

EDITORIAL

Iniciamos el sexto Boletín de Papers Municipals con el mismo afán renovador de cada número. Tenemos un número cargado de información sobre actividades que incentivan la prevención: Jornadas, la exposición interactiva de La Caixa, charlas a adolescentes ... Ideas para prevenir con ilusión, porque, en definitiva, si creemos en una idea, terminaremos por convertirla en realidad.

Por otro lado, en esta editorial, tan cercana a las fiestas de Navidad no podemos olvidar que en estas fechas el consumo abusivo de alcohol se dispara: cenas de empresas, comilonas familiares entrañables con vino, nocheviejas festivas ... **Este consumo, unido a los desplazamientos por carretera después de haber bebido y a veces, con un tiempo adverso, se convierten en un cóctel muy peligroso.**

Hay que recordar, que la conducción bajo los efectos del alcohol está penada con multas de 600 euros, pérdida del carné durante un mes y retirada de 4 a 6 puntos del permiso de conducir. Pero, además, sería interesante que reflexionásemos sobre que, conduciendo ebrios, no sólo ponemos en riesgo nuestra vida, sino **también la de los demás.**

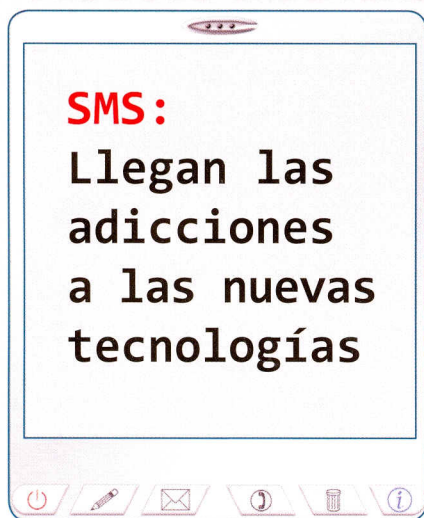
Feliz Navidad, pero libre de alcohol.

Lourdes Bernal Sanchis

Concejala de Sanidad y Consumo

Adicciones a las Nuevas Tecnologías

XVIII JORNADA SOBRE DROGODEPENDENCIAS



Jueves, 3 de Diciembre de 2009
Facultad de Geografía e Historia
Avda. Blasco Ibáñez, 28
46010-Valencia



FUNDACION DE AYUDA
CONTRA LA DROGADICCIÓN



PLAN MUNICIPAL DE
DROGODEPENDENCIAS

En la actualidad nos encontramos inmersos en la denominada "sociedad de la información", las nuevas tecnologías se han convertido en una herramienta necesaria de información y comunicación.

Resulta preocupante el hecho de que muchos niños de 6 años dispongan ya de su propio teléfono móvil y de un ordenador con conexión a Internet en su habitación, en la actualidad **la mayoría de niños/jóvenes dispone de más información sobre estas tecnologías que sus padres** lo cual dificulta la posibilidad de control que éstos deben de hacer sobre el uso de las mismas.

Situaciones de soledad/aislamiento, escasa o nula comunicación familiar, falta de objetivos, inestabilidad personal o falta de valores son las causas que pueden llevar a hacer un uso abusivo de los videojuegos, teléfonos móviles e Internet, creando así una relación de dependencia.

La adicción se podría describir como una serie de conductas repetitivas que resultan placenteras en las primeras fases, pero que después no pueden ser controladas por el individuo. Los síntomas son: **aislamiento familiar y social, sedentarismo, ansiedad, conflictos familiares, fracaso escolar, agresividad.**

La clave para superar este tipo de dependencias pasa por que la familia asuma el problema. Habría que **fomentar la comunicación familiar, restablecer la confianza con los padres y proponer estrategias educativas familiares** para mejorar el control del uso de las nuevas tecnologías.

Ante el interés y la preocupación que está suscitando el tema, el PMD en colaboración con la Fundación de Ayuda contra la Drogadicción (F.A.D) ha organizado unas jornadas en las que el tema va a ser tratado por prestigiosos profesionales. Las jornadas se celebrarán el día 3 de diciembre de 2009 en la Facultad de Geografía e Historia de Valencia. XVIII Jornadas sobre Drogodependencias, "SMS: Llegan las adicciones a las nuevas tecnologías".

Prevención
Comunitaria

Prevención
Familiar

Prevención
Escolar

Alternativas
de Ocio

"Hablemos De Drogas": campaña de prevención del consumo

La alcaldesa de Valencia, Rita Barberá; el director ejecutivo territorial de La Caixa en Valencia-Murcia, Bibiano Martínez; y el secretario general de la Fundación La Caixa, Lluís Reverter, presentaron el pasado 11 de noviembre en Valencia la exposición Hablemos de drogas, incluida dentro del programa de la Obra Social La Caixa dedicada a la prevención del consumo de drogas.

El programa tiene como fin **prevenir, informar y sensibilizar** a los distintos agentes sociales, esto es, jóvenes, familias, educadores, profesionales de los centros de salud y ciudadanía en general. Se prevé que alrededor de 3.000 jóvenes pasarán por la carpa en las visitas guiadas concertadas por sus centros escolares.

La exposición explica de forma interactiva el peligro real del consumo de drogas, haciendo especial hincapié en desmitificarla y en acabar con su tolerancia social. Se trata de **incidir positivamente en la reducción del consumo** de drogas entre los jóvenes como promueve la Estrategia Nacional sobre Drogas, ya que es un problema de grandes dimensiones como muestran las cifras. Según la Encuesta Estatal sobre el Uso de Drogas en Estudiantes de Enseñanza Secundaria de 2008, un 81,2% ha consumido bebidas alcohólicas alguna vez en su vida, un 44,6% tabaco y un 32,5% cannabis.

"Hablemos de drogas" invita a reflexionar sobre los conceptos básicos de las drogas de forma comprensible. **"Alerta especialmente sobre los riesgos de su uso e informa de manera actualizada con el fin de aportar elementos de juicio a la hora de tomar decisiones que puedan comprometer la salud. Muestra un análisis y un diagnóstico de la situación y se proponen vías que fomenten la prevención,"** explicó **Lourdes Bernal, Concejala de Sanidad y Consumo.**

Se ha habilitado un número de teléfono gratuito (900 22 22 29) para orientar a las familias para que sepan dónde acudir.

Del 11 de noviembre al 11 de diciembre

Explanada de los Jardines del Real. Valencia.

De lunes a viernes de 9.30 a 14.00 y de 16.00 a 21.00 horas.

Sábados, domingos y festivos de 10.30 a 14.30 y de 16,30 a 21.30 horas.

Entrada gratuita. Visitas guiadas



"Hay que tratar la adicción como una grave enfermedad"

Además de la exposición, se han organizado actividades complementarias, entre ellas un debate (11 de diciembre) entre jóvenes de secundaria y Rafael Maldonado, comisario de la exposición y catedrático de farmacología de la Universidad Pompeu Fabra de Barcelona. También, una conferencia dirigida a universitarios, profesores y otros profesionales dedicados a la materia que tuvo lugar el día de la inauguración, el 11 de noviembre.

En la conferencia "Efectos de las drogas en el cerebro" Maldonado alertó sobre los efectos del consumo: **"todas las drogas actúan en mecanismos precisos de nuestro cerebro. Todas provocan adicción y hay que tratar la adicción como una grave enfermedad"**.

Maldonado comenzó hablando del cannabis y sus efectos, "desde crisis de pánico hasta estados ansiolíticos", y la sedación; es decir, el aumento del tiempo de reacción en el individuo que da lugar, por ejemplo, a accidentes de tráfico.

Respecto a la cocaína, hay que tener presente que España es el mayor consumidor en el mundo debido a su situación geográfica. "Es una sustancia altamente peligrosa", si bien, Maldonado precisó en el turno de preguntas que **"todas las drogas son peligrosas"**.

Uno de los temas que suscitó mayor interés entre los jóvenes universitarios asistentes fue el de la **"irreversible pérdida de neuronas por causa del éxtasis"**; según dijo Maldonado. Mencionó que "las neuronas se pierden de por sí de forma natural con la edad. Se desconoce qué pasará con los consumidores de éxtasis cuando sean mayores, ya que han perdido neuronas por dos vías".

Para terminar, Maldonado recalcó la Teoría de los Procesos Motivacionales: **"el proceso adictivo** consiste en que pasas del efecto placentero, al bajón, y después al malestar. A medida que pasa el tiempo, el consumo te lleva a una profunda sensación de malestar y un escaso placer. Entonces, se consume para evitar dicho malestar, no para sentir placer".

Al final de la conferencia se abrió un turno de preguntas en el que los universitarios se mostraron muy participativos con temas como los tratamientos con metadona, drogas menos extendidas como la ketamina o la utilidad del cannabis de forma médica.



El punto en común de las drogas es que reactivan los circuitos de recompensa que actúan en el cerebro.

El viejo método del viejo Sócrates

El padre de la filosofía occidental, el griego Sócrates, como todos los grandes sabios, sabía reírse de sí mismo y comparaba su oficio –el de filósofo– con el de su madre, que había sido comadrona. De hecho, le gustaba decir que de la misma manera que su madre ayudaba a traer personas al mundo, él les ayudaba a dar a luz sus propias ideas. Sócrates creía que se aprendía más hablando y discutiendo que leyendo y escribiendo y, por lo tanto, pasó la mayor parte de su vida adulta en las calles de Atenas, **dialogando y discutiendo con todo aquél que quisiera escucharle**. Pero además, Sócrates fue singular porque respondía a las preguntas con más preguntas. Y bautizó este método con el nombre de “mayéutica”, es decir, lograr que el alumno descubra por sí mismo sus propias verdades.



En la lucha contra las drogodependencias, la información y la formación son las mejores herramientas con las que contamos

Si algo tan básico y primitivo como un peine ha mantenido su mismo diseño a lo largo de miles de años, eso es prueba evidente de que si algo funciona es mejor aplicarlo tal cual. En la lucha contra las drogodependencias, la información y la formación son las mejores herramientas con las que contamos para conseguir que los más jóvenes dispongan de las armas necesarias para no caer en ese abismo del que sólo se sale –cuando se sale– después de sufrir un terrible tormento. El mal de las drogas es tan terrible y el remedio es tan amargo que **prevenir más que curar** no es sólo una opción, sino que es, sin duda, la mejor opción.

La escuela es, sin duda, el mejor escenario para llevar a cabo esta tarea pero nos equivocaríamos si pensamos que podemos cumplir nuestros objetivos si la prevención es una asignatura más con libros, deberes y apuntes. Es mejor que, tal y como hace el Plan Municipal sobre Drogodependencias (PMD) a través de las Charlas sobre Drogodependencias, sean otros formatos y otros métodos educativos los encargados de ejecutar este programa. Apoyar a los docentes e informar a los alumnos de las consecuencias del consumo de drogas. La charla, la discusión, en definitiva, la mayéutica inventada por el viejo Sócrates hace ya veinticinco siglos es el mejor método para que nuestros jóvenes de entre 13 y 18 años **descubran por sí mismos sus propias verdades sobre ese peligro real** que suponen las drogodependencias.

Laura Braulio Sánchez.
Pedagoga. Área Escolar

Reflexión sobre el fracaso escolar

Recientemente, como consecuencia del Informe de Indicadores Educativos de la OCDE, se ha reabierto el debate sobre el fracaso escolar en nuestro país. Se buscan causas, pero no se habla abiertamente de responsabilidades. Lo bien cierto es que si se quiere atajar este increscendo problema antes de que nos genere conflictos de graves consecuencias sociales, conviene reflexionar sobre las múltiples causas que han llevado a esta situación. Entre ellas conviene reflexionar sobre los diferentes modelos educativos de las últimas décadas. También hay que prestar una especial atención al alto consumo de cannabis que se está produciendo entre los estudiantes, y en cómo afecta a la atención, la concentración, la memoria y la motivación, procesos necesarios para el estudio. Sin olvidar el sentido hedonista frente al sentido de responsabilidad que está instalándose entre la juventud.

Se buscan causas sobre el fracaso escolar en nuestro país, pero no se habla abiertamente de las responsabilidades.

Me gustaría que se reflexionara también sobre esta cuestión. Para que la Escuela pueda transmitir conocimientos y saber se tienen que dar dos condiciones: que el docente disponga de autoridad; y que el alumno mantenga hacia él, respeto. Sin estas dos premisas es bien difícil cumplir con la función de enseñar.

Agustín Durán Gervilla.
Psicólogo. Responsable Área Familiar.

Prevención
Comunitaria

Prevención
Familiar

Prevención
Escolar

Alternativas
de Ocio

CONTRA

LA VIOLENCIA DE GÉNERO

"SEÑORÍA EL ACUSADO BEBÍA..."

Un gran número de maltratadores dicen estar bajo los efectos del alcohol y otras drogas en el momento de la agresión. Este consumo refuerza su comportamiento violento.

Las drogas...no son la causa de la agresión sino el pretexto...y nunca su justificación...

¡ACTUA!

·900 580 888 Centro Mujer 24h.
·962 084 421 Centro Municipal de Información y Orientación a la Mujer (C.M.I.O.)
·052 6 112 Grupo Gama, Policía Local
·96 352 54 78 Extn.2029 Plan Municipal de Drogodependencias.

LEGISLACIÓN

Pregunta:

- ¿El consumo abusivo de alcohol es un agravante?

Respuesta:

- Si conduces borracho: SÍ
- Si matas a una mujer: NO

Con estos mensajes tan contradictorios que se dan a la sociedad, la prevención del consumo abusivo de alcohol o drogas es muy difícil.

NOTA: "El detenido dice que no se acuerda de nada...," pero SE ACORDÓ de coger el arma. SE ACORDÓ de acudir a la hora adecuada. SE ACORDÓ de dónde era el mejor lugar para esperarla. SE ACORDÓ de agredirla. SE ACORDÓ de intentar deshacerse de las pruebas. SE ACORDÓ de prepararse la coartada..."

Ricard Pérez Gerada
Médico

Jefe del Servicio:

Francisco Bueno: Ext. 2030

Prevención Escolar:

Armando Serrano: Ext. 2008
Rocio Benito: Ext. 2032
Laura Ferrer: Ext. 2007
Ana Quiles: Ext. 2037
Laura Braulio: Ext. 2043

Prevención Familiar

Agustín Duran: Ext. 2026
Ana Soler: Ext. 2035
Rosa Martí: Ext. 2034

Alternativas de Ocio y Tiempo Libre

Salvador Campins: Ext. 2027
Asunción Hernández: Ext. 2033
Mario Jordá: Ext. 2042

Prevención Comunitaria:

Ricardo Pérez: Ext. 2028
Vicent Ferrer: Ext. 2029

Unidad Administrativa:

Clara Segrera: Ext. 2014

Centro de Documentación sobre Drogodependencias y Otros Trastornos Adictivos Doctor Emilio Bogani Miquel:

Amparo Gisbert: Ext. 2006

Comité Editorial:

Laura Braulio Laura Ferrer
Amparo Gisbert Ana Quiles
e-mail: cendocbogani@valencia.es

SOPA DE LETRAS

D	I	G	I	T	A	L	R
E	N	O	N	A	N	S	T
S	O	F	T	W	A	R	E
E	L	S	E	E	R	E	Y
N	R	O	R	R	U	D	U
I	B	A	N	D	A	E	I
L	D	S	E	S	N	S	O
N	A	R	T	I	C	S	P
O	T	X	A	O	H	O	Ñ
S	O	A	E	N	A	C	L
O	L	N	D	U	B	I	K
G	O	O	G	L	E	A	J
E	G	N	S	V	D	L	H
U	R	E	A	R	A	E	D
J	O	S	T	O	C	S	A

Digital Software Google Internet
Juegos online Redes sociales Banda ancha

SUDOKUS

		8		4			2
	1	2		3	5		
9	7						
4		8					
		6	4		3	7	
				6			1
					4		9
			2	4		5	3
2			9			6	

JEROGLIFICOS

¿Qué le falta a tu ordenador?

