

# NO ES DIVERSIÓN ¡ES ADICCIÓN!

## EL ABUSO DE SUSTANCIAS NO ES UN JUEGO

### DI NO A LAS DROGAS

#### Indicadores para identificar si se ha desarrollado una adicción



**Tolerancia** | Necesidad de cantidades cada vez mayores para conseguir el efecto deseado.



**Abstinencia** | Se consume la misma sustancia (o una muy parecida) para aliviar o evitar los síntomas de abstinencia.



**Frecuencia** | La sustancia es consumida por periodos más largos o más seguido de lo que inicialmente se pretendía.



**Deseo o esfuerzo infructuoso** | Existe un deseo persistente e infructuoso de controlar o interrumpir el consumo de la sustancia.



**Empleo de tiempo** | Se invierte mucho tiempo en actividades relacionadas a la obtención, consumo y recuperación de los efectos de la sustancia.



**Reducción de actividades** | Importante reducción de actividades sociales, laborales o recreativas debido al consumo de la sustancia.



**El consumo continúa** | A pesar de tener conciencia de los problemas físicos o psicológicos exacerbados causados por el consumo de la sustancia.

Si tú o alguien que conoces tiene problemas con el consumo de sustancias psicoactivas ¡Recuerda, no estás solo! Ponte en contacto con la **LÍNEA DE LA VIDA** de la **Comisión Nacional de Salud Mental y Adicciones** al **800 911 2000** o con la **Subdirección de Prevención de Adicciones** al **322 443 1083**.



NUESTRO PUERTO  
**RENACE**