Derechos humanos y uso de sustancias psicoactivas



¿Cómo se relacionan tus derechos humanos con el consumo de sustancias psicoactivas?

El consumo y uso de sustancias psicoactivas **no es un delito.** Si consumes, tienes derecho a una atención digna, respetuosa y libre de prejuicios y discriminación.

Por ello se debe garantizar a las personas que consumen sustancias psicoactivas espacios seguros, inclusivos, equitativos y centrados en sus necesidades.

¿Sabías qué...?

Los términos **droga** y **sustancia psicoactiva** suelen ser utilizados de manera indistinta, aunque este último es más amplio.



Por ejemplo, el café, el alcohol, el tabaco y muchas otras sustancias de uso cotidiano son psicoactivas. Todas actúan sobre el sistema nervioso de formas distintas. No se trata de juzgar si consumes o no, sino de que cuentes con información precisa para tomar decisiones sobre tu consumo, reducir riesgos y posibles daños y conocer tus derechos.

Los grupos de atención prioritaria que tienen experiencias relacionadas con el uso de sustancias psicoactivas enfrentan mayores desafíos en el ejercicio de sus derechos y libertades.

Si una persona forma parte de alguno de los siguientes grupos, es probable que el estigma, la discriminación y la violencia institucional dificulten aún más su acceso a información, servicios y atención integral.

- Niñas, niños y adolescentes
- Personas víctimas de delitos
- Mujeres
- Personas jóvenes
- Personas lesbianas, gays, bisexuales, transexuales, transgénero, travestis, intersexuales, *queer*, asexuales y con otras identidades (LGBTTTIQA+)
- Personas privadas de la libertad
- Personas trabajadoras sexuales
- Personas indígenas y afrodescendientes
- Personas migrantes
- Personas en situación de calle

Si eres parte de uno o varios grupos de atención prioritaria y consideras que no se garantizan tus derechos humanos, acude a la **Comisión de Derechos Humanos de la Ciudad de México** (CDHCM) y recibe la información y orientación que necesites.

¿Cuáles son tus derechos si consumes sustancias psicoactivas?

Toda persona que usa o consume sustancias psicoactivas tiene derecho a:



1 Disfrutar del nivel más alto posible de salud física y mental.

2 Disponer de servicios de acuerdo con sus necesidades y que le permitan:

- Tomar decisiones informadas.
- Minimizar los riesgos asociados con el consumo de sustancias.
- Conocer prácticas más seguras de consumo.
- Tener acceso a servicios de salud.



Lo anterior forma parte del enfoque de reducción de riesgos y daños: una perspectiva que busca respetar las decisiones de las personas que consumen sustancias psicoactivas, darles acompañamiento sin juzgarlas y garantizar sus derechos.

En todo momento se debe promover la autonomía y participación activa de la persona consumidora.



3 No ser molestada o discriminada por ninguna autoridad sólo por el hecho de ser consumidora.

4 No ser criminalizada o ser sujeta a un procedimiento penal por consumir o portar sustancias para uso personal, conforme a los siguientes límites establecidos en el artículo 479 de la Ley General de Salud:

Dosis máximas de consumo personal e inmediato

Cantidad	Sustancia
2 gr.	Opio
50 mg.	Heroína
5 gr.	Cannabis sativa, indica o marihuana
500 mg.	Cocaína
0.015 mg.	LSD
40 mg. / 200 mg.	Metanfetamina
40 mg. / 200 mg.	MDA
40 mg. / 200 mg.	MDMA o éxtasis

Polvo, granulado o cristal

Tabletas o cápsulas

5 Toda persona tiene derecho a un juicio justo, a asistencia legal y a conocer los hechos de los que la acusan, incluso en casos de portación con fines de venta o distribución de sustancia psicoactivas para el consumo de terceras personas.



¡Mucho ojo!



Consumir sustancias psicoactivas en la vía pública puede constituir una falta administrativa, por lo que si lo haces podrías recibir alguna sanción **de hasta 36 horas de arresto administrativo**, de acuerdo con la Ley para la Atención Integral del Consumo de Sustancias Psicoactivas y la Ley de Cultura Cívica de la Ciudad de México.

Puedes portar sustancias psicoactivas para uso personal, **aunque las cantidades permitidas pueden variar según el tipo de sustancia**, con base en el Código Penal Federal.

El uso de sustancias psicoactivas no es un delito, pero **la venta, distribución, traspaso o portación** con la intención de proporcionarlas a terceras personas para su consumo **sí pueden serlo.**

Si has decidido usarlas, recuerda:

- Infórmate sobre los efectos y riesgos de las diferentes sustancias.
- Evita consumir cuando estés solo.
- Evita compartir jeringas o pruebas.
- Comparte tu ubicación.
- Comienza con dosis bajas.
- ¡Hidrátate!
- Evita mezclar sustancias.

¿A qué autoridades puedes acercarte si requieres atención especializada?

¡Ante una reacción grave o sobredosis, llama al **911** de inmediato! ¡No esperes! Pedir ayuda médica en una emergencia no puede usarse en tu contra ni en la de la persona que necesita atención.

Las siguientes instituciones te brindan atención y orientación gratuita:

Instituto para la Atención a la Salud Mental y las Adicciones en la Ciudad de México (IASAMA)
Ofrece atención gratuita en materia de salud mental y consumo de sustancias psicoactivas.
55 4631 3035, exts. 2502 y 2503, y 55 4631 3020.
55 7809 5579.
https://www.iasama.cdmx.gob.mx
Centros de Cuidado de las Emociones
https://www.iasama.cdmx.gob.mx/reduccion-de-riesgos-y-danos/servicios-en-territorio

Comisión Nacional de Salud Mental y Adicciones (Conasama)
Es la instancia federal rectora en materia de salud mental. Puedes recibir orientación y atención gratuita, así como ayuda inmediata:
Línea de la Vida
800 911 2000.
Las 24 horas de los 365 días del año.

Unidades de Especialidades Médicas y Centros Comunitarios de Salud Mental y Adicciones (Uneme-Cecosama)
En estas unidades pueden atenderte; encuentra la más cercana a tu domicilio en:
https://www.conasama.salud.gob.mx/directorio/Directorio_CECOSAMA_260526.pdf

Para ubicar éstas y otras autoridades y programas de la Ciudad de México llama a **Locatel**:
*0311 y 55 5658 1111.

Desde 2023, esta Comisión en colaboración con la Conasama y el IASAMA, así como organizaciones de la sociedad civil, conformaron el **Comité Interinstitucional para la Reducción de Riesgos y Daños de la Ciudad de México**, que tiene como objetivo diseñar y desarrollar acciones de prevención selectiva e indicada *in situ* con enfoque de derechos humanos, a través de una vinculación interinstitucional activa, para favorecer la atención y derivación de personas que sean identificadas con necesidades de servicios de reducción de riesgos y daños o de atención en otros niveles de salud.

Si por cualquier razón no puedes tener acceso a los servicios que necesitas, acércate a la CDHCM, donde podemos orientarte y acompañarte.

Para más información sobre **los derechos humanos y el uso de sustancias psicoactivas** consulta el portal de publicaciones de la CDHCM: piensadh.cdhcm.org.mx

¡Acércate a la Comisión para conocer más sobre derechos humanos! Si las autoridades no respetan tus derechos, presenta una queja.

Comisión de Derechos Humanos de la Ciudad de México

Sede
Av. Universidad 1449, col. Pueblo Axotla,
demarcación territorial Álvaro Obregón,
01030 Ciudad de México. **Teléfono:** 55 5229 5600.

Delegaciones de la CDHCM: piensadh.cdhcm.org.mx/index.php/folletoser/2024-delegaciones

Horarios de atención en sede las 24 horas de los 365 días del año. Servicios gratuitos.

Página web: cdhcm.org.mx

Correo electrónico: cdhcm@cdhcm.org.mx

@CDHCMX

D. R. © Comisión de Derechos Humanos de la Ciudad de México-DGQAI y DEIIDH, 2026.