

## Editorial

### Marihuana: droga dura, encara que no ho parega.

Hi ha els que comencen a fumar perquè ho fan els seus amics, altres perquè creuen que els ajuda a dormir, altres perquè intenten calmar un desassossec interior (problemes familiars, ansietat davant d'un examen, etc..), altres van començar ja fa molt de temps i ara tenen fills adolescents preocupats per la seua salut.

La marihuana, encara que no ho parega, s'està convertint en una de les drogues que més problemes està causant hui en dia; jòvens que abandonen els estudis abans d'hora, expulsions en els centres escolars, problemes amb la justícia, trastorns mentals, etc.

Francament, els serveis que ens dediquem a les addiccions ens trobem preocupats i desbordats davant d'estos nous perfils de persones molt jòvens que necessiten ajuda i ells ni tan sols se n'assabenten. Estos jòvens i altres no tan jòvens es van creure eixos contes xinesos sobre que els porros no fan mal perquè són naturals, perquè són terapèutics, perquè ho recepten els metges, perquè no porten quitrans com el tabac, etc.. però la realitat s'imposa, cada vegada amb més força, i els problemes que genera el seu consum a nivell escolar, social, mental, afloren fora de l'àmbit privat i ja no es pot mirar cap a un altre costat.

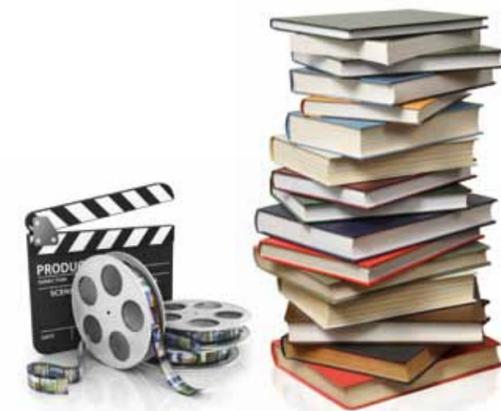
Pares, Professors, Tècnics, hem d'enfrontar esta addicció com qualsevol altra, encara que no ho parega.

Per a realitzar qualsevol consulta o rebre ajuda; UPCCA 96 305 30 39.

Seu de la UPCCA. Plaça del Poble 1, 1er pis. Paterna

## Cultura y prevención

La literatura y el cine son fuente inagotable de conocimiento. Es por ello que esta revista siempre dedica un espacio para sugerir libros y/o películas, en este caso, relacionadas con las dependencias emocionales.



**GENTE TÓXICA**  
Bernardo Stamateas

Este libro tiene como objetivo describir las distintas personalidades tóxicas más frecuentes con las cuales vivimos a diario en los diferentes medios en los que nos movemos (laboral, familiar, etc.) y lo que nos causan dichas toxicidades, es decir, sus efectos y sus consecuencias. Nos brinda información para saber qué hacer y cómo hacer para ser libre de todas estas personas que a diario tratan de enfermarnos la vida.



**LAS MUJERES QUE AMAN DEMASIADO**  
Robin Norwood

Las mujeres que aman demasiado es un clásico entre los libros de autoayuda. Robin Norwood escribió esta guía práctica para ayudar a las mujeres que sufren por su adicción a hombres que las maltratan, desprecian o tiranizan. Enseñándoles a reconocer y a cambiar su propia manera de amar, para que consigan amarse a sí mismas y establecer una relación de pareja sana, feliz y duradera.



**EL APARTAMENTO**  
Dirección: Billy Wilder  
USA, 1960

Reparto: Jack Lemmon, Shirley MacLaine, Fred MacMurray, Ray Walson, Edi Adams.

Sinopsis: Comedia agri dulce que pone de manifiesto varias relaciones tóxicas, especialmente la de su protagonista femenina (Shirley MacLaine), la amante de uno de los jefes, y cómo afecta ésta a su equilibrio emocional y, quizá lo más interesante para reflexionar; su desenlace.

Recomendable, no sólo por su contenido sino también por tratarse de una obra maestra del cine, un clásico más actual que nunca.



**FRÁGIL**  
Dirección: Juanma Bajo Ulloa  
España, 2004

Reparto: Muriel, Julio Perillán, Inma Colomer, María Bazán, Silvia Segovia, Lidia Navarro.

Sinopsis: Venus es una joven dulce y romántica que proviene de una familia poco cariñosa. Tras fallecer su padre, va en busca de un "amor verdadero", aunque el precio que tenga que pagar sea muy alto.

Este drama pone en evidencia las trampas de los mitos del amor romántico, las cuales pueden abocarnos a soportar situaciones de abuso emocional y/o físico.



Dependencias emocionales  Violencia de género

# towarda

PROGRAMA DE PREVENCIÓN

Creo que no existe mejor frase en la historia del cine que la citaba Shirley Maclaine tras un intento fallido de suicidio en la mítica película *El apartamento*, de Billy Wilder, para definir en qué consiste una relación adictiva o de dependencia emocional: “¿Cuántos días se necesita para desintoxicarse de la persona amada?, sería necesaria una sonda que limpiara el corazón...”.

Del mismo modo encontramos otro claro ejemplo de dependencia en la grandiosa ópera de Puchini, *Madame Butterfly*, con una malograda heroína que prefiere suicidarse antes que asumir que su amado, en realidad, nunca la amó.

En la vida real también han existido mujeres, por lo general talentosas, que padecieron esta dependencia, como es el caso de Whitney Houston. Ella misma declaraba en una entrevista, unos años antes de morir en extrañas circunstancias, “mi marido era mi droga”.

También tenemos el caso de la invisibilizada

escultora Camille Claudel que “enloqueció de amor” debido a su tormentosa relación con Auguste Rodin. Y, por último, no puedo dejar de nombrar a María Callas, que abandonó a su marido y su profesión por amor al armador griego Aristóteles Onasis, el cual, sorprendentemente, la abandonó para casarse con Jacqueline Kennedy. Cuando entendió que su “verdadero amor” era María y quiso volver con ella, ésta no pudo perdonar la humillación a la que le sometió ni pudo soportar vivir sin él; ella también murió en extrañas circunstancias.



Es cierto que los hombres no quedan al margen de este tipo de relaciones de dependencia, aunque en menor medida, puesto que es un hecho que la sociedad machista suele otorgar a los hombres el papel de dominador y a la mujer el de sumisión. Por esta razón, hay que reeducar a ambos sexos en que las relaciones de pareja, o de cualquier otro tipo de vínculo, si deseamos que sean sanas, deben tener un equilibrio de poder y procurar que cada miembro tenga su propio proyecto de futuro, de manera que si la relación se rompe, la vida continúa teniendo sentido.

Sin embargo, en los últimos tiempos estamos asistiendo a una involución en las relaciones de igualdad, a través de la literatura con títulos como *50 sombras de Grey*, en la que se disfraza una relación sadomasoquista con una historia de amor romántico o *Perdona si te llamo amor*, en las que chicas menores de edad mantienen “una historia de amor” con hombres de casi 40. También la música o el cine con películas como *Crepúsculo*, en la que la protagonista se deja arrastrar por amor al mundo de las tinieblas del vampirismo. En su mayoría, son historias cuyos mensajes están calando entre nuestras jóvenes, en las que amar es sinónimo de sufrimiento y control, confundiendo amor con dolor y posesión. Todo ello incrementado

con el uso de las nuevas tecnologías que pueden facilitar actitudes de control y sometimiento.

En este sentido, el programa de prevención de dependencias emocionales que pretende poner en marcha este curso escolar la Concejalía de Sanidad y Mujer, a través de la Unidad de Prevención Comunitaria de Conductas Adictivas y con la colaboración de la Concejalía de Educación, tiene este doble objetivo. Por un lado, prevenir las dependencias emocionales y las relaciones de poder asimétricas, y por otro favorecer relaciones de equidad en la población más joven y su entorno, como elementos necesarios para su pleno desarrollo personal y social, a través de talleres dirigidos a los alumnos/as, padres/madres y profesores/as en los Centros Escolares.



# Los jóvenes y el consumo de tabaco

Según la última Encuesta Estatal Sobre Uso de Drogas en Enseñanzas Secundarias (ESTUDES) 2012/2013, cuyo objetivo es conocer la situación y las tendencias de los consumos de drogas, los patrones de consumo, los factores asociados y las opiniones y actitudes ante las drogas de los estudiantes de ESO, y de esa manera orientar el desarrollo y evaluación de las intervenciones destinadas a reducir el consumo y los problemas asociados, la edad media de inicio en el consumo de tabaco es de 13'6 años, tratándose de la segunda droga más consumida por los jóvenes entre 14 y 18 años tras el alcohol (35'3), y cuyo consumo está cada vez más extendido entre las mujeres (consumo de hombres y mujeres cada vez más cercano).

Es por ello que, en estos últimos años, se han aunado esfuerzos desde la Concejalía de Sanidad a través del servicio de prevención (UPCCA) y el Centro de Día de Reinserción de Conductas Adictivas, en colaboración con la Concejalía de Educación, para realizar acciones que informen y conciencien a los escolares de los riesgos y consecuencias del consumo de tabaco sobre la salud, así como para ofrecer la opción de deshabituarse y/o al menos, reducir el consumo.

En este sentido, durante este año, han participado aproximadamente 15 Centros escolares en acciones preventivas; charlas, cine fórum, etc. Así mismo, los profesionales del Centro de Día y la UPCCA visitaron diversos centros escolares con el objetivo de ofrecer la opción de realizar una prueba que medía su nivel de adicción al tabaco, así como de informar de los cursos de deshabituación tabáquica e inscribir a aquellos jóvenes que estaban interesados.

6



La concejala de Sanidad, Paz Rodríguez, en la campaña de concienciación realizada a pie de calle, informando a los pateneros de las posibilidades que el Consistorio ofrece para ayudarles a erradicar el hábito del tabaco.

En 2014, concretamente entre febrero y abril, se llevó a cabo un primer grupo de deshabituación tabáquica dirigido a personas desempleadas de nuestro municipio, y en el que participaron un total de seis vecinas de Paterna que terminaron valorando muy positivamente su experiencia en el programa.

El mes de mayo, coincidiendo con la celebración del Día Mundial sin Tabaco, fue un mes especialmente importante que aprovechamos para seguir dando información a nuestros vecinos sobre la gravedad de esta problemática que afecta a gran parte de la población, ofreciendo a todo aquel que estaba interesado su participación en los grupos de deshabituación ya mencionados.

Así es como volvimos a repetir esta experiencia entre los meses de junio y julio, desarrollando un nuevo grupo de deshabituación tabáquica desde el Centro de Día.

Estos grupos, llevados a cabo por una psicóloga especializada en conductas adictivas, están basados y desarrollados a partir del Programa para dejar de fumar de Elisardo Becoña Iglesias, uno de los mejores programas de tratamiento psicológico para la deshabituación tabáquica existentes en la actualidad.

Este programa consiste en una primera entrevista

de evaluación realizada por el profesional especializado que va a desarrollar el grupo; posteriormente, se realizan un total de 6 sesiones continuadas de Terapia Grupal en la que va reduciéndose paulatinamente el consumo de nicotina hasta alcanzar el objetivo final: quedar libres del tabaco. Incluimos también un seguimiento individualizado una vez terminado el programa.

La experiencia en este campo nos dice que estos programas funcionan. Independientemente de que la persona consiga o no el objetivo de una abstinencia completa al tabaco o se quede en una reducción importante de su consumo, este tipo de acciones motivan y conciencian a las personas sobre su problema de adicción, ofreciendo un grupo de apoyo y diversas técnicas y herramientas psicológicas para poder combatirla.

**Estamos dispuestos y motivados para comenzar con nuevos grupos de deshabituación dirigidos a todas aquellas personas de Paterna que deseen abandonar este mal hábito.**

En concreto, desde el principio del otoño, comenzamos con la preparación de un nuevo grupo de Deshabituación Tabáquica dirigido a personas desempleadas del municipio, a las que queremos seguir apoyando en su objetivo de ser más libres.

7



## Deshabituación tabáquica

Si estás interesado/a solo tienes que contactar con el Centro de Día de Reinserción del Ayuntamiento de Paterna a través del teléfono 961386005, preguntando por Silvia o por Noelia. Lunes, miércoles y jueves de 9 a 14 y de 16.30 a 20 h. Martes y viernes de 9 a 14 h. ¡Te esperamos!

# CENTRO DE DÍA DE REINSERCIÓN

Es un centro municipal que, en régimen ambulatorio, desarrolla gratuitamente programas de reinserción sociolaboral para personas drogodependientes o con trastornos adictivos, de acuerdo con las necesidades propias de la evolución de su proceso.



## ACTIVIDADES GRUPALES

- Grupo programación
- Prevención recaídas
- Búsqueda Activa de Inserción Social
- Experiencias de inserción
- Orientación laboral
- Búsqueda activa de empleo
- Talleres formativos
- Taller creativo
- Taller de valores
- Taller de habilidades sociales y resolución de problemas
- Promoción y práctica del deporte y del ejercicio físico

## ATENCIÓN INDIVIDUALIZADA

- a. Asesoramiento y seguimiento en el proceso de los participantes en el taller de deshabituación tabáquica
- b. Entrevistas de acogida con el usuario/a y/o su familia
- c. Tutorías de seguimiento y apoyo al proceso de reinserción del usuario/a.
- d. Orientación y asesoramiento a las familias

## CÓMO CONTACTAR

Teléfono: 96 138 60 05

Correo:

silviamorenila@fundacionadsis.org

Dirección: Partida Senda Manises s/n (detrás del polideportivo)

# UNIDAD DE PREVENCIÓN COMUNITARIA DE CONDUCTAS ADICTIVAS



Es un servicio especializado de titularidad local que desarrolla programas de prevención para reducir o evitar el uso y/o abuso de drogas y otras conductas adictivas, así como promover hábitos de vida saludables. (Decreto 132/2010, de 3 de septiembre del Consell, sobre registro y autorización de centros y servicios de atención y prevención de las drogodependencias y otros trastornos adictivos, en la Comunidad Valenciana).

## QUÉ FUNCIONES REALIZA

- Facilitar la implementación de programas de prevención escolar en los Centros Escolares
- Charlas informativas sobre drogas a los estudiantes de la ESO, Bachillerato y Ciclos formativos, Centro de día de menores... de Paterna
- Talleres de formación sobre drogas dirigido a padres/madres, profesores/as y técnicos/as municipales
- Sesiones informativas a los alumnos y padres sobre los riesgos en el uso de las nuevas tecnologías y sobre cómo prevenir las conductas adictivas causadas por las nuevas tecnologías
- Atención y asesoramiento individualizado a jóvenes y

padres preocupados por el consumo de drogas de sus hijos/as

- Atención y asesoramiento a profesores/as que hayan detectado problemas de drogas en el centro escolar
- Cursos de información y concienciación sobre drogas a los menores de Paterna a los que se les haya impuesto una sanción administrativa por consumo en la vía pública de drogas o alcohol y/o tenencia, en cuyo caso se le conmuta la multa
- Campañas de información y sensibilización para la prevención del consumo de drogas y promoción de hábitos de vida saludables; celebración del día mundial sin alcohol, sin tabaco, contra el SIDA, etc.

UNITAT DE PREVENCIÓ COMUNITÀRIA DE CONDUCTES ADDICTIVES

Ajuntament de Paterna. Regidoria de Sanitat. Àrea de Garantia Social i Ocupació.

Plaça del Poble, 1, 1<sup>er</sup> pis. Telèfon: 96 305 30 39. Correu electrònic: hernandez.cris@ayto-paterna.es

Edita i finança

