ESTRATEGIAS DE PREVENCIÓN DE CONSUMOS PROBLEMÁTICOS

La cultura, el deporte y la recreación como espacios de prevención de consumos problemáticos

EQUIPO ÁMBITO DE RECREACIÓN, CULTURA Y NOCTURNIDAD

AÑO 2022

Buenos Aires Ciudad

Buenos Aires Presente

ÍNDICE

- PRESENTACIÓN
- PRIMER CAPÍTULO: MARCO CONCEPTUAL Y EJES CENTRALES
  1- INTRODUCCIÓN
  2- EJES PRINCIPALES
    2.1- Prevención integral
    2.2- Promoción de la salud
    2.3- Consumos problemáticos
    2.4- Paradigma de reducción de riesgos y daños
    2.5- Perspectiva de derechos humanos y de género
  3- HABILIDADES PSICOSOCIALES
  4- CULTURA DEL CUIDADO DENTRO DE LA SOCIEDAD DE CONSUMO

- SEGUNDO CAPÍTULO: PREVENCIÓN EN LOS ÁMBITOS DE RECREACIÓN, CULTURA Y NOCTURNIDAD
  5- PRESENTACIÓN EN EL ÁMBITO RECREACIÓN, CULTURA Y NOCTURNIDAD
  6- PROPÓSITO
  7- OCIO: SU IMPORTANCIA EN EL DESARROLLO DEL SUJETO Y DE LA COMUNIDAD.
    7.1- Recreación
    7.2- Cultura
    7.3- Nocturnidad

- TERCER CAPÍTULO: ACTIVIDADES SUGERIDAS
  8- QUÉ TENER EN CUENTA PARA ORIENTAR UNA ACTIVIDAD O TALLER DE PREVENCIÓN DE CONSUMOS PROBLEMÁTICOS.
  9- RECURSOS A TENER EN CUENTA PARA REALIZAR LAS ACTIVIDADES.
  10- MOMENTOS DEL TALLER/ACTIVIDAD
  11- ACTIVIDADES SUGERIDAS

- CIERRE
- BIBLIOGRAFÍA

PRESENTACIÓN

PRIMER CAPÍTULO: MARCO CONCEPTUAL Y EJES CENTRALES

Buenos Aires Ciudad

Buenos Aires Presente

ACLARACIÓN: En este Manual se utiliza lenguaje binario que incorpora los términos femeninos y masculinos, sin dejar de reconocer la diversidad de identidades que componen la sociedad actual y promoviendo la inclusión en todas sus formas.

Desde la Dirección General de Políticas Sociales en Adicciones, en adelante DGPSA, se presenta este manual elaborado por los equipos de la Gerencia Operativa de Prevención e Intervención Comunitaria.

Desde la política pública que impulsa esta Dirección, el interés parte de brindar a todas las personas por igual, posibilidades de acceso a la información, estrategias de abordaje y recursos para trabajar sobre la temática.

La finalidad principal de este manual, es proporcionar herramientas para la comprensión y aproximación, tanto a jóvenes como a los adultos/as que deseen acercarse a la temática de prevención de consumos problemáticos, así como establecer programas específicos, con una participación activa en la comunidad y pudiendo ser parte de su acción transformadora.

Este material consta de una primera parte donde se comparte el marco conceptual, desde dónde partimos a la hora de hacer prevención, y luego una parte específica para los ámbitos de aplicación dónde además se podrán encontrar herramientas prácticas.

1.
INTRODUCCIÓN

Comenzaremos a acercarnos a la temática, planteando ciertas premisas que consideramos centrales para tener en cuenta.

Un punto de partida, es el concepto de promoción de la salud que toma la Organización Mundial de la Salud (OMS)[1], el cual retomaremos más adelante, que implica la participación de la ciudadanía, la comunidad, las organizaciones y las instituciones que colaboran para generar condiciones que garanticen la salud y el bienestar de las personas.

En este sentido, abordamos la prevención de consumos problemáticos desde una perspectiva integral, donde todas las intervenciones incluyen un abordaje comunitario con perspectiva de género y de derechos, desde el paradigma de reducción de riesgos y daños y la cultura del cuidado.

Prevenir no sólo se reduce a entender cómo anticiparse a algo nocivo o perjudicial para la salud, sino que también significa fortalecer los recursos que tenemos o facilitar el desarrollo de los mismos, creando espacios alternativos a los cotidianos en donde podamos expresar, construir y desarrollarnos tanto individual como colectivamente.

Es por eso que la prevención es necesaria y puede realizarse en cualquier etapa de la vida de las personas, así como en cualquier espacio al que pertenezcan: la familia, escuela, club, con los amigos y amigas, la universidad, el trabajo, los espacios de ocio, etc.

MARCO JURÍDICO

Es interesante abordar el marco normativo como una forma de mirar esta temática, que permite pensar un recorrido a través de las leyes hasta llegar a estos días.

A partir de lo establecido por la Ley Nº 2.318/07 sobre Prevención y Asistencia del Consumo de Sustancias Psicoactivas y de Otras Prácticas de Riesgo Adictivo, sancionada por la Legislatura de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires en mayo de 2007, se crea esta Dirección y se diseñan diferentes propuestas para el trabajo con la población en general y específicamente con jóvenes y adultos/as. Su artículo 1° expresa que tiene por objeto

“garantizar una política integral y sistemática sobre el consumo de sustancias psicoactivas y de otras prácticas de riesgo adictivo”.

[1] La promoción de la salud es definida por la Organización Mundial de la Salud (OMS) como "el proceso que permite a las personas incrementar el control sobre su salud". Este concepto se pone en práctica usando enfoques participativos; los individuos, las organizaciones, las comunidades y las instituciones colaboran para crear condiciones que garanticen la salud y el bienestar para todos

Luego, la Ley 26.934, sancionada el 30 de abril de 2014, denominada Plan integral para el abordaje de los consumos problemáticos – IACOP, en su artículo 2° trae por primera vez el concepto de Consumos Problemáticos, definiéndolos como,

[…] aquellos consumos que -mediando o sin mediar sustancia alguna- afectan negativamente, en forma crónica, la salud física o psíquica del sujeto y/o las relaciones sociales. Los consumos problemáticos pueden manifestarse como adicciones o abusos al alcohol, tabaco, drogas psicotrópicas -legales o ilegales- o producidos por ciertas conductas compulsivas de los sujetos hacia el juego, las nuevas tecnologías, la alimentación, las compras o cualquier otro consumo que sea diagnosticado como compulsivo por un profesional de la salud.

Otros aportes interesantes parten de la Ley 26.657, conocida como Ley de Salud Mental, legislación argentina que asegura el derecho a la protección de la salud mental de todas las personas y los derechos humanos de aquellas con padecimiento mental, introduciendo aspectos en relación a los derechos de las personas con consumos problemáticos. Fue sancionada el 25 de noviembre de 2010 y promulgada el 2 de diciembre de 2010.

Y la más actual es la Ley 6.249, Plan Integral de Consumos Problemáticos de Sustancias Psicoactivas, sancionada el 28 de noviembre de 2019 y promulgada el 6 de diciembre de ese mismo año, cuyo artículo 1° expresa:

Créase el Plan Integral de Prevención y Asistencia de Consumos Problemáticos de Sustancias Psicoactivas en el ámbito de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires, a efectos de proceder a un abordaje integral, teniendo como ejes la prevención -universal y selectiva- la asistencia y la reducción de daños, así como el fortalecimiento de los espacios territoriales y las herramientas comunitarias para prevenir el consumo problemático". Y también lo interesante se plantea en el artículo 2°, donde se amplía el concepto de cronicidad, que toma del Plan IACOP citando que, "se entiende por consumos problemáticos el uso, abuso o adicción a sustancias legales como el tabaco, alcohol, o psicofármacos, así como también a drogas ilegales que afecten negativamente la salud física o psíquica, tanto en forma esporádica como crónica, del sujeto y/o sus relaciones sociales.

2.
EJES PRINCIPALES

A continuación presentamos los principales ejes conceptuales que atraviesan las estrategias de prevención.

2.1. PREVENCIÓN INTEGRAL

El consumo de sustancias es una problemática compleja que necesita un modo de abordaje integral. Ampliando lo dicho anteriormente, prevenir, en su sentido originario remite a la anticipación, es decir, prevenir estaba asociado a una acción para "evitar" una circunstancia.

La prevención no es un tema de expertos, sino que es un tema de todos los actores involucrados (Estado, sociedad, sociedad civil, etc.). La entendemos como una acción con intencionalidad transformadora, al problematizar el significado social y el significado que adquiere en las distintas comunidades y en los propios sujetos, dando cuenta de las necesidades e intereses de las personas afectadas.

Según las autoras Camarotti y Kornblit (2015) nos acercan a un modelo que propone un abordaje integral comunitario:

[…] El modelo integral de abordaje comunitario busca construir un espacio de vinculación, encuentro y empoderamiento para los grupos sociales –presenten o no una fuerte exclusión social– en donde sean ellos también los que ofrezcan alternativas de respuestas posibles, ya sea motorizados por su propia iniciativa, o bien sumándose al trabajo impulsado inicialmente a partir de un grupo de actores sociales (profesionales o no). Son los actores sociales los que, junto a las instancias estatales, deben construir las respuestas posibles, basándose para ello en lo que ya existe y en la creación de formas novedosas de encarar el problema. No puede esperarse que esta capacidad de innovación surja de actores externos a una comunidad específica, sino que tiene que surgir de los mismos actores de dicha comunidad, que han transitado los problemas derivados del consumo de drogas no solo como consumidores, en algunos casos, sino también como familias y como comunidad en su conjunto. Considerarlo de este modo nos hace ser parte de la problemática y de la respuesta. (p. 214)

Desde este abordaje integral la prevención adopta una perspectiva compleja, social, histórica, multifactorial e interseccional. En este sentido, la propuesta de intervención preventiva estará vinculada con los proyectos de vida, promocionando espacios para la problematización, información y concientización. Una forma de llevarla a cabo es a través de la reflexión sobre mitos y creencias acerca de los consumos mediante actividades no relacionadas directamente con los consumos como, por ejemplo, ocupar el tiempo libre, fomentar actividades deportivas, culturales, artísticas, que favorezcan el desarrollo de las habilidades para la vida, fomentando la participación comunitaria.

2.2. PROMOCIÓN DE LA SALUD

Cuando nos referimos a este concepto, en primer lugar lo asociamos a la Carta de Ottawa[2], (Canadá) del año 1986, donde se lleva a cabo la Primera Conferencia Internacional de Promoción de Salud y se pone de manifiesto la importancia de la salud para todos, a partir de reforzar la acción comunitaria, crear ambientes favorables, desarrollar actitudes personales y reorientar los servicios de salud.

La prevención integral tiene como paraguas la promoción de la salud. Resulta interesante el planteo que realizan Restrepo y Málaga (2001) a partir de pensar en el empoderamiento de las personas como una herramienta poderosa de cambio. El empoderamiento como proceso social está íntimamente ligado a la participación comunitaria y a la consolidación concreta de los procesos participativos. La definición más aceptada de empoderamiento en el marco de la promoción de la salud, es la de Wallerstein (citado por Restrepo y Málaga, 1992) que lo toma como un proceso que promueve la participación de las personas, organizaciones y comunidades hacia metas en relación a los individuos y sus entornos y por ende, la mejora de la calidad de vida dentro de la comunidad.

2.3. CONSUMOS PROBLEMÁTICOS

Para desarrollar este concepto central, nos remitimos a la Ley 26.934/14, o Plan Integral para el Abordaje de los Consumos Problemáticos (IACOP), y a la Ley 6.249, tal como citamos en el marco jurídico.

Retomando, los consumos problemáticos son aquellos que afectan negativamente a las personas tanto de forma ocasional como crónica en diferentes dimensiones de su vida. A partir la desnaturalización de los consumos, podemos contar con una herramienta significativa para reflexionar sobre las representaciones y el posicionamiento de las personas ante los mismos y el impacto que ellos generan en la subjetividad y en la relación con los otros.

Es importante señalar que se pueden generar vínculos de tipo problemático con una o varias sustancias psicoactivas, así como con otras prácticas de consumo, como el juego, las nuevas tecnologías, la alimentación, entre otras. Si bien el sentido común nos indica que los consumos problemáticos abarcan las categorías de abuso y dependencia, no hay que olvidar que los usos experimentales u ocasionales también pueden ser riesgosos, aun cuando sean por única vez.

Es preciso tener claro que la adicción siempre es problemática, aunque no todo consumo problemático es una adicción. Cuando la forma de vincularnos con las sustancias genera dependencia, se habla de adicción, pudiendo generar tolerancia[3] y/o abstinencia[4].

---

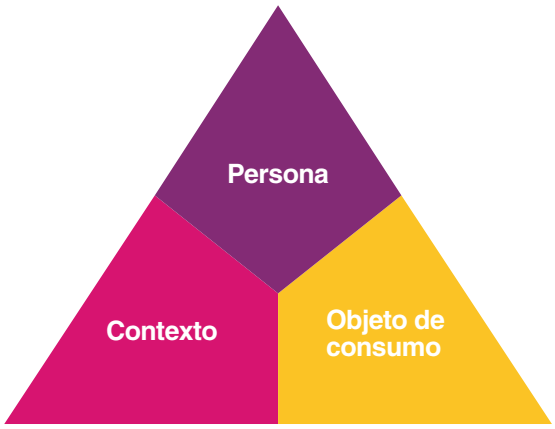
[2] https://www.paho.org/hq/dmdocuments/2013/Carta-de-ottawa-para-la-apromocion-de-la-salud-1986-SP.pdf

[3] Proceso por el que el organismo se adapta a la sustancia u objeto de consumo, fenómeno que lleva a la persona a necesitar consumir una mayor cantidad de la sustancia para obtener el efecto deseado.

[4] Conjunto de reacciones físicas o corporales que ocurren cuando una persona deja de consumir una determinada sustancia

Esta problemática debe ser contemplada al menos desde tres dimensiones: la persona, el contexto y el/los objeto/s de consumo. Ninguna de las tres dimensiones en sí misma puede agotar la mirada acerca de una situación de consumo problemático, por lo que es indispensable pensar en el juego de interrelaciones entre las variables que intervienen. Esto quiere decir que, a partir de las interrelaciones que se establecen entre estas tres dimensiones podemos situar la práctica de consumo con todas sus particularidades y desde allí elaborar estrategias de intervención acordes.

Una herramienta para pensar esta problemática es a partir de algunos analizadores. Esta herramienta se utiliza para abordar desde lo conceptual una problemática de cierta complejidad y también nos ayuda a facilitar su presentación. Uno de ellos, por ejemplo, es el Triángulo de Zimberg (Zimberg, 1984) el cual nos propone pensar multidimensionalmente la problemática de los consumos. Si sólo nos centramos en una de las variables, nos va a faltar información para observar, acompañar y pensar estrategias de prevención y cuidado. De modo que ninguna de las tres dimensiones en sí misma puede ser responsable de una situación de consumo problemático.



Persona: dentro de este vértice podemos pensar todas las variables que incluyen la vida y la historia de un sujeto como, por ejemplo, edad, género, personalidad, sentimientos, historia personal, autopercepción, salud física y emocional, habilidades psicosociales.

Contexto: en este vértice se incluyen distintos espacios de pertenencia donde la persona recorre cotidianamente como familia, escuela, barrio, país, región, plaza, amigos/as, club, gobierno, época, cultura, sociedad de consumo.

Objetos/Prácticas de Consumo: todos aquellos objetos que están implicados en prácticas que llevan al consumo, por ejemplo, la comida, compras, nuevas tecnologías (celular, computadora, series, juegos en línea), sustancias (legales o ilegales), entre otros.

A continuación, trataremos las tres dimensiones para un mejor análisis, ya que esto nos permitirá reflexionar y entender que cada situación es particular, observando cómo las características del sujeto, del contexto y el/los objeto/s influyen en las modalidades del consumo.

Concebir al **sujeto** desde una mirada individualista como eje de la problemática del consumo, lo recorta del contexto que lo habita, aislándolo de su propio entramado social. En esta tríada, la persona es entendida como sujeto de derecho frente a la temática de consumos problemáticos. De esta manera hablamos de personas activas, con derechos y responsabilidades.

Si en cambio la mirada se reduce solo al **contexto** se corre el riesgo de relacionar en forma lineal la problemática del consumo con ambientes poco facilitadores, como poblaciones en situación de vulnerabilidad social. Por contexto nos referimos a todo aquello que enmarca a una situación o acontecimiento; estos espacios van de lo micro a lo macro: familias, amigos/as, vínculos afectivos, trabajo, escuela, barrio, sociedad, etc. Las personas transitan por diversos contextos, que les atraviesan y condicionan sus decisiones y formas de pensar. A su vez, ellas también intervienen sobre los contextos en una relación dinámica y recíproca.

La relación entre el contexto y las sustancias está sujeta a las regulaciones, legalidad y/o tolerancia a las mismas, de acuerdo a lo que en cada espacio se habilite. Las sustancias legales tienden a ser más aceptadas socialmente que las ilegales, como sucede con el consumo de alcohol en nuestro país. En ese sentido, nos referimos a la naturalización de ciertas prácticas de consumo, que pueden dar lugar a la tolerancia social.

Por **objeto** nos referimos a “objeto de consumo”, y es allí donde colocamos tanto a las drogas como a otros objetos o actividades como, por ejemplo: tecnología, juego, comida, compras, etc. Si el problema es **la sustancia**, la focalización se centrará en ella situándose como único determinante del consumo. A partir de esta concepción del problema aparece la idea de la prohibición como herramienta de prevención, borrando al contexto y al sujeto.

En la sociedad de consumo de la cual somos parte, hablamos de prácticas de consumo, pensando no sólo qué se consume, sino además con quién, cómo, cuándo, entre otros aspectos. Los mismos pueden o no incluir sustancias, siendo variadas las características que presentan las mismas, pudiendo ser algunas de ellas problemáticas para las personas.

Los consumos problemáticos y/o adiciones presentan un alto nivel de complejidad que requiere de un análisis no parcializado sino de uno que convoque al sujeto y en cómo este se relaciona con aquello que consume, ubicándolo dentro de un contexto macro social, (mirando la estructura social), meso social (como interface entre lo micro y macro) y micro social (centrando la atención en las interacciones sociales), en una temporalidad determinada y una cultura singular. Se trata de plantear lo que llamamos perspectiva relacional de los consumos.

En esta misma línea, un concepto clave a la hora de pensar en la desnaturalización de los consumos, tal como comentamos anteriormente, son las **representaciones sociales**. Las representaciones sociales constituyen un modo de interpretar y reproducir nuestra realidad cotidiana, siendo una forma de conocimiento social constituida por opiniones, creencias, emociones e ideas asociadas a determinadas situaciones y compartidas por un colectivo social.

Al hablar de consumos problemáticos, las representaciones sociales que se construyen en torno a los mismos comprenden características y atributos negativos, actuando en muchos casos como barreras, donde es común escuchar frases como: “el consumidor es un delincuente, enfermo, marginal, etc”, estigmas que dificultan las posibilidades de acceder a un tratamiento, entre otros.

Denise Jodelet (1984) plantea una conceptualización de representación social, designando de manera amplia como una forma de pensamiento social:

Las representaciones sociales constituyen modalidades del pensamiento práctico orientados hacia la comunicación, la comprensión y el dominio del entorno social, material e ideal. En tanto que tales, presentan características específicas a nivel de organización de los contenidos, las operaciones mentales y lógica (Jodelet, D.; en Moscovici, S.; 1984, p.474).

Años más tarde, esta misma autora explica un nuevo concepto de la categoría representación social:

[…] imágenes condensadas de un conjunto de significados; sistemas de referencia que nos permiten interpretar lo que nos sucede, e incluso dar un sentido a lo inesperado; categorías que sirven para clasificar las circunstancias, los fenómenos y a los individuos con quiénes tenemos algo que ver […], formas de conocimiento social que permiten interpretar la realidad cotidiana […], un conocimiento práctico que forja las evidencias de nuestra realidad consensual (1986, Jodelet, D. en Perera, M.; 1999 p.9)

Otro aporte importante es el de Moscovici (1979), quien señala que la representación social es un sistema de valores, ideas y prácticas que tiene una doble función: la primera, proporcionar a los sujetos un orden que les permita orientarse en el mundo material y social para dominarlo y la segunda, facilitar el intercambio social a través de códigos que permiten identificar y clasificar con claridad aspectos del mundo social.

Para abordar los consumos problemáticos es necesario problematizar aquellas representaciones sociales operantes respecto de los mismos, a partir de allí, pensar, construir y sostener un abordaje de prevención integral desde y con la comunidad, en pos de la desestigmatización de los consumidores. Es a partir de la posibilidad de desarmar tabúes, aceptar la multiplicidad de miradas y alcanzar un consenso en relación a la problemática, por medio de un trabajo colectivo, que puede fortalecerse el entramado social.

En conclusión, en las representaciones sociales confluyen lo psicológico y lo social, es decir, la manera en que interpretamos en tanto sujetos sociales los acontecimientos de la vida cotidiana y la información que circula en nuestro medio ambiente. Este conocimiento, conocido como sentido común, ofrece una lectura de la realidad, al mismo tiempo que participa en la construcción de la misma y funciona como guía de los comportamientos.

2.4. PARADIGMA DE REDUCCIÓN DE RIESGOS Y DAÑOS

Las políticas públicas prohibicionistas, en materia de consumo problemático de sustancias, demostraron no ser exitosas a lo largo de la historia, surgiendo en Europa alrededor de los años 80, una nueva estrategia de abordaje frente a la necesidad de disminuir las consecuencias negativas que se registraban, denominada ***reducción de riesgos y daños.***

En nuestro país, como forma de disminuir las consecuencias del VIH/Sida, se implementan también este tipo de estrategias. Este modelo se fue ampliando para poder alcanzar a mayor cantidad de personas, no solamente a los usuarios de drogas que están realizando tratamientos, sino también proporcionando estrategias que promuevan contextos más seguros y, sobre todo, la posibilidad que aquellas personas que deciden llevar a cabo distintas prácticas de consumo, sepan qué decisión tomar y qué cuidados deben tener para minimizar consecuencias y así, promover consumos responsables.

Según lo citado anteriormente sobre el Plan IACOP, se tomarán los puntos claves para el abordaje desde la reducción de riesgos y daños: a) prevenir los consumos problemáticos desde un abordaje intersectorial mediante la actuación directa del Estado; b) asegurar la asistencia sanitaria integral gratuita a los sujetos afectados por algún consumo problemático; c) integrar y amparar socialmente a los sujetos de algún consumo problemático.

Aceptar la realidad compleja que atraviesa a los consumos problemáticos, tratando de minimizar riesgos y daños tanto de las personas consumidoras como de sus entornos, implica tomar decisiones sin desentenderse de lo que acontece. Desde las políticas públicas, se nos plantea la necesidad de poder acompañar, estableciendo programas que contemplen a todas las personas como sujetos de derecho, brindando un sistema de contención, de apoyo, de asistencia y de estrategias de abordaje preventivo para quienes realizan dichas prácticas, teniendo en cuenta tanto los aspectos individuales como las características socioculturales y propias de cada región a la que pertenecen.

A partir de materiales que presentan autores como Kornblit, Camarotti y Di Leo, (s.f, p. 10), históricamente, se observan modelos que han ido cambiando el enfoque de abordaje de esta problemática, observándose diferentes medidas sociales, preventivas, legislativas y sanitarias a partir del modelo que se tenga en cuenta.

Se inicia con el paradigma ético-jurídico, un modelo punitivo, basado en el Derecho, que categorizó el consumo de drogas como un delito, planteando que los sujetos, al transgredir la ley con total responsabilidad e intencionalidad, se convierten en culpables y por ello deben ser castigados. Este modelo está centrado en la sustancia como referente y enfatiza las medidas legales y penales dirigidas a los usuarios de drogas. Estos son percibidos como “delincuentes” que infringen la ley.

Luego aparece el paradigma médico-sanitario, que plantea el binomio salud–enfermedad, produciendo un salto desde el modelo punitivo a otro más contemplativo. La medicina, como

agencia encargada de dar respuesta a esta problemática, considera que los “pacientes” no son responsables de la práctica de consumir drogas. En este sentido, aparece el rótulo de “enfermo”, haciendo así a la persona acreedora de un “tratamiento” en vez de un “castigo”. Para este modelo, el “drogadicto” es considerado un “enfermo” al que hay que curar (diagnosticar, prescribir y tratar) y reinsertar en la sociedad. Las drogas, las personas y el contexto se analizan en términos de “agente”, “huésped” y “ambiente”, según la misma lógica con la que se estudian las “enfermedades infectocontagiosas”.

Posteriormente, aparece el modelo psicosocial que corre el foco de la sustancia y lo coloca en el sujeto como adicto “esclavo.” Reconoce la complejidad de cada ser humano y la influencia determinante de los factores psicológicos y del medio circundante.

Otro paradigma que también se tuvo en cuenta sobre todo en América latina, es el modelo geo-político estructural donde la droga es vista como mercancía, tomando en cuenta las características específicas de la región. Algunos estereotipos que se escuchaban ligados al consumo: “el problema es la droga”, “flagelo”, “escalada del consumo”, “puerta de entrada”, el “adicto”, “drogodependiente” “la lucha contra las drogas”, contemplados por las políticas prohibicionistas, intentaron estrategias que no fueron exitosas.

En el Modelo sociocultural, se piensa la forma en que una sociedad define el consumo de las sustancias y las estrategias preventivas que utilizan con los consumidores. El entorno cultural y económico determina los tipos de drogas y las formas de consumo. En la actualidad, muchos de estos modelos conviven aún, aunque se propicia una mirada integral, que considera al consumo de sustancias como una “problemática social compleja”, atravesada por múltiples variables. Los programas de **reducción de daños** implementados en la última década parten de este último modelo, que posibilitó el surgimiento de políticas más tolerantes.

2.5. PERSPECTIVA DE DERECHOS HUMANOS Y DE GÉNERO

El abordaje integral no puede ser posible sin una perspectiva de derechos humanos, esto implica considerar a todos los individuos como sujetos de derechos y llevar a cabo políticas públicas con modelos preventivos que promuevan el acceso universal a la educación, la cultura, la salud, el trabajo y el ocio.

Como parte de la perspectiva de derechos humanos, también es necesario adoptar una perspectiva de género, ya que nos permite visibilizar las disidencias y las desigualdades históricas entre varones cis-género, mujeres y población LGBTIQ+. En nuestra sociedad existe un patrón sistemático de desigualdad que somete a las mujeres cis, homosexuales, travestis, transexuales, transgénero y sujetos no binarios a una cadena de discriminación y exclusión en los diferentes ámbitos de desarrollo de su vida. Es importante contemplar el acceso desigual a las prestaciones y a los tratamientos, para poder visibilizar estigmatizaciones que amplían la brecha. Consideramos que posicionarse desde una perspectiva de prevención, podría modificar estos aspectos favorablemente.

En este marco, las políticas públicas de la Gerencia de Prevención de la DGPSA, se enmarcan en las Leyes Nacionales Vigentes, como la de identidad de género (Ley 26.743, sancionada el 9 de mayo de 2012 y promulgada el 23 de mayo de 2012) y la Ley de protección integral para prevenir, sancionar y erradicar la violencia contra las mujeres en los ámbitos en que desarrollen sus relaciones interpersonales (Ley 26.485, Sancionada el 11 de Marzo de 2009 y promulgada el 1 Abril 2009).

3.
HABILIDADES PSICOSOCIALES

Buenos Aires Ciudad

Buenos Aires Presente

Creemos interesante tomar esta perspectiva de abordaje desde donde empezar a pensar herramientas para el trabajo con la población deseada, ya sean niños/as, jóvenes o adultos/as.

Son capacidades que permiten a las personas presentarse de forma saludable ante las exigencias y desafíos que se presentan a lo largo de la vida. Las mismas se construyen y potencian desde las infancias, en un trabajo tanto individual como colectivo, con la comunidad. En ese proceso el acompañamiento de adultos/as y referentes es fundamental.

Las destrezas psicosociales suelen aprenderse a lo largo de la vida y son imprescindibles para que los seres humanos se adapten en el entorno y mantengan vínculos satisfactorios con las personas que nos rodean.

Con respecto a ello, la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2001) comenta que las habilidades para la vida abarcan tres categorías básicas, que se complementan y fortalecen entre sí:

• Habilidades sociales o interpersonales, incluyendo comunicación, habilidades para negociación/rechazo, confianza, cooperación y empatía.

• Habilidades cognitivas, incluyendo solución de problemas, comprensión de consecuencias, toma de decisiones, pensamiento crítico y autoevaluación.

• Habilidades para el control de emociones, incluyendo el estrés, los sentimientos, el control y el monitoreo personal.

• Desde una mirada complementaria, existe un grupo esencial de habilidades psicosociales o habilidades para la vida para trabajar en infancias y juventudes tal como nos presenta Mangrullar, L. y col. (2001):

1. Autoconocimiento, es la habilidad de conocer nuestros propios pensamientos, reacciones, sentimientos, qué nos gusta o disgusta, cuáles son nuestros límites, y nuestros puntos fuertes/débiles.

2. Empatía, es la habilidad de ponerse en el lugar de la otra persona en una situación muy diferente de la primera.

3. Comunicación asertiva, es la habilidad para expresar con claridad y de forma adecuada los sentimientos, pensamientos o necesidades individuales.

4. Relaciones interpersonales, es la habilidad de relacionarnos de forma positiva con las personas con las que interactuamos.

5. Toma de decisiones, es la habilidad de manejar constructivamente las decisiones respecto a nuestra propia vida y a la de los demás.

6. Solución de problemas y conflictos, habilidad que permite enfrentar de forma constructiva los problemas de la vida.

7. Pensamiento creativo, es la habilidad que permite buscar alternativas diferentes de manera original ayudando a realizar una toma de decisiones adecuada.

8. Pensamiento crítico, es la habilidad de analizar información y experiencias de manera objetiva.

9. Manejo de emociones y sentimientos, es la habilidad de reconocer las propias emociones y sentimientos y saber cómo influyen en el comportamiento, aprendiendo a manejar las emociones más difíciles como ira, agresividad, etc.

10. Manejo de tensiones y estrés, es la habilidad de reconocer las fuentes de estrés y sus efectos en nuestras vidas.

4.
LA CULTURA DEL CUIDADO DENTRO DE LA SOCIEDAD DE CONSUMO

Buenos Aires Ciudad

Buenos Aires Presente

Toda sociedad ha ofrecido, históricamente, mecanismos de regulación para los padecimientos individuales y colectivos. En la sociedad de consumo, el consumo es el que emerge como ordenador social, es decir, existe un consumo masivo de bienes y servicios, como consecuencia de una masiva producción, donde el consumismo se ve incentivado principalmente por los medios de comunicación y las publicidades, que en ocasiones consigue convencer que un gasto es necesario cuando antes no se lo consideraba.

La sociedad en la que estamos inmersos, presenta características tales como: el sentido de pertenencia a cierto grupo social según el tipo de consumo, la canalización de los padecimientos a través del consumo, la sobrevaloración del poseer antes que la de ser y la búsqueda de la satisfacción inmediata que no permite elaborar procesos en el tiempo ni desarrollar la tolerancia a la frustración.

Esta lógica del consumo prioriza entonces la inmediatez, la novedad, la diversión, la competencia y la rivalidad. Habilitando propuestas como "elegir a la carta" objetos que prometen satisfacción inmediata, prestigio, pertenencia y status, pero que en el fondo son efímeros y en ocasiones deviene en sensación de malestar.

Desde la promoción de la salud y un abordaje preventivo integral consideramos que ciertas prácticas de cuidados disminuyen los efectos de la sociedad de consumo sobre individuos y comunidades y previenen los consumos problemáticos, entre ellas el concepto de "tiempo", que, dentro de las lógicas de cuidado, se concibe como noción de proceso, de desarrollo de un proyecto de vida y construcción de rutinas. En esta línea, también se introducen el reconocimiento y gestión de las emociones, las prácticas de colaboración y solidaridad, refiriéndonos al cuidado no sólo en relación a la propia persona, sino hacia otras y con el entorno.

Si pensamos en relación a las vulnerabilidades, es muy interesante incluir las prácticas llevadas a cabo no solo desde el sistema de salud, sino desde los territorios, por ello hacemos eco de las autoras Camarotti y Kornblitt (2015):

> […] Desde esta perspectiva del cuidado se debe partir del trabajo territorial, es decir, se debe entender que son todos los actores sociales que forman parte del espacio comunitario quienes reciben y llevan a cabo prácticas de cuidado consigo mismos y con los otros. El cuidado no puede entenderse sino a partir de las relaciones que se establecen entre las personas. Por ello, es importante visibilizar el trabajo que se viene haciendo en este sentido. Los sujetos construyen y establecen prácticas de cuidado más allá de los centros de salud, lo que muchas veces se traduce en una mayor efectividad en las formas de cuidar y en los resultados alcanzados. Esto se explica por el hecho de que este tipo de prácticas generan una mayor sensibilidad, confianza, pertenencia y horizontalidad, lo que se traduce en un mayor bienestar de las personas. (p.217)

SEGUNDO CAPÍTULO: PREVENCIÓN EN LOS ÁMBITOS DE RECREACIÓN, CULTURA Y NOCTURNIDAD

Buenos Aires Ciudad

Buenos Aires Presente

5.
PRESENTACIÓN EN EL ÁMBITO RECREACIÓN, CULTURA Y NOCTURNIDAD

El siguiente material, es una propuesta para el abordaje de la Prevención de consumos problemáticos en el ámbito de recreación, cultura y nocturnidad. Está dirigido a cualquier trabajador/a, educador/a, coordinador/a, referente/a de la cultura, el deporte, la recreación y la nocturnidad, tanto de espacios formales como no formales, que esté interesado/a en realizar actividades de prevención de los consumos problemáticos.

Como área de prevención de los consumos problemáticos en los ámbitos de recreación, cultura y nocturnidad, partimos desde el paradigma de reducción de riesgos y daños, que implica hacer foco en la educación para la salud y en la cultura del cuidado.

Nuestro objetivo es promover el desarrollo del cuidado y los hábitos saludables, de las personas que habitan la Ciudad Autónoma de Buenos Aires. La manera de hacerlo es en conjunto con la sociedad civil, las organizaciones sociales y espacios culturales y deportivos, gubernamentales y no gubernamentales de la ciudad, ya que partimos de la premisa de que todos y todas podemos prevenir.

Es por eso que sensibilizar, capacitar y acompañar a las personas que ocupan lugares de referencia en los ámbitos de la cultura, el deporte y la recreación, es fundamental para producir un entramado social de cuidado y de oportunidades, transmitiendo una mirada y herramientas concretas al alcance de todos para la prevención de consumos problemáticos (con y sin sustancias) y la promoción de hábitos saludables.

6.
PROPÓSITO

Que todos podamos prevenir significa que no es condición indispensable ser un profesional en el tema. Desde nuestros roles, saberes y prácticas cotidianas podemos prevenir en la comunidad con las herramientas que tenemos. Sólo necesitamos estar abiertos a la escucha y aprender a pedir ayuda, teniendo en cuenta que siempre es mejor estar acompañadas/os y trabajar en equipo. Este manual, se ofrece como una compañía para quienes quieran ser agentes de prevención en los espacios en los que trabajan, son voluntarios/as y/o participan de los mismos.

Nuestro objetivo es compartir nuestro enfoque, que se desprende de la experiencia en el trabajo de promoción de la salud y prevención de los consumos problemáticos. Es por esto que, a continuación, se encontrarán con las fundamentaciones teóricas que sostienen nuestro hacer y al final, ponemos a disposición algunas actividades que pueden llevar a cabo en sus espacios.

7.
OCIO: SU IMPORTANCIA EN EL DESARROLLO DEL SUJETO Y DE LA COMUNIDAD.

El ocio y el tiempo libre viven en dos mundos diferentes. Nos hemos acostumbrado a pensar que son lo mismo, pero todo el mundo puede tener tiempo libre, y no todos pueden tener ocio.

El tiempo libre es una idea de la democracia realizable; el ocio no es totalmente realizable, y, por tanto, es un ideal y no sólo una idea.

(De Grazia, 1966. Tiempo, Trabajo y Ocio. Madrid: Tecnos)

Los tres ámbitos que desarrollaremos a continuación, a saber, recreación, cultura y nocturnidad, se inscriben dentro de la categoría de ocio y por tanto es necesario referirnos a este concepto para entender aún más, la importancia de los mismos en un abordaje integral de la prevención.

El ocio estuvo presente siempre en la historia del ser humano, así como la manera de considerarlo y de experimentarlo. No obstante, hay un incremento del ocio en la sociedad durante la revolución industrial debido al aumento en la disponibilidad del tiempo libre, que más adelante se verá que no son sinónimos.

Es en los años 60 donde el concepto de ocio toma relevancia en el contexto de la guerra fría y con el surgimiento de la sociedad del bienestar. A partir de este momento el mismo comienza a consolidarse como derecho humano básico, que ya estaba implícitamente reconocido en la Declaración de los Derechos Humanos de 1948.

En la actualidad el ocio es considerado un elemento de calidad de vida, un ámbito de desarrollo personal en el que las personas tienen la posibilidad de un desarrollo integral, es decir, el ocio no solo permite el desarrollo personal del sujeto, sino que además es ámbito del desarrollo social, como elemento de cohesión social y de la vida en la comunidad.

Cabe destacar la distinción entre tiempo libre y desarrollo de actividades, ya que la diferencia es que el ocio no puede ser limitado por razones de tiempo, medios o dinero, puesto que se trata de una necesidad del ser humano, como afirma Cuenca, (2000).

Actualmente estamos inmersos dentro de la sociedad de consumo, donde el ocio se suele encontrar ligado a diferentes tipos de consumos, objetos, entretenimiento, sustancias, lo que supone una pérdida de las potencialidades del ocio como desarrollo humano.

Creemos que es importante el ocio como actividad que fomenta el desarrollo tanto del sujeto como de la comunidad, siendo por tanto un factor de prevención de consumos de problemáticos, si el mismo es abordado teniendo en cuenta la concientización de los sujetos acerca de la diferencia de una cultura del consumo[5] y una cultura del cuidado. Las prácticas de cuidado[6] que fomentan dichos espacios son:

- Estimulan la capacidad expresiva de quienes participan en él.
- Fomentan el pensamiento crítico.
- Promueven la reflexión.
- Pueden constituir un espacio de sociabilización que amplíe la red de vínculos.
- Fortalecen la participación del individuo en la vida comunitaria.
- Ofrecen alternativas para el ocio y el uso del tiempo libre.

[5]Concepto definido en la introducción general.
[6]Idem.

7.1. RECREACIÓN

Desde el punto de vista de la promoción de la salud, tanto los espacios recreativos como los deportivos aportan a la salud integral de las personas y, por ende, pueden ser claves en la prevención de los consumos problemáticos y las adicciones.

Son lugares que brindan oportunidades de expresión, creación y desarrollo de capacidades físicas. Se presentan como una alternativa al uso del tiempo libre, tiempo liberado de responsabilidades, “otro tiempo” que no es el de la producción, y nos permiten en algunos casos correrno s de la lógica digital o re-versionar, ya sea cambiando trabajo por juego y soledad por grupalidad. En algunos casos es el único momento de tomar contacto con la corporalidad propia y la de los demás.

Para que se generen espacios preventivos es necesario que sean habitados desde valores como el respeto a las diversidades, la solidaridad, el trabajo en equipo, la motivación, la contención, la escucha, la integración, en garantía de los derechos humanos y así se vuelvan fundamentales para producir una vida saludable, como sujeto y en comunidad. A su vez, que habiliten la posibilidad de generar vínculos de amistad, compañerismo y referencia. En casos de vulneración y vulnerabilidad, son escenario de posibilidad para la integración social.

El rol del referente adulto o adulta en estos espacios es de gran valor en términos de prevención y promoción de la salud, ya que, es quien debe guiar y/o mediar las actividades recreativas y debe poder establecer formas saludables de vincularse. Para favorecer espacios saludables es importante que se genere el diálogo y la comunicación asertiva, desde un lugar desprejuiciado, poder cuestionar sus prácticas y creencias, fomentar el desarrollo de la autonomía y creación de un proyecto de vida, brindar información, y poder trabajar en red con familiares y con la comunidad.

7.2. CULTURA

La prevención desde una perspectiva integral implica un conjunto de acciones cuya finalidad es la construcción de contextos que promuevan la salud a través de prácticas de cuidado hacia uno mismo y hacia los demás. Desde la gestión cultural, tanto desde el Estado como desde la sociedad civil se generan redes y tejidos que habilitan espacios de prevención y promoción de la salud, a la vez que tienen la capacidad de transformar la sociedad. Las artes, los deportes, la vida en la calle, en las plazas, los recitales, los centros culturales, son espacios de oportunidad para compartir, disfrutar, aprender y cuidarnos. También son los lugares para resistir lógicas, transformar prácticas y revolucionar creencias que nos dañan, como sujetos y como ciudadanía.

La cultura es el derecho de encontrarnos y poder crear y desear colectivamente formas de vida más justas e igualitarias. Nos permite habitar y proponer escenarios en donde todas las voces pueden y deben aparecer.

Si bien los espacios culturales son propicios para la promoción de la salud, estos deben contar con ciertas características para que así sea. Son los referentes institucionales quienes deben garantizar que estos espacios fomenten la inclusión, la expresión de sus asistentes, así como la construcción de una identidad tanto individual como colectiva. A tales fines se debe entender que en cada actividad cultural siempre hay una selección de aquello que se transmite sobre la cultura. Las actividades deben ser pensadas de tal manera que haya apertura y flexibilidad para que los integrantes aporten su propia visión sobre la cultura, para generar espacios de integración social. Para esto es necesario entender que no hay una cultura, sino culturas y valorar la diversidad.

Para entender esta última afirmación es necesario que el referente posea pensamiento crítico y que lo fomente en el espacio. Se suele pensar que hay una sola cultura, que es la cultura hegemónica, que de no ser evaluada críticamente puede consistir en una perspectiva que excluya otros tipos de culturas alternativas.

De esta manera, reconociendo la diversidad, la integración social es posible y más rica. No sólo se reconoce la existencia de múltiples culturas, sino que hay encuentros entre las mismas, donde se enriquecen entre ellas a la vez que se generan tensiones que el referente cultural debe saber identificar y manejar promoviendo las prácticas de cuidado como la tolerancia, la resolución de conflictos, la apertura.

7.3. NOCTURNIDAD

Es importante entender que el ocio nocturno se diferencia de la recreación durante el día, ya que el espacio de la noche aparece como un espacio de esparcimiento, libertad, goce. Es un momento propicio en el que se levantan algunas restricciones, se permiten excesos y gastos de energía dentro de las actividades nocturnas, que se suelen asociar al consumo de sustancias. Por lo cual es necesario intervenir, a través de la concientización y sensibilización de la población, visibilizando los riesgos asociados al consumo.

Una estrategia de abordaje es acompañar con material y folletería que brinde información a los y las jóvenes de la ciudad en espacios de encuentro, festivos y de ocio recreativo, para generar una cultura de cuidado y promover la toma conciencia sobre cómo prevenir daños y riesgos a la hora de consumir alcohol u otras sustancias.

El objetivo es abrir espacios de encuentro donde se haga posible poner en palabras lo que está naturalizado por ser cotidiano y lo oculto por ser desconocido. También el promover hábitos saludables y de cuidado, haciendo foco en estrategias preventivas asociadas a la reducción de riesgos y daños del consumo de sustancias.

Ir al encuentro de la población objetivo en sus espacios, compartirlos, suministrar información clara y precisa, valorar sus conocimientos sobre sus gustos y alertar sobre los riesgos, darles voz, detectar necesidades, es parte de realizar intervenciones en materia de prevención de consumos problemáticos. Mediante estas intervenciones se abre la posibilidad de visibilizar la problemática, promoviendo recomendaciones de cuidado que pueden ser útiles a la hora del ocio nocturno.

Estrategias de intervención en el ámbito nocturno para la prevención de consumos problemáticos.

Las recomendaciones que compartiremos a continuación están construidas pensando tanto en lo individual como en lo colectivo, ya que el cuidado de sí mismo es parte del cuidado del otro. Del mismo modo, la producción de pautas colectivas invita a los destinatarios a multiplicar con otros pares la información adquirida. Las siguientes pautas de cuidado son construidas teniendo en cuenta los riesgos asociados al consumo de sustancias (alcohol, tabaco y otras sustancias):

1. Si vas a consumir, evitá mezclar bebidas y otras sustancias. De lo contrario, aumentan los riesgos y efectos adversos.

2. Comé algo antes y durante el consumo de sustancias (alcohol u otras). Con el estómago vacío el alcohol se absorbe más rápido y precipita una intoxicación.

3. Intercalá con agua para evitar deshidratarte. El alcohol produce efectos diuréticos sobre nuestro cuerpo, por eso intercala con agua para no deshidratarte. Salí con tu botella reutilizable, sumala dentro del plan de la salida.

4. Volvé seguro. Si consumiste no manejes. Planifiquen quién será el conductor designado o volvé en otro transporte.

5. Llevá siempre preservativo. Si vas a tener relaciones, cuidate usando el preservativo o campo de látex. Llevá protección siempre, planees tener relaciones sexuales o no. Tené en cuenta los tips para usarlo correctamente.

6. Si estás cursando un embarazo o estás en periodo de lactancia, no consumas. Es dañino para vos, el curso del embarazo y el/la bebé. Ante cualquier duda no dudes en consultar con tu médico/a.

7. Evitá el consumo si estás en tratamiento psiquiátrico o médico. Las sustancias pueden producir efectos peligrosos en combinación con fármacos. Consultá con tu médico.

8. Tené en cuenta tu estado anímico antes de consumir. Nuestro estado emocional incide en el efecto de la sustancia.

Dentro del abordaje en el ámbito Nocturno, se realizan las capacitaciones a los promotores de eventos masivos, enmarcadas dentro de la Ley N°5.641, de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires, sancionada el 29 de septiembre de 2016, de “Eventos Masivos” en el artículo 11, que especifica:

[…] transmisión de información de prevención para reducir conductas de riesgo y responsabilizar a los asistentes de sus acciones, en particular concientizando sobre los riesgos del consumo de sustancias alcohólicas y psicoactivas […]. En caso de no contarse con medios visuales, se deberá disponer de medios gráficos en lugares visibles, entregándose también al público concurrente folleto ilustrativo con igual advertencia.

En el artículo 14 de la Ley antes mencionada, se aborda lo relativo a eventos masivos, en los que diferentes áreas del Gobierno trabajan en red, ya sea para las emergencias, asistencia, así como también prevención:

Para todo evento masivo Cuando la capacidad autorizada del evento supere los cinco mil (5.000) asistentes, el Gobierno de la Ciudad deberá implementar un plan de presencia estatal […]. El funcionamiento para los eventos de diversión pública de puestos de información dispuestos en los accesos y sus alrededores, a cargo de promotores/as especialmente capacitados por las áreas gubernamentales competentes para dar información sobre los riesgos del consumo de sustancias psicoactivas, con base científica y un lenguaje adecuado a los destinatarios, sin perjuicio de lo normado por el art. 16 de la presente Ley. (Ley N°5.641, 29 de septiembre de 2016, artículo 14)

TERCER CAPÍTULO: ACTIVIDADES SUGERIDAS

8.
QUÉ TENER EN CUENTA PARA ORIENTAR UNA ACTIVIDAD O TALLER DE PREVENCIÓN DE CONSUMOS PROBLEMÁTICOS.

Mediante las actividades se busca ofrecer un espacio con oportunidades para que los niños, niñas, jóvenes, y adultos puedan pensar por sí mismos, elaborar ideas y fijar conceptos de cuidado. Para eso es necesario abandonar los postulados rígidos y mostrar escucha y flexibilidad frente a sus elaboraciones.

A través de la producción creativa es donde se experimenta para luego conversar sobre el aprendizaje obtenido y de esa manera elaborar estrategias de aplicación en futuras actividades.

El trabajo grupal contribuye a la experiencia de los participantes, ya que algunos miembros se benefician a partir de lo que surge de los demás y así aprenden otra manera de llevar a cabo el propio.

9.
RECURSOS A TENER EN CUENTA PARA REALIZAR LAS ACTIVIDADES.

Encarar la tarea a partir del Emergente

La acción se centra en la lectura permanente de las necesidades del sujeto y del grupo, adecuando la práctica al momento y las personas que participan. Teniendo en cuenta las necesidades expresadas en el hacer, el decir, las conductas, las propuestas y las intervenciones; sin dejar de lado las interacciones y los múltiples procesos que se dan en ese momento.

El grupo como campo de trabajo

Puede entenderse también como una relación en movimiento que posibilita el cambio de roles, la experimentación de diferentes atributos y el descubrimiento de posibilidades que no son rígidas, sino que cambian dinámicamente, donde el coordinador debe intervenir.

Desinhibición y uso expresivo de las posibilidades corporales

Es fundamental para la prevención incluir el cuerpo en las actividades, proponiendo posturas cómodas para la tarea y trabajando los contenidos con juegos corporales. El cuerpo es la brújula frente a las situaciones de riesgo, y lugar donde quedan ancladas las experiencias. En la adolescencia y juventud, etapa de crecimiento y desarrollo, es importante

mantener una integración entre las actividades mentales y las físicas. Allí la unidad entre pensamiento y acción se convierte en sí mismo en un determinante de protección basado en la cultura del cuidado.

Desinhibición y uso expresivo de las posibilidades corporales

Es fundamental para la prevención incluir el cuerpo en las actividades, proponiendo posturas cómodas para la tarea y trabajando los contenidos con juegos corporales. El cuerpo es la brújula frente a las situaciones de riesgo, y lugar donde quedan ancladas las experiencias. En la adolescencia y juventud, etapa de crecimiento y desarrollo, es importante mantener una integración entre las actividades mentales y las físicas. Allí la unidad entre pensamiento y acción se convierte en sí mismo en un determinante de protección basado en la cultura del cuidado.

Intencionalidad del discurso

La palabra es el vínculo más frecuente de interacción. Todo cuanto se dice, el modo y las circunstancias, así como también aquello que se calla, denotan siempre una intención muy precisa. Tomar conciencia de esta intencionalidad es fundamental a la hora de construir algún mensaje como coordinador/a.

10. MOMENTOS DEL TALLER/ACTIVIDAD.

Dentro del diseño del taller podemos señalar momentos bastantes definidos para cada encuentro de trabajo:

1. Organización del espacio: armado del espacio disponible para el desarrollo del taller o de la actividad (disposición de los materiales, las sillas, telas en el suelo, movimiento de mobiliario, etc.)

2. Primer contacto y caldeamiento: presentación conjunta. Dinámicas de caldeamiento –o de “romper el hielo”- con el objetivo de conocerse más y crear un buen clima de trabajo.

3. Introducción del tema: establecer con el grupo el modo en que se va a trabajar. La dinámica de la “lluvia de ideas” y las preguntas de introducción al tema. Es bueno aprovechar este momento para realizar una escucha activa de las devoluciones de los niños, niñas o jóvenes para conocer sus ideas, conceptos y saberes sobre el tema.

4. Desarrollo de la dinámica central: a partir de la sensibilización con la temática los grupos reflexionan, comparten ideas, analizan situaciones, debaten y construyen conclusiones que se materializarán en una producción individual o grupal. Luego se acompaña con una dinámica que sea disparadora para movilizar en el grupo ideas, creencias, temores, valores, emociones. La actividad puede ser relacionada a las actividades cotidianas del ámbito en el que se encuentran (polideportivo, club, centro cultural), o bien puede ser una actividad diferente.

5. Producción creativa: a veces, cuando los chicos manifiestan interés y ganas de hablar, una buena producción creativa puede ser simplemente una charla reflexiva. En este caso la producción pasa por la elaboración de ideas.

6. Cierre: es necesario recuperar junto al grupo los contenidos que se trabajaron y de qué manera se los trabajó. Asimismo, identificar cuáles fueron los obstáculos que se encontraron y qué fue lo que sirvió para llegar al final del camino.

11. ACTIVIDADES SUGERIDAS

1. Trivia para trabajar mitos asociados

Objetivo: para trabajar la prevención de consumos problemáticos también es necesario desandar mitos relacionados. Una estrategia es realizar una trivia en la vía pública a la noche, cerca de espacios de ocio nocturno concurridos acerca del consumo responsable. También puede utilizarse con grupos de referentes deportivos o de la cultura.

Edad sugerida: Jóvenes y adultos.

La actividad consiste en convocar a un grupo de personas o una sola persona, para que realice la trivia. Finalizada cada pregunta y respuesta, se abre un momento para poder explicarle la opción correcta, transmitiendo información verídica. Es una actividad de corta duración que empieza y termina en el mismo momento.

La trivia cuenta con diferentes opciones a elegir, que buscan interpelar sobre la temática. Algunos ejemplos que pueden servir como disparador para pensar otras propuestas son:

¿Cuál de las siguientes bebidas posee mayor graduación alcohólica?

A- El vino blanco

B- El vino tinto

C- La cerveza

Respuesta correcta: El vino tinto.

El alcohol es una droga legal, hay bebidas más fuertes que otras. El alcohol deshidrata por lo que trata de tomar un vaso de agua entre vaso y vaso de alcohol. Si vas a tomar alcohol, no manejes.

El consumo de drogas que haga una persona, puede ser problemático cuando:

A- es crónico, es decir, se da a lo largo del tiempo afectando su salud física y/o mental, así como sus relaciones con los demás y con el entorno.

B- es ocasional, es decir, incluso consumiendo una vez afecta negativamente su salud y sus relaciones.

C - A y B son correctas

Respuesta Correcta: C

Decimos que un consumo de drogas puede ser problemático para una persona cuando el mismo afecta negativamente -en forma ocasional o crónica- a una o más áreas vitales de la persona, a saber: su salud física o mental, sus relaciones sociales primarias (familia, amigos, pareja) o secundarias (trabajo, estudio), sus relaciones con la ley. Los consumos de drogas, sean o no problemáticos, son un problema complejo que no se puede pensar individualmente y separado del contexto. Si crees que estás teniendo un consumo problemático o conoces a alguien que está pasando por esa situación, te podes comunicar con el 108.

Actividad: pueden mirar en grupo publicidades, que sirven como motivador para comunicar el tema y así poder generar un diálogo, escuchando sus puntos de vista, habilitando la palabra para que surjan inquietudes, dudas y preocupaciones, y poder brindarles información cierta y clara sobre los consumos y sus posibles problemáticas. A partir del intercambio generado en la actividad, se propone reflexionar sobre los siguientes interrogantes:

1. ¿Qué nos llamó la atención de la publicidad?
2. ¿Qué valores promueve?
3. ¿Cuál es el slogan?
4. ¿A qué tipo de encuentros invita?
5. ¿Sobre qué momento social trabaja?
6. ¿Qué distintos estereotipos podemos observar en la publicidad?
7. ¿Quiénes son los protagonistas?

(Ejemplos publicidades: cerveza Quilmes y vodka Smirnoff)

Finalmente, se puede hacer un trabajo comparativo de distintas publicidades.

3. Desmontar mitos y prejuicios socialmente establecidos (niños, jóvenes y adultos)

Objetivo: conocer e identificar las creencias, prejuicios, estereotipos insertos en el imaginario social, desde los cuales concebimos al consumo de sustancias y al consumidor.

Edad sugerida: niños de 10 años en adelante, jóvenes y adultos.

Actividad: en este juego no hay ganadores y perdedores, la propuesta es simplemente jugar. Se ofrecen tarjetas con mitos con el objetivo de promover un acercamiento al tema, se toma una tarjeta al azar y se abre el debate entre todos. Tienen que decir si es verdadero o falso y justificar la respuesta.

Algunos ejemplos de mitos:

Fumar sólo afecta al fumador	**Sentirse bien es estar feliz todo el tiempo**
Para pertenecer a un grupo tengo que hacer lo mismo que los demás	**Todas las personas que consumen alguna sustancia son adictos**

CIERRE

Con este material teórico práctico esperamos que les sea de utilidad a la hora de aplicar estrategias de intervención para el abordaje preventivo de la temática. Así mismo, que los actores que llevan adelante dichas estrategias, a partir de todo el recorrido compartido, puedan generar nuevas propuestas acordes a cada comunidad y para cada ámbito de aplicación.

BIBLIOGRAFÍA

Asociación Bienestar y Desarrollo, Energy Control. (2005). Guía para una Dispensación Responsable de Alcohol. Recuperado de: https://energycontrol.org/files/pdfs/Guia+Dispensacion+Responsable+de+Alcohol.pdf

Camarotti, A C; Kornblit, A L. (2015). Abordaje integral comunitario de los consumos problemáticos de drogas: construyendo un modelo. En: Salud colectiva. Bs As. Recuperado de: https://www.scielosp.org/pdf/scol/2015.v11n2/211-221/es

Cuenca, M. (2000). Ocio humanista. Dimensiones y manifestaciones actuales del ocio. En: Documentos de Estudios de Ocio, 16. Universidad de Deusto. Bilbao

De Gracia, S. (1966). Tiempo, Trabajo y Ocio. Editorial: Tecnos. Madrid.

Kornblit, A. Camarotti, A C. Di Leo, P. (s.f.). Prevención del consumo problemático de drogas. Material de estudio. MÓDULO 1. La construcción social de la problemática de las drogas. Ministerio de educación. Recuperado de https://infanciayjuventudsc.files.wordpress.com/2011/05/1-construccic3b3n-social-de-la-problemc3a1tica-de-las-drogas2.pdf

Lazcano, I. y Madariaga, A. (2016) El valor del ocio en la sociedad actual. En la marcha nocturna: un rito exclusivamente español. Centro Reina Sofía sobre Adolescencia y Juventud. Madrid

Ley N°26.061: Ley Argentina de protección integral de los derechos de niñas, niños y adolescentes. Boletín Nacional de la República Argentina. 26 de octubre de 2005. Recuperada de: https://www.argentina.gob.ar/normativa/nacional/ley-26061-110778

Ley N°2.318: Prevención y asistencia del consumo de sustancias psicoactivas y de otras prácticas de riesgo adictivo. Boletín Provincial. 11 de junio de 2007. Recuperada de:

https://www.argentina.gob.ar/normativa/provincial/ley-2318-123456789-0abc-defg-813-2000xvorpyel

Ley N°26.485: Ley de protección integral a las mujeres. Boletín Nacional de la República Argentina. 14 de abril de 2009 Recuperada de:

https://www.argentina.gob.ar/normativa/nacional/ley-26485-152155/actualizacion

Ley N°26.586. Programa Nacional de Educación y Prevención sobre las adicciones y el consumo indebido de drogas. 28 de diciembre de 2009. Recuperada de:

https://www.argentina.gob.ar/sites/default/files/ley-de-educ-nac-58ac89392ea4c.pdf

Ley N°26.657- Ley Nacional de Salud Mental. Información Legislativa. Ministerio de Justicia y Derechos Humanos. Presidencia de la Nación. Noviembre de 2010. Recuperada de:

http://servicios.infoleg.gob.ar/infolegInternet/anexos/175000-179999/175977/norma.htm

Ley N°26.743: Ley de Identidad de Género. Información Legislativa. Ministerio de Justicia y Derechos Humanos. Presidencia de la Nación. 23 de mayo de 2012. Recuperada de:

http://servicios.infoleg.gob.ar/infolegInternet/anexos/195000-199999/197860/norma.htm

Ley N°26.934: Plan IACOP. Boletín Nacional de la República Argentina. 29 de mayo de 2014. Recuperada de:

https://www.argentina.gob.ar/normativa/nacional/ley-26934-230505

Ley N°5.641: Ley de Eventos Masivos. Boletín Oficial de la Ciudad de Buenos Aires. 26 de octubre de 2016. Recuperada de: https://cdh.defensoria.org.ar/wp-content/uploads/sites/3/2018/01/641.pdf

Mangrulkar, L. y col. (2001) Enfoque de habilidades para la vida para un desarrollo saludable de niños y adolescentes. Organización Panamericana de la Salud. Washington.

Martínez Oró D. P., Pallarés Gómez J. editores. (2014). De riesgos y placeres. Manual para entender las drogas. Editorial Milenio. Lleida, España.

Organización Mundial de la Salud (1986). Declaración de Ottawa sobre Promoción de la Salud. Ginebra. Recuperado de: Carta_de_Ottawa-with-cover-page-v2.pdf

Restrepo y Málaga. (2001) Promoción de la salud. Cómo construir vida saludable. Bogotá DC. Editorial Médica Panamericana

Sedronar (s/f). Manual de estrategias preventivas en contextos de ocio nocturno y recreativos. Recuperado de: https://www.argentina.gob.ar/sites/default/files/manual_nocturnidad_final.pdf

Zinberg, N. E. (1984). Drug, set, and setting: The basis for controlled intoxicant use. Yale University Press.

Contacto:

Teléfono: 108 opción 3. Línea de atención y orientación en adicciones. Anónimo, gratuito, las 24 hs.

Mail: adiccionesdgpsa@buenosaires.gob.ar

Buenos
Aires
Presente