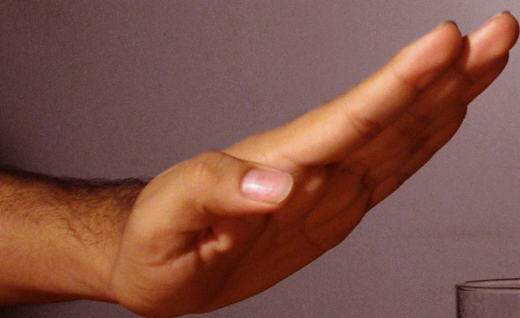


ADICCIÓN FATAL

Material didáctico



Contenido

Parte 1: Presentación

Ficha técnica y sinopsis	3
Objetivos pedagógicos	3
Con quiénes podés utilizar este video	4

Parte 2: Lo que debemos saber sobre la adicción a las drogas

Te queremos contar	5
Drogas y Adicción	6
Las drogas y su sintomatología	10
Consecuencias del consumo de drogas	12
¿qué nos lleva a consumir?	14
¡Alerta roja! - Prevenir antes que lamentar	16
Si tenemos una adicción, podemos salir	17
Centros a los que podemos acudir	18
Organizaciones que trabajan en la prevención	19
Las drogas en Nicaragua	20
Drogas legales e ilegales	21
Ser feliz y pasarla bien, sin drogas	21

Parte 3: La ficha didáctica

El video-foro - Antes de la proyección	24
Preguntas para la reflexión	25
Conclusiones	28
Actividades complementarias	29

Parte 4: Glosario	34
Bibliografía y fuentes consultadas	35

Producción audio-visual y
material didáctico a cargo de



Para

Con la cooperación de



y la colaboración de



Ficha elaborada por: Flor Velásquez y Milagros Romero

Asesoría técnica: Dr. Hugo España

Revisión de contenido: Rosa Romero y David Orozco del Fondo de Población de las Naciones Unidas

Diseño y diagramación: Joel Molina



Presentación

Parte 1

Ficha Técnica

Guión, realización y edición: **Joaquín Zúñiga**

Cámara y Sonido: **Román Umaña Medina**

Cámara adicional: **César Núñez**

Mezcla y Asistencia de edición: **Joel Molina, César Núñez**

Producción de campo: **Marjorie Aróstegui, Wendy Paiz, Román Umaña**

Derechos de reproducción: **Fundación Luciérnaga, Alba Films y UNFPA**

País y año de producción: **Nicaragua, 2011**

Sinópsis

Con testimonios de víctimas y expertos, el documental "Adicción fatal" presenta las diferentes fases de la adicción a las drogas, legales e ilegales, que afectan la vida de miles de adolescentes y jóvenes.

Muestra las formas de inducción al consumo de drogas, tales como: los vacíos emocionales, los problemas familiares, la presión de grupo y la necesidad de un sentido de pertenencia al mismo. Igualmente, ahonda en la terrible vivencia de quienes se iniciaron en el consumo de drogas y han librado una ardua batalla por salir, enfrentándose a las situaciones más difíciles: desintegración familiar, delincuencia, violencia, depresión, entre otros.



Objetivos Pedagógicos



El documental "Adicción fatal" tiene como objetivo principal mostrar a las y los jóvenes y adolescentes las diferentes fases de las adicciones a las drogas, legales e ilegales.

Se pretende que las y los jóvenes y adolescentes reconozcan los mecanismos de inducción a las drogas y las consecuencias del uso y abuso de estas sustancias, así como los efectos que cada una produce en el organismo.

Además, que las y los jóvenes y adolescentes construyan estrategias de vida que les permitan prevenir las adicciones y que obtengan, dado el caso, herramientas que ayuden a superar la dependencia a las drogas.

El presente material didáctico tiene como objetivos:

1. Brindar información científica, clara y sencilla sobre qué son las drogas, las consecuencias de la drogodependencia y ejemplos de superación de adicciones.
2. Brindar a facilitadoras/es juveniles, maestras/os y acompañantes de grupos de jóvenes, una herramienta metodológica que aporte a su trabajo.
3. Acompañar, de forma dinámica y amena, la presentación del documental “Adicción fatal”, de modo que las y los jóvenes y adolescentes comprendan y analicen mejor su contenido.

Con quienes podés utilizar este video



Este material está dirigido a las y los jóvenes y adolescentes de las zonas urbanas y rurales de Nicaragua. En las zonas urbanas, para las y los jóvenes y adolescentes, que no sólo están expuestos a las drogas legales, sino a los expendios de drogas ilícitas que invaden los barrios. En las zonas rurales, para las y los jóvenes y adolescentes, que también están en constante relación tanto con las drogas legales, como con las ilegales.

No se recomienda su presentación a menores de 12 años, a menos que se trabaje con ellos en un proceso integral de prevención del consumo de drogas.

Es ideal que se creen espacios de reflexión para que jóvenes y adolescentes se cuestionen y analicen situaciones similares a las presentadas en el documental que podrían poner en peligro su salud.

Se recomienda también presentar el documental a personas adultas en una sesión diferente a la de los jóvenes y adolescentes. También, es importante que la discusión y análisis se realicen en grupos y no individualmente, ya que la reflexión colectiva permite que el grupo cuestione, aprenda y se apropie más fácilmente de los contenidos.

El uso de este documental y este material didáctico es también recomendable para tomadores de decisiones y representantes de instituciones públicas como el MINSA, MINED, MIFAMILIA, y organismos no gubernamentales que aborden temas de juventud y que trabajen en la lucha contra el consumo de drogas.

LO QUE DEBEMOS SABER SOBRE LA ADICCIÓN A LAS DROGAS...

Parte 2

Te queremos contar...

"Empecé a consumir alcohol como a los 14 años. Empecé a robar en la casa, ya cuando no podía iba donde los vecinos a prestar dinero en nombre de mi mamá. Robé, mentí, estafé a gente...te acostumbras a ese tipo de cosas, a estar pidiendo...perdés tu dignidad."

"Un día me metí al baño de la casa del expendedor y me puse a llorar, y consumí llorando, ya había perdido por completo mi voluntad, ya no era yo. Mi mamá ya no sabía que hacer, me tuvieron que golpear y a la calle."



PEDRO



JUAN CARLOS

"Yo no fui adolescente, yo de ser un niño pasé a ser un drogadicto. Las drogas al final terminaron haciendo que a mi madre la apuntara con una escopeta, desconociéndolo todo, uno es un esclavo literalmente..."

"Yo estuve 17 años en las drogas, el primer día que no me drogué me sentía que sólo tenía la piel, porque había sido mi mundo, había sido todo para mí..."

"Cuando ya tenía 11 años empecé a andar en el vicio de la droga, el alcohol, ya andaba perdido en las calles. Por la droga dejé de estudiar...el dinero del colegio iba donde el "pucher" a beber, a fumar. Un día mis hermanas tomaron la decisión de correrme de la casa."

"El que quiere cambiar, tiene que hacer el esfuerzo, y la verdad es que aquí estoy echándole ganas para seguir adelante."



JIMMY

Pedro, Juan Carlos y Jimmy, nos cuentan en el documental "Adicción Fatal" sus experiencias con el consumo de drogas. Para ellos no fue fácil reconocer que la adicción a las drogas es un problema y tampoco fue fácil superar dicha situación, pero lo decidieron por su bien y el de su familia. Muchas personas, al igual que ellos, tienen problemas con su familia, sus amigos, su salud, en sus trabajos, en la escuela o universidad, con la ley, problemas todos, debidos a las drogas.

Las drogas, casi siempre, se nos presentan como inofensivas, pero es necesario que sepamos que su consumo y abuso nos puede traer muchos conflictos.

Ellos nos cuentan que empezaron a consumir desde que eran adolescentes, porque esta es una etapa difícil en la que podemos caer en el mundo de las drogas. De hecho, la mayoría de las personas que se hacen adictas a una sustancia empiezan en la adolescencia.

Por eso, es importantísimo que las y los jóvenes y adolescentes conozcamos acerca de las consecuencias del uso de las drogas, las reconozcamos, tengamos una estrategia para prevenir el consumo y manejemos herramientas para librarnos de las adicciones.

Pero, a todo esto, te estarás preguntando, ¿qué son las drogas? y ¿por qué son tan peligrosas?. Para contestar a tus inquietudes, te invitamos a que sigás leyendo este material y aprendas con nosotros/as y con tu grupo qué son las drogas.

Drogas y Adicción

Cuando Jimmy empezó a consumir drogas, ni siquiera sabía lo que eran ni el daño que le podrían hacer. No queremos que otros jóvenes empiecen a consumir por desconocimiento, por eso te contamos que:

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), una droga es una sustancia, natural o sintética, que introducida en un organismo vivo, puede modificar una o más de sus funciones, ya sean físicas, emocionales o mentales.

El uso recreativo de drogas es un factor de riesgo para la habituación al consumo, sobre todo en personas que abusan de estas sustancias para llenar vacíos causados por problemas emocionales o familiares.

Cuando un/a joven o adolescente empieza a consumir drogas frecuentemente, su cuerpo y su mente no solo se acostumbran a los efectos que esta produce, sino que puede llegar a depender de dichos efectos para sentirse bien y necesitar aumentar la cantidad y la frecuencia de consumo para producir los mismos efectos, esto es a lo que se le llama: DROGADICCIÓN.

Las drogas pueden causar dependencia física, psicológica y social.



**las drogas
pasan factura**



Dependencia FÍSICA

Se da por que el cuerpo crea la necesidad de la droga y cuando no la consume empiezan los malestares. El organismo reclama la sustancia mediante la aparición de síntomas físicos que producen un estado de carencia que puede ser muy molesto para quienes lo padecen.

Dependencia Psicológica

Se da porque hay un sentimiento de satisfacción y un impulso psíquico que requiere la administración regular de la droga para producir placer o evitar el malestar. La privación de la droga provoca malestar, ansiedad, irritabilidad, tristeza, trastorno depresivo, etc. Una vez que cesa el consumo puede tardar la adaptación a una nueva vida sin la sustancia. Esta interrupción deja un vacío y permite la reaparición del malestar que el consumo trataba de cubrir.

Dependencia Social

Se da por querer complacer a nuestros amigos o compañeros. Es decir que muchas veces las y los adolescentes y jóvenes consumen drogas por quedar bien con el grupo de amigas o amigos al que pertenecen, o para tener un espacio donde sentirse acogido o acogida socialmente. Muchas veces también hay jóvenes que consumen para poder socializar, porque tienen dificultades para entablar una conversación o sentirse a gusto cuando están en grupo.



La DROGODEPENDENCIA es negativa en la vida de cualquier persona, joven, adolescente, niña/o o adulta/o porque nos priva de nuestra propia voluntad, por lo tanto no somos libres, somos presas de una sustancia que destruye nuestra vida. Lo más importante, es que tengás presente que ser DROGODEPENDIENTE, te hace ser una persona SIN LIBERTAD.

Es importante saber que no todas las personas que prueban o que consumen alguna vez una droga, son drogodependientes, o drogadictas, pero sí están en mayor riesgo de serlo. Las personas, en relación a las drogas se clasifican de la siguiente forma*:

Persona	Descripción
Abstinentes	Los que no han tenido ninguna relación con la sustancia ni la han consumido en ninguna ocasión para ninguna finalidad.
Usuario Experimental o casual	Han experimentado con drogas y jamás han vuelto a consumirlas, aquí se incluyen los que han usado alguna droga con fines médicos en alguna ocasión.
Usuarios ocasionales	La consumen de vez en cuando sin que aparezcan síntomas de tolerancia.
Usuarios habituales	Utilizan la droga con relativa frecuencia, aparecen los síntomas de tolerancia pero no existen todos los síntomas de dependencia, en este punto empieza a deteriorarse la persona en su funcionamiento dentro de la sociedad.
Drogodependientes	Uso frecuente y prolongado de la droga, manifiesta la dependencia, la tolerancia y el síndrome de abstinencia. Claro deterioro personal que va en aumento.

Debido al consumo de drogas, Pedro dejó de comer, de dormir, lo único que consumía era droga, se alejó de sus amigos y lo peor es que no se sentía bien consigo mismo, él nos dice: "Ya no era yo". Él ahora reconoce que el consumo de drogas es una enfermedad que puede causar grandes daños a las personas que las consumen, sus familiares y amistades.

La DROGODEPENDENCIA es considerada una enfermedad física, psicológica y social.

Se considera una enfermedad física porque las drogas modifican la química del cerebro, cambiando así su normal funcionamiento.

Las personas adictas desarrollan tolerancia a las drogas y consumen más cantidad de sustancia para producir el mismo efecto. Así, el cuerpo comienza a necesitar estas sustancias, y su ausencia, causa síntomas de vacío físico, provocando incomodidad y enfermedad.

A la sensación de vacío causada por la necesidad de consumir drogas, se llama SÍNDROME DE ABSTINENCIA.

*Tomado de la serie: Materiales Complementarios. Cuaderno # 7, pág. 11. Managua, Sep. 2003. © UNFPA



Ojo! El síndrome de abstinencia es el conjunto de reacciones químicas o físicas que ocurren cuando una persona con adicción a una sustancia deja de consumirla.

Se dice que es una enfermedad psicológica porque cambia radicalmente el comportamiento. Muchas veces, todo lo que hace una persona con adicción a las drogas está dirigido a satisfacer la necesidad de consumo. El drogodependiente desarrolla conductas como la obsesión, compulsión y negación.

Obsesión: Cuando una joven o un joven es adicto a las drogas, casi siempre, no puede pensar en otra cosa que no sea consumir, en cómo conseguirla y en cómo administrársela. Todo gira en torno a las drogas, y el resto: la familia, amigos, intereses y obligaciones, dejan de ser importantes.

Compulsión: El adicto tiene una necesidad creciente de droga. Una vez que inicia el consumo, no puede parar.

Negación: A medida que los adictos empiezan a acumular problemas en el trabajo, hogar y en la sociedad, comienzan a negar dos cosas:

- Que la droga es un problema que no puede controlar
- Que muchos problemas en su vida son a causa del uso de la droga.

La DROGODEPENDENCIA se considera una enfermedad social porque cuando se comienza a necesitar más a las drogas que a las personas que nos rodean pueden arruinarse o destruirse las relaciones personales con la familia, los amigos y compañeros de trabajo.

Se puede dejar de participar en el mundo, abandonar metas y planes, dejar de crecer como persona, dejar de intentar resolver constructivamente los problemas y recurrir a más drogas como "solución".

El abuso de las drogas puede también perjudicar a otros, por ejemplo: el dinero con que son pagadas las drogas puede privar a la familia de satisfacciones vitales como comida o ropa. También puede generar violencia dentro del hogar.



Las drogas y su sintomatología

Lo más seguro es que, cuando Pedro, Jimmy y Juan Carlos empezaron a consumir drogas, no tenían ni idea de los síntomas que les provocaría en su cuerpo estas sustancias.



En el video, el Dr. España nos explica que las drogas nos pueden provocar "un deterioro del aspecto físico, del cuidado, de la alimentación, a

largo plazo habrá pérdida de la memoria, destrucción del hígado, de los riñones, del pulmón, alteraciones cardíacas, aumento de la presión, infartos del corazón, derrames cerebrales..."

Ahora te explicaremos cuáles son los efectos de los principales tipos de drogas:

- **Derivados del opio: Morfina, Heroína**



Su administración es inyectada o fumada.

El síndrome de abstinencia provoca lagrimeo, secreción nasal, bostezo, dolores musculares, escalofríos, pupilas dilatadas, sudoración, diarrea y fiebre.

Los efectos sobre el organismo a corto plazo son:

Alivio del dolor, intoxicación aguda, pupilas contraídas, depresión respiratoria, pulso enlentecido, parálisis intestinal, edema pulmonar y shock. Los efectos

sobre el organismo a largo plazo son la pérdida de apetito, estreñimiento, adelgazamiento, caries y complicaciones infecciosas en las vías intravenosas.

- **Licor (alcohol etílico)**

Su administración es oral. El síndrome de abstinencia provoca síntomas leves: temblor de manos, insomnio, pesadillas, vómitos, diarreas y fallos de la memoria; y síntomas graves: delirium tremens, alucinaciones, convulsiones, deshidratación.

Los efectos sobre el organismo a corto plazo son la falta de apetito, náuseas, vómitos, diarrea y ardor de estómago.

Los efectos sobre el organismo a largo plazo son:

1. En el rostro: Ojos, nariz y pómulos enrojecidos, cabello escaso y fino.
2. En el aparato digestivo: Úlcera, gastritis, esofagitis, diarrea, hepatitis, cirrosis y cáncer de hígado.
3. En el sistema nervioso: Polineuritis y síndrome alcohólico fetal.



- **Cocaína (coca) y Crack (piedra)**

La forma de administración es aspirada, fumada o inyectada. El síndrome de abstinencia suele aparecer después de varios días de consumo intenso: apatía (falta de impulso vital, decaimiento), letargia (sueño profundo y mantenido), gran apetito y depresión. Los efectos sobre el organismo a corto plazo son:

estimulación general, falta de apetito, sensación de aumento de fuerza física y capacidad intelectual, posibilidad de infartos e intoxicación aguda: sequedad de boca, sudoración, fiebre, irritabilidad, temblores, espasmos, convulsiones y delirio.

Los efectos sobre el organismo a largo plazo son la delgadez y la perforación del tabique nasal.



La forma de administración es fumada. El adicto a esta sustancia no presenta síndrome de abstinencia.



Los efectos sobre el organismo a corto plazo son: aumento del apetito, taquicardia, aumento de tensión arterial, enrojecimiento de los ojos, disminución de la fuerza muscular e intoxicación aguda: despersonalización, confusión, inquietud y excitación. Los efectos sobre el organismo a largo plazo son disminución de fuerza muscular y complicaciones similares a las del tabaco.

- **Alucinógenos: LSD y hongos psicobios**



La forma de administración es oral. El adicto no presenta síndrome de abstinencia. Los efectos sobre el organismo a corto plazo son taquicardia, hipertensión, fiebre, temblores y el aumento de reflejos.

- **Nicotina (cigarro)**

La forma de administración es fumada.

El síndrome de abstinencia causa irritabilidad, ansiedad, conducta de búsqueda, inquietud motora, insomnio, fatiga y aumento del apetito. Los efectos sobre el organismo a corto plazo son:



Taquicardia, aumento de la tensión arterial, mal aliento e irritación de mucosas del aparato respiratorio, digestivo e intoxicación aguda: mareos, dolor de cabeza, vómitos, sudoración y tos. Los efectos sobre el organismo a largo plazo son envejecimiento precoz, disminución de la memoria, dolor de cabeza, fatiga, conjuntivitis, bronquitis, enfisema, cáncer de pulmón, de boca y de faringe.

- **Cannabis (marihuana)**

- **"La Pega"**



La forma de administración es por inhalación. El síndrome de abstinencia causa irritabilidad, ansiedad,

dolor de cabeza, vómitos, contracciones musculares y calambres.

Los efectos sobre el organismo a corto plazo son: dilatación de la pupila, náuseas, vómitos, taquicardia y cuadros alucinatorios. A largo plazo son convulsiones, deterioramiento psicológico y trastornos de tipo psicótico. También puede afectar la función hepática, renal, pulmonar y cardíaca. La sobredosis puede producir la muerte súbita.

Consecuencias del consumo de drogas

Las consecuencias que trajo el consumo de drogas a la vida de Pedro, Jimmy y Juan Carlos, no han sido pocas. Ellos vieron como sus familias los sacaron de la casa, sus madres sufrieron, dejaron de estudiar, etc. Esto nos muestra que las drogas dañan mucho y traen graves consecuencias para nosotros y nuestro entorno. Hay muchas consecuencias que sería bueno que conozcas, y que podás dar a conocer a las y los jóvenes que tenés a tu alrededor.

Las principales consecuencias que tiene la adicción a las drogas son:

FAMILIARES

Se deterioran nuestras relaciones familiares pues empezamos a ausentarnos del hogar y sustituir los momentos en familia por los momentos en los que se consume la droga.

Se generan conflictos con nuestra familia porque dejamos de cumplir con nuestras obligaciones como jóvenes y adolescentes,



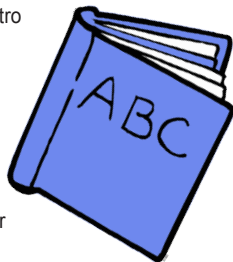
tales como estudiar y participar en actividades de nuestra ciudad o comunidad.

Las adicciones, también son un factor para la violencia familiar. Muchas personas dependientes de las drogas pueden llegar a golpear a las personas de su casa movidos por su necesidad de consumo.

También, el padre o madre del joven o adolescente adicto puede usar la violencia equivocadamente por creer que de esta manera lo ayudará a recuperarse de la adicción.

LABORALES O ESCOLARES

Las adicciones pueden hacer que bajemos nuestro rendimiento escolar y laboral, porque ya no estamos tan interesados en salir adelante, sino en consumir drogas. Los amigos y amigas se alejan y podemos llegar a tener problemas con nuestros



jefes en el trabajo debido a nuestro comportamiento.

Finalmente, cuando nuestro desempeño escolar o laboral cambia podemos ser expulsados o despedidos

JUDICIALES

La adicción a las drogas nos puede acarrear muchos problemas con la justicia. Es muy frecuente que las personas adictas roben en sus casas para comprar drogas.

Por otro lado, muchas y muchos jóvenes y adolescentes se involucran con pandillas para robar o vender sustancias ilícitas y así poder consumir.

A veces la necesidad de consumo los lleva a usar la violencia en esos robos, ya sea en sus casas o en la calle.

Cuando estas situaciones suceden se llega a tener problemas legales, y como resultado, las y los jóvenes y adolescentes son detenidos por la Policía y encarcelados. Luego, dentro de las cárceles sufren más violencia y recurren a más crímenes para poder consumir.



ECONÓMICAS

Las adicciones afectan no solo nuestra economía personal y familiar, también la economía de nuestro país. Cuando un joven o adolescente se hace adicto a las drogas empieza a gastar todo su dinero en consumir.

Cuando su dinero no le alcanza, empieza a afectar la economía de su familia robando objetos o dinero de su casa.

Finalmente, cuando no puede conseguir más dinero en su casa, empieza a robar a personas de su comunidad o a desconocidos.

Una persona que no trabaja y que además, centra su vida en el consumo de drogas, le genera al país gastos públicos por los malestares físicos y sociales que la adicción genera.

Además, se ve afectado el desarrollo personal de quien consume y mientras más personas drogodependientes existan, menos posibilidades tiene el país de salir adelante.



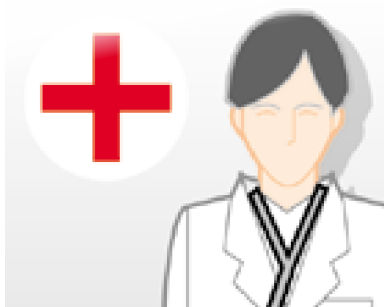
A LA SALUD

Debemos recordar que la drogadicción es una enfermedad causada por la dependencia a las drogas.

Esta enfermedad ocasiona síntomas físicos y psicológicos que afectan nuestra salud.

Además, la adicción a las drogas causa estados de ánimo negativos e irritabilidad, actitudes violentas, pérdida de nuestra autoestima y sentimientos de culpa.

Los síntomas físicos que nos puede causar varían de acuerdo a la sustancia de la que se es dependiente, como se explicó en el apartado anterior.



¿qué nos lleva a consumir?

Para entrar al mundo de las drogas existen algunos factores que propician en la juventud mayores posibilidades de consumir drogas. Estos factores pueden ser individuales, escolares, familiares o sociales*.



Individuales:

- La baja autoestima
- El sentido de invulnerabilidad
- El retraimiento
- La inseguridad
- La curiosidad
- La no aceptación (propia y de los demás)
- El miedo
- El valor que se le otorgue a la salud y a la vida, propia y de los demás
- La forma de enfrentar los problemas personales y de manejar la tristeza, la desesperanza, la frustración, la desesperación, la soledad, las críticas, los errores, las enfermedades, los duelos y los retos.
- La forma de manejar el sentido de aventura, la popularidad, la rebeldía y las normas sociales establecidas.
- La falta de asertividad, es decir la capacidad de respuesta y de toma de

decisiones propias sin hacer caso a presiones, retos o amenazas.

- La incapacidad de reconocer, elegir, aceptar o de rechazar "amigos".
- El no tener un sentido de pertenencia, es decir, sentir que somos parte importante de una familia, grupo de amigos, escuela o comunidad.



Familiares

- El ejemplo, si alguno de los progenitores o familiares son consumidores de alguna droga.
- La desintegración familiar.

*tomado de www.esmas.com

- El manejo inadecuado de los problemas cotidianos.
- La falta de reconocimiento, aceptación, identificación y orientación familiar.
- La falta o injusta asignación de responsabilidades domésticas.
- La carencia de normas flexibles, pero con límites.
- El respeto y acato a las normas establecidas.
- La presencia de violencia.
- La presión por el dinero.
- La inadecuada comunicación y la excesiva presión entre los miembros de la familia.

Sociales

- El tipo de drogas que son aceptadas socialmente como el tabaco o el alcohol y la disponibilidad para adquirir drogas ilícitas.
- El tipo de amigos y la relación que se lleve con ellos.
- El impacto de los medios de comunicación.
- la falta de oportunidades que tiene la juventud.



Políticos

- Las políticas establecidas con relación a la permisibilidad y control en el uso y consumo de drogas, ya que cada país y cada cultura tiene las propias.
- Las leyes establecidas con relación a la producción, venta, tráfico y distribución de drogas.
- La injusticia, impunidad y corrupción con relación a la producción, venta, tráfico y distribución de drogas, lo que ha dado como resultado un fuerte incremento del narcotráfico en América Latina.

Escolares

- Falta de información adecuada sobre las drogas, los riesgos y las consecuencias del consumo.
- Presión excesiva por mantener el rendimiento académico.
- Aprobación o aceptación implícita del consumo de drogas en el ambiente escolar.

¡Alerta Roja!

Existen algunos comportamientos que nos pueden ayudar a saber si alguien está consumiendo drogas. Algunos de ellos son:

- Cambios repentinos de costumbres y hábitos de vida.
 - Cambio de amistades, evitando que los padres las conozcan.
 - Actitud hostil hacia los miembros de la familia.
 - Ausencia de interés por su persona, sus hábitos higiénicos y sus cosas.
 - Disminución del
- 
- apetito.
 - Disminución del rendimiento escolar.
 - Disminución del nivel de atención.
 - Intranquilidad, ansiedad, nerviosismo.
 - Petición reiterada e insistente de dinero.
 - Pequeños robos y problemas legales
 - Incomunicación

Prevenir antes que lamentar

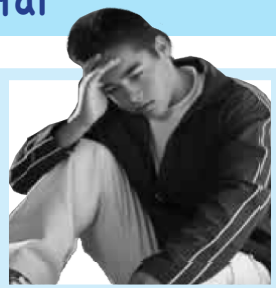
Hablar de la prevención del consumo de drogas no es sólo un tema de las madres y los padres de familia, sino de toda la sociedad.

La prevención se concibe en la actualidad como un abordaje que incluye todas las disciplinas y los diferentes sectores de la sociedad, entre los que se incluyen el estado, las organizaciones no gubernamentales, las instituciones privadas, etc.

En Nicaragua, hay un alto porcentaje de niños, niñas y adolescentes que están en riesgo de entrar en pandillas o de consumir drogas, principalmente los niños y niñas trabajadores de la calle.

La mejor forma de prevenir es fomentar en niños, niñas y adolescentes valores, proyectos personales, capacidades propias y libertades responsables que les lleven a tomar decisiones adecuadas en cualquier momento de la vida. Se trata, pues, de crearle a las nuevas generaciones condiciones familiares, sociales y comunitarias, que les permitan desarrollarse sanamente, donde puedan expresar sus sentimientos agradables y de frustración, donde haya posibilidad de resolver los conflictos positivamente y donde cada niño/a y adolescente se sienta parte del tejido social al que pertenece.

Esta no es tarea fácil, es por eso que muchas instituciones estatales y ONG han optado por trabajar la prevención con las familias, con los niños y niñas, y en alianza con instituciones



privadas y estatales, que no sólo vean en la drogadicción a “jóvenes delincuentes”, sino a niños que no se les dieron oportunidades y que por lo tanto fueron fácilmente arrastrados al mundo de las drogas.

Educar es Prevenir

La escuela puede ayudarnos a desarrollar una conducta social adecuada, aprendizajes efectivos y actitudes necesarias para evitar caer en el consumo de drogas. La meta final de la educación debe ser el desarrollo integral de la persona, por eso se debe prestar especial interés a los problemas causados por la adicción a las drogas, que impiden este desarrollo. En la educación está incluida la prevención; si la escuela funciona adecuadamente como una institución educativa ya está actuando preventivamente.

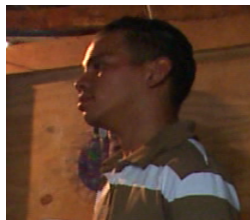
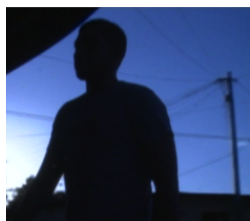
Si tenemos una adicción, podemos salir...

Cuando hablamos de adicción a las drogas, parece que fuera un problema del cual no se puede salir nunca. Pero las historias de los protagonistas del documental nos demuestran lo contrario. Juan Carlos consumió durante 17 años, las drogas fueron su mundo, pero él se lo propuso y pudo salir, al igual que Pedro y que Jimmy.

Es muy difícil dejar la adicción a cualquier sustancia, sin embargo la Organización Mundial de la Salud reconoce que el tratamiento es el proceso que se comienza cuando alguien adicto a las drogas se trata con un profesional hasta que alcanza la salud y el bienestar personal más alto posible.

Una persona, y principalmente un(a) joven, que es adicto(a) a cualquier droga, pasa por distintas etapas antes de rehabilitarse, estas etapas son:

- La etapa de la negación: en ella la persona no reconoce que tiene un problema y que es adicta.
- La etapa de la contemplación: en ella la persona reconoce que tiene un problema pero no está dispuesto a recibir tratamiento.
- La etapa de la ACCIÓN: en esta fase la persona ha tomado la decisión de actuar y cambiar su vida.
- La etapa final es el mantenimiento: ¡Un nuevo estilo de vida que le permitirá desarrollarse como persona!



En estas etapas, existen pasos que ayudan al/a la joven a salir del círculo de las drogas, en la mayoría de los casos es necesario un apoyo decidido de la familia o de las personas más cercanas, puesto que es una etapa difícil.

Superar una adicción a las drogas conlleva ciertos procesos:

- La desintoxicación: en ella el objetivo es eliminar del cuerpo las drogas y de la mente la idea de consumir.
- La deshabitación: en la que la persona en tratamiento restablece sus intereses y sus metas de vida.
- La rehabilitación: en ella se realizan terapias individuales y terapias familiares para prevenir una recaída.
- La reinserción: en ella la persona vuelve a integrarse a la sociedad, al trabajo, a la escuela y a su vida familiar.

Centros a los que podés acudir

REMAR:

Página web: www.remarnicaragua.org

Teléfono: 2268-7720

2268-3267

Centros en León, Masaya y Managua.

REMAR



CARA:

Teléfono: 2278-0578.

Dirección (Managua): Colonia "Miguel Bonilla". De la terminal de ruta 168, 1 cuadra arriba, frente al cementerio de Jocote Dulce.

CENICSOL

Teléfono: 8990-9613.

Dirección (Sábana Grande): Terminal de la ruta 163, ½ c. al Sur, Managua.

HODERA:

Teléfono: 2535-2782.

Dirección (Carazo): De la Iglesia Católica, 1km. al sur, a mano izquierda.

REJESAD:

Teléfono: 8955-1318.

Dirección: Managua, Km. 30 ½ carretera norte.

Un nuevo ser:

Teléfono: 8718-3322. Dirección (Chontales) Bo. Tamanes, Ermita Católica 4 cuadras al Sur, Juigalpa.

Hogar CREA Internacional:

Teléfono: 2260-2051.

Dirección (Managua): De la parada El Ceibo ½ cuadra al Sur, Bo. San Judas, Managua. Centros en Managua y Estelí.



Organizaciones que trabajan en la prevención

Equilibrio

Clínica Equilibrio

Managua, Nicaragua.
Con el licenciado Danilo Norori.
Trabajador Social y Terapeuta
en Adicciones
E-Mail: equilibrio@cablenet.com.ni
Teléfonos: 22 68 12 95 /
88 52 50 77

Dirección de Asuntos Juveniles de la Policía Nacional:

Delegaciones
Departamentales y
Distritales a nivel nacional.
www.policia.gob.ni/dajuv



Casa Alianza – Nicaragua
Managua, Costado Este Ministerio del
Trabajo.
E-Mail: proyectos@casaalianza.org.ni
www.casa-alianza.org

Asociación Quincho Barrilete:

Managua, Nicaragua.
Barrio Costa Rica. Plásticos Modernos
1 cuadra al Sur y ½ cuadra abajo.
Telefax: (505) 249 8174
E-Mail: aqbarrilete@yahoo.com



Centro de Prevención de la Violencia

Managua. Club Terraza Villa
Fontana, 1/2 c. al lago casa # 23.
Telefax: 22781637
Telefono: 22707997
Email: ceprev@ibw.com.ni



Casas Municipales de Adolescentes y Jóvenes CaMAJ:

43 municipios, departamentos de
Chinandega, León, Estelí, Nueva Segovia,
Jinotega, Matagalpa, RAAN, RAAS, Madriz
y Managua.
Asociación de Municipios de Nicaragua –
AMUNIC.
Telf. 2266-9095
www.vozjoven.net



Federación Coordinadora Nicaragüense de ONG que trabajan con la Niñez y la Adolescencia – CODENi:

Del Canal 2 de T.V. 1c y 1/2 al norte, 2 1/2
c al oeste, Bolonia Casa No. 29. Código
Postal: PA-104.
Teléfonos: (505)266-1503, (505)268-1008
E-mail: codeni@codeni.org.ni
Web: www.codeni.org.ni



Las drogas en Nicaragua

Nicaragua es uno de los países de Centroamérica que más combate el narcotráfico internacional, sin embargo, nuestro país es una ruta de tránsito para la venta de drogas.

También existen expendios de estas sustancias ilegales dentro de nuestras comunidades y barrios.

El consumo y venta de drogas es un factor directo de inseguridad ciudadana pues aumenta las pandillas, los robos y otros delitos, y genera problemas en nuestros hogares.

Roberto Orozco, experto en temas de Seguridad Ciudadana y Crimen Organizado del Instituto de Estudios Estratégicos y Políticas Públicas (IEEPP), basándose en investigaciones realizadas en 2010, manifestó lo siguiente*:

"En la Costa Caribe, en Managua y en varias zonas del Pacífico ha surgido y está creciendo un fenómeno que consideramos muy peligroso: la legitimación social de las actividades del narcotráfico...Según cifras oficiales de la Dirección de Investigación de Drogas de la Policía Nacional, Managua es la principal plaza para el mercado ilegal de consumo y venta de drogas y es el lugar que tiene más expendios a nivel nacional. Oficialmente, hay 992 expendios en todo el país. Bluefields es la segunda plaza de mercado de drogas en Nicaragua.



Para Orozco, la legitimación social del narcotráfico se da porque algunas personas ven en la venta de drogas una forma muy fácil y rápida de conseguir dinero, además la cantidad de droga que pasa por el país va cada día en aumento (en el 2008 se incautaron 15,352 kilos de droga) y cada vez más cantidad de droga se queda en el país, porque a los "muleros" se les paga con droga que solo logran vender dentro del territorio nacional, por lo que se está empezando a extender el consumo, llegándose a considerar casi como algo "normal", principalmente entre muchos grupos de jóvenes.

Un informe del CAPS (Centro de Atención Psicosocial) de Bluefields, informa que en los primeros ocho meses del año 2010 atendieron a 6,500 alumnos de secundaria y de primaria por algún grado de adicción de drogas. Los expendedores de drogas han colocado los expendios de drogas alrededor de las escuelas."

Drogas legales e ilegales

Una de las clasificaciones más conocida, es la de las drogas legales e ilegales. Se trata de diferenciar entre las sustancias que son permitidas por las leyes y la sociedad y las que no. Esta clasificación varía dependiendo del país y costumbres de éste. En el caso de Nicaragua, están las siguientes:



- **Drogas legales:** Son las drogas que están autorizadas para su venta y consumo. Algunas de ellas son el alcohol, el tabaco y los fármacos que se usan bajo indicación médica.



- **Drogas ilegales:** Son las drogas que son traficadas de forma ilegal porque no se permite su venta y consumo. Algunas de ellas son la marihuana, la heroína, la cocaína (coca) y el crack (piedra).

Ser feliz y pasarla bien sin drogas

Hasta ahora has conocido todos los riesgos, las consecuencias y las dificultades que se puede pasar por las drogas. Todo esto ocurre porque los/las jóvenes buscamos algo que nos llene, que sacie nuestra curiosidad, que nos haga sentir bien, y como no tenemos una

buena orientación tomamos el camino más rápido, el que tenemos más cerca y el que nos da placer más rápido.

Pero queremos contarte que es posible pasarla bien, ser feliz, saciar la curiosidad, sentir placer, y ser un/a joven "tuani" sin necesidad de usar drogas. Por aquí te dejamos algunos consejitos, pero lo más importante es que vos digas NO A LAS DROGAS.



• Pasarla bien*

Si usás drogas para intentar reírte, lo más probable es que los demás se rían de vos ya que no actuarás con naturalidad. Para



pasarla bien, lo mejor es ser vos mismo, actuando según tu forma de ser, de forma natural y con respeto. Hay muchas formas de pasarla bien sin drogarse, vos sabrás qué te gusta a vos mismo hacer.

- **Solucionar un problema**



Las dificultades sólo se solucionan haciéndoles frente. Si usás las drogas como un medio para solucionar un problema te estarás creando otro.

- **Relacionarme mejor con la gente**

La simpatía o las habilidades sociales no se adquieren por medio del uso de drogas.

Para relacionarse con las personas es mejor aprender y desarrollar conductas socialmente eficaces. No necesitás drogas para poder socializar.

- **Evadir la realidad**

Hay veces que la realidad que nos toca vivir es muy dura y momentáneamente necesitamos evadirla.

Es mejor hacerlo mediante la práctica de un deporte, oyendo música, yendo al cine, visitando un amigo o amiga, o alguna sana afición; pero no con las drogas, porque corremos el riesgo de no regresar a la auténtica realidad en la que vivimos.



- **Conocer nuevas sensaciones**

El ser humano siempre busca algo nuevo, busca naturalmente nuevas sensaciones. Las drogas crean la ilusión de enseñar nuevas cosas, pero en realidad terminan por privarte de sentir plenamente el amor, la amistad, la realización y por consiguiendo la felicidad. Las drogas no son la mejor fuente de nuevas sensaciones y experiencias.



- **Estar a la moda**

Sinceramente, hay modas que es mejor no seguir. Así de sencillo. Vos debés ser el dueño de tu propia moda, sin dejarte presionar por nadie en cuanto a lo que debés y no debés hacer. Que no te engañen diciendo “que esto o lo otro es lo último, la novedad”. Todas las drogas son conocidas desde hace rato por las distintas sociedades.

- **Obtener mejores resultados académicos o deportivos**



Con las drogas tal vez mejorés tus resultados eventualmente, pero a corto plazo notarás que la bajada es mucho mayor. Además estás engañando a los demás y perdés credibilidad y confianza en vos mismo. Es mejor un buen esfuerzo que un éxito no merecido.

- **Tener éxito con las chicas / chicos**

Esto es algo deseable por todos, pero si alguien te ha dicho que con las drogas podrás ligar más, te han engañado. Podrás estar más hablador o más risueño; pero sólo serán estados que duran muy poco tiempo. Es mejor ser jovial y simpático por naturaleza o aprender a serlo mediante el aprendizaje de habilidades sociales.

Todos podemos mejorar nuestras habilidades para socializar.

- **Integrarme en el grupo de amigos/ amigos**

Si para formar parte de un grupo necesitás tomar alguna droga es mejor que cambiés de amigos. Pensá que aquellos, en realidad no lo eran ya que no toleraban, ni permitían que vos te comportaras según tus propios criterios. Pobre el destino de un grupo que exige ser drogadicto para ser aceptado y querido por el grupo.

- **Disfrutar de la vida**

A todos nos gusta disfrutar, reír, pasarla bien. La diferencia está en la manera que utilizamos para ello. El uso de drogas altera nuestro comportamiento, el sentido de la vida y modifica todas nuestras relaciones sociales y familiares. De este modo difícilmente se puede disfrutar. Es mejor aprovechar y desarrollar al máximo las posibilidades que cada uno tiene: su personalidad, sus amigos, sus cualidades, su familia...



Parte 3

LA FICHA DIDÁCTICA

El Video-foro



Un video-foro es una actividad metodológica que puede ser muy útil para introducir un tema, cuestionar conductas o concluir una actividad. También es muy útil cuando no se cuenta con mucho tiempo para trabajar con el grupo, ya que se requieren entre una hora y una hora y media para desarrollarlo.

Se trata de la presentación de un video, en este caso es el documental "Adicción fatal", y después de la proyección de este, se realiza una reflexión, un diálogo con el grupo en base a una guía de preguntas que se sugieren en esta ficha.

Podemos realizar el video foro de dos maneras, la primera es haciendo una reflexión general, abordando rápidamente cada uno de los temas que se sugieren en la guía de preguntas. La segunda forma, es desarrollar una reflexión más específica basándonos en uno de los temas que toca el documental, como los problemas familiares causados a raíz de una adicción o el problema de las pandillas y la delincuencia juvenil generados por la venta y el consumo de drogas, por mencionar solo algunos.

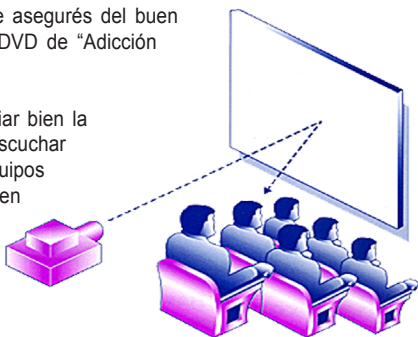
Con la primera forma se tendrá una visión mas integral del tema. La segunda manera es muy útil si tenemos interés en trabajar una temática mas específica con las y los jóvenes y adolescentes.

Antes de la Proyección

Es importante que antes de la proyección te asegures del buen estado de los equipos de proyección y del DVD de "Adicción fatal".

Asegurá que el sitio esté oscuro para apreciar bien la imagen, y hacé énfasis en el silencio para escuchar bien el sonido del video. Si cuentan con equipos de sonido profesional, asegurate que esté bien ecualizado.

Cuidá que el grupo se sienta cómodo y que todos y todas tengan buena visibilidad del Documental.



Explicá brevemente al grupo que en este momento van a ver un video llamado “Adicción fatal”, que habla de la adicción a las drogas y que tiene una duración de 24 minutos.

Comentá al grupo que el Documental tiene algunas imágenes que pueden resultar fuertes, pero que son necesarias para ver la realidad de manera clara y hacer un buen análisis sobre la vida de los personas que aparecen en el Documental.

Es bueno que le dejés claro al grupo que las imágenes fuertes del video son imprescindibles para mostrar la realidad a que se someten estos jóvenes, y que no se pretende reforzar la violencia, sino dejar en evidencia las terribles consecuencias que deja el consumo de drogas.

Preguntas para la reflexión

1) Preguntas de Calentamiento

- ¿Cómo te sentís luego de haber visto el Documental “Adicción Fatal”?
- ¿Qué fue lo que más te llamó la atención del Documental?
- ¿Qué fue lo que más te impresionó de los testimonios de Jimmy y de Pedro?
- ¿Qué pensás de lo que dicen el Dr. España y Juan Carlos en el Documental acerca de las consecuencias del uso y abuso de drogas?
- ¿Por qué creés que el video se llama “Adicción Fatal”?

2) Las adicciones en la adolescencia y juventud

- ¿A qué edad empezaron a consumir drogas los protagonistas del documental?
- ¿Por qué se dice que es típico de la adolescencia experimentar? ¿A ustedes les pasa eso, o les pasó en algún momento?
- ¿Por qué creen que uno de los jóvenes del video dice que si no consumía drogas no se sentía parte del grupo de amigos de su barrio?
- ¿Qué piensan de lo que dice el Dr. España sobre la presión de los amigos?
- Según el video, ¿Qué vacíos en la vida de los jóvenes llena la droga?

3) La adicción a las drogas es una enfermedad

- ¿Por qué crees que a Jimmy le costó tanto dejar las drogas?
- ¿Creés que la adicción a las drogas es una enfermedad? ¿Por qué sí? ¿Por qué no?
- ¿A Jimmy la adicción a las drogas le afectó físicamente, psicológicamente y socialmente? ¿De qué manera?
- ¿Estás de acuerdo con la afirmación del Dr. Hugo



España en el Documental que dice que *“los jóvenes creen que son invulnerables a las drogas pero es mentira, todos vamos a tener una enfermedad si nos exponemos a estas sustancias”*? ¿Por qué sí? Por qué no?

- ¿A qué se refiere Juan Carlos cuando dice que *“un drogadicto no va a menos nunca, siempre va a más o muchísimo más”*?
- ¿Por qué el Dr. España dice que *“al experimentar podés quedar enganchado en el consumo de las drogas”*?

4) Consecuencias de la adicción a las drogas

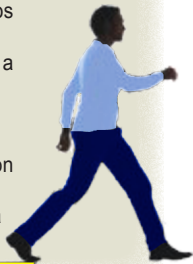
- En el caso de Jimmy, ¿cuáles fueron las consecuencias que le trajo la enfermedad de la adicción?
- ¿Qué cambios emocionales y psicológicos tiene una joven o un joven que empieza a usar drogas?
- ¿Cuáles son las consecuencias físicas, según el Dr. Hugo España, de una adicción a las drogas?
- ¿Cómo le afectó a la familia de Jimmy el consumo de drogas por parte de él?
- ¿Cuáles son los conflictos que puede llegar a tener un joven o una joven en la escuela o en el trabajo si se vuelve adicto o adicta a las drogas?
- ¿Qué cosas llegaron a hacer los dos jóvenes del video por conseguir drogas?

5) Las drogas y el sentido de la libertad personal

- ¿Qué significa la frase que dice Pedro en el documental: *“cuando consumis drogas... perdés tu dignidad”*?
- ¿Por qué el Dr. España habla de perder los controles? ¿Qué controles se pierden al consumir drogas?
- Muchos jóvenes piensan que al consumir drogas son más libres porque *“hacen lo que quieren”*. ¿Qué piensan ustedes de eso después de haber visto este documental?
- ¿Qué quiere decir Pedro cuando afirma: *“Ya había perdido por completo mi libertad, ya no era yo”*?
- ¿Por qué Juan Carlos dice que cuando uno consume drogas es *“un esclavo”*?

6) La adicción como factor de violencia

- ¿Por qué creés que el Dr. España dice que la cocaína y el alcohol son los principales factores para la violencia?
- Al escuchar el testimonio de Jimmy, ¿creés que la adicción lo llevó a tener comportamientos violentos? ¿por qué?
- ¿Creés que los pleitos entre pandillas tienen que ver con adicciones?
- ¿Qué indicios de violencia se muestran en el Documental que son causados por las adicciones a las drogas?
- ¿Por qué creés que el Comisionado Mayor Fernando Borge dice que la presencia de las drogas ha generado robos, homicidios, pandillas,



accidentes de tránsito y la muerte en nuestra sociedad?

7) Drogas en la sociedad nicaragüense

- Al ver el Documental ¿creés que hay problemas de adicción en la sociedad nicaragüense? ¿Por qué sí? ¿Por qué no?
- ¿Creés que estos casos de adicciones que aparecen en el Documental se ven en nuestro barrio, en nuestra comunidad?
- En el video aparecen dos jóvenes con realidades distintas económicamente, pero ambos han tenido problemas de adicción a las drogas ¿Qué piensas de esa similitud entre los dos, a pesar de sus diferencias económicas?
- De acuerdo con el Comisionado Mayor Fernando Borges, ¿Qué problemas sociales ha generado el consumo de drogas en la sociedad nicaragüense?
- ¿Cómo crees que influye la publicidad de ron, cerveza y cigarro en la juventud nicaragüense?
- Y en las escuelas, ¿Qué problemas genera la adicción a las drogas?



8) Adicciones

- Según el Dr. España, ¿qué es una adicción?
- ¿Qué pensás que debería hacer la familia con una persona adicta a las drogas?
- ¿Creés que una persona que es adicta a las drogas se puede curar?
- Según el Documental, ¿qué es el síndrome de abstinencia?
- ¿Qué debe hacer una persona para superar su adicción a las drogas?



9) Una estrategia para decir ¡NO!



- ¿Creés que decir no a las drogas es lo correcto? ¿Por qué sí? ¿Por qué no?
- ¿Qué debería hacer un joven o una joven cuando alguien le invita consumir drogas?
 - ¿Qué harías vos si alguien te ofrece drogas?
 - ¿Qué actividades podés impulsar en tu barrio, en tu comunidad, en tu escuela para prevenir las adicciones?

Conclusiones

Es conveniente que al finalizar el video-foro realicés algunas conclusiones sobre los puntos clave que han surgido durante el debate. Recordá reforzar ideas como:

- Las drogas nos pueden causar dependencia física por la necesidad de evitar malestares en nuestro cuerpo causados por las ganas de consumir, psicológica por la necesidad de placer o para evitar un estado de ánimo negativo; y social por querer complacer a nuestros amigos o compañeros. La adicción es una enfermedad bio-sico-social.
- El consumo y venta de drogas es un factor directo de inseguridad ciudadana pues genera violencia en nuestras comunidades, aumenta las pandillas, los robos y otros delitos, y genera problemas en nuestros hogares.
- Los factores que nos pueden llevar al consumo de drogas y, luego, a la adicción, tienen su origen en diferentes planos de nuestra vida: escolares, personales, familiares y sociales.
- A las personas adictas a las drogas lo único que les interesa es consumir. El uso y abuso de drogas trae a nuestra vida muchas consecuencias negativas que afectan nuestro entorno familiar, nuestra educación, nuestro trabajo, nuestra economía, nuestra relación con la justicia y nuestra salud.
- La adicción a las drogas es una enfermedad y como tal necesita ser tratada.
- Aunque la adicción a las drogas no tenga cura, la persona que pase por un tratamiento efectivo podrá tener una vida plena y feliz, es decir, se habrá rehabilitado.
- Es necesario que las y los jóvenes y adolescentes construyamos un plan de vida que nos permita prevenir el consumo de las drogas y establecer nuestras estrategias para decir *jno!* cuando sea necesario.
- Además, es importante adquirir herramientas que nos ayuden en la superación de las adicciones.



Actividades complementarias

En este apartado de la ficha, te proponemos algunas actividades que pueden complementar el trabajo que estás desarrollando para sensibilizar a otras/os jóvenes sobre los problemas que genera la adicción a las drogas.

Lo principal es que vos, como acompañante tengás algunas opciones de actividades que ayuden al grupo a reflexionar sobre aspectos que no dio tiempo abordar o quedaron inconclusos en el video-foro.

Estas actividades están diseñadas para realizarse, ya sea, inmediatamente después del video-foro o en un proceso distinto a éste. En cualquiera de los casos, el grupo debe haber visto el Documental completo antes de realizar las actividades.

Estas actividades pueden desarrollarse con grupos de jóvenes, pero también pueden ser adaptadas para ser aplicadas con grupos de niñas, niños y adolescentes en riesgo, siempre y cuando se cuente con el acompañamiento de una persona especializada en el trabajo con estos grupos.

Si el grupo no se conoce es recomendable que la facilitadora o el facilitador realice una dinámica de integración, que les permita romper el hielo, para que cuando inicien las actividades tengan apertura y den sus opiniones libremente.

Lo más importante de estas actividades es que se puedan generar verdaderas reflexiones sobre los riesgos, las consecuencias y los problemas que provocan el consumo de cualquier droga.

Actividad 1: Las drogas están muy cerca de mí

Objetivo: Motivar a las y los jóvenes y adolescentes a reflexionar acerca de su vulnerabilidad ante las adicciones.

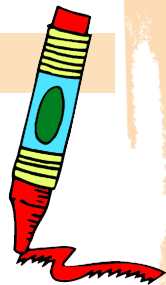
Tiempo: 1 hora

Indicaciones:

Se forman pequeños grupos de tres o cuatro jóvenes cada uno y se les pide que compartan en tres minutos alguna historia de una persona adicta a las drogas que conozcan o que sea cercana a ellos/as. Y que compartan cómo se sienten al pensar en esa persona. La persona que facilita va llevando el tiempo para que cada tres minutos cambien y cada joven pueda dar su testimonio o relato.

Plenario:

Una vez terminada la reflexión en los grupos pequeños se procede a hacer una reflexión con



el grupo completo al rededor de las siguientes preguntas:

- ¿Cómo se sienten al pensar en la persona de la que han hablado en sus grupos?
- ¿Esa persona empezó a consumir adulto/a o joven?
- ¿Qué riesgos corremos nosotros/as de entrar al mundo de las drogas?
- ¿Piensan que la adicción a las drogas es algo lejano o que está muy cerca y nos puede tocar a cualquiera si no tomamos decisiones adecuadas?

La persona que facilita cierra la actividad haciendo énfasis en que las drogas están muy cerca de nosotros/as y por lo tanto todas/os podemos caer en la adicción si no la prevenimos. Sólo tenemos que mirar alrededor y ver a esas personas de las que hablamos, ver los problemas que las drogas han llevado a sus vidas y darnos cuenta que no queremos llegar a esa situación.

Actividad 2: Amo mi libertad

Objetivo: Valorar el sentido de la libertad personal y la falta de ésta cuando entramos al mundo de las drogas

Tiempo: 1 hora y 30 minutos

Materiales: Tarjetas de papel, masking tape marcadores y lapiceros

Indicaciones:

Se forman parejas y se les entregan dos tarjetas de papel en las que escribirán con los marcadores la letra *A* en una y la letra *B* en la otra. Cada miembro del duo escogerá una de las tarjetas y con el masking tape se la pegará en la camisa de tal modo que una persona será *A* y la otra *B*. Se les indica que por un período de cinco minutos *A* va a dirigir los movimientos de *B* y luego viceversa. La persona que dirige podrá mover a la otra, hacer que camine, que se acueste, que se levante, que baile, que brinque, etc.



Plenario:

Cuando han hecho el ejercicio se les pide que compartan con el grupo:

- *¿cómo se sintieron cuando las/os estaban dirigiendo, qué pensaban mientras les ponían a hacer cosas que no querían, qué relación tiene el ejercicio con el tema de la adicción a las drogas?*

En este momento la persona que facilita hace ver al grupo que con las drogas pasa lo mismo que con este ejercicio, las drogas nos quitan la voluntad y hacemos cosas que no queremos, y lastimamos a los demás en nombre de una libertad que es falsa, porque la droga lo que hace es esclavizarnos.

Ahora se le entrega a cada joven otra tarjeta de papel y un lapicero y se les pide que escriban tres razones por las cuales les gusta ser libres o sentirse libres. Una vez terminen de escribir lo comparten con el grupo y al finalizar la persona que facilita les pregunta:

- ¿Creen que una persona adicta a las drogas puede vivir su libertad como la viven ustedes?

Finaliza la actividad con la socialización de las respuestas que brinden las y los participantes.

Actividad 3: Verdadero o Falso

Objetivo: Analizar las consecuencias físicas, psicológicas y sociales que deja el consumo de drogas.

Tiempo: 1 hora

Materiales: Carteles de falso o verdadero



Indicaciones:

Se forman dos o tres grupos, en dependencia del número de participantes y a cada grupo se le entregan dos carteles, uno que dice FALSO y otro que dice VERDADERO.

La persona que facilita va leyendo frases relacionadas con las consecuencias de la adicción a las drogas y cada grupo debe discutir brevemente si la frase es falsa o verdadera y levantar el cartel correspondiente.

Si hay grupos que difieren en sus carteles, se genera la discusión para ver qué tan cierta o falsa es la afirmación que da la persona que facilita. Las frases pueden sacarse del apartado Las Consecuencias de la Adicción a las Drogas, que está en esta ficha pedagógica.

Se cierra la actividad brindando una explicación sobre las principales consecuencias de la adicción a las drogas más conocidas, como el alcohol, el cigarro, la marihuana, la cocaína y el crack.

Actividad 4: La caja de los secretos

Objetivo: Estimular en los jóvenes y adolescentes la necesidad de crear estrategias para prevenir la adicción a las drogas.

Tiempo: 1 hora

Materiales: una caja de cartón, hojas de papel y lapiceros

Indicaciones:



Esta actividad involucra la participación y creatividad de los adolescentes y jóvenes en la elaboración de estrategias personales para enfrentar el ofrecimiento o la invitación a consumir drogas y eludir así la presión del grupo. Para el éxito de esta actividad es crucial la habilidad del facilitador para moderar y saber aprovechar las diferentes experiencias compartidas por los adolescentes y jóvenes.

El facilitador ó facilitadora dará una hoja a cada participante en la que escribirán estrategias que le permitan mantenerse a salvo de las adicciones cuando alguien les ofrece drogas. Se les indicará que doblen el papel y lo pongan en una cajita que estará al centro del lugar del taller. Después se repartirá los secretos al azar, con el fin de que cada uno tenga un papelito diferente al suyo. Se unirán en grupos de tres o cuatro, analizarán cada una de las estrategias escritas en los papeles.

Plenario:

Luego cada grupo pasará al frente y leerá todos los secretos y compartirán los análisis realizados. Al final se dará un espacio para debatir y concluir enfatizando en la necesidad de crear estrategias de vida que mantengan lejos de las adicciones a las/os jóvenes y adolescentes.

Actividad 5: Un canto para un amigo

Objetivo: Ayudar al grupo a desarrollar sensibilidad hacia las personas que consumen drogas y crear estrategias para apoyarles en la búsqueda por dejar las drogas

Tiempo: 1 hora y 30 minutos

Materiales: Copias de la letra de la canción: "Date un chance" de Luis Enrique, papelógrafos, marcadores y (opcional) grabadora con la canción

Indicaciones:

Se hace una lluvia de ideas con la pregunta:

- ¿Qué harías si tu mejor amigo o amiga estuviera metida en las drogas?

Se anotan las ideas y después se forman grupos de tres o cuatro personas y a cada grupo se le entrega una copia de la canción "Date un chance" de Luis Enrique, la cual deberán analizar para después preparar un pequeño sociodrama que refleje cómo ayudarían a un amigo adicto o una amiga adicta a salir de las drogas.

Plenario:

Se presentan los sociodramas y se dialoga sobre la importancia de contar con personas que te apoyen para poder superar una adicción. Si se cuenta con los recursos, se escucha la canción "Date un Chance".

"DATE UN CHANCE"
(LUIS ENRIQUE)

Me cuentan amigo que no dejas la coartada,
que sigues metiendote en camisas de once varas,
que no quieres nada con lo bueno que
lo bueno para ti no vale nada,
te pasas la vida rebotando en las esquinas
entre vicios raros, mujercuelas y cantinas,
dices que es un mito lo del SIDA,
que de algo hay que morirse en esta vida,
no lo tomes tan a la ligera,
vuelve a ser por Dios lo que antes eras.

Coro:

Toma mi mano viejo amigo y date un chance,
no ves que tienes un futuro por delante,
toma mi mano viejo amigo y date un chance
dale la espalda a ese infierno delirante,
dile no a las drogas limpia el alma
esa VAINA de las drogas no está en nada.

Me cuentan amigo que a tu madre
le sacaste las ultimas lágrimas de
amor para inyectarte,
que la calle a veces es como Sodoma,
tu madre ha dicho que... que te perdona...

No lo tomes tan a la ligera
Vuelve a ser por Dios lo que antes eras...

Coro:

Toma mi mano viejo amigo y date un chance,
no ves que tienes un camino por delante.
Toma mi mano viejo amigo y date un chance,
dale la espalda a ese infierno delirante.

Rompe las cadenas que te atan, dile si a la vida
a ese mundo alucinante que te mata, date un chance,
no he venido a predicarte solo quiero ayudarte,
dile si a la vida es verdad es importante tu dignidad,
date un chance "LATINO"

Desintoxicación: Proceso de superación de los síntomas y efectos del síndrome de abstinencia, que dura alrededor de 10 a 15 días, y que puede realizarse en el domicilio o en unidades hospitalarias.

Droga: Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), una droga es una sustancia, natural o sintética, que introducida en un organismo vivo, puede modificar una o más de sus funciones, ya sean físicas, emocionales o mentales.

Drogodependencia o farmacodependencia: Según la Organización Mundial de la Salud (OMS) es el estado síquico y, a veces, físico causado por la acción de una droga en un organismo vivo que comprende siempre un impulso irreprimible a tomar la droga de forma continua o periódica a fin de experimentar sus efectos síquicos y, a veces, para evitar el malestar que produce la privación de la sustancia.

Inserción o reinserción social: Proceso por el cual una persona rehabilitada normaliza su estilo de vida y es compatible en la sociedad.

Rehabilitación: Proceso de adquisición por parte del drogo dependiente de capacidades y recursos que incorporados a su bagaje personal le permitan superar la dependencia de las drogas.

Síndrome de abstinencia: Conjunto de síntomas y signos desagradables de carácter físico y psicológico que aparecen cuando, de forma brusca, se deja de consumir la droga que se tomaba habitualmente y de la que se es dependiente.

Sobredosis: Consumo de una sustancia en una cantidad mayor a la que tolera el organismo en un corto espacio de tiempo (intoxicación aguda). Puede llegar a causar la muerte en los casos en que no se atiende con rapidez. La sobredosis no es sólo el consumo de una dosis alta, una reacción tóxica a una droga también se considera sobredosis. La reacción de una misma dosis depende de las características del consumidor.

Tolerancia: Proceso por el cual el organismo de una persona se habitúa al uso continuado de una sustancia, con lo que para conseguir los mismos efectos a nivel orgánico o psicológico que se alcanzaban anteriormente con una dosis mínima, ahora el individuo debe tomar una dosis mayor. De esta forma el organismo requiere cada vez y progresivamente una mayor cantidad de droga.

Bibliografía

1. Glosario de términos de alcohol y drogas. Editado por Organización Mundial de la Salud en 1994 bajo el título Lexicon of Alcohol and Drug Terms. Organización Mundial de la Salud 1994
2. Calabuig, Gisbert (2004). Medicina legal y toxicología (6ª ed.). México: Editorial Masson.
3. Córdoba, Darío (2000). Toxicología clínica (4ª ed.). Bogotá: Editorial El manual moderno S. A.
4. Dra. ML. Iglesias Lepine, Dr. JL. Echarte Pazos, Sr. J. Calpe Perarnau, Dra. M. Mariñosa Marré, Dr. J. Lloret Carbo (2010). Intoxicaciones por drogas de abuso. España: Editorial Área Científica Menarini.
5. Cuaderno # 7. Serie: Materiales Complementarios, Managua, Septiembre 2003. Copyright © Fondo de Población de las Naciones Unidas

Fuentes consultadas

1. Dr. Hugo España, toxicólogo y médico forense
2. Juan Carlos Asiain, representante REMAR-Nicaragua



Fondo de Población
de las Naciones Unidas



CASAS MUNICIPALES DE
ADOLESCENTES Y JÓVENES

