



Prescribe Safe
Montage Health

GUÍA PARA EL MAESTRO

Módulo de educación

para la prevención del uso de sustancias en la escuela intermedia (middle school) y preparatoria (high school)

Hola.

Gracias por elegir enseñar a sus estudiantes acerca de la importancia de la prevención del uso de sustancias.

Esperamos que con esta guía se sienta apoyado a la hora de educar a sus alumnos sobre esta información importante.

Como tal vez sepa, el uso de sustancias continúa amenazando la seguridad y el bienestar de nuestra comunidad. Muchos adultos y niños en el condado de Monterey se han sido afectados por el uso de sustancias y las sobredosis continúan aumentando a un ritmo alarmante.

Nuestra misión es cambiar las creencias y comportamientos relacionados con el uso de sustancias, educando a sus estudiantes sobre cómo la concientización sobre el uso de sustancias puede marcar una diferencia significativa y potencialmente salvar su vida o la de alguien que conocen.

Nuestra meta es:

- Disminuir el número de sobredosis en nuestra comunidad
- Reducir el riesgo general del consumo de sustancias
- Construir una comunidad más fuerte y saludable

La Oficina de Educación del Condado de Monterey se ha asociado con el programa Prescribe Safe de Montage Health para brindar educación sobre la prevención del uso de sustancias en nuestras escuelas intermedias y preparatorias, a través de este plan de estudios personalizado.

A continuación se muestra la Guía para el maestro sobre el plan de estudios de educación para la concientización sobre el uso de sustancias basado en la web. El plan de lecciones promueve la concientización sobre el uso de sustancias, aborda los efectos de usarlas y brinda a los estudiantes herramientas para decir no y maneras de actuar.

Al inicio del plan de lecciones, hay un enlace a una encuesta. Esta información nos ayuda a rastrear el número de escuelas y estudiantes que han participado y a recopilar comentarios para apoyar la mejora continua del plan de estudios. Una vez que haya implementado el plan de estudios, complete la encuesta [aquí](#).

Si tiene preguntas sobre esta educación, comuníquese con prescribesafe@montagehealth.org.

Gracias por brindar esta educación sobre prevención del uso de sustancias a sus estudiantes y ayudar a crear juntos un ambiente más seguro en el condado de Monterey.

Montage Health Prescribe Safe



DIAPPOSITIVA 1: ¡HOLA, MAESTROS!

Gracias por enseñar este módulo a sus alumnos. Al completar esta lección, haga clic [AQUÍ](#) para enviar la encuesta.

¿Preguntas?

prescribeseafe@montagehealth.org



DIAPPOSITIVA 2: EDUCACIÓN PARA LA CONCIENTIZACIÓN SOBRE EL USO DE SUSTANCIAS

Hoy vamos a hablar de un tema muy importante.

Levanta la mano para ver, ¿cuántos de ustedes han aprendido acerca del uso de drogas o sustancias?

PERMITA QUE RESPONDAN LOS ESTUDIANTES

El término “drogas” se usa generalmente para describir sustancias o sustancias químicas que causan adicción y que las personas compran por sí mismas y consumen. En general, las drogas son medicamentos o sustancias que tienen un efecto físico o mental en tu cuerpo cuando las tomas. Las drogas pueden ingerirse, fumarse, inyectarse o absorberse a través de la piel.

CONCLUSIÓN CLAVE: Una droga es un medicamento, ya sea que lo obtengas de tu médico, de las redes sociales o de un amigo.



DIAPPOSITIVA 3: ACUERDOS EN LA CLASE (PARTE 1)

Antes de continuar, es importante que sigamos estos acuerdos en la clase para poder tener una clase efectiva. Lo que aprendas hoy podría salvar la vida de alguien, por lo que debemos tomarlo en serio. [LEA CADA ACUERDO](#)



DIAPPOSITIVA 4: ACUERDOS EN LA CLASE (PARTE 2)

Aquí hay algunos acuerdos de clase más importantes. [LEA CADA ACUERDO](#)

¿Alguien tiene alguna pregunta? PERMITA QUE RESPONDAN LOS ESTUDIANTES



DIAPPOSITIVA 5: ¿QUÉ ESTAMOS APRENDIENDO?

En esta lección vamos a aprender sobre... [LEA CADA ACUERDO](#)



DIAPPOSITIVA 6: NÚMEROS REALES

Antes de empezar, quiero que conozcan algunos datos que podrían resultarles útiles. Estos datos pueden ayudarles a tomar una decisión más informada en lo que respecta al consumo de sustancias.

[LEA CADA DATO](#)

Levanta la mano para ver, ¿alguien ya conocía estos datos? ¿En qué te hacen pensar estos datos?

PERMITA QUE RESPONDAN LOS ESTUDIANTES



DIAPOSITIVA 7: CHARLA REAL

Aunque esas estadísticas pueden dar miedo y mostrar lo importante que es esta información, en realidad, el uso de sustancias no es tan común como lo que pudiéramos pensar y la mayoría de los estudiantes no las usan.

LEA CADA DATO

Estamos compartiendo estos datos para que estés consciente de los riesgos y puedas protegerte a ti mismo y a tus amigos.



DIAPOSITIVA 8: TÉRMINOS CLAVE (PARTE 1)

Aquí hay algunos términos clave importantes que debemos conocer para nuestra discusión de hoy.

LEA CADA TÉRMINO CLAVE



DIAPOSITIVA 9: TÉRMINOS CLAVE (PARTE 2)

A continuación se incluyen algunos términos clave adicionales que debes tener en cuenta. LEA CADA TÉRMINO CLAVE

Nota: Cuando llegue a los terminos **estimulantes**, puede leer el término clave y luego decir: "Aunque los estimulantes no ralentizan las funciones corporales como lo hacen otros, los estimulantes aún pueden ser fatales y provocar arrebatos violentos, alucinaciones o autolesiones".

Nota: Cuando llegue a los terminos **depresores**, puede leer el término clave y luego decir: "Aunque los depresores ralentizan los mensajes entre el cerebro y el cuerpo, usar un depresor para sentirse mejor cuando estás ansioso, por ejemplo, en realidad puede empeorar la ansiedad".



DIAPOSITIVA 10: TÉRMINOS CLAVE (PARTE 3)

A continuación se incluyen algunos términos clave adicionales que debes tener en cuenta. LEA CADA TÉRMINO CLAVE



DIAPOSITIVA 11: EL CEREBRO

Desde ahora hasta que tengas 20 años, tu cerebro todavía se está desarrollando y creciendo. El uso de drogas ahora puede retardar este desarrollo y alterar la química en el cerebro, haciendo que sea más fácil volverse adicto a las drogas y mucho más difícil dejar de consumirlas en el futuro.

DESTAQUE ESTA INFORMACIÓN

CONCLUSIÓN CLAVE: Incluso si no bebes ni consumes drogas en exceso, tu cerebro todavía se está desarrollando y trabajando duro para crecer más rápido y más fuerte. Esto significa que puede ser modificado fácilmente mediante los efectos de todas las sustancias.

¿Puedes pensar en algunas de las maneras en que las drogas pueden afectar el cerebro y que pueden aparecer en la vida cotidiana?

PERMITA QUE RESPONDAN LOS ESTUDIANTES

CONCLUSIÓN CLAVE: Puede resultar más difícil concentrarse o enfocarse, más difícil recordar cosas o incluso más difícil controlar las emociones. DESTAQUE ESTA INFORMACIÓN



DIAPOSITIVA 12: CRISIS DE OPIOIDES

La epidemia de opioides, también conocida como la crisis de opioides, está ocurriendo en todo el mundo y está afectando gravemente todos los estados de Estados Unidos con más de 100,000 muertes por año. DESTAQUE ESTA INFORMACIÓN



DIAPPOSITIVA 13: OPIOIDES — LOS #DATOS

¿Recuerdas? Los opioides son drogas muy potentes que bloquean las señales de dolor del cerebro. Algunos ejemplos de opioides son la heroína, la codeína, la morfina, Norco, Vicodin, OxyContin, Percocet y fentanilo.

LEA CADA SECCIÓN y DESTAQUE LOS MITOS

CONCLUSIÓN CLAVE: Esta droga puede ser muy peligrosa y, en realidad, las encuestas nacionales acerca de jóvenes revelan que el 90 por ciento de los adolescentes no toman ningún tipo de opioide. Si bien la mayoría de los adolescentes no consumen, es importante conocer esta información y compartirla con los amigos.



DIAPPOSITIVA 14: LOS PELIGROS DEL FENTANILO SON REALES

Una de las razones más importantes por las que estás recibiendo esta lección hoy es para que sepas que el fentanilo es muy peligroso y que personas de tu edad han muerto por sobredosis en el condado de Monterey, por lo que esta lección es para ti, tus amigos y tu futuro.

DESTAQUE ESTA INFORMACIÓN



DIAPPOSITIVA 15: FENTANILO — LOS #DATOS

¿Recuerdas? El fentanilo es una droga opioide poderosa y peligrosa que puede fabricarse ilegalmente y ser mortal cuando se toma en exceso. Algunos otros nombres del fentanilo son fent, fetty, blues, M30 y perc.

LEA CADA SECCIÓN y DESTAQUE LOS MITOS



DIAPPOSITIVA 16: FENTANILO — ESTO ES UN CENTAVO

El fentanilo es un opioide EXTREMADAMENTE FUERTE utilizado por los proveedores médicos para tratar el dolor extremo. **Es 100 veces más fuerte que la morfina.**

DESTAQUE ESTA INFORMACIÓN



En comparación con el tamaño de un centavo (levante un centavo), esta pequeña cantidad de fentanilo puede causar una sobredosis o incluso la muerte. **Nota:** Las sobredosis se analizarán más adelante en la lección.



DIAPPOSITIVA 17: ¿CÓMO ES LA APARIENCIA DEL FENTANILO?

El fentanilo puede estar escondido en cualquier lugar, independientemente de si fue recetado por un médico, comprado en la calle o recibido de un amigo. Todos estos son ejemplos de fentanilo.

¿Alguien ve alguna foto de fentanilo que le sorprenda?

PERMITA QUE RESPONDAN LOS ESTUDIANTES



DIAPPOSITIVA 18: ¿SABÍAS QUE...? PAQUETE DE AZÚCAR DIAPOSITIVAS 18-21



El fentanilo se administra de forma segura en entornos hospitalarios en cantidades o dosis muy bajas (levante un paquete de azúcar).

En un paquete de fentanilo de este tamaño, ¿cuántos pacientes crees que puede tratar un médico?

PERMITA QUE RESPONDAN LOS ESTUDIANTES

Nota: Una dosis médica de fentanilo es de sólo 100 microgramos, mientras que una dosis mortal de fentanilo es de 2,000 microgramos.

En un paquete de este tamaño de fentanilo, ¿cuántas personas crees que podrían morir?

PERMITA QUE RESPONDAN LOS ESTUDIANTES

CONCLUSIÓN CLAVE: Este medicamento es extremadamente poderoso y, para ponerlo en perspectiva, el tamaño de un paquete de azúcar es suficiente para tratar médicamente a 40,000 pacientes y suficiente para matar a 2,000 personas. Esto podría ser toda una escuela.

DESTAQUE ESTA INFORMACIÓN



DIAPPOSITIVA 22: ¿SABÍAS QUE...? PÍLDORA

Una cantidad muy pequeña de fentanilo puede provocar una sobredosis o la muerte, y diferentes partes de una pastilla pueden ser más mortales que otras.

Digamos que un grupo de personas divide una pastilla en cuatro partes; habrá una cantidad diferente de fentanilo en cada parte **y no sabes cuál te tocará.** DESTAQUE ESTA INFORMACIÓN

CONCLUSIÓN CLAVE: Si obtienes drogas de un amigo o de las redes sociales, siempre asume que contiene fentanilo.

DESTAQUE ESTA INFORMACIÓN



DIAPPOSITIVA 23: CONOCE EL NARCAN (NALOXONA)

El aerosol nasal Narcan (naloxona) es un medicamento de venta libre que se usa para tratar una emergencia por sobredosis de opioides. Este medicamento actúa revirtiendo rápidamente los efectos del opioide e incluso funciona para revertir una sobredosis de fentanilo. **Nota: No necesitas** tener una receta médica para obtener Narcan.

CONCLUSIÓN CLAVE: Recuerda, debido a la Ley del Buen Samaritano, **tú no te meterás en problemas** por ayudar a alguien durante una emergencia. DESTAQUE ESTA INFORMACIÓN

¿Qué es más importante, el miedo a meterte en problemas o salvarle la vida de alguien? Si crees que alguien está sufriendo una sobredosis o necesita ayuda, ¿qué debes hacer?

PERMITA QUE RESPONDAN LOS ESTUDIANTES

Nota: Si el tiempo lo permite, se puede reproducir el video de naloxona (7 minutos); haga clic en el [enlace](#) que se encuentra arriba de la imagen en la diapositiva.



DIAPPOSITIVA 24: ACTIVIDAD — RESUMEN DEL FENTANILO DIAPOSITIVAS 24–28

Vamos a poner a prueba tus conocimientos sobre lo que hemos aprendido sobre el fentanilo hasta ahora.

ACTIVIDAD DE LA CLASE: 2–3 minutos

LEA CADA PREGUNTA Y PERMITA QUE LOS ESTUDIANTES RESPONDAN ANTES DE REVELAR LAS RESPUESTAS.

RESPUESTAS: (1) Verdadero (2) Ninguno (3) Verdadero (4) 100



DIPOSITIVA 29: VAPEO — LOS #DATOS

El vapeo, también conocido como ends, pens, ghosts y vaporizadores, es el acto de inhalar y exhalar vapor que contiene nicotina, cannabis u otras sustancias y sustancias químicas.

LEA CADA SECCIÓN y DESTAQUE LOS MITOS



DIPOSITIVA 30: ¿SABÍAS QUE...? VAPEO

Aunque un producto de vapeo se anuncia como una “alternativa más saludable” que el fumar tradicional, eso no significa que sea seguro para ti o tus pulmones. LEA CADA PUNTO

¿Alguien sabía esto? PERMITA QUE RESPONDAN LOS ESTUDIANTES



DIPOSITIVA 31: SEÑALES DE USO DE SUSTANCIAS

A continuación te presentamos algunas señales para saber si alguien a tu alrededor está consumiendo drogas. LEA CADA PUNTO

CONCLUSIÓN CLAVE: Los datos nacionales indican que el consumo de drogas y alcohol entre los jóvenes generalmente va en disminución año tras año; **pero aún es importante poder saber si alguien a tu alrededor está consumiendo drogas.**



DIPOSITIVA 32: ¿POR QUÉ ALGUIEN LAS PODRÍA ESTAR USANDO?

Es importante saber que alguien podría estar consumiendo sustancias **para tratar de sentirse**... más feliz, más cómodo, popular o socialmente aceptado; o **para tratar de no sentir**... estrés, frustración, dudas sobre uno mismo o problemas para dormir.

¿Cuáles son algunas otras razones por las que alguien podría estar usándolas?

PERMITA QUE RESPONDAN LOS ESTUDIANTES



DIPOSITIVA 33: ¿QUÉ PASA SI DICES SÍ? (PARTE 1)

Si dices que sí al consumo de drogas, las cosas que haces mientras estás bajo la influencia **podrían ser publicadas en las redes sociales** para que las vean tus amigos o familiares, lo que puede ser vergonzoso y muy doloroso.

¿Alguna vez has pensado en lo que podría pasar si dices que sí?

PERMITA QUE RESPONDAN LOS ESTUDIANTES

CONCLUSIÓN CLAVE: Si dices que sí al consumo de drogas, tu **mente podría cambiar negativamente**, lo que puede afectar tu comportamiento y las decisiones que tomes.



DIPOSITIVA 34: ¿QUÉ PASA SI DICES SÍ? (PARTE 2)

Si dices sí a las drogas, **podrías volverte adicto**, lo que puede ser extremadamente peligroso para tu salud y puede impactar negativamente tu vida y la de tu familia.

Si dices sí al consumo de drogas, podrías consumir drogas que están **mezcladas con fentanilo**, lo cual puede provocar una sobredosis o incluso la muerte. DESTAQUE ESTA INFORMACIÓN

CONCLUSIÓN CLAVE: Nadie nunca planea que estas cosas sucedan, y nadie planea volverse adicto, pero a veces alguien que usa drogas solo una o dos veces puede volverse adicto.



DIAPOSITIVA 35: ACTIVIDAD — ¿QUÉ HARÍAS? DIAPOSITIVAS 35–40

Puede haber situaciones en las que te sientas presionado por un amigo o alguien que no conoces.

Si estuvieras en una situación difícil, ¿qué harías?

ACTIVIDAD EN LA CLASE: 3–5 minutos

LEA CADA PREGUNTA DEL ESCENARIO Y SELECCIONE ALGUNOS ESTUDIANTES PARA QUE RESPONDAN

Nota: Hay tres escenarios diferentes; sin embargo, todas las respuestas son correctas. Al final de cada escenario, después de que algunos estudiantes hayan respondido, puede responder con la respuesta a continuación (cada escenario tendrá la misma respuesta).

RESPUESTAS: ¡Eso depende! Todas las respuestas son correctas, pero la forma en que respondas puede depender de dónde te encuentras, con quién estás y qué tan cómodo o seguro te sientas en ese momento.



DIAPOSITIVA 41: DECIR “NO”

A continuación se muestran algunas maneras de decirte “no” a ti mismo y “no” a los demás (texto en rojo).

Alguien (texto verde) puede sentir curiosidad o estar tentado a probar drogas o alcohol, pero es mejor prevenir que lamentar. Si alguien (texto negro) te ofrece drogas o alcohol, di “no”. **LEA CADA PREGUNTA Y RESPUESTA**

Nota: Si el tiempo lo permite, lea todas las preguntas y las respuestas “no”.



DIAPOSITIVA 42: ¿QUÉ PUEDO HACER AHORA? DIAPOSITIVAS 42–43

Aquí hay algunas maneras en que puedes estar preparado.

¿Alguien tiene alguna pregunta sobre lo que hemos hablado? PERMITA QUE LOS ESTUDIANTES RESPONDAN



DIAPOSITIVA 44: RECURSOS Y PREGUNTAS

Si alguien tiene alguna otra pregunta sobre cualquiera de los temas de los que hablamos hoy, puedes comunicarte con Prescribe Safe por correo electrónico a prescribesafe@montagehealth.org

CONCLUSIÓN CLAVE: Si tú o alguien que conoces está lidiando con un trastorno por uso de sustancias, puedes **llamar al 211** o **enviar un mensaje de texto con la palabra CARE** o **YOUTH** al (831) 215-3342 para obtener recursos.

DESTAQUE ESTA INFORMACIÓN



DIAPOSITIVA 45: GRACIAS

Buen trabajo, todos. Gracias por escuchar y participar en esta presentación de hoy y ser respetuosos unos con otros.

CONCLUSIÓN CLAVE: Tomen **buenas decisiones** ahora para poder tener un gran futuro más adelante.

REPARTA LOS MATERIALES SOBRE EL USO DE SUSTANCIAS A CADA ESTUDIANTE PARA QUE SE LO LLEVEN A CASA



DIAPOSITIVA 46: ¡HOLA, MAESTROS! (RECORDATORIO)

Gracias por enseñar este módulo a sus alumnos. Al completar esta lección, haga clic [AQUÍ](#) para enviar la encuesta.

¿Preguntas? prescribesafe@montagehealth.org

INFORMACIÓN SOBRE EL USO DE SUSTANCIAS

- Montage Health Prescribe Safe — montagehealth.org/prescribesafe
- California Department of Public Health — cdph.ca.gov
- National Institute on Drug Abuse — nida.nih.gov
- Overdose Prevention Network — nopn.org/resources
- Song for Charlie — songforcharlie.org
- The New Drug Talk — songforcharlie.org/the-new-drug-talk

RECURSOS DE MONTAGE HEALTH PRESCRIBE SAFE

- Guía de uso de sustancias — [INGLÉS](#) | [ESPAÑOL](#)
- ¿Qué es el fentanilo? — [INGLÉS](#) | [ESPAÑOL](#)
- Mitos sobre la marihuana — [INGLÉS](#) | [ESPAÑOL](#)
- Hable con su hijo adolescente sobre las drogas — [INGLÉS](#) | [ESPAÑOL](#)
- Cómo identificar y revertir una sobredosis — [INGLÉS](#) | [ESPAÑOL](#)
- Video de entrenamiento sobre naloxona nasal (Narcan) — [INGLÉS](#) | [ESPAÑOL](#)
- Servicios de uso de sustancias — [INGLÉS](#) | [ESPAÑOL](#)
- *Empecemos a hablar* (folleto para padres de estudiantes de middle school) — [INGLÉS](#) | [ESPAÑOL](#)
- *Hablemos* (folleto para padres de estudiantes de high school) — [INGLÉS](#) | [ESPAÑOL](#)
- Tarjeta de consejos del buen samaritano — [INGLÉS](#) | [ESPAÑOL](#)
- Sitios seguros de desecho de medicamentos en el Condado de Monterey — [INGLÉS](#) | [ESPAÑOL](#)
- Naloxona gratis en el condado de Monterey — [INGLÉS](#) | [ESPAÑOL](#)

Si tiene preguntas sobre esta educación de concientización sobre el uso de sustancias o información sobre el uso de sustancias, comuníquese con Montage Health Prescribe Safe en prescribesafe@montagehealth.org.



Prescribe Safe
Montage Health