

**DIP. BALTAZAR GAONA GARCÍA
PRESIDENTE DE LA CONFERENCIA PARA LA
PROGRAMACIÓN DE LOS TRABAJOS LEGISLATIVOS
LXXVI LEGISLATURA CONSTITUCIONAL
CONGRESO DEL ESTADO DE MICHOACÁN DE OCAMPO
P R E S E N T E.**

1

La que suscribe, Diputada Belinda Iturbide Díaz, integrante del Grupo Parlamentario del Partido Morena, en ejercicio de la facultades que me confieren los artículos 36, fracción II y 44 de la Constitución Política del Estado Libre y Soberano de Michoacán de Ocampo, así como los numerales 8, fracción II, 234 y 235 de la Ley Orgánica y de Procedimientos del Congreso del Estado de Michoacán de Ocampo, presento a esta Soberanía la Iniciativa que contiene proyecto Decreto por el que se reforma la Ley Contra las Adicciones en el Estado de Michoacán, con base en la siguiente:

EXPOSICIÓN DE MOTIVOS

Gracias a la mesa directiva. Amigas y amigos Diputados de la Septuagésima Sexta Legislatura. Saludo a los medios de comunicación y al pueblo de Michoacán que nos acompaña y sigue a través de los medios digitales, esta intervención es para presentar una iniciativa en el marco del 13 de marzo, día mundial del sueño. Con su permiso, presidente.

Dormir bien no es un lujo; es una necesidad biológica fundamental para la vida. Sin embargo, cada vez más personas enfrentan dificultades para descansar y, ante la desesperación de no poder conciliar el sueño, recurren al consumo de pastillas para dormir sin la orientación médica adecuada o prolongan su uso más allá de lo recomendado.

2

Esta situación ha generado un fenómeno silencioso que comienza a preocupar a la comunidad médica: el uso irracional de medicamentos sedantes o hipnóticos para inducir el sueño y los riesgos de dependencia que pueden derivarse de su consumo prolongado.

Estudios realizados por especialistas de la Facultad de Medicina de la Universidad Nacional Autónoma de México advierten que el uso inadecuado de estos medicamentos es cada vez más frecuente y que puede generar dependencia, alteraciones cognitivas, accidentes y graves afectaciones a la salud física y mental.

Como médica, sé que el insomnio no se resuelve únicamente con una pastilla. El descanso adecuado depende de múltiples factores biológicos, psicológicos y sociales que requieren ser atendidos de manera integral.

El derecho a la protección de la salud constituye uno de los pilares fundamentales del Estado mexicano. Este derecho no sólo implica garantizar servicios médicos oportunos, sino también promover políticas públicas preventivas que permitan a la población mantener condiciones adecuadas de bienestar físico y mental.

3

Entre los determinantes más importantes de la salud integral se encuentra el descanso adecuado. Dormir correctamente es una función fisiológica esencial para el equilibrio del organismo, la regulación hormonal, el funcionamiento del sistema inmunológico, la consolidación de la memoria y la estabilidad emocional.

No obstante, en las últimas décadas los trastornos del sueño se han convertido en un problema creciente de salud pública. El estilo de vida contemporáneo, caracterizado por estrés constante, jornadas laborales extensas, exposición prolongada a pantallas digitales y hábitos de descanso inadecuados, ha provocado que una proporción significativa de la población experimente dificultades para dormir.

Investigaciones desarrolladas por especialistas de la Clínica de Trastornos del Sueño de la Facultad de Medicina de la Universidad Nacional Autónoma de México señalan que el insomnio afecta aproximadamente al 20 por ciento de la población mundial, cifra que llegó a incrementarse hasta 40 por ciento durante la pandemia

por COVID-19. Asimismo, se estima que más de una tercera parte de las personas en edad productiva duerme menos de lo necesario, lo cual repercute negativamente en su salud y desempeño cotidiano.

El insomnio no sólo implica dificultad para conciliar el sueño, sino también incapacidad para mantener un descanso continuo o reparador. Cuando esta condición se prolonga durante más de tres meses se considera insomnio crónico, situación que se asocia con un mayor riesgo de desarrollar ansiedad, depresión, enfermedades cardiovasculares, trastornos metabólicos, obesidad, diabetes e hipertensión.

A pesar de la existencia de tratamientos no farmacológicos eficaces para atender el insomnio, como la terapia cognitivo-conductual y la mejora de la higiene del sueño, es cada vez más frecuente que las personas recurran al consumo de medicamentos sedantes o hipnóticos para inducir el descanso.

Diversos estudios clínicos han identificado que el uso irracional de medicamentos para dormir se ha convertido en una práctica preocupante. En una investigación observacional realizada en una clínica especializada del sueño en México se encontró que hasta el 92 por ciento de los pacientes con insomnio consumía medicamentos de manera no recomendable. Entre las principales irregularidades

detectadas se identificó que el 47 por ciento utilizaba fármacos inapropiados para su condición y que el 43 por ciento los consumía durante más tiempo del recomendado, lo cual incrementa el riesgo de dependencia y efectos adversos.

Entre los medicamentos más utilizados destacan las benzodiacepinas, como el clonazepam y el alprazolam, así como otros fármacos sedantes o hipnóticos. El uso prolongado de estas sustancias puede generar tolerancia farmacológica, dependencia física y psicológica, deterioro cognitivo, somnolencia diurna severa y síndrome de abstinencia.

En años recientes también se ha documentado el uso creciente de otros medicamentos psicotrópicos sin indicación específica para tratar el insomnio, lo cual puede provocar efectos secundarios importantes como aumento de peso, alteraciones metabólicas y problemas respiratorios.

Estas prácticas no sólo generan afectaciones individuales a la salud, sino que también pueden tener consecuencias sociales y económicas. La privación crónica de sueño se asocia con fatiga persistente, disminución de la concentración, bajo rendimiento académico o laboral y mayor riesgo de accidentes de tránsito y laborales. De acuerdo con especialistas, dormir menos de seis horas por noche puede triplicar el riesgo de sufrir accidentes automovilísticos.

El manejo inadecuado del insomnio también puede incrementar el gasto en salud pública debido a hospitalizaciones por efectos secundarios de medicamentos mal prescritos o consumidos sin supervisión médica.

Ante este panorama, resulta necesario reconocer que el uso prolongado o indebido de medicamentos sedantes e hipnóticos puede generar dependencia farmacológica, la cual debe ser identificada y tratada dentro de las políticas públicas relacionadas con la prevención y atención de las adicciones.

Por ello, la presente iniciativa propone fortalecer las atribuciones de los Centros de Atención Integral establecidos en la legislación estatal en materia de adicciones, a fin de que dentro de sus procesos de evaluación diagnóstica y tratamiento puedan detectar, atender y dar seguimiento a los casos de dependencia a medicamentos utilizados para inducir el sueño.

Con ello se busca que las instituciones encargadas de atender a personas con consumo problemático de sustancias psicoactivas cuenten también con herramientas para identificar y tratar los casos de dependencia a medicamentos sedantes o hipnóticos, los cuales forman parte del grupo de sustancias con potencial adictivo.

De esta manera se fortalece el enfoque preventivo de la política pública en materia de adicciones y se promueve una atención integral que considere no sólo las sustancias ilícitas, sino también aquellos medicamentos que, utilizados de manera inadecuada o prolongada, pueden generar dependencia y afectar gravemente la salud de las personas.

Estas acciones se alinean con los esfuerzos internacionales que buscan posicionar el descanso como un componente esencial del bienestar humano, particularmente en el marco del Día Mundial del Sueño, iniciativa global que promueve la importancia de dormir adecuadamente para preservar la salud física y mental.

Promover la salud del sueño y prevenir el uso indebido de medicamentos para dormir no sólo contribuye a evitar enfermedades y adicciones, sino que también mejora la calidad de vida de las personas y fortalece el bienestar colectivo.

Porque dormir bien también es salud.

Y proteger la salud de las y los michoacanos es nuestra responsabilidad.

Es cuanto.

Por lo anteriormente expuesto, someto a consideración de este Honorable Congreso, el siguiente Proyecto de:

DECRETO

8

Único. Se reforma la fracción IX, se adiciona una fracción X y se recorre en su orden la subsecuente, todo del artículo 38 de la Ley Contra las Adicciones en el Estado de Michoacán, para quedar como sigue:

Artículo 38. ...

...

...

I. ... a VIII. ...

IX. Asistir a reuniones de trabajo con los distintos operadores del procedimiento;

X. Detectar, evaluar y canalizar, cuando corresponda, los casos de dependencia o uso problemático de medicamentos hipnóticos, sedantes o psicotrópicos utilizados para inducir el sueño, como parte de los trastornos asociados al consumo de sustancias psicoactivas; y,

XI. Integrar recursos familiares que sirvan de apoyo al mismo.

TRANSITORIOS

9

Único. El presente Decreto entrará en vigor al día siguiente al de su publicación en el Periódico Oficial del Gobierno Constitucional del Estado de Michoacán de Ocampo. El Titular del Poder Ejecutivo del Estado dispondrá se publique y observe.

Palacio del Poder Legislativo, Morelia, Michoacán de Ocampo, a 11 de marzo de 2026.

ATENTAMENTE

DIPUTADA BELINDA ITURBIDE DÍAZ.