y busca ofrecer apoyos diferenciados, tales como talleres psicoeducativos, programas de mentoría, acompañamiento psicosocial y la vinculación a actividades de reintegración escolar y comunitaria.

ESTRATEGIAS DE PREVENCIÓN INDICADA

La prevención indicada se dirige a individuos que ya presentan signos tempranos de consumo o conductas problemáticas. En este nivel, las intervenciones son más intensivas y personalizadas, incluyendo la intervención breve, la consejería motivacional, la psicoterapia individual y grupal, así como la derivación a servicios especializados. Su objetivo es evitar la progresión hacia la dependencia y facilitar el acceso a redes de apoyo. La prevención indicada se fundamenta en la detección temprana y en el compromiso activo de profesionales de la salud, instituciones educativas y familias.

PROMOCIÓN DE LA SALUD MENTAL

La promoción de la salud mental se centra en potenciar recursos personales, familiares y comunitarios que fortalezcan la resiliencia, la autoestima y el sentido de vida.

A través de programas de promoción se busca generar entornos protectores, fomentar la participación ciudadana y garantizar el acceso equitativo a oportunidades de desarrollo. Ejemplos de acciones de promoción incluyen: programas de educación emocional en colegios, campañas de convivencia pacífica, proyectos de arte y cultura comunitaria, y la generación de redes de apoyo en barrios y municipios. La promoción de la salud mental tiene un enfoque positivo y proactivo, más allá de la ausencia de enfermedad.





C Y B
Dr. Yunesky Cardoso Becerra.
Médico Especialista en Psiquiatría
Máster en Tratamiento Cognitivo
conductual en Adicciones
RP: 567915

GUÍA DE DISEÑO DE PROGRAMAS DE PREVENCIÓN

Diseñar un programa de prevención requiere seguir una ruta metodológica clara que garantice coherencia, pertinencia y efectividad. Los pasos principales son:

1. Diagnóstico situacional: Identificación de necesidades, recursos y características de la comunidad. Incluye análisis epidemiológico, entrevistas y encuestas.
2. Definición de objetivos: Establecer metas claras, medibles y alcanzables, tanto a corto como a largo plazo.
3. Selección de estrategias: Elegir entre intervenciones universales, selectivas o indicadas según el contexto.
4. Planificación de actividades: Diseñar cronogramas, materiales y recursos necesarios.
5. Implementación: Ejecución de las actividades con participación activa de los actores comunitarios.
6. Evaluación: Medición de resultados e impactos, ajustes y retroalimentación para mejorar el programa.

EJEMPLOS PRÁCTICOS DE PROGRAMAS DE PREVENCIÓN

- Programa escolar de habilidades para la vida: busca fortalecer la autoestima, la toma de decisiones y la resolución de conflictos en estudiantes de primaria y secundaria.
- Proyecto comunitario de deporte y cultura: ofrece alternativas de uso del tiempo libre a jóvenes en barrios vulnerables, reduciendo el riesgo de consumo.
- Estrategias de intervención breve en servicios de salud: capacitar a médicos y enfermeras para identificar signos tempranos de consumo y ofrecer consejería motivacional.
- Programas familiares de comunicación y afecto: fortalecen el rol protector de la familia mediante talleres psicoeducativos y acompañamiento domiciliario.

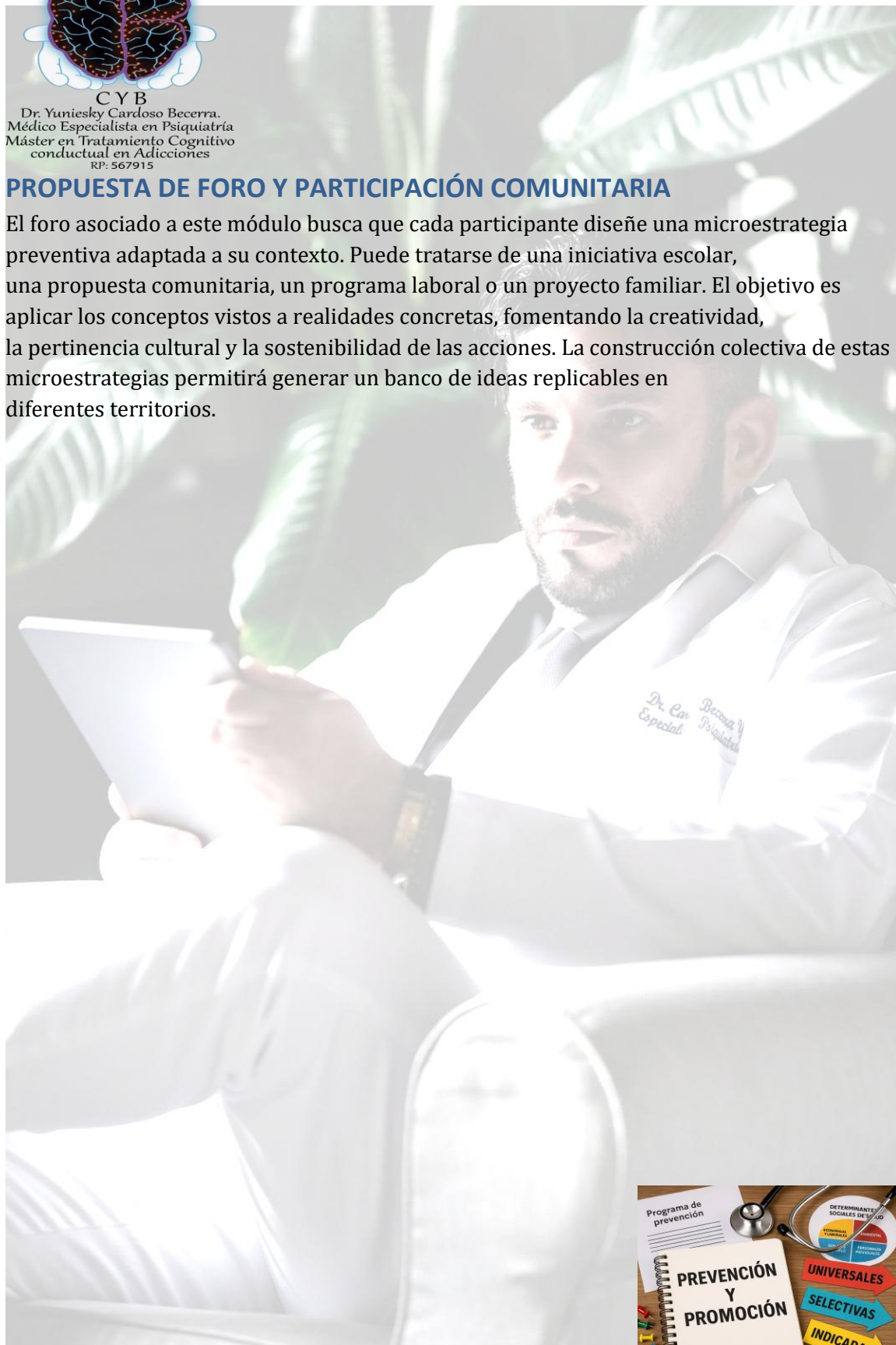




CYB
Dr. Yuniesky Cardoso Becerra.
Médico Especialista en Psiquiatría
Máster en Tratamiento Cognitivo
conductual en Adicciones
RP: 567915

PROPUESTA DE FORO Y PARTICIPACIÓN COMUNITARIA

El foro asociado a este módulo busca que cada participante diseñe una microestrategia preventiva adaptada a su contexto. Puede tratarse de una iniciativa escolar, una propuesta comunitaria, un programa laboral o un proyecto familiar. El objetivo es aplicar los conceptos vistos a realidades concretas, fomentando la creatividad, la pertinencia cultural y la sostenibilidad de las acciones. La construcción colectiva de estas microestrategias permitirá generar un banco de ideas replicables en diferentes territorios.



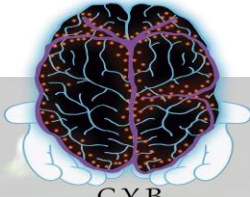


C Y B
Dr. Yuniesky Cardoso Becerra.
Médico Especialista en Psiquiatría
Máster en Tratamiento Cognitivo
conductual en Adicciones
RP: 567915

CONCLUSIONES

La prevención y la promoción son esenciales en el abordaje integral del consumo de SPA. No basta con tratar los problemas una vez que aparecen; es necesario anticiparse, reducir riesgos y construir entornos protectores que favorezcan el bienestar. Los programas exitosos son aquellos que logran articular la escuela, la familia, la comunidad y las instituciones, con un enfoque de derechos, equidad y participación. Este módulo invita a los participantes a convertirse en actores activos de transformación, capaces de liderar procesos preventivos en sus municipios y comunidades.





C Y B
Dr. Yuniesky Cardoso Becerra.
Médico Especialista en Psiquiatría
Máster en Tratamiento Cognitivo
conductual en Adicciones
RP: 567915

BIBLIOGRAFÍA

- Ministerio de Salud y Protección Social. (2013). Política Integral para la Prevención y Atención del Consumo de SPA.
- UNODC. (2018). Informe Mundial sobre Drogas.
- Organización Panamericana de la Salud. (2014). Prevención del consumo de drogas en las Américas.
- OMS. (2004). Promoción de la salud mental: conceptos, evidencia y práctica.
- CICAD/OEA. (2019). Guía hemisférica de programas preventivos basados en evidencia.

