



DiGAIA
Dirección General de Abordaje
Integral de las Adicciones

#SoyParte

1ª JORNADA PROVINCIAL 2024
sobre Prevención Integral de Adicciones
“Escuela, Familia y Comunidad”



Nivel Primario





INDICE

PRESENTACIÓN.....	3
INTRODUCCIÓN.....	4
ACORDEMOS LEGUAJE EN COMÚN.....	5
POR QUE ES IMPORTANTE TRABAJAR MITOS, CREENCIAS Y PREJUICIOS EN EL NIVEL PRIMARIO.....	14
DIA DE JORNADA.....	15
ACTIVIDAD: "BOB EL CONSRTUCTOR"	
ACTIVIDAD: "EL BINGO DE LAS CREENCIAS"	
ACTIVIDAD: "EL CUBO DE LOS PREJUICIOS"	
POS- JORNADA.....	22
ACTIVIDAD: PUBLICA CONCIENCIA	
BIBLIOGRAFIA.....	23



Queridas/os Docentes y Comunidad Educativa de nuestro Santiago del Estero...

Quiero pedirles que se regalen un Instante... SI, solo UN INSTANTE, para simplemente RESPIRAR... observarnos como estamos respirando y guiados por nuestra sabiduría inhalar suave y pausadamente por nariz y exhalar por nariz y boca...una, dos, tres veces hasta sentir el latido de nuestro corazón...

Ahora imaginemos, visualicemos como en una gran pantalla, este nuevo que nos convoca y nos invita a encontrarnos en este espacio que fuimos contrayendo juntos; estudiando, aprendiendo, compartiendo, enseñando y fundamentalmente acompañando, desde la **DIGAIA** (Dirección para el Abordaje Integral de las Adicciones, de la Secretaría de DDHH dependiente del Ministerio de Justicia) a través de este **MATERIAL PEDAGOGICO** que junto a otras herramientas y estrategias están presentes en cada **JORNADA PROVINCIAL "#SOYPARTE: Escuela Familia Comunidad"** establecidas en el Calendario Escolar, en un trabajo conjunto con el **Ministerio de Educación, la Subsecretaría de Educación, el Consejo General de Educación, sus Direcciones de Nivel, el SPEP, Directivos, Docentes y comunidades educativas.**

Ahora, observemos por un momento nuestra escuela, nuestra comunidad educativa: Directivos, docentes, alumnos, familias, referentes, líderes de nuestra comunidad; porque este **Viernes 17 de Mayo 2024**, en cada institución educativa de la provincia, de gestión pública, privada o municipal estaremos abordando la Problemática de las Adicciones en la **PRIMERA JORNADA PROVINCIAL #SOYPARTE: "INFORMANDONOS PARA FORMAR: Repensando nuestras creencias en el Abordaje de las Adicciones"**.

Esta propuesta de trabajo en esta primera jornada tiene como desafío el CONVOCAR, RECUPERAR el "SER ADULTO" para la Vida de nuestros niños, niñas, adolescentes, jóvenes, familias y comunidades. Recuperar el Lugar del ADULTO, nos invita a aprender, a conocer, a informarnos para desarrollar nuestra capacidad de RESPONDER CON HABILIDAD... con RESPONSABILIDAD nuestra misión de SER PARTE, en la formación, en la educación de nuestros hijos, alumnos, hermanos o personas que por algún motivo nos toca acompañar y que además sabemos que "no es casualidad".

En últimos tiempos, han tomado mayor relevancia los medios de comunicación, las redes sociales, que nuestro lugar en la vida de las personas que amamos; por cansancio, por sentir que eran mejores que nosotros o que no podíamos. Lo cierto es que esta problemática nos interpela y desafía todo el tiempo, en todas sus formas: a las sustancias psicoactivas, la adicción a las tecnologías, los casinos virtuales en manos de niños y familias.

El consumo de PACO (lamentablemente ya está presente en nuestra comunidad y al que erróneamente denominan Crac o cocaína fumada), un PACO que, por más de 20 años en nuestra provincia, con el sostenido trabajo de prevención pudimos evitar que se instalara y que hoy es imperioso que tomemos juntos, la responsabilidad de erradicarlo.

Necesitamos tomar **PLENA CONSCIENCIA DE QUE SOLOS NO PODEMOS**. Que la **COMUNIDAD (COMUNIDAD) ES NUESTRA GRAN FORTALEZA**, Que Todos podemos y debemos hacer algo. Este 2024 convocamos a los Municipios, a las Comisiones Municipales, a las áreas de Salud y todos los sectores presentes en cada Comunidad Educativa a **SER PARTE**, con la **ESPERANZA** de que el **FUTURO ABRIRA SUS BRAZOS, PARA INCLUIRNOS CON DIGNIDAD EN SUS PLANES**.

Nosotros como **SIEMPRE, ESTAREMOS AQUÍ**, aportando nuestro granito de arena, agradeciendo, acompañando, con toda la fuerza del Alma y rogando que Dios, al Universo, bendiga a Ustedes y sus Familias y les devuelva multiplicado por millones el **AMOR** que dan.



Prof. Claudia Tarchini
Directora DIGAIA



INTRODUCCION

Bienvenida Comunidad Educativa de la Provincia de Santiago del Estero a la 1era Jornada Provincial de Reflexión SOY PARTE "Escuela, Familia y Comunidad" año 2024, denominada "Informándonos para Formar", diseñadas por el equipo del Área de Prevención para el Ámbito Educativo, perteneciente a la Dirección para el Abordaje Integral de las Adicciones (DIGAIA), dependiente de la Secretaría de Derechos Humanos, Ministerio de Justicia y Derechos Humanos.

Las Jornadas SOY PARTE, responden a una de las líneas de acción específica de la Política Pública en materia de Abordaje Integral de Adicciones, basadas en evidencia científica. Este aspecto es clave, pues las intervenciones en Adicciones deben partir de marcos teóricos y metodológicos actualizados con efectividad comprobada.

A partir de esta premisa, invitamos a los docentes, estudiantes familias, agentes de salud, de las fuerzas de seguridad, referentes barriales, a trabajar con el material de la Jornada, "Formándonos para Formar" cuestionándonos y ampliando la mirada que tenemos acerca de la problemática de las adicciones.

Los modelos de tradicionales de abordaje en Adicciones se centraron en ya sea en la SUSTANCIA, O el SUJETO O EL CONTEXTO, y según el foco, delimitaron estrategias de acciones, dando lugar muchas veces prejuicios y estereotipos, que solo actuaron como barreras para que las personas puedan acceder a servicios de salud, tanto en prevención como asistencia.

En la actualidad entendemos a la problemática de las adicciones desde el modelo Ecológico, entendiendo que el fenómeno de las adicciones es complejo, que depende de la interrelación recíproca de la TRIADA SUSTANCIA-SUJETO

CONTEXTO.

En esta Jornada les proponemos realizar entre todos, diferentes talleres y actividades donde se pongan en juego estas creencias, y a partir de allí, reflexionar juntos como nos atraviesan, y modificar aquellas que son verdaderos obstáculos para trabajar con los niños, niñas, adolescentes, familias y comunidades en la prevención integral de las adicciones.



HABLEMOS UN LENGUAJE EN COMUN.

“Lo que como sociedad y adultos necesitamos saber.

Modelos Teóricos de Abordaje en Adicciones.

1) Modelo Abstencionista-Prohibicionista:

Está compuesto por dos enfoques, el ético-jurídico y el médico-sanitario. Ambos otorgan a la sustancia un poder omnímodo y demoníaco, excluyendo la dimensión subjetiva. Cualquier uso o consumo simple de sustancias será equivalente a un consumo problemático o adicción.

La estrategia preventiva utilizada consiste en sustraer a los individuos del contacto con las drogas, a partir de una retórica alarmista, que muestra el riesgo de ser penalizado por la ley o caer en la enfermedad.

2) Modelo De Reducción De Riesgos Y Daños:

Se basa en el supuesto de que el consumo de drogas ha persistido a pesar de los esfuerzos por evitarlo y por lo tanto, muchos adolescente y jóvenes van a experimentar con drogas algún día. Por lo tanto, ya no hace hincapié en evitar el uso de drogas, sino sus efectos no deseados. En este modelo se incluyen lineamientos de los enfoques psico- social y socio -cultural.

- **A. Enfoque psico-social:** Sitúa el agente activo en el sujeto y en el entorno inmediato, no en las drogas. El sujeto es considerado un enfermo pero la causa es un trastorno psíquico. Se hace foco en la prevención inespecífica, ya que busca intervenir en la modificación de actitudes y comportamientos del sujeto promoviendo habilidades como el autocuidado, las relaciones interpersonales, pensamiento crítico, entre otros.
- **B. Enfoque socio-cultural:** El contexto es el eje del problema, la lectura se efectúa desde una dimensión macrosocial. Hay una lectura lineal de la dimensión subjetiva, los conflictos son leídos como mero reflejo de los problemas sociales. El uso de drogas es visto como síntoma social, manifestación de las disfunciones del sistema y la prevención pone en el



centro de análisis las deficiencias de la calidad de vida de las personas: vivienda, empleo, acceso a la salud, educación, cultura, entre otros.

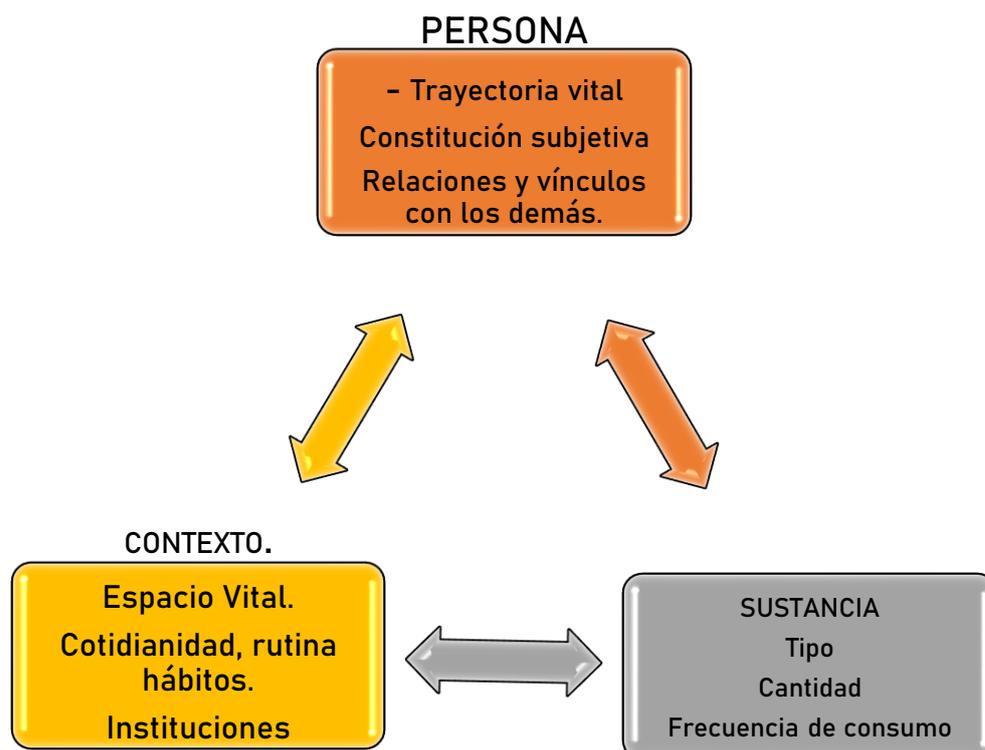
- *Trabajar desde esta perspectiva implica un giro conceptual en los dispositivos de trabajo tanto asistenciales, como preventivos. Requiere de la formación de equipos interdisciplinarios y la revisión crítica de sus propios prejuicios, mitos y saberes sobre las prácticas de consumo de sustancias.*

3) Modelo Multidimensional.

Desde este modelo, se propone pensar a las drogas como un fenómeno complejo; es decir, con múltiples manifestaciones según el momento histórico, la cultura, el modelo económico, la situación particular de un país, los diversos significados que les asignan los sujetos y las propias diferencias entre las sustancias.

Paradigma Actual de Abordaje en Adicciones.

El abordaje integral de adicciones debe darse desde un **MODELO ECOLOGICO** que reconozca el carácter relacional de las situaciones de consumo, en tanto que se produce una interacción entre tres dimensiones: **OBJETO** de consumo (Material), procesos subjetivos que establece la **PERSONA** con el objeto de consumo y el **CONTEXTO** macro y micro social en el cual se produce esta relación.





ESTEREOTIPOS:

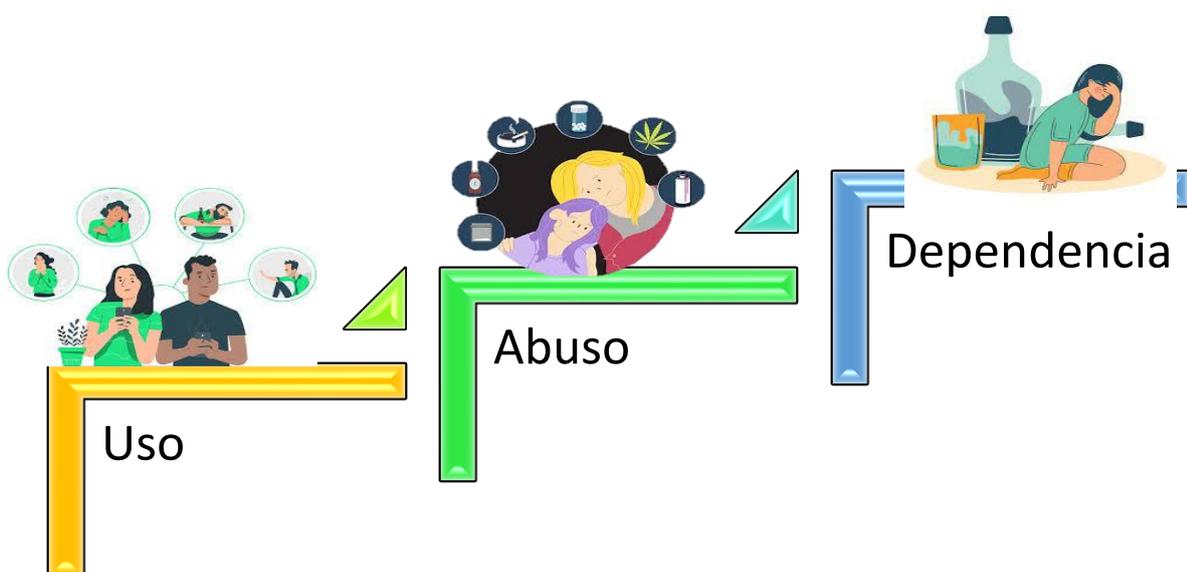
Son imágenes mentales que los individuos construimos acerca de los otros, representaciones esquemáticas y simplificadas de un grupo de personas al que se define a partir de ciertas características representativas. Estas características pueden ser ciertas o falsas, pero, al consistir en una simplificación extrema de una realidad compleja, los

➤ **RECORDANDO ALGUNOS CONCEPTOS.** *estereotipos siempre son interpretaciones*

limitadas e incompletas.

CATEGORIAS DE CONSUMO.

Estas categorías nos permiten diferenciar que no todo USO de sustancias es sinónimo de una **ADICCION o DEPENDENCIA**. Sin embargo, hablar de consumos problemáticos, nos permite incluir otras prácticas que exceden los conceptos tradicionales, es decir que puede haber consumos problemáticos que no impliquen una adicción o dependencia.





USO: Un consumo generalmente ocasional, aislado, que no ocupa una presencia significativa en la vida de la persona que consume. El consumo experimental es uno de los modos en que puede manifestarse el patrón de uso.

ABUSO: Un consumo que cumple una función para la persona, que es utilizado con objetivo determinado, y que aumenta significativamente cantidad y frecuencia.

DEPENDENCIA: Un consumo que ocupa el CENTRO de la vida de la persona, todo gira exclusivamente en torno de ese consumo. La persona ve afectados sus vínculos, su vida laboral, económica, social, familiar, etc.

DEFINICION DE SUSTANCIA PSICOACTIVA: Según la Organización Mundial de la Salud (OMS 2014): *“Las sustancias psicoactivas son diversos compuestos naturales o sintéticos que actúan sobre el Sistema nervioso generando alteraciones en las funciones que regulan pensamientos, emociones y el comportamiento”.*

CLASIFICACION DE LAS DROGAS SEGÚN LOS EFECTOS QUE PUEDEN PRODUCIR EN NUESTRO SNC (sistema nervioso central)

PSICOANALEPTICOS	PSICODISLEPTICOS	PSICOLEPTICOS
ESTIMULANTES	ALUCINOGENOS	DEPRESORES
Noradrenalina Dopamina	Serotonina acetilcolina	GABA
COCAINA ANFETAMINAS XANTINAS	LSD PSILOCIBINA (Hongos) DIMETILTRIPTAMINA ANTICOLINERGICOS Sintéticos (Artane) Naturales (Floripondio, amanita muscaria) MEZCALINA (Peyote)	ALCOHOL HIPNOSEDANTES GHB
MDMA (EXTASIS) Anfetaminas alucinógenas		
	SOLVENTES (Tolueno, popper)	
	OPIACEOS	
	CANNABIS	
KETAMINA		

- Material aportado por Dr. Medico Psiquiatra Julio Ríos Fundación Nocka Munayki (Yo te Quiero).



ALCOHOL.

El alcohol es una droga que deprime el SNC (Sistema nervioso central), es decir retarda las funciones cerebrales y pone más lentas las acciones del cuerpo. El área frontal del cerebro es la primera en ser afectada por los efectos del alcohol en la sangre, con lo que se altera el juicio, el pensamiento y el autocontrol. El alcohol deprime las funciones del SNC en forma proporcional y directa por la concentración del alcohol en la sangre.

ALCOHOLISMO: Término de significado variable y usado durante mucho tiempo que se emplea generalmente para referirse al consumo crónico y continuado o al consumo periódico de alcohol que se caracteriza por un deterioro del control sobre la bebida, episodios frecuentes de intoxicación y obsesión por el alcohol y su consumo a pesar de sus consecuencias adversas.

LOS EFECTOS DEL ALCOHOL PUEDEN DIVIDIRSE EN TRES ETAPAS O MOMENTOS

- Primera etapa: La persona se desinhibe, desaparece la vergüenza, no percibe la pérdida de reflejos y autocontrol, lo que expone a mayores riesgos.
- Segunda etapa (si continúa bebiendo): Los reflejos disminuyen aún más, la persona habla más lento, la boca empieza a sentirse más pastosa, se actúa con lentitud y disminuyen las destrezas .en esta etapa aumenta la agresividad y la irritabilidad, no se toma conciencia del riesgo a que se expone.
- Tercera etapa: Si se mantiene el excesivo consumo de alcohol se puede llegar a perder la conciencia, cuando esto ocurre estamos frente a un coma etílico poniendo en riesgo su vida ya que se puede presentar un paro cardiorrespiratorio

MARIHUANA

Es una planta que contiene una resina cuyo principal componente es el tetrahidrocannabinol, tiene la capacidad de alterar el funcionamiento habitual del cerebro, modificar las percepciones y agudizar los sentidos.



- ***El uso continuado de por un tiempo prolongado produce el síndrome llamado amotivacional, caracterizado por una falta de interés general, excepto por el consumo de droga***, por lo cual las cosas que antes le resultaba interesante ahora no lo son, por ejemplo, la práctica de algún deporte o proyecto de vida, además produce dificultad para recordar situaciones o acciones que se realizaron en un momento previo al consumo.

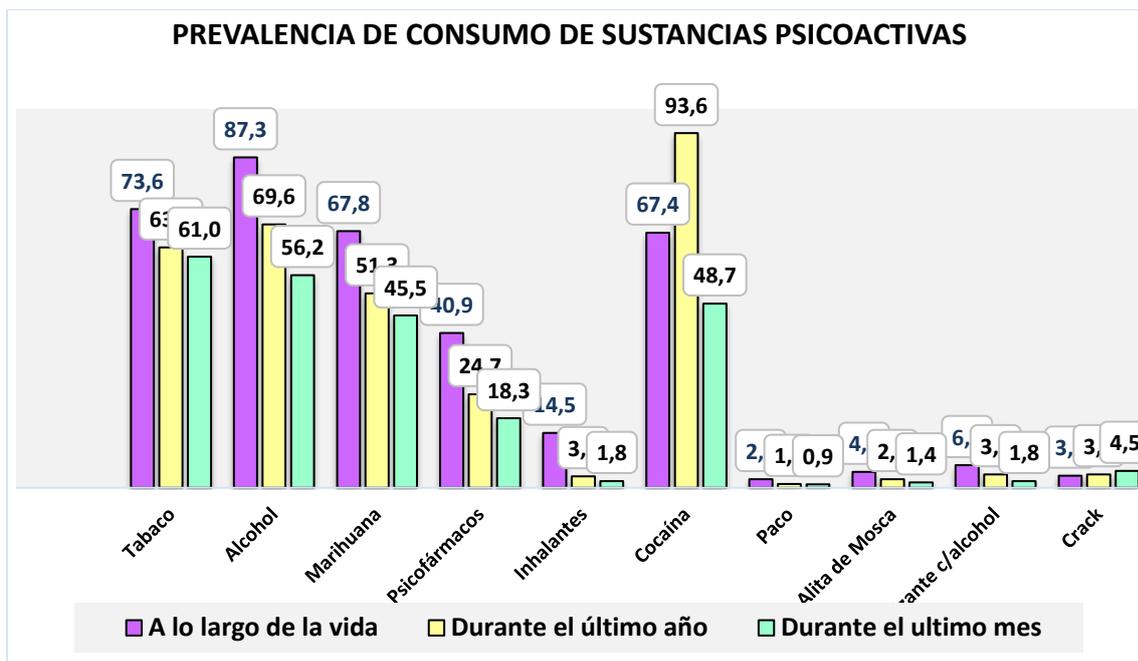
Los estudios sobre el consumo de sustancias psicoactivas señalan claramente que es en la adolescencia y juventud es el momento de la vida donde la experimentación con el alcohol y otras drogas tienen mayor presencia por lo tanto es necesario abordarla desde una mirada de salud, cuidado y protección.

COCAINA.

La cocaína es un potente estimulante con una gran capacidad adictiva. Se extrae de las hojas de la planta *Erithroxylon coca*. El consumo de cocaína produce una amplia gama de efectos nocivos en la salud a corto plazo:

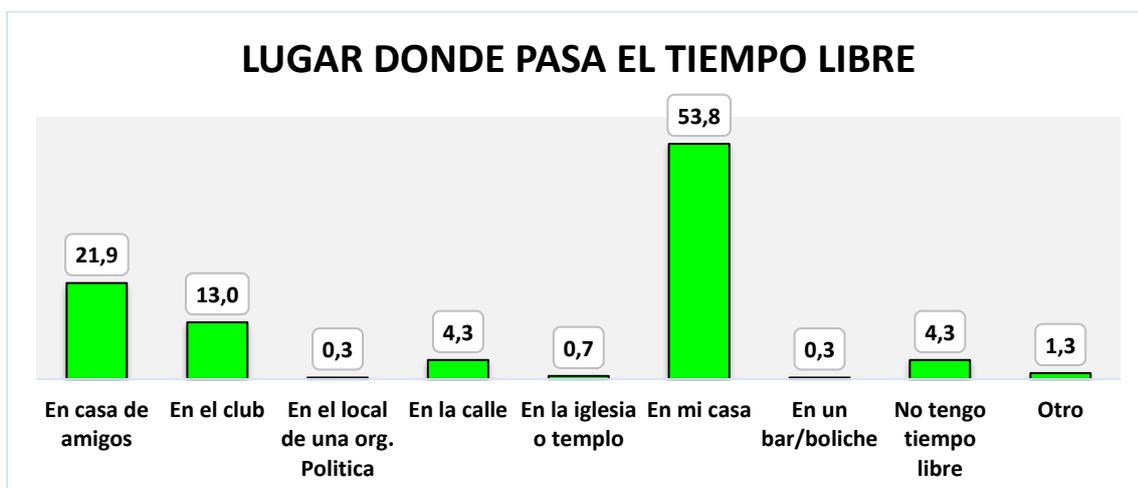
- 1) Alteraciones a la transmisión de los estímulos nerviosos.
- 2) Formación de coágulos al interior de los vasos sanguíneos, trastornos del ritmo y las contracciones cardiacas.
- 3) Infartos en órganos especialmente susceptibles como corazón y cerebro.
- 4) **A largo plazo**, la cocaína puede causar atrofia cerebral, alteraciones en la memoria y trastornos del sueño y del ánimo, como la depresión.

Datos que Importan...



Según estudio realizado por OIASE (observatorio Provincial de Adicciones de Santiago del Estero- DIGAIA) en relación a la prevalencia de consumo de los pacientes, se observa que las sustancias de mayor consumo en el último año 2023 son: **COCAINA con un 93,6%, ALCOHOL con un 69,5%, TABACO con un 63,4% y MARIHUANA 51,3%.**

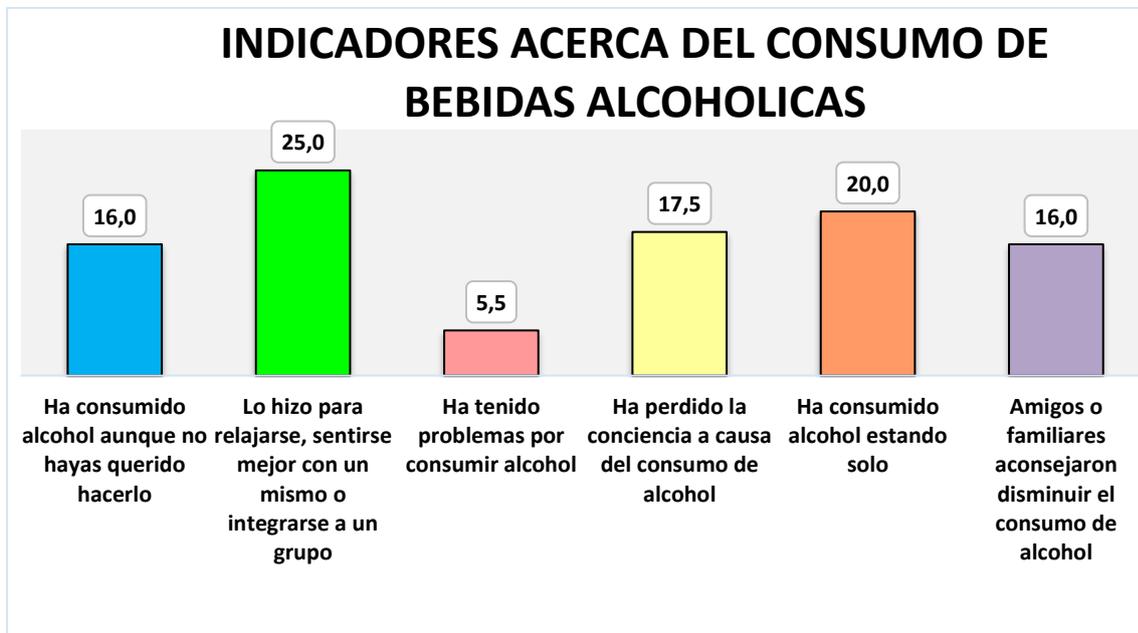
En el 2023, se realizó el 3er estudio sobre Factores de Protección y de Riesgo en la Problemática de las Adicciones. El mismo estuvo destinada a estudiantes de nivel secundario



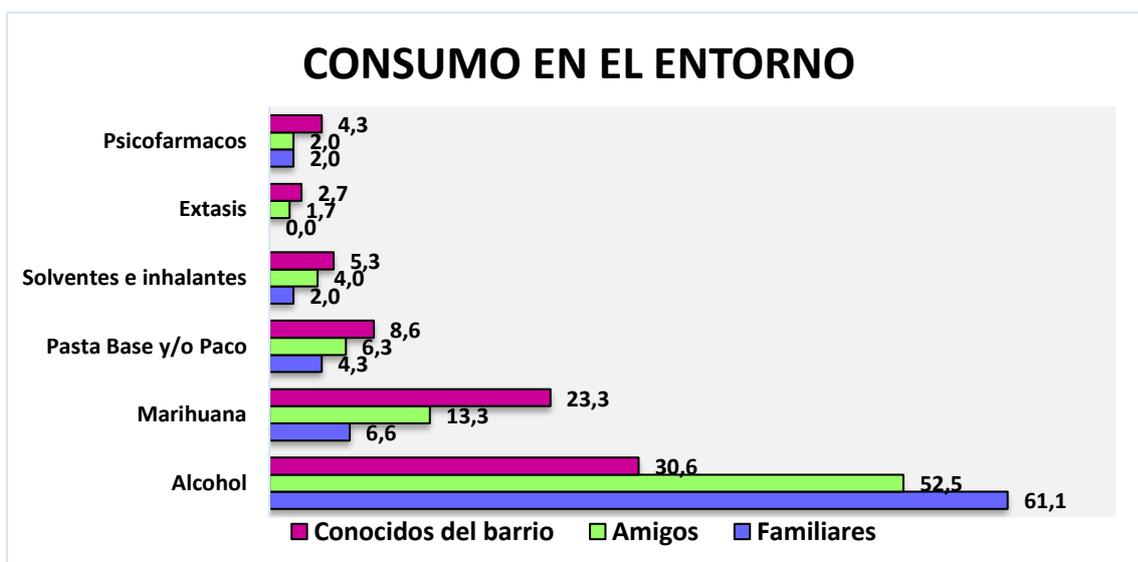
- **53,8% manifestó pasar el tiempo libre en sus viviendas.**



- En segundo lugar, se observa el indicador que manifiesta pasar tiempo en la "casa de amigos" 21,9%.



25%, consumido para relajarse, para sentirse mejor o integrarse a un grupo, el 20% expresó haber consumido alcohol estando solo. Y 17, 5% de los adolescentes encuestados manifestó haber perdido la conciencia o no recordar lo sucedido la noche anterior a causa del consumo de alcohol.



Consumo de alcohol, tanto en familiares (61,1%), amigos (52,5%) como en "conocidos del barrio" (30,6%). En segundo lugar, respecto a el consumo de Marihuana, se puede observar que 23,3%.



Promoción de la Salud en Abordaje Integral de Adicciones.

Se la entiende como la acción social, educativa y política que incrementa la conciencia pública, promueve acciones comunitarias y estilos de vida saludables.

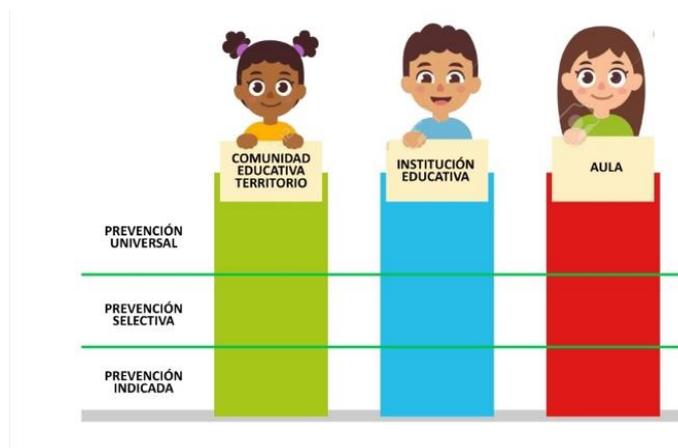
PREVENCIÓN INTEGRAL: Definida como aquellas estrategias y/o acciones que tienen como objetivo, actuar para que un problema no aparezca o en caso de que se presente, disminuir sus efectos.

La prevención es un proceso "activo" de implementación de iniciativas tendientes a modificar y mejorar la formación integral y de calidad de vida de las personas, fomentando el autocontrol individual y la resistencia colectiva ante la oferta de drogas.

LA PREVENCIÓN BUSCA:

1. Modificar situaciones de contexto individual, familiar y comunitario proponiendo estilos de vida saludables.
2. Intervenir para evitar la transición del uso al abuso y a la dependencia
3. Posponer la edad de inicio de consumo de sustancias psicoactivas
4. Limitar la cantidad y la frecuencia en caso de existir consumo
5. Disminuir los daños relacionados al consumo de sustancias psicoactivas, los factores de riesgos y potenciar los factores de protección.

NIVEL DE PREVENCIÓN SEGÚN GRUPO DE RIESGO.





¿POR QUE ES IMPORTANTE TRABAJAR MITOS, CREENCIAS Y PREJUICIOS EN EL NIVEL PRIMARIO?

- Reconocemos y fortalecemos a la escuela como un ámbito preventivo que se compromete en el quehacer diario de enseñar a vincularse y a relacionarse con otros, promoviendo saberes, valores y hábitos para una vida saludable.
- La Escuela tiene muchos recursos preventivos que se desarrollan cotidianamente en sus modos de funcionamiento, en las prácticas de cuidado que promueve y en los vínculos que construye.
- Los niños y niñas nacen sin prejuicios y estereotipos, estos se van inculcando poco a poco según la influencia de su entorno, tanto familia como amigos, los medios de comunicación y sobre todo la educación recibida.
- Los niños tienden a repetir conductas de los mayores por imitación. Por lo tanto, quienes estamos a cargo del cuidado de niños, niñas y adolescentes, tenemos que tener sumo cuidado, en las conductas no saludables, puesto que quizá, como adultos podemos no percibir un riesgo.
- Permite promover proyectos de vida saludables, reflexionando en el rol de padres, madres y/o referentes, estos fomentan el proceso del aprendizaje infantil y las habilidades socioemocionales, mediante la importancia de la comunicación, el amor, los límites claros y precisos, los valores, entre otros.
- Al final nuestros hijos son un reflejo de lo que les hemos enseñado. Y es justo en las primeras edades cuando realmente podemos educar lejos de los prejuicios y estereotipos. Solo así tendremos ciudadanos más tolerantes, respetuosos y capaces de ver las diferencias culturales como algo positivo y enriquecedor.



DIA DE LA JORNADA

ACTIVIDAD: "BOB EL CONSTRUCTOR"

DESTINATARIOS:

- Alumnos de 1er ciclo

OBJETIVOS: Promover la identificación de representaciones positivas que tienen los niños en relación a sus familias.

MATERIALES:

- Hojas.
- Tijera.
- cinta de papel.
- lapicera.
- Fibras.

Desarrollo de la actividad:

1. De manera grupal, indagar y registrar en un afiche las ideas previas de los niños respecto de estos interrogantes: *¿Qué es una familia? ¿Quiénes la integran? ¿Por qué es importante la familia? ¿Qué mensajes positivos les enviamos a nuestras familias? ¿Qué te gustaría decirle a tu familia?*
2. Entregar a cada niño/a un "ladrillo" con mensajes positivos destinados a las familias; que luego decorarán como cada uno elija.
3. Cada niño colocará su ladrillo, de manera que se construya una figura que los represente por ejemplo un árbol, corazón, sol, etc.
4. Cada producción se colocará en la entrada de la institución e invitar a las familias a poner su huella en los mensajes.





Opcional: se puede trabajar con ladrillos de madera, bloques de plástico y pegar sobre ellos los mensajes realizados en hojas.

Actividad 2: "EL BINGO DE LAS CREENCIAS"

OBJETIVO:

- Identificar y reflexionar sobre mitos y creencias populares del consumo de sustancias psicoactivas en el entorno mas cercano



DESTINATARIOS:

- Alumnos de 2do ciclo

Materiales:

- Cartulinas de colores.
- Fibras de colores.
- Hoja blanca.
- Tijera.
- Creatividad.
- Caja que simule un bolillero
- Lenguaje en común

Desarrollo de la Actividad

- 1- La docente comienza la actividad explicando que es el alcohol y los efectos que producen para luego pegar en el pizarrón el bingo de las creencias. **!!A trabajar en nuestra aula!!**
- 2- Los alumnos/as personalizan su cartón de juego con el material solicitado por la docente y copian en cada cuadrado los mitos y creencias sobre el alcohol que circulan sobre el alcohol.
- 3- La docente inicia el juego sacando del bolillero (caja) un número que corresponde a un mito o creencia para decirlo en voz alta así el alumno/a busque en su cartón.
- 4- Los niños/as deberán marcar si consideran que es correcto o incorrecto debajo de cada frase.



- 5- Cada cartón debe tener 2 espacios en blanco, para que los alumnos/as puedan escribir los mitos y prejuicios que escuchan en su entorno más cercano (barrio, escuela, familia, amigos)
- 6- Para finalizar la docente debe generar un espacio de reflexión en relación a las respuestas que surgieron en el juego.

Propuestas de preguntas que orienten este espacio:

- a- ¿Te sorprendió algunas de las afirmaciones?
- b- ¿Por qué crees que se piensa de esa manera?
- c- ¿Cambio su pensamiento después del juego?

SUGERENCIA: TRABAJAR CON ESTOS MITOS QUE PROPONEMOS

BINGO DE LAS CREENCIAS

<p>1</p> <p>Si un adulto bebé solo cerveza no produce ningún problema porque tiene poca graduación alcohólica</p> <p><input type="checkbox"/> CORRECTO <input type="checkbox"/> INCORRECTO</p>	<p>2</p> <p>Puedes divertirte sin consumir alcohol</p> <p><input type="checkbox"/> CORRECTO <input type="checkbox"/> INCORRECTO</p>	<p>3</p> <p>El que bebe demasiado, solo se perjudica a sí mismo</p> <p><input type="checkbox"/> CORRECTO <input type="checkbox"/> INCORRECTO</p>
<p>4</p> <p>La persona que esta acostumbrado a consumir bebidas alcohólicas se emborracha menos</p> <p><input type="checkbox"/> CORRECTO <input type="checkbox"/> INCORRECTO</p>	<p>5</p> <p>El consumo de alcohol ayuda a salir de las horas bajas, a superar el cansancio y a estar más animado.</p> <p><input type="checkbox"/> CORRECTO <input type="checkbox"/> INCORRECTO</p>	<p>6</p> <p>Una dicha fría o un café bien cargado disminuyen la borrachera</p> <p><input type="checkbox"/> CORRECTO <input type="checkbox"/> INCORRECTO</p>
<p>7</p> <p>Todo el mundo reacciona igual al alcohol</p> <p><input type="checkbox"/> CORRECTO <input type="checkbox"/> INCORRECTO</p>	<p>8</p>	<p>9</p>

MITOS Y SUS RESPUESTAS:



- 1) **Mito:** Beber sólo cerveza no produce ningún problema porque tiene poca graduación alcohólica.

Respuesta: NO. Da igual el tipo de bebida que se beba, lo importante es el número de U.B.E. (Unidad de Bebida Estándar) que se consuma. El alcohol que contiene un vaso grande de cerveza es igual, por ejemplo, al de una medida de bebida blanca o un vaso de vino.

- 2) **Mito:** Puedes divertirte sin beber alcohol.

Respuesta: SI, No es necesario beber alcohol para divertirse, La diversión viene de las cosas que hacemos y de las situaciones. La gracia de una fiesta está precisamente en juntarse con nuestros amigos, conocer gente nueva, escuchar música, bailar, etc. El alcohol es algo totalmente secundario.

- 3) **Mito:** El que bebe demasiado sólo se perjudica a sí mismo.

Respuesta: NO. Los problemas del consumo abusivo afectan a una media de 4 personas más, además del bebedor. Todo ello sin contar los accidentes mortales y no mortales que se originan por el abuso del alcohol.

- 4) **Mito:** Quien está más acostumbrado a beber, se emborracha menos.

Respuesta: NO. Quien ha desarrollado tolerancia al alcohol no se emborracha menos, sino que muestra menos los efectos de la borrachera. Sin embargo, igualmente se emborracha y sufre los efectos de apatía, pérdida de coordinación y reflejos, entre otros.

- 5) **Mito:** El consumo de alcohol ayuda a salir de las horas bajas, a superar el cansancio y a estar más animado y en forma.

Respuesta: NO, El consumo abusivo de alcohol hace perder el control sobre las emociones y sentimientos. Tras una breve sensación de bienestar, si se



está triste o deprimido, esta situación se agudiza. Asimismo, se produce una mayor fatiga física y más sueño; también se pierde fuerza y coordinación.

6) **Mito:** Una ducha fría o un café bien cargado disminuyen la borrachera.

Respuesta: NO. Nada de eso. Nada torna sobrio de golpe a un ebrio. Se podrá estar más despierto o despejado, pero se sigue estando 'borracho', porque ni la ducha ni el café disminuyen el alcohol en sangre, por lo que seguimos sufriendo los mismos efectos.

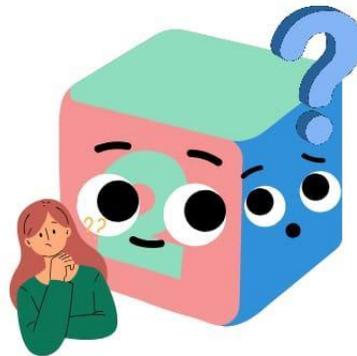
7) **Mito:** Todo el mundo reacciona igual al alcohol.

Respuesta: NO. Existen muchísimos factores que comprometen nuestra reacción ante el alcohol: el peso, la proporción de agua y grasa, la hora del día, el estado de ánimo y la bioquímica del organismo, entre otros.

Actividad 1: "*El cubo de los Prejuicios*"

Objetivo:

- Reflexionar en familia los mitos prejuicios que circulan en el entorno mas cercano con respecto al consumo de sustancias psicoativas.
- Fortalecer el vínculo familiar a través de la actividad lúdica.



Destinatarios:

- Alumnos, familias.

Materiales

- Cartulina o afiches.



- Papel blanco.
- Marcadores de colores, fibras, crayones.
- Cinta de papel.
- Caja de cartón.
- Creatividad

Desarrollo de la actividad:

- 1) Realizar en casa junto a mi familia un cubo utilizando materiales reciclables y pintar cada cara del cubo con los colores favoritos de mi familia. **¡MANOS A LA OBRA!**
- 2) Escribir en 5 de sus lados los mitos que se trabajaron en clase junto a la docente (actividad del bingo de las creencias)
- 3) Una de las caras estará vacía y esta será el comodín del juego.
- 4) ¡QUE COMIENCE EL JUEGO! Cada integrante de la familia lanzara el cubo de los mitos, leerá en voz alta el mito que le toco y comentara lo que piensa sobre eso para luego reflexionar todos juntos.
- 5) Si en algún momento del juego sale la figura del comodín, este deberá realizar una prenda que consiste en lo siguiente:
 - Abraza fuerte a tu hijo/a
 - Cantar la canción favorita de tu hijo/a
 - Contar y actuar un cuento infantil
 - Demas prendas que puedan sugerir la familia.

Le dejaremos una tarjeta con tips para que la familia pueda tener en cuenta cada vez que sobrevuele un mito o prejuicio podrán decorar y personalizar la tarjeta con los tips para luego pegar en la heladera o en algún lugar visible de la casa.



A TENER EN CUENTA

1. DESTRUIR LOS PREJUICIOS Y ESTEREOTIPOS

Si vemos que nuestro hijo afirma algo categóricamente podemos corregirlo invitándole a la reflexión

2. COMPARTIR Y DEBATIR LA INFORMACIÓN QUE VIENE DE FUERA (COLEGIO, AMIGOS, MEDIOS DE COMUNICACIÓN, ETC)

Los prejuicios y estereotipos están en todas partes, como familia debemos crear espacios de debate y reflexión que fortalezcan su sentido crítico

3. DAR EJEMPLO:

Es importante tener presente que los niños/as aprenden y repiten las actitudes y discursos de sus padres, esta en nuestras manos que en el día a día vean como nosotros pensamos y actuamos lejos de los prejuicios y estereotipos

4. ABRIRSE AL MUNDO Y SU DIVERSIDAD:

Es clave promover la relación de nuestros hijos niños de diferentes orígenes, así aprendan a ser tolerantes y respetuosos, y sobre todo conocerán y se beneficiarán de la riqueza cultural

5. LO MEJOR PARA UNO NO SIEMPRE LO ES PARA EL OTRO:

Es importante transmitir a nuestros hijos que es necesario respetar las decisiones, formas de ser, el discurso y opiniones de los demás

6. DEFENDER SUS DERECHOS COMO PERSONAS:

Recordarte que como personas ellos también tienen derechos que deben ser respetados, animarlos a reconocerlos a luchar por ellos y defender cuando puedan peligrar



POST JORNADA

La creatividad requiere tener el valor de desprenderse de las certezas

Erich From

ACTIVIDAD "PUBLICÁ CONCIENCIA"

Destinatarios: Comunidad educativa, estudiantes y familia.

OBJETIVOS.

- Visibilizar de manera creativa lo destacado en el proceso de aprendizaje en torno a los mitos y creencias sobre el consumo de sustancias psicoactivas, basado en evidencia científica.
- Reflexionar sobre la importancia de informarnos para acompañar con responsabilidad los procesos de formación.

MATERIALES.

- Teléfono, hojas, colores fibrones, aplicaciones de diseño

DESARROLLO.

1. Les proponemos crear un mensaje creativo destacando el proceso de aprendizaje en torno a los mitos y creencias
2. Para su elaboración les sugerimos:
 - Enfocarse en la realidad no solo en el mito.
 - Mensajes con refuerzo positivos en Prevención integral de adicciones.
 - Mensaje que informe, eduque y motive.
3. Puede ser una propaganda, publicidad, anuncio, folleto, para ser difundido por redes o en la misma institución.



BIBLIOGRAFIA

- El problema de las Drogas en las Américas. Drogas y salud pública. Organización de los Estados Americanos. OEA.
- JORGENSEN CH, PEDERSEN B, TONNESEN H. The efficacy of disulfiram for the treatment of alcohol use disorder. Alcohol Clin Exp Res2011;35(10):1749-58.
- Shoptaw SJ, Kao U, Heinzerling K, Ling W. Treatment for amphetamine withdrawal. Cochrane Database Syst Rev2009;2:CD003021.
- Alfredo J. M. Carballeda Trabajador Social.
- SEPADIC. Secretaria en Prevención de las Adicciones.
- Cartillas de mitos y realidades. CONACE 2008
- SEDRONAR. Punto de Encuentro Comunitario. Abordaje territorial para la prevención y asistencia comunitaria del consumo problemático. 2014.
- Secretaría de Programación para la Prevención de la Drogadicción y la Lucha contra el Narcotráfico – SEDRONAR, Manual del preventor comunitario: una guía para la prevención del consumo de sustancias psicoactivas en la comunidad, Buenos Aires, 2013
- Datos de Observatorio Provincial de Adicciones. DIGAIA. Santiago del Estero. "Estudio de factores de riesgo y protección en adolescentes de escuelas secundaria". Año 2023.