

Este apartado forma parte del libro:

Programa de intervención por consumo de metanfetamina tipo cristal (PIMEC)

*Kalina Isela Martínez Martínez
Marielena Eudave Patiño
Yancarlo Lizandro Ojeda Aguilar
Lorenia Robles Villarreal
Raúl Martín del Campo
(Coordinadores)*



editorial.uaa.mx



libros.uaa.mx



revistas.uaa.mx



libreriavirtual.uaa.mx

Número de edición: Primera edición electrónica

Editorial(es):

- Universidad Autónoma de Aguascalientes

País: México

Año: 2025

Páginas: 209 pp.

Formato: PDF

ISBN: 978-607-2638-88-4

DOI:

<https://doi.org/10.33064/UAA/978-607-2638-88-4>

Licencia CC:



Disponible en:

<https://libros.uaa.mx/uaa/catalog/book/370>

**GUÍA PARA LOS CENTROS
DE ATENCIÓN**

12

Tras el cristal: cómo brindar apoyo

Jafet Hernández Villafuerte
Ximena Estefanía Díaz Domínguez
Diego Hernández Trejo

Canalización

Brindar atención a una persona que consume metanfetamina es un proceso que debe realizarse con respeto y cuidado, asegurando que sus derechos sean protegidos.

1. Identificar la necesidad de ayuda:

Observa las señales: el consumo de cristal puede identificarse en cambios físicos, psicológicos y sociales en la persona. Algunos de los indicadores son los siguientes:

- Presencia de ansiedad y fatiga en cualquier momento del día.
- Dificultades para conciliar el sueño o insomnio.
- Presencia de irritabilidad junto con comportamientos violentos y lenguaje agresivo.
- Cambios en su estado de ánimo de forma repentina.
- Presencia de un deseo intenso de consumir cristal.
- Dificultades para sentir satisfacción o placer con cualquier otra actividad que no sea consumir.
- Pérdida de peso notable y disminución del apetito.
- Presencia de síntomas psicóticos, como alucinaciones visuales, auditivas y paranoia.
- Incumplimiento o bajo rendimiento en las responsabilidades del trabajo, la escuela o el hogar.
- Presencia de comezón corporal constante, pudiendo provocar heridas o marcas en la piel.
- Deterioro dental notable, con la posibilidad de presentar pérdida dental.
- Presencia de síntomas depresivos y aislamiento de otras personas.

2. Identificar las instituciones que puedan brindarle apoyo:

Escucha sin juzgar: habla con la persona, tratando de ponerte en su lugar, mostrando preocupación por su bienestar sin hacer juicios o reclamos, estableciendo un ambiente seguro y de confianza para el diálogo.

Si la persona está iniciando su consumo:

- Centro Comunitario de Salud Mental y Adicciones (CECO-SAMA) Aguascalientes: 449-977-5240 y 449-977-1558.

Si la persona presenta adicción al cristal:

- Centros de Integración Juvenil (CIJ): ofrecen atención a personas con problemas de adicción.
- Líneas de apoyo telefónico: como el servicio de orientación del Consejo Nacional contra las Adicciones (CONADIC) en el número: 01-800-911-2000.

Nombre legal del establecimiento	Población que es atendida	Modelo de atención
Casas y albergues de rehabilitación Agua Viva	Mujeres de 12 a 18 años	Mixto
Fundación Tres Legados Centro Contra las Adicciones, A. C.	Hombres adolescentes, adultos y de la tercera edad	Mixto
Grupo Plenitud 24 horas, A. C.	Hombres adultos	Mixto
Mi Único Camino, A. C.	Hombres adolescentes, adultos y de la tercera edad	Mixto
Misión Renace, A. C.	Mujeres y hombres adolescentes, adultos y de la tercera edad	Mixto
CIDA Aguascalientes, A. C.	Hombres adolescentes y adultos	Mixto

Tabla 14. Centros residenciales certificados en 2025 por la Comisión Nacional de Salud Mental y Adicciones (CONASAMA)

Si la persona se encuentra intoxicada:

- Hospital de Psiquiatría Doctor Gustavo León Mojica García: 449-976-0587.
- Sistema de Intervención en Crisis: 911.
- Línea de la Vida Aguascalientes: 449-977-7205.
- Línea de la Vida a nivel nacional: 01-800-911-2000.

3. Conversar con la persona afectada:

- Elige el momento adecuado: busca un momento en el que la persona se encuentre tranquila e identifica un espacio privado para hablar.

- Habla desde la preocupación: explica que te preocupa su salud y bienestar, y que quieres ayudar.
- Ofrece información: comparte los recursos disponibles sin presionar, dándole espacio para considerar la ayuda.

4. Proteger sus derechos

- Confidencialidad: no compartas su situación con otras personas sin su consentimiento.
- Respeto a su decisión: es posible que la persona no esté lista para aceptar ayuda; respeta su decisión, pero mantén las puertas abiertas.

5. Buscar apoyo profesional

- Contacta a un especialista en adicciones: psiquiatras, psicólogos o consejeros especializados pueden ofrecer orientación.
- Involucra a la familia o red de apoyo: si es seguro y apropiado, involucra a la familia o la red de apoyo de la persona, ya que puede ser de gran ayuda.

6. Acompañar en el proceso

- Ofrece acompañamiento: si la persona decide buscar ayuda, ofrécele tu apoyo para acudir a las citas o al centro.
- Mantén el contacto: continúa brindando apoyo emocional, mostrando que te importa su bienestar a largo plazo.

Seguimiento

Un seguimiento es importante (Marina, 1999; Hester & Miller, 1989) al momento de contactar con la persona que ha terminado un tratamiento, ya que nos ayudará a identificar si:

- La meta de consumo se ha mantenido o si han existido recaídas durante o después del tratamiento.
- La persona ha logrado practicar las habilidades que aprendió a lo largo del tratamiento.
- En caso de la presencia de algún trastorno, éste presenta cambios.
- Se han presentado recaídas.
- Ha habido cambios en la percepción de los conocidos y familiares respecto al paciente. Para esto, puedes contactar con alguno de ellos para identificar estos cambios.

Identificar los cambios posteriores al término de un tratamiento será fundamental para evaluar y promover el mantenimiento de la meta de la persona usuaria y prevenir las recaídas en situaciones difíciles. Se recomienda realizar seguimientos de uno, tres y seis meses después del tratamiento.

No olvides que durante y después de un tratamiento, las recaídas son algo normal en los procesos de recuperación en una persona que consume cualquier sustancia. Recuerda que esto no significa que no haya funcionado el tratamiento, sino que es una

oportunidad más para el aprendizaje y la búsqueda de estrategias para que esto no vuelva a suceder.

- *Dato curioso:* se ha identificado que existen tres situaciones de alto riesgo asociadas con el 70 % de las recaídas:

1. Estados de emociones negativos.
2. Conflictos interpersonales.
3. Presión social (Cummings *et al.*, 1980).

Con base en esta información, si tú o alguien cercano está mostrando signos del consumo de cristal, el tratamiento especializado puede ser el camino hacia una vida más saludable y equilibrada. Un seguimiento regular ayuda a evaluar la efectividad del tratamiento y ajustar estrategias, según sea necesario. Asimismo, puedes buscar el apoyo con familiares, amigos, pareja o personas cercanas a ti para buscar ayuda profesional y mantener el tratamiento hasta su finalización.

Referencias

- Cummings, C., Gordon, J. R. & Marlatt, G. A. (1980). Relapse: Prevention and prediction. En W. R. Miller (Ed.), *The addictive behaviors*.
- Marina, P. (1999). ¿Qué nos han enseñado los estudios de seguimiento de toxicómanos? *Adicciones*, 11(3), 237-241. <http://www.cij.gob.mx/DrogasInformate/metanfetaminas.html>; <http://www.cij.gob.mx/programas/Investigacion/pdf/c1-99-03.pdf>; <https://www.justice.gov/archive/ndic/spanish/13444/index.htm>; <https://nida.nih.gov/es/publicaciones/serie-de-reportes/abuso-y-adiccion-la-metanfetamina/cuales-son-los-efectos-inmediatos-corto-plazodel-abuso-de#:~:text=Los%20s%C3%ADntomas%20de%20abstinencia%20incluyen,intenso%20de%20consumir%20la%20droga.&text=Adem%C3%A1s%20de%20ser%20adictos%20a,de%20%C3%A1nimo%20y%20comportamiento%20violento>