

RESUMEN EJECUTIVO OMA 2025

En 2025 se mantienen **el alcohol, el tabaco y el cannabis** como las sustancias con **mayor prevalencia de consumo**, aunque la percepción del riesgo (factor de protección) de su consumo habitual ha aumentado en todas ellas , no tanto del consumo esporádico.

26% de adolescentes de 14 a 18 años preguntado no consumió ninguna droga.

La edad de inicio continúa manteniéndose en los **14 años**, y siendo las sustancias legales (tabaco y alcohol) las de iniciación (más fáciles de conseguir).

El 75% de los/as estudiantes de 14 a 18 declaran haber consumido alcohol alguna vez en su vida.

Descienden las prácticas de riesgo asociadas al consumo de alcohol: borracheras y binge drinking (atracción de alcohol)

El 30% de los/as estudiantes de 14 a 18 años declaran haber fumado alguna vez en su vida. Los/as fumadores/as diarios desciende hasta el 5%.

El 20% de los/as estudiantes declaran haber consumido cannabis alguna vez en su vida. La edad de inicio se sitúa en los 15 años. Previos consumos de alcohol y/o tabaco.

El 18% de los/as estudiantes de 14 a 18 años declaran haber consumido en alguna ocasión hipnosedantes con o sin receta médica. La edad de inicio desciende a los 14 años. . Esta sustancia es más consumida por las chicas y su consumo se incrementa con la edad, con independencia del sexo.

Desciende la edad de inicio de cocaína y éxtasis a los 15 años .

Bebidas energéticas.

El consumo de bebidas energéticas ha disminuido en 2025. Siendo más los hombres que las consumen que las mujeres. El consumo de este tipo de

bebidas con alcohol está más extendido en los chicos que lo hacen más según incrementa la edad.

Cigarrillos electrónicos

La mitad de los estudiantes de 14 a 18 años reconoce haber consumido cigarrillos electrónicos alguna vez en su vida. La prevalencia es ligeramente superior en chicas. Su consumo se incrementa de los 14 a 17 años, registrándose un ligero retroceso del consumo en el grupo de alumnos de 18 años.

Pipas de Agua

El 27,8% de los alumnos reconoce haber usado pipas de agua alguna vez en la vida. Su consumo es mayor entre los chicos.

Juego on line

Las investigaciones advierten de que **el juego online** puede derivar más fácilmente hacia un juego patológico que el presencial, debido sobre todo a la elevada accesibilidad, ya que se puede jugar desde el móvil todo el día, desde cualquier lugar y de forma privada lo que dificulta el control.

Hay que hacer una especial referencia al sector de los **videojuegos**, en el que también se está introduciendo el juego con dinero a través de las llamadas 'cajas recompensa' o 'loot boxes'. Es una estrategia especialmente peligrosa si tenemos en cuenta que los usuarios/as de videojuegos son básicamente menores de edad y adolescentes.

En cuanto a la modalidad de juego, en general, prefieren **la versión presencial** a la online. No obstante, el juego a través de internet es cada vez más corriente, habiéndose duplicado en los últimos cinco años,

En cuanto al género, **los hombres** juegan en mayor proporción que las mujeres y con apuestas más altas, especialmente a través de internet, donde los porcentajes masculinos duplican a los femeninos.

Especialmente preocupante resulta el elevado número de menores de edad que consumen juegos de azar, cuando tal posibilidad debería estar vedada para este colectivo según la legislación vigente.

Los menores pudieron entrar en el juego a través de internet dando una identidad falsa o usando la identificación de personas adultas. La necesidad de controlar el acceso, tanto online como presencial, de los menores al juego es evidente.

Redes Sociales y Salud mental.

El uso de internet patológico en Castilla-La Mancha (CLM) es una preocupación creciente, especialmente en jóvenes. Uno de cada tres adolescentes en la región hace un uso problemático de la red, mientras que los casos de trastornos mentales en menores derivados a unidades de salud mental vinculados a las TIC aumentaron un 18% tras la pandemia, llegando al 92% de los casos.

Aquí se detallan los aspectos clave de la situación en Castilla-La Mancha:

- **Impacto en la Juventud:** La Generación Z (16-30 años) dedica más de 7 horas diarias a redes sociales, lo que genera adicción, ansiedad, depresión y agresividad.
- **Adicciones Comportamentales:** Existe una fuerte correlación entre el uso intensivo de internet y problemas de salud mental como depresión, soledad, autolesión y baja autoestima.
- **Incremento de Casos:** Los trastornos de conducta y adicciones (incluido el juego online) han provocado un aumento significativo en las consultas de salud mental de niños y jóvenes tras la pandemia.
- **Factores de Riesgo:** El "oversharing" (compartir contenido en exceso) y la necesidad de buscar aprobación a través de filtros y vidas falsas son comportamientos comunes que potencian la adicción.

Se ha observado un aumento significativo en los problemas de salud mental entre adolescentes, coincidiendo con el auge de las redes

sociales, por lo que se ha convertido en un tema de investigación y debate. Por correlación, entendemos que existe relación entre dos o más variables, pero no necesariamente implica que una cause la otra, esto último lo conocemos por causalidad. **Diversos estudios muestran cómo existe una correlación positiva entre el uso de redes sociales y los problemas de salud mental en adolescentes.**

Es evidente la correlación entre el uso de plataformas como Instagram, TikTok, y Snapchat, y el aumento de problemas emocionales en los jóvenes, tales como ansiedad, depresión y baja autoestima. Pero, ¿por qué existe esta correlación? **¿Cuáles son los mecanismos psicológicos que podrían estar detrás de este fenómeno?**

Según destaca la psicóloga, Raquel Mansilla, los adolescentes se encuentran en una etapa de desarrollo crucial, donde su identidad y autoestima están en constante formación. Las redes sociales ofrecen una plataforma donde la validación externa (como los "me gusta", los seguidores y los comentarios) juega un papel fundamental. **Esta constante búsqueda de aceptación y la presión por ser aprobados pueden tener un impacto negativo en su bienestar emocional**, pudiendo generar inseguridad y afectar la autoestima, mientras que **la comparación con vidas idealizadas en las plataformas puede hacer que se sientan inferiores o insatisfechos.**

Además, **el ciberacoso en línea es una preocupación creciente que puede causar estrés y aislamiento**, mientras que el uso excesivo de redes sociales, especialmente antes de dormir, afecta la calidad del sueño, aumentando la irritabilidad y la ansiedad.

Finalmente, **la exposición continua a estándares poco realistas de belleza y éxito en las redes puede generar sentimientos de insuficiencia y contribuir a trastornos como la depresión.**

En resumen, indicaremos como **factores claves que influyen en la salud mental: validación externa, búsqueda de aceptación, comparación social sobre todo con vidas aparentemente perfectas, ideales de belleza y éxito, ciberacoso y toxicidad y privación del sueño.**

También es importante destacar cómo estas influyen en la capacidad atencional de los adolescentes, que están en plena etapa de desarrollo cognitivo, **los adolescentes que usan redes sociales con alta frecuencia tienen un mayor riesgo de desarrollar síntomas de déficit de atención.**

¿Cuáles son las causas? Los estímulos rápidos y constantes, la multitarea digital y la reducción del tiempo de atención.

Aunque la correlación entre el uso de redes sociales y los problemas de salud mental en adolescentes es clara, **es importante recordar que la correlación no implica causalidad. No todas las personas que pasan tiempo en las redes sociales experimentan trastornos de salud mental.** Existen múltiples factores que influyen en la salud psicológica de los adolescentes, como el entorno familiar, el apoyo social y los factores genéticos. Sin embargo, el uso excesivo de redes sociales puede ser un factor de riesgo significativo que empeore problemas preexistentes, o bien actúa como un detonante para trastornos mentales en adolescentes ya vulnerables.

Policonsumo

El policonsumo (consumo de dos o más sustancias, legales y/o ilegales) de sustancias legales es ligeramente superior en mujeres, por el contrario el policonsumo de sustancias ilegales es más elevado en hombres.

Percepción de riesgo

La percepción de riesgo es un factor protector que ha aumentado en 2025 para varias sustancias. Las mujeres consistentemente tienen una mayor percepción de riesgo que los hombres para todas las drogas analizadas.

En relación con el alcohol, la percepción de riesgo ante el hecho de tomar 5 o 6 cañas/copas de bebidas alcohólicas en fin de semana ha aumentado.

El riesgo percibido por el consumo diario de alcohol (1 o 2 copas) también subió

Por otro lado, el riesgo percibido ante el consumo diario de tabaco ha seguido una tendencia creciente .

En cuanto al riesgo por el consumo habitual de hipnosedantes, se mantiene alto.

En cuanto a la sustancia ilegal más extendida, el cannabis, la percepción de riesgo ante el consumo habitual ha alcanzado su cota más alta . Respecto al consumo esporádico, los/as estudiantes creen que puede causar problemas.

Por otro lado, cabe destacar la evolución de la percepción de riesgo que se está produciendo entre los jóvenes con respecto al consumo de cigarrillos electrónicos a pesar de ser la práctica de menor riesgo.

En cualquier caso, las drogas que generan la mayor percepción de riesgo son la heroína, la cocaína en polvo y el éxtasis, especialmente en el consumo habitual .

Percepción de disponibilidad

El alcohol y el tabaco son, con amplia diferencia, las sustancias más accesibles para los estudiantes de 14 a 18 años, destacando que, a pesar de las restricciones legales por edad, se perciben como totalmente al alcance.

El cannabis sigue siendo la droga ilegal con mayor accesibilidad.

Algo similar ocurre con **los hipnosedantes**. Los estudiantes perciben un fácil acceso a esta sustancia.

Canales de información sobre sustancias y adicciones.

El 1/3 de los/as estudiantes afirma estar "perfectamente informado/a" sobre drogas. Esta sensación de estar bien informado es mayor en chicos .

La principal fuente de información es :

- El centro educativo ,
- el entorno familiar es menor

Los temas más cubiertos en las escuelas son el mal uso de las nuevas tecnologías y las drogas legales, siendo el juego online y las apuestas el tema menos abordado .

Valoración de la importancia de diversas acciones para intentar resolver el problema de las adicciones.

En la valoración de acciones para resolver el problema de las drogas, las más valoradas son en este orden :

- La educación en los centros escolares .
- El control policial .
- Las leyes estrictas .
- Las campañas publicitarias .

Entorno de ocio: actividades, salidas nocturnas, horario.

La mayoría de los/as estudiantes practica deporte semanalmente, estando más extendida esta costumbre entre los chicos .

Existe una relación directa entre la frecuencia de salidas nocturnas (factor de riesgo) y el consumo de drogas.

Los/as estudiantes que salen más asiduamente (3-4 noches a la semana) presentan un consumo de alcohol más elevado .El consumo de tabaco y cannabis se dispara entre aquellos/as que salen más de 4 noches a la semana y ocurre en mayor medida el consumo de cocaína entre quienes salen más de 4 noches semanalmente.

El consumo de alcohol se generaliza entre quienes regresan después de la 1 de la madrugada y supera el 90% en quienes vuelven después de las 4 de la mañana.

El consumo de cocaína se considera residual entre los/as estudiantes que regresan a casa antes de las 4 de la mañana, pero se eleva entre los que vuelven a casa después de las 8 de la mañana.

LOS PROBLEMAS GENERADOS POR LOS CONSUMOS DE DROGAS.

El alcohol continúa siendo la droga más problemática por tratarse de la sustancia con mayor número de inicios de tratamiento, le sigue la

cocaína, el cannabis y en cuarto lugar los opioides, entre los que destaca la **heroína**.

- En cuanto al **género** de las/os pacientes que acuden a tratamiento por abuso de drogas, **la gran mayoría son hombres**, si bien el porcentaje de mujeres ha ido aumentando lenta pero progresivamente.

Las mujeres acuden a las UCA en mayor medida que los hombres por alcohol y abuso de psicofármacos. Ellos tienen los mayores porcentajes en tratamiento por abuso de drogas ilegales.

- Respecto a la **edad** se está produciendo un envejecimiento progresivo de las personas que inician tratamiento, siendo las de mayor edad las que abusan del alcohol y heroína.

Las más jóvenes son las personas consumidoras de cannabis.

Los/as menores, mayoritariamente chicos, representan un pequeño porcentaje dentro de los casos de adicción que atienden las UCA y acuden sobre todo por abuso de cannabis.

- En cuanto al **perfil de las personas que inician tratamiento**, son la precariedad en el empleo, el elevado porcentaje de parados/as, y un bajo nivel de estudios, aspectos que dificultan la normalización e integración socio-laboral de este colectivo.
- Cada vez más adquieren relevancia las admisiones a tratamiento por **adicciones comportamentales**, motivado sobre todo por el aumento

del número de casos de **ludopatía**. La segunda adicción sin sustancia más prevalente tiene que ver con **el abuso de Internet, móvil y videojuegos**.

El juego patológico la gran mayoría son hombres. siendo la proporción de mujeres muy inferior a las de adicciones por drogas.

Por sexo, las mujeres van en primer lugar por abuso de hipnosedantes y en segundo lugar por alcohol, mientras que los hombres acuden sobre todo por alcohol y uso de drogas ilegales.

- **Por edad** la mayor parte de los/as que acuden a las urgencias hospitalarias son población adulta y varones, excepto entre los menores de 18 años, donde las chicas van en proporción similar a los chicos.

Los/as menores representan una minoría y la droga con mayor presencia en este colectivo es el **alcohol, le sigue el cannabis e hipnosedantes**.

- **Los intentos autolíticos** El porcentaje es superior en las mujeres en lo que respecta a tener ideas de hacerlo y planearlo.

Los individuos con riesgos autolítico consumen todas las sustancias psicoactivas en mayor medida que la población general, y tienen mayor posibilidad de haber padecido algún tipo de patología psiquiátrica.

DATOS OFICINA MUNICIPAL DE ADICCIONES 2025

	ENE	FEB	MAR	ABR	MAY	JUN	JUL	AG	SE	OC	NO	DI	TOTAL
RECURSOS													
Nº de	33	42	31	53	41	39	31	25	19	52	44	31	441
Nº de	169	196	233	313	256	252	203	12	74	35	140	20	2.522
FORMACIÓN													
Nº de	34		60	10	6		20	20	20	20			190
FORMACIÓN													
Nº de	60	3/5	4/80	2/16	2/2	2/1			1/	1/1	3/4		18/31
DIFUSIÓN													
Nº de	127	202	123	417	293	164	197	16	16	32	147	18	2.510
difusiones	105	190	113/	327/	263	152	187	6	7	3	113	4	2134/
on line/	/22	/12	10	90	/30	/12	/12	12	12	25	/34	15	376
ACTIVIDAD													
Nº de	11	11	11	17	35	14	18	7	4	20	28	15	99
Nº de	17	20	26	21	98	32	213	17	8	82	84	74	214
Nº de	205	114	89	136	454	119	148	10	12	79	260	36	2.094
participantes	87/	68/	63/2		253	68/	84/	4	8/	50/	173	2	1288/
	118	56	6	67/6	/20	41	64	68/	4	27	/87	18	806
INTERVEN													
Derivacion													
Nº de	1	2	2			3				1	2	2	13
Seguimien													
Nº de	3	3	3	2	5	5	5	1	1	3	4	5	40
Acompaña													
Nº de	3	3	3			1	1			1	1		12
acompañía													
Mediacion													
Nº de													

	ENE	FE	M	A	M	JU	JU	A	S	OC	NO	DI	TOTA
CONSULTAS													
TIPO DE CONSULTA:													
Persona con Adicciones	2	1	5	1	1	3	2	1	1	4	3	4	28
Recursos		13			3	11			3	6	6		42
Actividades	18	23	16	35	50	8	12	15	9	26	13	2	341
Gestión de documentos	2	5	4	15	8	5	2	10	8	1	10	8	78
EDAD:													
Menos de 18		4	3	5	2	4	7	10	6	4	7	1	53
De 19 – 30	1	1	3	2	6	7	21	5	2	2	11	1	62
De 31 – 50	12	22	13	23	31	14	89	11	4	19	13	8	259
Más de 50	9	15	6	21	23	2	13		9	12	1	4	115
SEXO:													
Hombre	5	8	5	17	14	7	55	5	1	11	15	7	159
Mujer	17	34	20	34	48	20	75	21	1	26	17	7	330
PROCEDENCIA													
Tarancón	22	42	25	47	59	23	13	24	1	33	29	14	465
Otros lugares				4	3	4		2	4	4	3		24
MEDIO													
Teléfono	10	5	5	1	11	4	2	2		7	4		51
Presencial	3	14	3	9	27	14	5	13	8	10	13	10	129
RRSS													
Email	9	23	17	41	24	9	12	11	1	20	15	4	309
	22*	42*	25*	51*	62*	27*	130	26	21	37	32	14	229*/260