SECRETARÍA DE SALUD · SESEQ

QUERÉTARO GOBIERNO DEL ESTADO Juntos Adelante

CONTIGO TODOS AVANZAMOS

CONSEJO ESTATAL CONTRA LAS ADICCIONES

Catálogo de Servicios

Consejo Estatal Contra las Adicciones



Cursos y Talleres

Niñas, Niños y Adolescentes

Creando mi mundo de protección,
Guía preventiva para niñas y niños de 6-9 años.

Público Objetivo: Niñas y niños de 6 a 9 años.
Temática: Salud mental y consumo de sustancias.
Objetivo General:
Promover conductas saludables en niños y niñas para el cuidado de la salud mental y prevención del consumo precoz de sustancias.
Duración: Tres sesiones de 50 minutos.
Modalidad: Presencial

Yo elijo mi vida sin drogas,
Guía preventiva para niñas y niños de 10-12 años.

Público Objetivo: Niñas y niños de 10 a 12 años.
Temática: Salud mental y consumo de sustancias.
Objetivo General:
Promover conductas saludables en niños y niñas para el cuidado de la salud mental y prevención del consumo precoz de sustancias.
Duración: Tres sesiones de 50 minutos.
Modalidad: Presencial

Conceptos básicos en adicciones.

Público Objetivo: Adolescentes.
Temática: Consumo de sustancias.
Objetivo General:
Informar sobre el proceso adictivo y los factores que influyen en el desarrollo de una adicción para prevenirla.
Duración: 50 minutos.
Modalidad: Presencial o Virtual

Mitos y Realidades de las drogas.

Público Objetivo: Adolescentes.
Temática: Consumo de sustancias.
Objetivo General:
Desmitificar ideas populares sobre sustancias y brindar información científica sobre los efectos y consecuencias reales de las drogas.
Duración: 50 minutos.
Modalidad: Presencial o Virtual.

Alcohol.

Público Objetivo: Adolescentes.

Temática: Consumo de sustancias.

Objetivo General:
Tipos de alcohol y cómo actúa fisiológicamente en el organismo.

Duración: Tres sesiones de 50 minutos.

Modalidad: Presencial o Virtual.

Tabaco y vapeadores.

Público Objetivo: Adolescentes.

Temática: Consumo de sustancias.

Objetivo General:
Conocer origen del tabaco, su combustión y químicos que produce el humo y el vapor, Conocer cómo la nicotina genera dependencia y cómo es la responsable de esto en el cigarro y vapeadores.

Duración: 50 minutos.

Modalidad: Presencial o Virtual

Marihuana.

Público Objetivo: Adolescentes.

Temática: Consumo de sustancias.

Objetivo General:
Introducir a los estudiantes al contexto actual del consumo de Marihuana y comprender el proceso de adicción de la Cannabis y el daño que provoca el consumo.

Duración: 50 minutos.

Modalidad: Presencial o Virtual.

Metanfetamina.

Público Objetivo: Adolescentes.

Temática: Consumo de sustancias.

Objetivo General:
Que el estudiante conozca diferentes tipos de metanfetamina, los efectos en el organismo, daños en la salud y afectación en la vida.

Duración: 50 minutos.

Modalidad: Presencial o Virtual.

Aléjate de las drogas, El fentanilo te mata.

Público Objetivo: Adolescentes.

Temática: Consumo de sustancias.

Objetivo General:

Evitar el consumo de dicha droga en las y los jóvenes, a través de la información y de la educación.

Duración: 50 minutos.

Modalidad: Presencial o Virtual

Factores de riesgo y protección.

Público Objetivo: Adolescentes.

Temática: Elementos de riesgo sobre el consumo de sustancias.

Objetivo General:

Informar sobre los factores de riesgo que promueven el desarrollo de una adicción y los factores que pueden prevenir el consumo de sustancias.

Duración: 50 minutos.

Modalidad: Presencial o Virtual.



Cursos y Talleres

Adolescentes y Adultos

Depresión.

Público Objetivo: Adolescentes y Adultos.

Temática: Sintomatología depresiva.

Objetivo General:

Sensibilizar a los adolescentes sobre los síntomas depresivos que pueden llegar a presentar, cómo identificarlos, factores de riesgo y técnicas de manejo de emociones.

Duración: Tres sesiones de 50 minutos.

Modalidad: Presencial o Virtual.

Ansiedad.

Público Objetivo: Adolescentes y Adultos.

Temática: Síntomas de ansiedad.

Objetivo General:

Sensibilizar a los adolescentes sobre los síntomas de ansiedad que pueden llegar a presentar, cómo identificarlos, factores de riesgo y técnicas de relajación.

Duración: 50 minutos.

Modalidad: Presencial o Virtual

Autolesión y Suicidio.

Público Objetivo: Adolescentes y Adultos.

Temática: Conductas suicidas y lesiones autoinflingidas.

Objetivo General:

Sensibilizar a los estudiantes sobre los factores de riesgo para presentar conducta autolesiva y proceso de la conducta suicida.

Duración: 50 minutos.

Modalidad: Presencial o Virtual.

Habilidades para la vida: Manejo de emociones.

Público Objetivo: Adolescentes y Adultos.

Temática: Habilidades para la vida.

Objetivo General:

Enseñar técnicas de control emocional y sensibilizar sobre el papel de las emociones en la salud mental.

Duración: 2 horas.

Modalidad: Presencial o Virtual.

Habilidades para la vida: Autoestima.

Público Objetivo: Adolescentes y Adultos.

Temática: Habilidades para la vida.

Objetivo General:

Enseñar técnicas de autoestima y sensibilizar sobre su impacto en la salud mental.

Duración: 50 minutos.

Modalidad: Presencial o Virtual

Habilidades para la vida: Comunicación asertiva.

Público Objetivo: Adolescentes y Adultos.

Temática: Expresar ideas, emociones y necesidades de manera clara y empática.

Objetivo General:

Enseñar técnicas para mejorar la comunicación en las interacciones sociales.

Duración: 2 horas.

Modalidad: Presencial o Virtual.



Cursos y Talleres

Adultos Padres de familia

Diez recomendaciones para prevenir que tus hijas e hijos consuman drogas.

Público Objetivo: Adultos.

Temática: Prevención de adicciones desde la paternidad y maternidad.

Objetivo General:

Enseñar técnicas de control emocional y sensibilizar sobre el papel de las emociones en la salud mental.

Duración: 1:30 horas.

Modalidad: Presencial.

¿Qué le falta a tu casa?

Público Objetivo: Adultos.

Temática: Crianza positiva y dinámicas familiares.

Objetivo General:

Informar a padres, madres y cuidadores sobre métodos de crianza positiva que pueden aplicar en el hogar para mejorar la convivencia familiar.

Duración: 1:30 horas.

Modalidad: Presencial.

Codependencia y familia.

Público Objetivo: Adultos.

Temática: Apegos familiares no saludables.

Objetivo General:

Informar a la familia sobre los apegos no saludables que favorecen el proceso adictivo en el usuario con consumo de sustancias y cómo mejorar y fortalecer vínculos familiares saludables.

Duración: 1:30 horas.

Modalidad: Presencial.

Conceptos básicos en adicciones.

Público Objetivo: Adultos.

Temática: Consumo de sustancias.

Objetivo General:

Informar sobre el proceso adictivo y los factores que influyen en el desarrollo de una adicción para prevenirla.

Duración: 50 minutos.

Modalidad: Presencial o Virtual.

Cursos y Talleres

Adultos (Docentes)

Primeros Auxilios psicológicos.

Público Objetivo: Adultos.

Temática: Salud mental.

Objetivo General:

Capacitar a docentes y personal escolar sobre la aplicación de los primeros auxilios psicológicos para la atención de crisis psicológicas dentro de la escuela.

Duración: 2 horas.

Modalidad: Presencial.

Manual Psicoeducativo.

Público Objetivo: Adultos.

Temática: Salud mental y Adicciones.

Objetivo General:

Capacitar a docentes y personal escolar para la identificación de signos y sintomas relacionados con la salud mental, ansiedad, depresión, autolesión, suicidio y consumo de sustancias para brindar la atención y orientación de los estudiantes dentro de la escuela.

Duración: 4 horas.

Modalidad: Presencial.

Habilidades para la vida: Método Ideas (Indaga, Dialoga, Establece metas y acciones, Acompaña y Seguimiento).

Público Objetivo: Adultos.

Temática: Adicciones.

Objetivo General:

Brindar a los participantes conocimientos, habilidades y competencias que les permitan llevar a cabo actividades de detección y consejería para prevenir el consumo de drogas.

Duración: 50 minutos.

Modalidad: Presencial.



Cursos y Talleres

Instituciones Públicas y Privadas

Prevención de Adicciones en el ámbito laboral.

Público Objetivo: Adultos.

Temática: Consumo de sustancias.

Objetivo General:

Sensibilizar a los colaboradores sobre la importancia de mantener un ambiente laboral libre de adicciones y evitar accidentes.

Duración: 50 minutos.

Modalidad: Presencial o Virtual.

Cuidado de la salud mental en el trabajo.

Público Objetivo: Adultos.

Temática: Salud mental.

Objetivo General:

Que los colaboradores puedan identificar los signos y sintomas de la depresión. Ansiedad, ideación suicida y autolesión.

Duración: 4 horas.

Modalidad: Presencial o Virtual.

Reconocimiento en Edificio 100% libre de humo de tabaco y Emisiones.

Público Objetivo: Adultos.

Temática: Consumo de sustancia.

Objetivo General:

El objetivo es informar sobre los riesgos asociados al consumo de tabaco y la importancia de mantener espacios libres de humo y emisiones, así como contribuir a la mejora del medio ambiente.

Duración: 50 minutos.

Modalidad: Presencial o Virtual



Tamizajes

Aplicación de cuestionario Posit.

Público Objetivo: Adolescentes de 12 a 17 años.

Temática: Consumo de sustancias.

Objetivo General:

Detectar y atender oportunamente a usuarios de drogas, personas en riesgo de consumo y vulnerabilidad en diferentes áreas de la vida.

Duración: 30 minutos.

Aplicación de Inventario de ansiedad de Beck.

Público Objetivo: Adolescentes y Adultos.

Temática: Salud mental.

Objetivo General:

Permite evaluar sintomas de ansiedad.

Duración: 30 minutos.

Aplicación de Inventario de depresión de Beck.

Público Objetivo: Adolescentes y Adultos.

Temática: Salud mental.

Objetivo General:

Permite evaluar en grupos de cuatro aseveraciones que fluctúan de menor a mayor índice de depresión.

Duración: 30 minutos.

Aplicación de escala de ideación suicida de Beck.

Público Objetivo: Adolescentes y Adultos.

Temática: Salud mental.

Objetivo General:

Evalúa las características de las actividades en la vida, pensamientos / deseos, intento y método.

Duración: 30 minutos.

Aplicación de ASSIST.

Público Objetivo: Adolescentes y Adultos.

Temática: Consumo de sustancias.

Objetivo General:

Prueba de detección de consumo de alcohol, tabaco y sustancias (ASSIST v3.1)

Duración: 30 minutos.

CECOSAMAS

Centros Comunitarios de Salud Mental y Adicciones

Programas de Tratamiento de los Centros Comunitarios de Salud Mental y Adicciones

El catálogo contiene los servicios que se brindan al usuario con el fin de proteger, promover, restaurar y mantener su salud física y mental.

Comprende las actividades preventivas, de tratamiento y de rehabilitación integral a la salud mental y consumo de sustancias.

Atención en salud mental y consumo de sustancias:

Detección temprana.
Diagnóstico integral .
Atención psicológica.
Atención médica.
Intervenciones psicosociales.
Intervención grupal.
Intervención a distancia.
Referencia y contrarreferencia dentro de la Red Integrada.

Programas de tratamiento:

Consejería breve.
Programa de intervención breve para adolescentes que inician el consumo de alcohol y otras sustancias psicoactivas .
Programa para padres de adolescentes en riesgo.
Programa de intervención breve para bebedores problema.
Programa de intervención breve motivacional para dejar de fumar.
Programa de intervención breve para usuarios de marihuana.
Programa de satisfactores cotidianos para usuarios con dependencia a sustancias psicoactivas.
Programa de prevención de recaídas.
Manejo del trastorno de depresión.
Manejo del trastorno de ansiedad.
Manejo de la autolesión y el comportamiento suicida.

Actividades comunitarias

Actividades orientadas a Promoción y prevención de la Salud Mental, tamizajes, a través de pláticas, talleres y conferencias.
Taller para la formación de Coaliciones para la prevención del consumo de sustancias psicoactivas.
Aplicación de tamizajes:

- Cuestionario Posit: Conductas de riesgo.
- Inventario de ansiedad de Beck.
- Inventario de depresión de Beck.
- Escala de ideación suicida de Beck.
- Aplicación de ASSIST: Dependecia a sustancias.

Ubica nuestros

Centros Comunitarios de Salud Mental y Adicciones

Consejo Estatal Contra las Adicciones
Calle Independecia #97, La Cruz, Querétaro.
Atención: 8:00 a 15:30 horas
442 212 0408 y 442 212 0236
cecaadicciones@queretaro.gob.mx

Reforma Agraria
Av. José Ma. Lozano lote 5, man. 15, zona 1,Reforma Agraria, Qro.
Atención: 8:00 a 15:30 horas
442 222 3958

Loma Bonita
Calle Juan Diego No. 30,
Col. Villas de Guadalupe, Qro.
Atención: 8:00 a 15:30 horas
442 199 1592

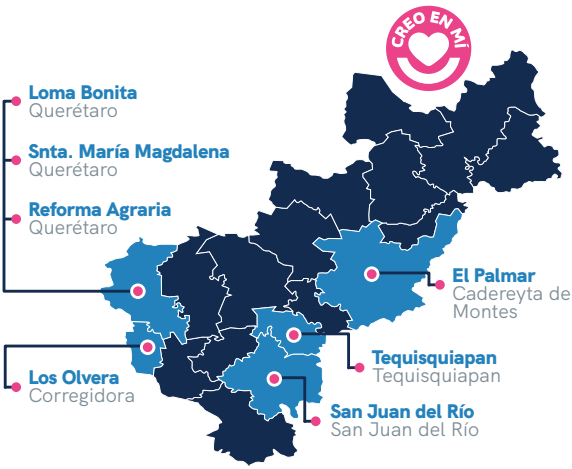
San Juan del Río
Circuito Piedras Negras s/n,
Fracc. Arrayanes, SJR.
Atención: 8:00 a 15:30 horas
427 274 8791

El Palmar
Calle Ignacio Z., Esq. Mariano Matamoros Ote. Cadereyta de Mont.
Atención: 8:00 a 15:30 horas
441 688 0851

Snta. María Magdalena
Jazmín y Jardín de la Esperanza s/n, Fracc. Jardines del Valle, Qro.
Atención: 8:00 a 15:30 horas
442 193 0899

Los Olvera
Calle Camino a Los Olvera s/n,
Colinas del Sur, Corregidora.
Atención: 8:00 a 15:30 horas
442 228 0186

Tequisquiapan
Francisco Javier Mina esq. Fernando Montes de Oca, s/n, La Magdalena, TX.
Atención: 8:00 a 15:30 horas
414 273 1743


CREO EN MÍ
Loma Bonita
Querétaro
Snta. María Magdalena
Querétaro
Reforma Agraria
Querétaro
Los Olvera
Corregidora
El Palmar
Cadereyta de Montes
Tequisquiapan
Tequisquiapan
San Juan del Río
San Juan del Río



Cuidar de ti, es cuidar de todos.

Nosotros te apoyamos
Consejo Estatal
Contra las Adicciones
442 212 0408
@CECAQRO

Todos los servicios son sin costo.

Línea de la vida:
800 911 2000

#CONTIGO Prevenimos
adicciones y cuidamos la salud mental

"Este programa es público, ajeno a cualquier partido político
Queda prohibido el uso para fines distintos a los establecidos en el programa".