Ministerio de Educación

Ministerio Coordinador de Desarrollo Social

PROGRAMA DE PARTICIPACIÓN ESTUDIANTIL
GUÍA METODOLÓGICA PARA PADRES, MADRES Y REPRESENTANTES

EDUCACIÓN PREVENTIVA INTEGRAL DE LOS USOS Y CONSUMOS PROBLEMÁTICOS DE ALCOHOL, TABACO Y OTRAS DROGAS EN EL SISTEMA EDUCATIVO NACIONAL

3

cooperación española

MINISTERIO DE ASUNTOS EXTERIORES Y DE COOPERACIÓN

aecid

Ministerio de Educación

Ministerio Coordinador de Desarrollo Social

EDUCACIÓN PREVENTIVA INTEGRAL DE LOS USOS Y CONSUMOS PROBLEMÁTICOS DE DROGAS EN EL SISTEMA EDUCATIVO NACIONAL

PROGRAMA DE PARTICIPACIÓN ESTUDIANTIL

GUÍA METODOLÓGICA PARA PADRES, MADRES Y REPRESENTANTES

cooperación española

MINISTERIO DE ASUNTOS EXTERIORES Y DE COOPERACIÓN

aecid

PRESIDENTE DE LA REPÚBLICA
Rafael Correa Delgado

MINISTRO DE EDUCACIÓN
Augusto X. Espinosa A.

VICEMINISTRO DE EDUCACIÓN
Freddy Peñafiel Larrea

VICEMINISTRO DE GESTIÓN EDUCATIVA
Jaime Roca Gutiérrez

SUBSECRETARIA PARA LA INNOVACIÓN Y EL BUEN VIVIR
Celine Andrés

DIRECTORA NACIONAL DE EDUCACIÓN PARA LA DEMOCRACIA Y EL BUEN VIVIR
María Fernanda Porras

AUTORES
MINISTERIO DE EDUCACIÓN

REVISIÓN Y APOYO TÉCNICO
Dirección Nacional de Educación para la Democracia y Buen Vivir
Luis Álvarez
Diana Castellanos
Elisa Jarrín
Diego Paz
Maribel Romero
Paola SolÍs

DISEÑO, DIAGRAMACIÓN
Adolfo Vasco
Dirección Nacional de Tecnologías para la Educación

MINISTERIO COORDINADOR DE DESARROLLO SOCIAL
Alexandra Delgado (Consultora)

AGRADECIMIENTOS A:
Agencia Española de Cooperación Internacional para el Desarrollo

Primera Edición 2014
DISTRIBUCIÓN GRATUITA- PROHIBIDA SU VENTA
©Ministerio de Educación del Ecuador
Amazonas N 34-451 entre Juan Pablo Sanz y Atahualpa. Quito, Ecuador.
Teléfono: 1800 EDUCACIÓN

La reproducción parcial o total de esta publicación, en cualquier forma que sea por cualquier medio mecánico o electrónico, no autorizada por los editores, viola los derechos reservados. Cualquier utilización debe ser previamente solicitada.

Ministerio de Educación

LIBRO PARA USO DEL MAGISTERIO DEL ECUADOR

ADVERTENCIA

Un objetivo manifiesto del Ministerio de Educación es combatir el sexismo y la discriminación de género en la sociedad ecuatoriana y promover, a través del sistema educativo, la equidad entre mujeres y hombres. Para alcanzar este objetivo promovemos el uso de un lenguaje que no reproduzca esquemas sexistas y de conformidad con esta práctica preferimos emplear en nuestros documentos oficiales palabras neutras, tales como, las personas (en lugar de los hombres) o el profesorado (en lugar de los profesores), etc. Solo en casos en que tales expresiones no existan, se usará la forma masculina como genérica para hacer referencia tanto a personas del sexo femenino como del masculino. Esta práctica comunicativa, que es recomendada por la Real Academia Española en su Diccionario Panhispánico de Dudas, obedece a dos razones: (a) en español es posible «referirse a colectivos mixtos a través del género gramatical masculino», y (b) es preferible aplicar «la ley lingüística de la economía expresiva», para así evitar el abultamiento gráfico y la consiguiente ilegibilidad que ocurriría en el caso de utilizar expresiones tales como las y los, os/as y otras fórmulas que buscan visibilizar la presencia de ambos sexos.

ÍNDICE

PRESENTACIÓN 4
INTRODUCCIÓN 6

CAPÍTULO 1: PARTICIPACIÓN ESTUDIANTIL COMO MEDIO PARA TRABAJAR LA PREVENCIÓN INTEGRAL. 8
1.1 Importancia del ambiente familiar. 10
1.2 ¿Cómo apoyar el desarrollo de nuestros/nuestras adolescentes? 12

CAPÍTULO 2: EL FENÓMENO DE LOS USOS Y CONSUMOS PROBLEMÁTICOS DE DROGAS. 15
2.1 Los prejuicios y su cuestionamiento. 16

CAPÍTULO 3: USOS, CONSUMOS PROBLEMÁTICOS Y RIESGOS ASOCIADOS INFORMACIÓN SOBRE DROGAS, DESDE LA REFLEXIÓN. 18
3.1 ¿Qué son las drogas? 19
3.2 Usos y consumos de drogas. 24
3.3 Situaciones y formas de consumo de especial riesgo. 25

CAPÍTULO 4: ANALICEMOS ALGUNOS PREJUICIOS. 29
4.1 Drogas y violencia de género. 32

CAPÍTULO 5: ¿CÓMO ABORDAR EL FENÓMENO DE LOS USOS Y CONSUMOS PROBLEMÁTICOS DE DROGAS EN EL HOGAR? 34
5.1 ¿Cómo hablar de drogas con nuestros hijos, hijas o representados? 35
5.2 ¿Qué hacer cuando nuestros hijos o hijas manifiestan usos o consumos problemáticos de drogas? 38
5.3 ¿Qué hacer en caso de intoxicación? 40
5.4 ¿Qué hacer cuando una persona presiona a nuestro hijo/a para el consumo o venta de drogas? 41
5.4 Algunos indicadores importantes para detectar posibles situaciones de usos o consumos problemáticos. 42

GLOSARIO 46
BIBLIOGRAFÍA 48
NOTAS 50

PRESENTACIÓN

El Ministerio de Educación, rector de la política educativa, consciente de la importancia que se debe ofrecer a la Educación Preventiva Integral de los Usos y Consumos Problemáticos de Alcohol, Tabaco y otras Drogas, propone material pedagógico para abordar el fenómeno social de las drogas en el Sistema Nacional de Educación.

Para ello se crean las Guías de Educación Preventiva Integral de los Usos y Consumos problemáticos de alcohol, tabaco y otras drogas para el Programa de Participación Estudiantil, mismas que estarán dirigidas a docentes, estudiantes, padres, madres de familia y representantes legales. Es importante señalar que podrán ser utilizadas para otros niveles educativos como material metodológico de apoyo para docentes y profesionales del Departamento de Consejería Estudiantil.

La guía de padres, madres y representantes legales, se crea con el fin de acompañarlos en la tarea de orientar, acompañar y apoyar a nuestros hijos e hijas, constituye una herramienta que tiene por objetivo abordar el fenómeno social de las drogas desde el conocimiento de las necesidades y realidades de la institución educativa y su entorno, mediante la construcción de estrategias en las que **el desarrollo del ser humano** sea la principal tarea. Es importante recalcar que el abordaje de este tema debe ser trabajado desde la incorporación de los enfoques de:

• **Derechos Humanos,** que garantizan el bienestar y el derecho que asiste a todas las personas de la Comunidad Educativa.

• **Enfoque de Género,** que promueve el acceso equitativo a los servicios, de acuerdo a las necesidades específicas de hombres y mujeres, y evidencia las realidades sociales distintas que tienen los usos y consumos problemáticos por los contextos y significados de estas.

• **Interculturalidad,** que debe generar el respeto y conocimiento de los usos y saberes ancestrales, la cultura contemporánea y urbana para promover el reconocimiento de otras formas de entender el mundo.

• **Intergeneracionalidad,** que permite reconocer que el fenómeno drogas no es un hecho único y exclusivo de los adolescente, y que todos los segmentos etarios de la sociedad tienen cierta relación con el fenómeno social.

• **Participación ciudadana,** con la cual se genera el abordaje de acuerdo al conocimiento de la realidad del entorno social y permitirá que las acciones sean construidas por los estudiantes.

La Educación Preventiva Integral de los Usos y Consumos Problemáticos de Alcohol, Tabaco y otras Drogas, será concebida en cada Institución Educativa como un deber. Se incorporará mediante la aplicación de procesos formativos integrales para fortalecer el desarrollo de las personas, familias y comunidades, al promover la posibilidad de la creación de un proyecto de vida saludable que fomente el buen trato y la toma de decisiones asertivas basadas en la información obtenida desde la reflexión.

La elaboración de las Guías de Educación Preventiva Integral de los Usos y Consumos Problemáticos de Alcohol, Tabaco y otras Drogas fue posible gracias al apoyo del Ministerio Coordinador de Desarrollo Social y la Agencia Española de Cooperación Internacional para Desarrollo. La acción y coordinación interinstitucional, evidencia la importancia que tiene la promoción de hábitos de vida saludables para el Gobierno Nacional.

INTRODUCCIÓN

La experiencia de vida es un proceso dinámico. Los fenómenos sociales y prácticas culturales se transforman constantemente, por los desafíos a los que se enfrentan nuestras hijas, hijos y representados son múltiples y sus contextos diferentes a los que vivimos como personas adultas.

Con este material buscamos abrir un espacio de reflexión que propicie mejores formas de relación y de resolución de las dificultades que, en esta ocasión, se centrarán en el fenómeno de los usos y consumos problemáticos de drogas, que se analiza hace mucho tiempo, en miedos, culpas y vergüenzas. Por esta razón, es necesario develar su real dimensión, situarlo en donde corresponde y abordarlo de manera pertinente en el entorno familiar.

El abordaje preventivo tradicional centraba su accionar en una política de guerra dirigida a la sustancia y su comercialización, promovió el descuido del acompañamiento a la persona y su desarrollo integral. Esto dificultó la prevención efectiva y la comprensión del fenómeno social de manera holística. En este marco, la nueva mirada de la prevención integral reconoce a la persona, su capacidad de tomar decisiones y las relaciones que esta desarrolla con la o las drogas en el medio en que vive.

En este sentido, es necesario acercarnos al fenómeno social desde varias aristas, una de ellas implica reconocer el significado del término. La OMS[1] refiere que el uso del término droga es variado, su significado se construye en relación con el contexto. Para la medicina y farmacología, droga es toda sustancia con potencial para prevenir o curar una enfermedad o aumentar la salud física o mental; también toda sustancia química que, introducida en un organismo, modifica los procesos fisiológicos y bioquímicos de los tejidos o los organismos. En el lenguaje coloquial, el término suele referirse concretamente a las sustancias psicoactivas como el alcohol, tabaco, marihuana, LSD, heroína, entre otras.

[1] *Organización Mundial de la Salud (1994). "Lexicon of Alcohol and Drug Terms"*

[2] *CONSEP, (2013). Usos, consumos de drogas y prevenciones. Quito, Ecuador.*

[3] *Ibid.*

A lo largo del documento, es común encontrar la expresión: “alcohol, tabaco y otras drogas”, esto se realiza de forma intencionada, con el afán de sostener la idea de que el alcohol y el tabaco también son drogas por el efecto que producen. Se entenderá entonces por droga o drogas a todas las sustancias psicoactivas que pueden encontrarse en nuestra sociedad, ya sean de fácil o difícil acceso. Es importante anotar que centrarse en el entendimiento de la sustancia no explica las relaciones que las personas generan con ellas, es decir sus usos y consumos.

El CONSEP[2] refiere que los usos de droga hacen referencia a los actos y motivaciones socioculturales que un sujeto establece con una droga en un momento determinado. Nos referimos a uso cuando este es ocasional, sin llegar a que se produzca dependencia ni habituación a la sustancia o repercusiones negativas en áreas importantes de la vida de la persona. Por otra parte, el consumo problemático[3] se entiende como un estado de necesidad psicofisiológica que se expresa en un consumo compulsivo de drogas, que produce un deterioro del control del uso y alteración de la cognición. La información sobre usos y consumos problemáticos es ampliada en el capítulo 4 de esta guía.

El presente material pretende dotar de insumos que facilitan el reconocimiento de la prevención integral como una forma respetuosa de aproximarnos a un fenómeno social, toman en cuenta su complejidad y la asume desde el respeto a los derechos humanos, propicia el desarrollo de las capacidades individuales y colectivas para asumir la temática de las drogas.

Padres, madres y representantes legales, los acompañamos en este gran reto que nos ayudará a llegar a consensos, dialogar, decidir y preparar a niños, niñas y adolescentes a enfrentar diversas experiencias que se desarrollan en la vida. Es corresponsabilidad promover su desarrollo integral y desde el Estado impulsamos el Programa de Participación Estudiantil para que sean ellas y ellos quienes tomen decisiones de forma autónoma, responsable, libre e informada. Lograr estos procesos enriquecedores, parte de reconocer que toda la vida es un constante de cambios, crisis consecutivas que requieren que aprendamos a vivir en incertidumbre y a adaptarnos constantemente, generar espacios para compartir en familia y comunidad, para que en conjunto encontremos alternativas para abordar el fenómeno social partiendo del respeto de derechos y de la inclusión. Los invitamos a leer esta guía que les servirá para conocer y saber como abordar el fenómeno social al interior de sus hogares.

[1] *Organización Mundial de la Salud (1994). “Lexicon of Alcohol and Drug Terms”*

[2] *CONSEP, (2013). Usos, consumos de drogas y prevenciones. Quito, Ecuador.*

[3] *Ibid.*

CAPÍTULO 1

EL HOGAR COMO ENTORNO DE DESARROLLO

IDEAS CLAVE DEL CAPÍTULO

- Preparemos a nuestros hijos/ hijas para la vida.

- Comunicarnos con claridad y apertura permite avanzar en el desarrollo de capacidades y resolución de conflictos.

- No somos culpables de las decisiones de otras personas, somos responsables de las propias.

OBJETIVOS DEL CAPÍTULO:

- *Reflexionar sobre el espacio familiar como generador de desarrollo.*

- *Profundizar sobre el rol de padres, madres y representantes en el proceso de desarrollo de los y las adolescentes, situando al fenómeno de los usos de drogas en la realidad.*

ANTES DE INICIAR RESPONDAMOS LAS SIGUIENTES PREGUNTAS.

¿CONOCE A SU HIJO O HIJA?

Seguramente diremos que sí, sin embargo será importante que reflexionemos como padres y madres si estamos brindando espacios que nos permita conocerlos y saber que piensan y sienten. Para ello, sugerimos realizar el siguiente ejercicio. Responder si o no, a las preguntas que se realizan a continuación.

PREGUNTAS	SI	NO
¿Sabe cuál es la comida favorita de su hijo/a?		
¿Sabe qué música le gusta a su hijo/a?		
¿Sabe cuál es el artista favorito de su hijo/a?		
¿Sabe cuál es el juego favorito de su hijo/a?		
¿Conoce a sus amigos y sabe sus nombres?		
¿Conoce en general a los padres de los amigos de su hijo/a?		
¿Sabe lo que hace su hijo/a cuando usted está en el trabajo?		
¿Sabe si él o ella es feliz?		
¿Sabe cuál es el mayor miedo de su hijo/a?		
Cuando su hijo/a tiene problemas: ¿le preguntas por qué, antes de juzgarle o hablarle?		

Si obtuvo mayor cantidad de aciertos ¡felicidades! la comunicación con su hijo o hija va por buen camino. Si la mayor cantidad de respuestas fue negativa es momento de generar espacios que nos permitan mejorar estos lazos y vinculación.

1.1 IMPORTANCIA DEL AMBIENTE FAMILIAR

En lo familiar se generan las primeras formas de interpretar el mundo, la manera de resolver los conflictos, el lenguaje, las estrategias de comunicación, etc. Es en este espacio donde aprendemos a establecer relaciones con personas y objetos. Es en los hogares donde empezamos a hablar de las emociones y sentimientos, esto genera que niños, niñas y adolescentes las valoren y los expresen asertivamente.

Los entornos de uso y consumos problemáticos surgen desde la primera infancia, cuando enseñamos a nuestras hijas e hijos a abordar las dificultades y problemas con objetos. Las habilidades necesarias para afrontar los usos y consumos de alcohol, tabaco y otras drogas, parten de la toma de decisiones. Por tanto, se requiere un ambiente familiar que les permita explorar, tomar sus propias decisiones y asumir las responsabilidades o consecuencias de sus propios errores.

Asimismo es indispensable que el hogar sea un espacio seguro en el que chicos y chicas sepan que cuentan con adultos de confianza, quienes les guiarán y apoyarán en sus procesos de toma de decisiones. Esto implica que el ambiente familiar debe ser flexible y armónico, no debe abandonar a niños, niñas y adolescentes, tampoco puede restringir su libertad.

Las familias podemos desarrollar la capacidad para afrontar la adversidad de manera armónica y flexible. Esto implica llegar a acuerdos que permitan la convivencia con la diversidad, sabiendo que estos acuerdos estarán en continua evolución, así como las personas que los logran. Es por esto que, a medida que hijos e hijas crecen, las y los adultos cercanos nos vemos llamados a ser flexibles para adaptar las reglas a las necesidades de la familia de acuerdo al momento. Es importante que, al ser flexibles, no caigamos en el autoritarismo e imposición ni en lo permisivo donde no existen consecuencias. Tanto el ser autoritarios como permisivos no permite que se desarrollen habilidades y capacidades adecuadas para enfrentar la vida.

La comunicación familiar debe propiciar la expresión de sentimientos, pensamientos, inquietudes, propuestas y, a la vez, iniciar la escucha activa que permita el crecimiento personal y colectivo.

Para realizar en el hogar:

¿Cuánto tiempo dedicamos para hablar con nuestros hijos e hijas sobre lo que sienten y piensan?

Reserve, al menos una hora semanal para dialogar sobre lo que sienten y piensan sobre distintos temas que pueden ser de interés de sus hijos o hijas, por ejemplo, las relaciones entre docentes, compañeros, autoridades, sus gustos musicales, comidas preferidas, artistas, amigos/as, entre otros.

Recuerde que para poder hablar de sus inquietudes es necesario permitirles a niños, niñas y adolescentes expresarse. El dialogar implica conversar con calma, sin interrogatorios, sin acusaciones, concediendo espacio a cada persona para expresar su propia opinión, buscando el respeto de todos.

1.2 ¿CÓMO APOYAR EL DESARROLLO DE NUESTROS/NUESTRAS ADOLESCENTES?

Muchas veces nos preguntamos qué hacer para generar espacios de autonomía, auto conocimiento, liderazgo, comunicación y relaciones saludables en nuestro hogar. En ocasiones, quisiéramos un manual para formar hijos/as felices. Sin embargo, la complejidad que implica ser padre, madre o representante rebasa cualquier manual o guía. **Aún más si recordamos que en el espacio familiar se genera la oportunidad de desarrollar todo aquello que deseamos, que no se crea al decirlo, sino al vivirlo.**

Deseamos que niños, niñas y adolescentes sean autónomos, independientes, seguros, respetuosos, sin embargo, ¿cuántas veces les permitimos resolver sus problemas a medida de sus posibilidades?

Si lo que deseamos es preparar a nuestros hijos e hijas para la vida, pues permitámosle vivir. Seamos la guía, **no sus pies y manos**. Muchas veces decidimos cómo se visten, qué comen, sus amistades, incluso, en extremos, sus carreras profesionales y luego esperamos que en algún tema puntual puedan tener la autonomía para decidir.

Seamos pues facilitadores de la vida, apoyémoslos en la superación de sus retos y en la posibilidad que resuelva aquellas cosas que le pertenecen.

Generar espacios de reconocimiento propio, permiten a las personas prepararse para enfrentar los problemas de lo cotidiano. Preparar a nuestras hijas e hijos para la vida implica darles la oportunidad de conocer sus capacidades y debilidades. El autoconocimiento se da en el ejercicio de vivir. Permitamos que se reconozcan como seres únicos, diferentes a nosotros y démonos la oportunidad de conocerlos en su desarrollo.

El liderazgo y la toma de decisiones son capacidades indispensables para nuestros hijos e hijas, y se desarrollan en el ejercicio, aceptación y respeto.

Debemos reconocer que muchas de las decisiones que nuestros hijos tomen no serán de nuestro agrado e incluso sean erróneas, de hecho, muchas de las veces nuestras hijas e hijos se equivocarán, pese a las advertencias que realicemos.

Es aquí donde el rol de la familia se fortalece, en el acompañamiento sincero, afectuoso. Los adolescentes deben saber que ellas y ellos serán responsables de sus decisiones y que a los adultos nos corresponde escucharlos, guiarlos y acompañarlos. Es vital diferenciar entre el acompañamiento de la familia y el asumir responsabilidades que no nos corresponden. Las personas aprenden a ser libres y autónomas asumiendo responsabilidades.

La forma en la que enfrentamos las dificultades diarias en lo familiar, indica a nuestros/as adolescentes lo que esperamos de ellos/as y las estrategias que consideramos más adecuadas. La convivencia nos permite mostrar lo que queremos para nuestros hijos e hijas porque es en la experimentación donde se fortalecen las capacidades para enfrentar las diferentes situaciones de la vida.

No planteamos perfección, si coherencia.

PARA REALIZAR EN EL HOGAR:

Analice las veces que han construido acuerdos y normas en el hogar. De acuerdo a lo examinado, genere con su familia normas que permitan la convivencia armónica, acuerdos para todos y todas los cuales deben estar fundamentados en el respeto confianza y amor, deben ser claros y sencillos para los miembros de la familia puedan cumplirlos.

Es importante resaltar que si acordamos algo como padres, madres o representantes legales, debemos vigilar que esto se cumpla y empezar con nuestro ejemplo. No podemos pedir a las otras personas algo que nosotros no estamos dispuestos/as a dar y tampoco podemos culpar por el incumplimiento de algún acuerdo a otras personas. Todos/as en la familia somos responsables de vivir los acuerdos que construimos.

Es importante que las normas y acuerdos se construyan entre TODA la familia, solo de esta manera se establecen mecanismos de exigibilidad y cumplimiento respetuoso.

Aprovechemos los momentos en los que la familia comparte y abramos espacios de diálogo y reflexión respetuosos.

CAPÍTULO 2

EL FENÓMENO DE LOS USOS Y CONSUMOS PROBLEMÁTICOS DE DROGAS

IDEAS CLAVE DEL CAPÍTULO

- Los usos y consumos problemáticos de drogas están presentes en la sociedad desde la antigüedad.
- Durante toda la vida, tenemos la opción de usar alcohol, tabaco y otras drogas, en nuestra niñez, adolescencia, adultez y vejez. Los usos y consumos de drogas NO son un problema exclusivo de los/las adolescentes.
- Los usos o consumos problemáticos de drogas no justifica la violencia. Cada persona decide como utilizar los objetos, siendo totalmente responsable por esta elección.
- La relación con las drogas que cada persona establece, es la que determina los efectos, riesgos y daños asociados a su uso y consumo.

OBJETIVOS DEL CAPÍTULO:

- Identificar prejuicios en el fenómeno de los usos y consumos problemáticos de alcohol, tabaco y otras drogas.

- Reflexionar sobre la vigencia e impacto de los prejuicios establecidos en la sociedad.

2.1 LOS PREJUICIOS Y SU CUESTIONAMIENTO

Este capítulo pretende mostrar los prejuicios existentes acerca del fenómeno de las drogas para tener la oportunidad de reconocerlos y superarlos. Muchos de los obstáculos que debemos enfrentar para reducir los riesgos y daños asociados a los usos y consumos problemáticos de alcohol, tabaco y otras drogas, están relacionados con los prejuicios. Por ello, entendemos que es importante reconocerlos y cuestionarlos, basándonos en los derechos humanos y fundamentos científicos.

Para analizar los prejuicios es necesario tener presente:

• Las drogas son diferentes unas de otras **y la relación que cada persona tenga con éstas será la que determine los riesgos en sus usos.** Los efectos de las drogas dependen del contexto en el que la persona vive y la condición orgánica del sujeto. Por ejemplo, hay personas a las que el café les produce sueño y a otras les dificulta dormir.

• Las drogas son objetos y no deciden sobre nosotros. Somos las personas quienes decidimos sobre las drogas.

• Las medicinas también son drogas.

• Las drogas con mayores daños asociados, en nuestro país, son el alcohol y el tabaco. Recordemos que estas están presentes en el mundo adulto y que su uso y consumo es legal.

• Los usos de drogas están presentes en la humanidad desde la antigüedad,

• Durante toda la vida, en nuestra niñez, adolescencia, adultez y vejez, tenemos la opción de usar alcohol, tabaco y otras drogas. Los usos y consumos problemáticos de drogas **no son un problema exclusivo de adolescentes.**

• El uso de drogas no genera la violencia de género ni otros tipos de violencia. La violencia de género es un fenómeno relacionado al poder, la política, lo cultural, social. De ninguna manera se la puede justificar por usos y consumos de drogas.

• Recordemos **que usar una droga es una decisión personal, cada individuo escoge la droga que usa y los fines para los cuales la utiliza.**

Es común que pensemos que la droga transforma a las personas. Sin embargo, los usos y consumos problemáticos de drogas no son contagiosos, ni cambian a nadie. Las personas decidimos sobre cada aspecto de nuestra vida, seleccionamos los objetos que necesitamos para sobrellevar alguna situación o particularidad y la forma de usarlos.

Aprendimos a justificar las violencias y problemas por los usos y consumos problemáticos de drogas. Pensamos que si no existiera el consumo de drogas, todos y todas estaríamos muy bien y sería un mundo perfecto. Las drogas tienen riesgos que se deben reducir al máximo, así como también prevenirlos pero continuar con los prejuicios solo profundiza los problemas porque da fundamentos para la exclusión, justificar la violencia e ignorar al fenómeno social.

- Pensemos sobre nuestros propios prejuicios y analicemos ¿cómo han afectado nuestra vida y las relaciones con otras personas?

- Después de lo leído en éste capítulo, aproveche los espacios donde la familia comparte para reflexionar sobre los prejuicios que tenemos y como actuamos muchas veces en función de ellos. Preguntemos a nuestros hijos e hijas ¿qué piensan y sienten sobre los usos y consumos problemáticos de drogas?

CAPÍTULO 3

USOS, CONSUMOS PROBLEMÁTICOS Y RIESGOS ASOCIADOS

INFORMACIÓN SOBRE DROGAS, DESDE LA REFLEXIÓN

IDEAS CLAVE DEL CAPÍTULO

- Hay diferentes tipos de usos así como consumos problemáticos de drogas.
- No todo uso de drogas se convierte en problemático, sin embargo debemos estar alertas para detectar un uso que pueda estar convirtiéndose en un consumo problemático.
- Los consumos problemáticos se originan cuando se genera una relación con el objeto droga y esta se convierte en un malestar para la persona y su entorno.

OBJETIVOS DEL CAPÍTULO:

- *Conocer la diferencia entre usos y consumos problemáticos de drogas.*

- *Informar sobre las situaciones y las formas de uso de drogas de especial riesgo.*

3.1 ¿QUÉ SON LAS DROGAS?

Las drogas son objetos que tienen un significado particular para cada persona y de esto dependerán los efectos, riesgos y daños relacionados a sus usos. Es importante mencionar que uso esporádico de cualquier droga, en contextos de riesgo significativo, puede volverse problemático, por ejemplo un uso único que lleve a intoxicación o accidente de tránsito.

La Organización Mundial de la Salud, OMS, en su definición clásica, define el término droga como toda sustancia, que poco tiempo después de ser incorporada en el organismo, produce una modificación en sus funciones. El alcohol, tabaco y fármacos también son drogas. La droga, más allá del ámbito psicofísico, es una sustancia a la cual cada persona y sociedad le otorga un significado particular que responde a contextos históricos, socioculturales, simbólicos y a las necesidades y motivaciones de cada individuo.

Por otra parte, el glosario de términos de alcohol y drogas[4] de la misma OMS hace énfasis en que el significado del término varía en función del contexto, cuando nos referimos a la droga en términos médicos se refiere a "toda sustancia con potencial para prevenir o curar una enfermedad o aumentar la salud física o mental y en farmacología como toda sustancia química que modifica los procesos fisiológicos y bioquímicos de los tejidos o los organismos. En el lenguaje coloquial, el término suele referirse concretamente a las sustancias psicoactivas y, a menudo, a las drogas ilegales"

[4] *Organización Mundial de la Salud (1994). "Lexicon of Alcohol and Drug Terms"*

Tenemos la creencia de que la legalidad de una droga define su daño, desconociendo que **todo uso de droga conlleva un riesgo y éste dependerá de cuánto, cómo, dónde, con quién y en qué circunstancias se las consuma.** Es importante mencionar que la relación problemática con las drogas se puede desarrollar con todo tipo de sustancia u objeto, pues esta no depende de su situación legal sino de los símbolos y contextos alrededor de las personas.

Por otra parte, la sociedad se ha encargado de clasificar a las drogas según las leyes del mercado e imposiciones jurídicas no propias a nuestra realidad cultural. Es así que drogas como el alcohol y tabaco que sabemos están relacionadas a mayores daños son aceptadas y muchas veces promocionadas; mientras que otras drogas que incluso en algunas culturas son parte de la vida armónica son catalogadas como nocivas y portadoras del “mal”.

A las drogas podemos clasificarlas de diversas formas, en cada una de ellas se encontrará diferencia y el daño o uso que se de en la persona variará incluso desde su aparición. En este contexto tenemos que las drogas se clasifican de acuerdo a su origen entre las que destacan, las drogas naturales, semisintéticas y sintéticas. Drogas por su forma de uso que son las denominadas sociales, ancestrales, terapéuticas y de uso industrial. Asimismo, las drogas se clasifican por sus efectos en el sistema nervioso central de las personas y por su condición de legalidad. Para efectos de esta guía nos referiremos específicamente a las dos últimas clasificaciones.

- Por su efecto en el Sistema nervioso central las drogas se clasifican en:[5]

Depresoras: son sustancias que disminuyen al sistema nervioso central, lo hacen lento, provocan sensación de sedación y provocan sueño. En esta categoría tenemos al alcohol, tranquilizantes, opioides (codeína, morfina, heroína, metadona), barbitúricos, benzodiacepinas, disolventes volátiles.

Estimulantes: estas drogas producen la activación o estimulación al sistema nervioso central. Provocan excitación, euforia y aceleramiento. Entre ellas tenemos a la coca y cocaína, pasta base, anfetaminas, nicotina (tabaco) xantinas (cafeína, teína, mateína).

Alucinógenos: son sustancias que producen un estado de conciencia alterado y provocan alucinaciones, pesadillas y desvaríos. Algunos ejemplos de estas sustancias son: LSD (ilegal), cucumelo, peyote (plantas de crecimiento natural).

Cannabinoides: las drogas de la familia de los cannabinoides son sustancias que se sitúan a medio camino del efecto del alcohol y de las drogas que afectan la percepción. Ej: marihuana, hachís (ilegales).

[5]Ministerio de Educación Argentina, (2012). Prevención del consumo problemático de drogas desde el lugar del adulto en la comunidad educativa.

- Por su condición de legalidad.

Las drogas pueden ser clasificadas también en legales e ilegales, sin embargo esta clasificación resulta subjetiva y varía de un país a otro, e incluso de una situación a otra.

Droga ilegal[6] **sustancia psicoactiva** cuya producción, venta o consumo están prohibidos. En sentido estricto, la droga en sí no es ilegal, lo son su producción, su venta o su consumo en determinadas circunstancias en una determinada jurisdicción.

Droga legal[7] sustancia legalmente disponible mediante prescripción médica o en algunas ocasiones también sin ella, en una determinada jurisdicción. Por ejemplo el alcohol, tabaco y algunos medicamentos de venta libre.

Debemos recordar y reconocer que todas las drogas independientemente que sean catalogas o clasificadas de diversa forma causan diferentes efectos en el organismo y que la relación que se establezca con ellas definirá el tipo de uso o los consumos problemáticos que pueda presentar en una persona.

[6] *Organización Mundial de la Salud (1994). "Lexicon of Alcohol and Drug Terms"*
[7] *Ibid*

Es importante resaltar que esta clasificación descuida la relación de la sustancia con el sujeto y su representación simbólica, contextos que serán los que definan a la interacción y sus efectos. Para aclarar lo anterior, debemos decir que cada organismo reacciona de manera diferente ante cada situación y sustancia por lo que esta categorización es solo una descripción de la droga, sin considerar la parte más importante que reside en la interacción de la persona con la droga, es decir para que se la escoge, con qué fin se la usa y cómo satisface sus necesidades y motivaciones.

Cada droga será asimilada desde la particularidad de la persona, la historia, los contextos en cada etapa de vida y sus efectos, los cuales varían según esta interacción. Esto significa que los efectos causados de una droga no solo dependerá de la sustancia sino también de la cantidad, forma de administración, expectativas, del contexto, tolerancia, calidad de la droga o si estas son mezcladas con otras sustancias. Como ejemplo podemos mencionar que a muchas personas el café les estimula y les produce insomnio mientras a otras personas la misma droga puede darles una sensación de relajación y sueño.

Son los símbolos y contextos con los que cada persona se acerca a la droga los que determinarán sus efectos y la relación que se establezca. Independientemente de su clasificación, todas las drogas producen efectos en el organismo de las personas y, dependiendo de la relación que cada persona establezca con la sustancia se producirán riesgos y daños asociados.

3.2 USOS Y CONSUMOS DE DROGAS

El uso de drogas hace referencia a **la relación que una persona establece con la droga en un momento determinado,** la misma que está guiada por motivaciones socioculturales. Cuando el uso no resulta problemático, no hay repercusiones negativas en áreas importantes de la vida del individuo.

Por otra parte, el consumo problemático se refiere a la **relación establecida con la droga de manera conflictiva generando malestar y/o deterioro;** en estos usos quedan relegados los aspectos socioculturales predominando la forma de relación y el malestar[8]. Dentro de estos usos podemos reconocer a lo que llamamos abuso de drogas y dependencia, sin embargo, es preciso considerar que el uso esporádico también podría devenir en problemático dependiendo del contexto.

Un ejemplo de ello es el de una persona que consume alcohol esporádicamente y que luego conduce un vehículo con el riesgo de accidente que esto conlleva. Otro ejemplo es el caso de alguien que decide experimentar con alguna droga, en una cantidad que puede ser, para la persona, una sobredosis o asimilada por el organismo de una manera que genere daño por un único uso.

[8]*CONSEP (2013). Usos, consumos de drogas y prevenciones. Quito.*

3.3 SITUACIONES Y FORMAS DE CONSUMO DE ESPECIAL RIESGO

Es necesario acordar que el uso de drogas tiene riesgos y estos dependerán de la cantidad usada, frecuencia, pureza de la droga, el contexto social y cultural del uso, condiciones psicofísicas, entre otros elementos. El uso de una aspirina puede ser riesgoso si la persona es alérgica a su composición química o, por ejemplo, presenta una condición médica ante el cual su uso sería dañino. Sin embargo, existen usos que generan mayores riesgos y es necesario analizarlos.

- Mezclar drogas

El consumo de múltiples drogas, aumenta el riesgo, provocando problemas de diversa índole. Las personas que usan alcohol tienen riesgo de sufrir intoxicación, accidentes de tránsito, entre otros riesgos; si se combina con otras drogas, los riesgos se multiplican. Por lo tanto, si una persona ha decidido consumir drogas debe evitar la mezcla. Se entiende por mezcla, no sólo el consumo de dos o más drogas en un mismo acto, sino también sucesivo, o sea una y después otra.

Consumir drogas mientras se toman fármacos indicados por médicos o combinar drogas junto con ciertos medicamentos incrementan los riesgos propios de los usos de drogas, debido a que la forma en que las sustancias interactúan en nuestro organismo es incierta, está fuera de nuestro control y puede provocar reacciones especialmente negativas.

- Consumir drogas en situaciones que requieren lucidez

Cuando el consumo de drogas tiene lugar mientras se ejecutan actividades que requieren precisión, lucidez, claridad mental o coordinación psicomotriz, los riesgos obviamente se multiplican. Por ejemplo, manejar autos, otros vehículos o maquinaria. También estar bajo efectos de drogas en situaciones de aprendizaje y memorización puede acarrear dificultades debido a que la memoria y otras zonas cerebrales se encuentran afectadas aunque la persona piense que es capaz de un alto rendimiento y una buena percepción.

- Consumo de drogas en eventos masivos

Si bien cada uso tiene su propio riesgo, el uso de drogas en espacios públicos, en eventos masivos tiene un particular riesgo y es que éstos responderán ya no sólo a las particularidades individuales sino también a las sociales, con los riesgos que esto conlleva. El uso de drogas en conciertos, además de no estar permitido, puede relacionarse con impases que al estar ante un fenómeno de masas no sabemos cómo van a resultar, generando mayores riesgos como problemas legales o situaciones de violencia.

- Consumir drogas durante el embarazo y lactancia.

Aunque se pueda considerar como algo conocido, no está de más recordar que cualquier droga que una mujer consuma durante el período de embarazo, es consumida por el feto, con un impacto negativo sobre su desarrollo. Los efectos en el feto pueden ser: partos prematuros, bajo peso al nacer, retraso en el desarrollo, malformaciones, síndrome de abstinencia en el bebé al nacer, entre otras situaciones médicas nocivas tanto para la salud del nuevo ser como para la madre.

Sucede lo mismo con las drogas administradas durante la lactancia materna, estas afectan de forma significativa al desarrollo del niño o niña. Todas las drogas son contraindicadas durante el período de embarazo y lactancia.[9]

- Consumir drogas en situaciones de enfermedad

Cuando una persona se encuentra en una condición médica su organismo responderá de manera diferente y con mayor sensibilidad ante los usos de drogas, por lo que los riesgos se verán incrementados. Por ejemplo, una persona que tiene bronquitis aguda se verá más afectada al fumar 20 cigarrillos diarios que una persona sin esta situación médica. De la misma forma, usar otras drogas en medio de una condición de salud especial puede agudizar los problemas de salud.

[9] *http://www.upch.edu.pe/ehas/pediatria/lactancia%20materna/Clase%209%20-%2010.htm 28-08-214 18:40*

- Consumir drogas en momentos en los que las personas se sienten emocionalmente vulnerables[10]

Es riesgoso consumir drogas cuando una persona se se sienten emocionalmente vulnerables, es decir alterados, ansiosos o formas más o menos intensas de tristeza. El riesgo de desarrollar relaciones de dependencia con la droga es más alto.

Es importante mencionar que en situaciones de exclusión, violencia y discriminación, los usos de drogas pueden estar relacionados con soportar la circunstancia de vida presente, sin embargo, estas realidades no justifican los usos o consumos.

La combinación de estas situaciones incrementa los riesgos hasta un punto imposible de calcular. Supongamos el caso de una persona que pierde su empleo y consume alguna droga: esta persona tendrá mayores riesgos de generar una relación dependiente por encontrarse en un momento de sufrimiento emocional.

Los contextos del consumo determinan en gran parte los riesgos. Obviamente no es lo mismo consumir acompañado de alguien que no dudará en detenernos si nos ve consumiendo excesivamente, en un ambiente regulado y protegido, a usarlo en lugares peligrosos con personas desconocidas. De la misma manera los riesgos de cada consumo dependerán de la velocidad del consumo (a mayor velocidad mayor riesgo), la cantidad usada (mayor cantidad mayor riesgo), tipo y calidad de la droga (la calidad desconocida de una droga genera mayor riesgo que al conocer su calidad). Todos estos elementos interactúan de manera dinámica con las motivaciones, decisiones, necesidades y símbolos de cada persona.

- Después de lo desarrollado en este capítulo generemos un espacio familiar para reflexionar y conversar sobre lo aprendido.

CAPÍTULO 4

ANALICEMOS ALGUNOS PREJUICIOS

IDEAS CLAVE DEL CAPÍTULO

- Los consumos problemáticos de drogas no generan en sí mismos violencia.

- Los consumos problemáticos de drogas no son un tema solo de adolescentes.

- El alcohol, tabaco y medicamentos son drogas.

- Cada uso de drogas tendrá efectos y riesgos diferentes para cada persona.

- Una persona que usa o tiene un consumo problemático, no necesariamente está vinculada al expendio de drogas.

OBJETIVO DEL CAPÍTULO:

- Analizar mitos que justifican la violencia por usos y consumos problemáticos de drogas, así como el impacto de los usos de drogas relacionados a las personas involucradas en las relaciones personales.

El fenómeno de la violencia está presente a lo largo de nuestra vida, en casi todos los ámbitos en los que nos desarrollamos, muchas veces la ignoramos o no la percibimos, lamentablemente hemos normalizado muchas manifestaciones de violencia en nuestras relaciones.

Sin embargo, esta realidad no es deseable, ni puede continuar. Es necesario, en primer lugar, reconocer que nosotros como personas hemos ejercido violencia hacia otros y también, en alguna ocasión, fuimos víctimas de actos violentos.

Entendemos por violencia a toda conducta (acción u omisión), que provoque daño, sufrimiento físico, psicológico o sexual, o la muerte a una persona, tanto en el ámbito público como privado. Su indicador principal es la existencia de un desbalance en las relaciones de poder entre las partes involucradas, por el cual una se impone sobre la otra a través del empleo de mecanismos físicos, psicológicos, sexuales o económicos.

La violencia puede ser considerada como un acto que surge en donde no existe el diálogo, la comunicación, la palabra o el reconocimiento de la otra persona. Por consiguiente, es una acción que transgrede el orden social, y la convivencia social, armónica y civil entre seres humanos.

Por otra parte, cuando hablamos de usos y consumos problemáticos de drogas, lo asociamos a comportamientos violentos y muchas veces incluso, los justificamos. Por ejemplo, podemos mencionar que el alcohol es una droga que desinhibe y por lo tanto, si la persona que consume es violenta, mostrará más fácilmente esa violencia por el efecto de la desinhibición. En ocasiones llegamos a justificar actos violentos considerando que la persona que los ejerce esta "bajo la influencia" de alguna droga en particular. Lo cierto es que el uso o consumo problemático de cualquier droga no justifica la violencia.

Toda forma de violencia afecta significativamente a las personas. Como familia, nos corresponde erradicarla de nuestro hogar pero también, generar espacios de diálogo donde nuestras hijas e hijos se expresen y podamos en conjunto reconocer manifestaciones violentas en otros ámbitos de la vida como la educación, el trabajo, los amigos, las relaciones afectivas, entre otros.

Los usos de drogas no producen, en sí mismos, las violencias.
Es la mirada social la que justifica la violencia bajo los efectos del alcohol, el tabaco y otras drogas.

Es importante recordar que los usos o consumos problemáticos de cualquier tipo de droga no justifican la violencia en ningún ámbito.

4.1 DROGAS Y VIOLENCIA DE GÉNERO

La violencia de género es un fenómeno complejo determinado por elementos de poder, control social, cultural, histórico, económico, político, sustentado en ideas preestablecidas sobre el cuerpo, el sexo, los roles de género y la sexualidad.

En esta línea es importante anotar que los símbolos que la sociedad y la cultura asignan a los usos de drogas se diferencian entre hombres y mujeres. La sociedad ha delegado roles específicos a cada género y, de la misma manera, ha delimitado los riesgos y daños asociados a los usos de drogas. Por este motivo es importante tener en consideración las implicaciones que este tipo de valoraciones ejercen sobre a las personas que usan o consumen y las consecuencias asociadas a este fenómeno.

El significado y las percepciones de los usos y consumos problemáticos de drogas en función del género están condicionados por el factor generacional y sociocultural. En determinados contextos, bajo la mirada tradicional, el consumo de drogas por parte de las mujeres es percibido como un comportamiento reprobable, objeto de rechazo social; sin embargo, existen esferas sociales en las que no ocurre lo mismo. La sociedad en su forma de mirar el género profundiza los riesgos en los usos de drogas femeninos. Por ejemplo, muchas veces aceptamos que los hombres fumen, sin embargo, al observar este comportamiento en mujeres, tenemos cierta tendencia a condenarlo. Lo cierto es que este comportamiento (fumar) no es adecuado para hombres o para mujeres.

En nuestro medio, lamentablemente, es común escuchar que una mujer fue abusada por estar bajo efectos de alguna droga, justificando al agresor y culpabilizando a la víctima de violencia. La creencia individual y social que plantea que el alcohol genera agresividad puede alentar a comportarse violentamente después de haberlo consumido y a consumirlo como disculpa por estos comportamientos. En este sentido la violencia intrafamiliar, que es la que ocurre dentro de los hogares e involucra a todos los miembros de la familia en varias ocasiones se la atribuye al consumo de drogas como el alcohol, dejando de lado lo esencial de las relaciones violentas, es decir el abuso de poder.

Recordemos que los usos de drogas son diversos y complejos pero siempre están circunscritos a una decisión, motivación y necesidad de la persona que la utiliza. Por ello, ningún tipo de violencia puede ser justificada por una elección de usar o no un objeto, en este caso las drogas.

- Reflexionemos sobre espacios donde se den desigualdades entre hombres y mujeres, recordemos que todas las personas tenemos los mismos derechos y las mismas responsabilidades.
- Utilicemos lenguaje y expresiones no sexistas (machistas, discriminantes, excluyentes) ni violentas en el abordaje de los usos de drogas.
- Recordemos que ningún tipo de violencia, en especial la violencia de género no se justifican por el uso de drogas.
- Evitemos culpabilizar a las mujeres por abusos y discriminaciones.
- Cuidemos el lenguaje y evitemos reforzar la violencia de género.
- Conversemos con nuestra familia sobre las formas en que están entendiendo los usos de drogas y las formas en que estamos relacionando con violencia para analizar estos mitos y prejuicios

- ***Reflexionemos sobre nuestras ideas sobre el tema y conversemos con la familia y nuestra comunidad.***
Analicemos como influye esta mirada sobre las relaciones entre las personas.

- ***Reconocer que nada justifica ninguna forma de violencia es un proceso necesario para establecer relaciones armónicas y desarrollarnos como personas.***

CAPÍTULO 5

¿CÓMO ABORDAR EL FENÓMENO DE LOS USOS Y CONSUMOS PROBLEMÁTICOS DE DROGAS EN EL HOGAR?

IDEAS CLAVE DEL CAPÍTULO

- Para hablar de drogas lo más importante es haber generado espacios de diálogo y escucha activa en el diario vivir.
- No todo uso es un consumo problemático.
- Los consumos problemáticos pueden ser abordados desde el respeto, la responsabilidad y el diálogo.
- En caso de intoxicación siempre es mejor llamar al equipo de salud más cercano y mantener a la persona intoxicada en posición de seguridad, vigilando su respiración y temperatura.
- Si nuestro/a hijo/a recibe presión de algún tipo para que consuma o venda de drogas debemos prepararlo para enfrentar esta situación y apoyarnos en las instituciones que pueden brindarnos protección.

OBJETIVO DEL CAPÍTULO:

- Brindar información para el diálogo con nuestros hijos e hijas sobre el fenómeno de los usos y consumos problemáticos de drogas.

5.1 ¿CÓMO HABLAR DE DROGAS CON NUESTROS HIJOS, HIJAS O REPRESENTADOS. ?

Muchas madres y padres creemos que hablar con nuestros hijos e hijas sobre drogas es prematuro. Sin embargo, esta es la única forma de asegurarse de emitir la información pertinente. Además, chicos y chicas conocerán nuestros puntos de vista y eso nos convertirá en interlocutores válidos.

El hablar del tema drogas surgirá después de haber construido espacios de comunicación amplios y respetuosos entre todos los miembros de la familia. Por ello, hablar de drogas será hablar de un tema más con nuestros hijos e hijas. Seguramente los adolescentes ya han escuchado mucho sobre este tema y por ello es importante iniciar la conversación con lo que ellos y ellas ya conocen o con lo que les inquieta.

Las personas adultas en general, nos sentimos incómodos al hablar con nuestros hijos e hijas de las drogas.

Tememos no saber lo suficiente como para abordarlo con propiedad. Creemos que los adolescentes saben más que nosotros y eso nos hace sentirnos inseguros. Otras personas piensan que si dan un espacio para conversar del tema, estimularán la curiosidad hacia las drogas y aumentará el interés por consumirlas. Este temor es por completo irreal.

No hablar al respecto es dejar en manos del azar que adquieran o no la información adecuada. Son, precisamente, los y las adolescentes que no tienen espacios de diálogo y desarrollo quienes no saben que decisiones tomar sobre los usos de drogas y quienes tienen mayores riesgos.

Recuerden que también ellos pueden sentirse incómodos al hablar de drogas. Pueden creer que si dan a entender a sus familias que saben lo suficiente de las drogas, sospecharán que las usan. Esto también lleva a que no se planteen si quiera admitir en sus hogares que alguna vez han probado drogas. Están convencidos que el enfrentamiento sería inevitable. Los y las adolescentes tienen claro que una discusión con sus familias no les aporta nada e intentarán evitarla a toda costa.

Presentamos algunas consideraciones para hablar con nuestros hijos e hijas sobre los usos y consumos problemáticos de drogas, así como para realizar prevención integral en nuestros hogares:

• Reconozca oportunidades para hablar sobre el tema con sus hijos o hijas, Por ejemplo: Una noticia sobre drogas en algún medio de comunicación.

• Si su hija o hijo muestra curiosidad por el alcohol, hable del tema. Coméntele sus propias experiencias y opiniones sobre los riesgos en relación con esta droga.

• Indague sobre la información que sus hijos/as reciben sobre las drogas en la institución educativa y muestre su interés por el tema. Como padres, madres y representantes, su rol es el de facilitar el desarrollo de sus hijos e hijas.

• Mantenga una conversación relajada, entendiendo lo que su hijo/hija le comunica.

• Muéstrele que para usted lo más importante es su bienestar, escuche con atención sus puntos de vista y atienda sus sentimientos.

• Exprese sus sentimientos para ayudarles a que comprendan mejor su punto de vista.

• Pregúntele por las normas existentes en la institución educativa sobre los usos y consumos problemáticos de drogas, así como la forma de resolver los problemas relacionados a sus usos.

• Respalde el respeto a los derechos humanos y que se proteja la integración e integridad de las personas.

• Acuerde normas sobre los usos de drogas en casa. Esto propiciará comunicación clara y abierta, así como la convivencia armónica.

• Es importante que comunique a sus hijos e hijas que usted estará a su lado siempre que lo necesite. No dé por supuesto que ya lo sabe, es importante que lo escuche de usted.

• Recuérdeles que está a su disposición para ayudarles a afrontar sus problemas y aconséjales acerca de las soluciones que, en su opinión, pueden resultar más útiles.

• Cuando dé un consejo, no espere que sea tomado. NO decida por sus hijos/as y ayúdeles a irse responsabilizando de sus decisiones.

• Ante la duda sobre si su hijo/hija usa drogas, la primera reacción puede ser de miedo. Aunque no siempre resulte fácil controlarse, será de gran ayuda hablar con calma tratando de escuchar claramente lo que le trata de decir.

• Muchas familias piensan que una buena estrategia para evitar que sus hijos/as usen o consuman drogas es contarles historias exageradas y que inspiran miedo. Estas tácticas tienen pocos resultados a corto plazo y a medida que su hija o hijo crezca dejará de creer en ellas y perderá la credibilidad en usted.

Para hablar de drogas es importante empezar por hablar y escuchar. Recuerde que más importante que saber todo sobre las drogas, es entender y valorar a sus hijos e hijas.

5.2 ¿QUÉ HACER CUANDO NUESTROS HIJOS O HIJAS MANIFIESTAN USOS O CONSUMOS PROBLEMÁTICOS DE DROGAS. ?

Para abordar los usos de drogas de nuestros hijos e hijas, es importante recordar que no todo uso se convierte en consumo problemático y la forma de enfrentar esta situación será vital para evitar riesgos posibles. Recordemos que nuestro rol como familia es acompañar, proteger y guiar. El juzgar y actuar de forma violenta incrementa el problema.

Por otra parte, debemos recordar que nuestras hijas e hijos son personas autónomas e independientes, que en algún momento de su vida pueden decidir usar o experimentar con alguna droga, recordemos también que nosotros como padres, madres y representantes no podemos decidir por ellos, ni cargar con la responsabilidad que ellas y ellos generan con sus actos.

A continuación describimos algunas recomendaciones para abordar el tema en el hogar:

• Busque un momento que pueda hablar sin interrupciones, de manera amplia y sincera.
Hablar desde la realidad es importante, el miedo debe ser superado para posibilitar el encuentro con nuestro/a hijo/hija.

• No enfrente el tema en un momento en el que está bajo el efecto de alguna droga. Permita que su hijo/a se encuentre en capacidad de un diálogo profundo.

• Deje claro que lo que le preocupa es su salud y su bienestar. Asegúrese que la/el adolescente sepa que usted está ahí para ayudarle a superar cualquier dificultad que se le presente.

• Es importante que permita que su hijo o hija se exprese y pueda comentarle con libertad su realidad, sus decisiones y las motivaciones para ello. Ésta es la única manera de saber cómo apoyarlo.

• Busque con su hijo/hija analizar sus motivaciones para el uso de drogas y las posibles opciones de mejora.

• En el caso de ser necesario, busque un profesional para que les guie y oriente. Recuerde que todo proceso terapéutico debe ser voluntario y llevar obligado/a a su hijo/a solo dificultará todo.

• Evite culparse o culpar a otra persona por el uso de drogas de su hijo/hija. Recuerde que los usos y consumos problemáticos de drogas son una decisión personal.

• Recuerde que su hijo/hija necesita de usted y de su familia para resolver cualquier situación problemática en torno a las drogas. El alejarlo/a con internamientos y otras formas de separación deberá ser la última opción y previo acuerdo con su hijo/hija y un profesional calificado.

• Proteja a su hijo/hija de cualquier forma de exclusión o discriminación por uso de drogas. Recuerde que los usos y consumos problemáticos de drogas no son un crimen ni son justificación de violencia.

Cada familia es diferente. En ocasiones se cree que las familias que han migrado, en las que los padres se han separado y otras circunstancias son la causa de los usos y consumos problemáticos de drogas de nuestros/as hijos/as. Esto no es cierto y solo limita y excluye.

5.3 ¿QUÉ HACER EN CASO DE INTOXICACIÓN?[10]

Es importante saber qué se debe hacer en el caso que encontremos a nuestra hija o hijo en estado de intoxicación por consumo de drogas. Se debe iniciar ayudándole a relajarse, hable con un tono de voz normal. Invítele a sentarse en una habitación tranquila y si comienza a respirar agitadamente, cálmele y converse con él/ella de manera sosegada y lenta.

Mientras vigila el estado de su hijo/hija, llame a un médico o al servicio de emergencias (911). Algunas drogas, como los tranquilizantes y el alcohol, pueden hacer que la persona que las consumió se sienta adormilada y entre en coma.

Mientras la ayuda especializada llega, ayúdela/o a ponerse en posición de seguridad (colocar a la persona acostada sobre su lado izquierdo, la pierna del mismo lado extendida y por encima de ésta la otra pierna flexionada, el brazo del mismo lado debajo de la cabeza, actuando como almohada).

No deje que se enfríe y tampoco se exceda con el calor. Quédese con el/ella todo el tiempo y si necesita marcharse para llamar a una ambulancia, vuelva enseguida. Si sabe qué sustancia ha consumido, comuníqueselo al personal de salud que lo atienda.

Si la persona está en un lugar que pueda resultar riesgoso (calle, balcones, piscinas, etc.) trasládela a un lugar seguro. En todos los casos será más fácil poder ayudar si contactamos a profesionales de la salud.

Es importante evitar "remedios caseros" para estas ocasiones, muchas veces en lugar de ayudar, generamos complicaciones mayores.

[10] *Junta Nacional de Drogas, (2010), Guía de promotores de salud, Herramientas para promoción juvenil de salud y prevención de problemas relacionados con las drogas, Uruguay*

5.4 ¿QUÉ HACER CUANDO UNA PERSONA PRESIONA A NUESTRO HIJO/A PARA EL CONSUMO O VENTA DE DROGAS?

Si bien los usos y consumos de drogas son una decisión personal, en ocasiones nuestros hijos pueden sentir presión social para el uso de estas, mediante intimidación o manipulación.

En caso que su hijo esté siendo presionado para usar alguna droga, es importante recordarle que cada persona tiene capacidad de tomar decisiones. Hablar con el adolescente de los motivos por los cuales se siente presionado, lo que piensa y siente es vital. Es importante ayudarle a encontrar internamente los recursos personales y sociales para enfrentar una situación y prepararlo para reaccionar ante una nueva insistencia. También es bueno que nuestro hijo sepa que deseamos su bienestar, que deseamos dialogar de todo lo que le sucede y que para nosotros es importante apoyarlo siempre.

Existen personas, en cada Institución Educativa Departamento de Consejería Estudiantil (DECE), que estarán gustosas de apoyarnos y orientarnos en este tema.

Cuando una persona esté presionando a su hijo para la venta de drogas, se debe buscar apoyo con personas e instancias que lo pueden ayudar a solucionar este problema. Dentro de la Institución Educativa, los tutores y el equipo del DECE, tienen un rol fundamental para apoyarnos y evitar que sufra daños y riesgos. Existen instituciones como la policía, fiscalía y su programa de protección a víctimas y testigos, que puede evitar que las personas que presionan a nuestro hijo o hija lo lastimen.

Como padres, madres y representantes, debemos respaldar a nuestros hijos e hijas en todo su desarrollo y con más atención cuando se presentan casos de presión o manipulación. En estas circunstancias debemos vigilar que los derechos de nuestros hijos no sean vulnerados por ningún motivo. La privacidad y la educación, son derechos y debemos velar en situaciones complejas como las mencionadas.

- Después de lo analizado en éste capítulo, genere espacios de diálogo con su familia para propiciar el entendimiento del tema.

5.5 ALGUNOS INDICADORES IMPORTANTES PARA DETECTAR POSIBLES SITUACIONES DE USOS O CONSUMOS PROBLEMÁTICOS.

Una duda frecuente de padres y madres tiene que ver con identificar si sus hijos usan drogas. Asumimos muchas veces una actitud inquisitiva y podemos llegar a violar su intimidad cuando tenemos sospechas. Es importante entender que durante la adolescencia las personas tienen comportamientos diferentes a cuando son niños y las relaciones construidas con la familia cambian.

Es difícil identificar a simple vista cuando nuestros hijos usan drogas, esto puede resultar más fácil cuando ya lleve un tiempo haciéndolo, sin embargo siempre será una tarea compleja. Es importante tomar en cuenta que el intentar saber si nuestros hijos o hijas consumen drogas **nunca puede convertirse en una obsesión**[11]**.**

A continuación se indican algunos signos o comportamientos que pueden o no estar relacionados con los usos de drogas, **cuando varios de estos indicadores están presentes, es necesario que estemos alertas y busquemos orientación profesional.**

- Baja del rendimiento escolar.

Si notamos que las calificaciones y rendimiento académico de nuestros hijos disminuye en relación con los periodos anteriores debemos estar alertas. Este indicador puede o no estar asociado al uso, sin embargo esté atento a estos cambios y verifique que está pasando con la institución educativa, converse con el personal docente y sus otros compañeros.

[11] *Drogas, hijos adolescentes y dudas. Manual para madres y padres. España s/f*

- Falta a clases a menudo.

La institución educativa ha reportado que su hijo falta con frecuencia y usted no ha logrado conocer que hace durante este tiempo. Intente acercamientos con su hijo para abrir espacios de comunicación en los que puedan expresarse libremente y dar a conocer sus inquietudes. Es probable que existan otras causas relacionadas con las ausencias a la Institución.

- Cambiar el grupo de amigos radicalmente.

En la adolescencia es común cambiar de grupo de amigos, sin embargo es necesario que pregunte a sus hijos por sus nuevos amigos y esté pendiente de las actividades que realizan.

- Ha notado que su carácter ha cambiado, es más agresivo o se aísla habitualmente

Las variaciones en los estados de ánimo suelen ser algo más comunes en los adolescentes, pero debemos considerar que los cambios de humor asociados al consumo de drogas pueden ser más visibles y excesivos.

- Sabe que tiene amistades que usan drogas.

Si tiene conocimiento de que las amistades de su hijo presuntamente usan drogas es necesario que no haga juicios de valor, no impida la relación de sus hijos con estas personas de manera violenta ni tajante. En lugar de ello, entable un diálogo que le permita a sus hijos reflexionar sobre los riesgos a los que están expuestos. Las y los adolescentes deben tener la capacidad de tomar sus propias decisiones y a la vez debemos promover que sean responsables de ellas.

- Nota síntomas físicos como:

pupilas dilatadas o contraídas, ojos enrojecidos y pequeños; congestión nasal, reacción lenta de movimientos, habla muy despacio, o por el contrario se está muy acelerado.

Si observa alguna de esta sintomatología debe acudir a un centro médico para descartar una enfermedad física. Este indicador no se relaciona necesariamente con el uso de drogas.

Es importante que conozcamos cuáles son los hábitos e intereses de nuestros hijos, si bien en esta etapa de la vida se generan algunos cambios, cuando estos son demasiado rápidos o bruscos constituyen una señal de alerta.

RECUERDE QUE:

• Es importante estar informado sobre los temas que son de interés de nuestros hijos e hijas. Que si no conozco o entiendo sobre un tema puedo acudir a la Institución Educativa de mi hijo y hablar con los tutores o los profesionales del Departamento de Consejería Estudiantil (DECE).

• Es importante generar espacios de encuentro con la familia para compartir, esta actividad promueve la salud mental y potencia el desarrollo integral de las personas.

•Promueva espacios para reflexionar conjuntamente sobre sus inquietudes y problemas dentro de los cuales puede hablarse de la relación con las drogas.

• Entender que en la adolescencia los hijos e hijas necesitan separarse un poco de los padres, y buscar nuevos referentes en sus pares, amigos o compañeros.

• Observe como se relacionan sus hijos con otras personas. Si cree que tiene problemas para decir "no" a los amigos o busca demasiado la aceptación del grupo, se debe trabajar con ellos para fomentar su autoestima, asertividad e independencia.

• Fomente en sus hijos un espíritu crítico. Reflexionen en conjunto sobre los mensajes de los medios de comunicación, las políticas, el deporte, la institución educativa, las relaciones personales, entre otros.

• Recuerde que sus hijos son personas autónomas y libres, pero en este mismo sentido, deben asumir las responsabilidades de sus actos.

• Las reglas del hogar deben ser consensuadas y claras, en caso de incumplir alguna norma debe existir una consecuencia para cualquier miembro de la familia que incurra en esto.

• Ser demasiado permisivos genera irresponsabilidad en los hijos, los límites permiten desarrollar capacidades de adaptación y desarrollo para las personas.

• Exprese claramente su opinión aunque tenga la impresión de sus hijos no comparte el mismo punto de vista. Respete la opinión de sus hijos aunque no la comparta.

GLOSARIO

Acompañamiento: es la forma de permitir la construcción de conocimiento, estando junto a la persona que se acompaña para guiar y facilitar su desarrollo; propicia espacios de desarrollo para transitar por la vida desde las metas y necesidades propias.

Asertividad: estrategia de comunicación en la que se brinda a la persona el espacio propicio para que manifieste sus convicciones, respetando sus derechos, sin que esto implique vulneración de derechos de otros, violencia ni sumisión.

Autocuidado: capacidad que cada persona tiene de cuidar de sí misma, considera la salud física, mental y la capacidad de evitar situaciones que pongan en riesgo su integridad.

Autorregulación: capacidad de cada persona de ajustarse, regular o ponerse en orden en relación con las demandas del medio.

Autonomía: capacidad de las personas para la construcción de un proyecto de vida individual, del lado de decisiones responsables y propias que tomen en consideración a los otros y establezcan las mejores relaciones humanas posibles.

Consumo problemático: relación establecida con la droga que se convierte en conflictiva, genera malestar y/o deterioro. Está subordinado a los aspectos socioculturales que enmarcan el consumo de dicha sustancia. Dentro de estos se reconoce a lo que se conoce como abuso de drogas y dependencia; sin embargo, es preciso considerar que el uso esporádico también podría devenir en problemático.

Derechos humanos: garantías jurídicas universales que protegen a las personas y los grupos contra acciones y omisiones que interfieren con las libertades, los derechos fundamentales y la dignidad humana. Definen las relaciones entre los individuos y las estructuras de poder, especialmente del Estado. Desde el punto de vista jurídico, pueden definirse como todos los derechos individuales y colectivos reconocidos por los Estados en sus constituciones y en el derecho internacional.[1]

[1] *http://www.oacdhecuador.ec/index.php/acerca-oacdh/derechos-humanos, 11/01/2014, 23:30 pm.*

GLOSARIO

Estereotipos: imagen o idea que se asigna sin criterio objetivo a una persona o grupo de personas a quienes se les atribuye características sobre uno o varios aspectos.

Género: todos los aspectos psicológicos, sociales y culturales de la feminidad y de la masculinidad (aquellos que le son asignados de manera diferencial a cada sexo por la cultura) y que son interiorizados por cada persona. Unas características que transcienden las diferencias entre los sexos, centradas exclusivamente en aspectos biológicos.[2]

Integración social: proceso que mira en dos dimensiones: el sujeto y la comunidad. Ambos se acercan para su comprensión y complementación. Al sujeto se le brinda los espacios y facilidades para el desarrollo de capacidades que le permitan la integración en la comunidad, pero al mismo tiempo se generan espacios para que la comunidad desarrolle comprensiones y capacidades necesarias para acoger a todos sus miembros, reconocerlos y valorarlos.

Interculturalidad: en todas las sociedades existen diversas culturas y esta diversidad es la expresión de las identidades. Es en el escenario de la interculturalidad donde se manifiestan, configuran, encuentran, reconocen e interactúan las identidades en la diversidad.

Prejuicio: opinión previa y categórica, por lo general desfavorable, acerca de algo que se cree conocer.[3]

Reducción de riesgos y daños: Describe las políticas estrategias y programas orientados a la disminución de daños derivados de los usos y consumos problemáticos de drogas, así como la política antidrogas.[4]

Sistema: conjunto de reglas, principios o unidades, relacionados entre sí.

Usos culturales de las drogas: el imaginario cultural de las drogas maneja un conjunto de procesos de apropiación de los usos de sustancias en los que el valor simbólico prevalece sobre los valores asociados. Configura una subordinación de la dimensión simbólica, en relación a experiencias, prácticas y creencias que circulan en un contexto social dado[5].

[2]Sánchez, L. et al. (2004). Estudio Internacional sobre género, alcohol y cultura. España

[3]Diccionario de la lengua española, 2001.

[4]CONSEP (2013). Usos, consumos de drogas y prevenciones. Quito. [5] Ibídem

GLOSARIO

Enlaces y documentos de interés

Ministerio de Educación.

Información sobre los servicios que oferta el Ministerio de Educación del Ecuador.

www.educacion.gob.ec

Ministerio de Salud Pública.

Información sobre los servicios que oferta el Ministerio de Salud Pública del Ecuador.

www.msp.gob.ec

Observatorio Nacional de Drogas.

Encontraremos documentos relacionados con el fenómeno social e información científica relevante.

http://www.drogasinfo.gob.ec/

Drogas. Guía para padres y madres.

Información relacionada a la prevención de los usos y consumos problemáticos de drogas desde la familia.

http://www.pnsd.msc.es/Categoria2/publica/pdf/guia.pdf

Guía para padres y madres preocupados por las drogas.

Información de apoyo relacionada con la actuación en casos de usos y consumos problemáticos de drogas.

http://www.pnsd.msc.es/Categoria2/publica/pdf/AndaluciaGuiaPadres.pdf

BIBLIOGRAFÍA

• Calabrese, A. y Ryan, S., (2001), “Las adicciones y su prevención, en un marco reflexivo y de derechos”. UNICEF.

• Carballeda, Alfredo, (2005), La Intervención en lo Social. Editorial Paidós. Buenos Aires, Argentina.

• CONSEP, (2013), Usos, consumos de drogas y prevenciones, Quito, Ecuador.

• Delgado, C, Sobre Enfermedades Políticas y Drogas, Asuntos del Sur, 13 de noviembre de 2013.
http://www.asuntosdelsur.org/sobre-enfermedades-politicas-y-drogas/

• Delgado, C, Experiencias sobre programas de prevención de drogas para grupos vulnerables, 18 de noviembre de 2013
http://www.asuntosdelsur.org/experiencias-y-buenas-practicas-sobre-programas-de-prevencion-de-drogas-para-grupos-vulnerables/

• Delgado, C. Las Drogas y su imaginario social, 15 de enero 2014
http://www.asuntosdelsur.org/las-drogas-y-su-imaginario-social/

• Delgado, C. Drogas: Miedos y prevenciones, 30 de enero de 2014
http://www.asuntosdelsur.org/drogas-miedos-y-prevenciones/

• FAD (2013), Curso prevención de drogodependencias y otros riesgos psico sociales, en el ámbito comunitario, Módulo 5 Técnicas para la prevención del consumo de drogas, Quito, Ecuador

• Gagliano, R, (2005), “Esferas de la experiencia adolescente. Por una nueva geometría de las representaciones intergeneracionales” en anales de la Educación Común. Tercer siglo, año 1 Nº1- 2 Adolescencia y Juventud / Septiembre. La Plata, DGCyE, Argentina.

• González Zorrilla, C., (1987), “Drogas y Control Social” en Poder y Control Nº 2, Pág. 49 a 51, Barcelona, España.

• Ministerio de Educación Argentina, (2012), Prevención del consumo problemático de drogas desde el lugar del adulto en la comunidad educativa, Argentina.

BIBLIOGRAFÍA

• Junta Nacional de Drogas, (2013), La gestión de Riesgos, Un camino hacia el abordaje de la problemática de drogas, Uruguay.

• Junta Nacional de Drogas, (2010), Más información menos riesgos, Problema de drogas compromiso de todos, Uruguay.

• Junta Nacional de Drogas, (2010), Guía de promotores de salud, Herramientas para promoción juvenil de salud y prevención de problemas relacionados con las drogas, Uruguay.

• Junta Nacional de Drogas, (2012), Guía para padres y madres, Uruguay.

• Organización Mundial de la Salud (1994). "Lexicon of Alcohol and Drug Terms"

• Orellana D., (2003), "La Salud en la Globalización", ediciones Abya-Yala, Quito-Ecuador.

• PALOP, M., (2006), Propuestas para abordar las drogodependencias desde un enfoque de género. Primer encuentro de personas expertas Mujer y Drogas. Madrid.

• Rubio, G. y Blázquez, A. (2000). "Mujer y problemas por el alcohol". En: Guía práctica de intervención en alcoholismo, pp: 327-336. Colegio de Médicos de Madrid, España.

• Sánchez, L. et al. (2004). Estudio Internacional sobre género, alcohol y cultura: Proyecto GENACIS. Sociedad Española de Toxicomanías. Alicante, España.

• Touzé, G. (1992). "Prevención y alternativas de rescate del sentido de la vida" en La Calidad de Vida de la Persona: Desafío Actual del Nuevo Milenio. Editorial PUCMM, Argentina.

• Touzé, G. (2005). "Prevención de adicciones. Un enfoque educativo" Ed. Troquel. Argentina.

• UNODC, (2013), International Standars on drug User Prevention, Estados Unidos.

NOTAS

NOTAS

NOTAS

NOTAS

NOTAS

NOTAS

Ministerio de Educación

Educamos para tener Patria

www.educacion.gob.ec

Información: 1800 33 82 22 o info@educacion.gob.ec

Ministerio de Educación