



GRAN TERRITORIO DE LOS PASTOS

E.P.S. INDÍGENA

MALLAMAS

El Autocuidado en salud Para Un Buen Vivir !

¿QUÉ SON LAS SUSTANCIAS PSICOACTIVAS?

Sustancias que alteran su mente y cuerpo

¿Sabía que?

Las SPA cambian tus emociones, pensamientos y comportamiento.

El alcohol y el tabaco también son SPA, aunque son aceptadas socialmente

→ Cada persona reacciona distinto

→ Ninguna SPA es inofensiva

Ejemplos comunes:

- Alcohol
- Cigarrillo (convencional y electrónico)
- Marihuana
- Cocaína
- Anfetaminas
- Hongos, LSD, heroína

Vigilado Supersalud





¿QUÉ HACER FRENTE AL CONSUMO?

El consumo problemático tiene solución, se debe tener en cuenta:
Falta de motivación, Desinterés por el estudio o trabajo, cambios de ánimo y Problemas familiares o sociales.



Un menor que consume es una víctima, no un delincuente



Apoye a sus familiares, nunca los rechace.



Las SPA no mejoran su creatividad ni productividad

Si necesita ayuda, busca a un profesional de salud.

