

COCEA



GUIA D'ACTIVITATS

ELABORAT PER:

PDS, Promoció i Desenvolupament Social
Provença, 79, baixos 3a
08029 Barcelona
pds@pdsweb.org

AMB LA COL-LABORACIÓ DE:

EdPAC, Educació per a l'acció crítica

AMB EL SUPORT DE:

Generalitat de Catalunya
Departament de Salut

© PDS, PROMOCIÓ I DESENVOLUPAMENT SOCIAL

DISSENY GRÀFIC I MUNTATGE:

WOW /// comunicació creativa
wow@wovdisseny.com

IMPRESSIÓ:

Litosplai
Edició: novembre 2008
Tiratge: 1000 exemplars
Dipòsit legal:

GUIA D'ACTIVITATS



Índex

Presentació	3
Introducció	4
Fitxa tècnica	5
Activitat bàsica	
Visita a l'exposició i debat	6
Activitat complementària 1	
Jo també en vull	8
Activitat complementària 2	
De veritat que no!	12
Activitat complementària 3	
El que jo faci no és cosa teva	14
Activitat complementària 4	
Segur que la provaré!	17
Cocaïna. Informació pràctica per a educadors	19
Qüestionari d'avaluació	22

Actualment a Catalunya, segons el resultat de les diferents enquestes sobre consum de drogues adreçades a la població general i als escolars, el consum de cocaïna ha experimentat un notable increment a partir de la dècada dels noranta.

Aquesta situació ha determinat la necessitat de dissenyar un Pla Integral d'intervenció en Cocaïna, que estableixi un contínuum des de la prevenció a l'assistència, incloent-hi també l'atenció a la població consumidora en situació d'exclusió social. En l'elaboració d'aquest Pla hi han participat més de trenta professionals que han analitzat les necessitats actuals hi han fet unes propostes de millora.

L'exposició i la guia “Coca. Què?” formen part de les propostes preventives del Pla i responen a l'objectiu de trencar creences errònies i falsos mites a través de la reflexió i la informació objectiva. Van adreçades tant als qui per la seva edat poden trobar-se en algun moment en una situació en què hagin d'escollir consumir o no, com als qui ja han estat o estan en contacte amb la substància.

És una proposta educativa novedosa, que conté informació i proposa maneres de treballar sovint trencadores, tot i que basades en l'evidència disponible.

Estem satisfets d'haver donat suport tècnic i econòmic a les entitats PDS i Edpac que han fet possible aquestes eines que esperem que us siguin útils i eficaces.

Joan Colom i Farran
Subdirector general de Drogodependències

Introducció

A Catalunya, com a la resta de l'Estat, durant els últims anys s'ha produït un augment del consum de cocaïna i dels problemes que se'n deriven. El consum d'aquesta droga sol tenir lloc en contextos recreatius associats a l'oci nocturn, i sol fer-se amb poca consciència de problema o de risc i amb desconeixement del seu potencial addictiu, malgrat estar darrere de greus problemes de salut -físics i mentals- i ésser -després de l'alcohol- la que motiva més inicis de tractament per drogodependència. Per edat i sexe el major consum té lloc entre els homes de 15 a 34 anys. Alhora, el seu ús també ha augmentat entre la població escolar de 14 a 18 anys, on l'experiència amb aquesta droga ha passat del 2,4% l'any 1994 al 6,9% l'any 2006 (va arribar al 8,7% l'any 2004), situant-se l'edat mitjana d'inici del seu consum en els 15,4 anys. No obstant això, el consum de cocaïna segueix essent minoritari en totes les edats, i això s'ha tingut en compte a l'hora d'elaborar els materials d'aquest programa.

COCA. QUÈ? és una proposta per treballar amb grups de joves diferents aspectes relacionats amb la cocaïna i el seu consum. Consta d'una exposició de 10 plafons de 80 x 210 cm, un fullletó informatiu, i aquesta guia d'activitats per complementar la visita a l'exposició. Atès que el consum de cocaïna és minoritari en relació al conjunt

de la població, els continguts de l'exposició s'han dissenyat de manera que tothom que la visiti en pugui treure profit, sigui quin sigui el seu grau de "proximitat" a aquesta substància. Per això, en els diferents plafons s'aborda de situacions relacionades amb la cocaïna es fa establint un paral·lelisme amb altres situacions més quotidianes i generals. D'aquesta manera, l'anàlisi crítica d'aspectes relacionats amb aquesta droga es pot aplicar a altres temes (i a l'inrevés). Alhora, s'ha evitat l'ús d'argot i el plantejament de situacions més relacionades amb usos intensius o de llarga evolució (més propis d'edats més avançades que la de població diana d'aquest material).

Aquesta guia s'adreça als educadors, monitors i altres persones que treballen amb joves de 16 anys en endavant. Proposa diferents activitats per treballar en grup, per tal de seleccionar en cada cas les que s'adeqüin millor a les característiques dels joves i del context de treball. A banda de la visita a l'exposició seguida d'un debat, que s'entén que es farà en tots els casos, es proposen quatre activitats més: les dues primeres pensades per a joves que se suposa que no estan en contacte amb la cocaïna, i la tercera i la quarta per treballar amb joves amb experiència de consum o que es relacionen amb consumidors.

Fitxa tècnica

DESCRIPCIÓ DELS MATERIALS

- Exposició formada per 10 plafons verticals de 210 x 80 cm.
- Guia amb propostes d'activitats complementàries a la visita de l'exposició.
- Full desplegable informatiu i de recordatori de la visita a l'exposició.

OBJECTIUS

- Dissuadir o retardar l'inici del consum de cocaïna entre els joves.
- Afavorir conductes de reducció de riscos entre els joves que prenen cocaïna.
- Evitar conductes problemàtiques associades a la intoxicació per cocaïna.
- Promoure una actitud crítica envers diferents aspectes de caire individual i social, amb i sense relació amb la cocaïna, que contribueixen a generar una societat poc solidària i poc sostenible.

POBLACIÓ DESTINATÀRIA

- Joves de 16 anys en endavant (més de 18 anys per a la quarta activitat).

FORMA D'APLICACIÓ

- Visita a l'exposició (preferentment visites organitzades per a grups de joves).
- Activitats complementàries en grup posteriors a la visita (grups de 20-25 joves).

ACTIVITATS I DURACIÓ

- Activitat bàsica: "Visita a l'exposició i debat". (50-60 minuts).
- Activitat complementària 1: "Jo també en vull" (50-60 minuts).
- Activitat complementària 2: "De veritat que no!". (50-60 minuts).
- Activitat complementària 3: "El que jo faci no és cosa teva!". (50-60 minuts).
- Activitat complementària 4: "Segur que la provaré!". (50-60 minuts).

PERFIL DELS MONITORS DE LES ACTIVITATS

- Educadors, professors, monitors, etc. amb experiència de treball amb joves i coneixements sobre drogues, prevenció i treball amb grups.

ÀMBITS D'APLICACIÓ

- Centres i equipaments juvenils.
- Centres d'ensenyament secundari (batxillerat i cicles formatius).
- Altres serveis, equipaments o entitats que tenen contacte amb joves (universitats, entitats esportives, centres cívics, espais joves, etc.).
- Programes comunitaris de prevenció de drogodependències.

ACTIVITAT BÀSICA

Visita a l'exposició i debat:

POBLACIÓ DIANA:

Joves amb una edat mínima de 16 anys (equivalència en termes d'estudis: batxillerat, cicles formatius, programes de garantia social, etc.). També es pot utilitzar fora de l'àmbit escolar en entitats i equipaments juvenils, esportius, etc.

OBJECTIUS:

- Facilitar una visita profitosa a l'exposició.
- Propiciar una lectura reflexiva dels continguts de l'exposició.
- Augmentar els coneixements sobre la cocaïna entre els participants.
- Garantir un procés de reflexió i d'intercanvi de punts de vista entre els visitants de l'exposició.

MATERIAL:

Els 10 plafons de l'exposició COCA. QUÈ?
Un full de paper i un llapis per a cada participant.
Pissarra (convencional o de paper) i guix o retoladors.

DURACIÓ:

De 50 a 60 minuts.

CONSIDERACIONS PRÈVIES:

Essent la cocaïna una droga il·legal i de consum minoritari entre la població a la qual s'adreça aquest material, una exposició amb continguts limitats exclusivament a aquesta substància podria tenir efectes indesitjables per als joves que no l'han provat, que no tenen interès per fer-ho i que no tenen relació amb consumidors, atès que podria despertar la seva curiositat pel tema, els obligaria a plantejar-se situacions alienes a la seva realitat, i potser faria que s'avorriessin o que se sentissin exclosos de l'activitat en tractar-se d'un tema que no és del seu interès. Per aquest motiu el disseny de COCA. QUÈ? s'ha fet de manera que tothom que visiti l'exposició en pugui treure profit, tant si es troba "a prop" com si es troba "lluny" de la cocaïna, en termes d'interès, experiència i contextos de relació. Per això, els seus plafons tracten els aspectes relacionats amb la cocaïna fent paral·lelismes amb situacions generals i quotidianes, alienes a les drogues. D'aquesta manera, l'anàlisi crítica d'aspectes relacionats amb la cocaïna es pot aplicar a altres temes, i el mateix passa a l'inrevés. Alhora, els continguts relacionats amb la cocaïna s'han plantejat seguint un "criteri de prudència", pensant en joves no necessàriament iniciats en el seu consum, i evitant l'ús d'argot i el plantejament de situacions problemàtiques associades amb usos intensius o de llarga evolució.

DESENVOLUPAMENT:

1. Visita organitzada. Abans d'iniciar la visita pot ser convenient explicar que malgrat que la cocaïna i el seu ús configuren l'eix de l'exposició, aquesta no es limita a plantejar únicament aspectes relacionats amb aquesta substància i els problemes de salut que pot ocasionar a nivell individual, sinó que planteja també altres aspectes relacionats amb la vida quotidiana i amb la salut col·lectiva -a nivell de la societat, de diferents pobles del món i del medi natural-. A continuació, dividir els visitants en grups de 3 o 4 persones per iniciar el recorregut pels diferents plafons amb una diferència d'un parell de minuts cada grup respecte l'anterior (per evitar aglomeracions davant dels plafons i facilitar la seva lectura).

2. Reflexions individuals. Quan tothom hagi visitat l'exposició l'educador/a demanarà que cada participant anoti en un full (sense necessitat de posar el nom) quina idea o quin aspecte ressaltaria de l'exposició. L'educador/a recollirà tots els fulls i després de reordenar-los a l'atzar els llegirà un a un en veu alta, anotant les respostes a la pissarra (si se'n disposa d'una).

3. Debat entre els visitants. Obrir un torn de paraula entre els participants per expressar comentaris, valoracions, suggeriments, reflexions, etc. Aquest debat serà moderat per l'educador/a, que tindrà en compte la informació obtinguda en l'exercici anterior, per tal de conduir-lo de la manera més adequada. En aquest punt és possible que hagi d'aportar informació addicional sobre la cocaïna o fer aclariments sobre dubtes que es plantegin. En tot cas, farà bé d'adoptar en general una actitud neutra i evitar posicionaments morals en els seus comentaris, especialment quan s'adreci o treballi amb joves "propers" a la cocaïna o iniciats en el consum. No obstant això, si les afirmacions o conductes a què facin referència els participants impliquen repercussions per a altres persones (ja sigui en aspectes associats al consum o en altres que surten als plafons), haurà d'abandonar la neutralitat i adoptar una posició clara al respecte.

ACTITUD NEUTRA (implicació individual)

Aquí se't dona informació, però has de ser tu qui valori si et val la pena prendre'n o no.

POSICIÓ CLARA (implicació col·lectiva o sobre altres persones)

D'acord, "esnifar" o no, que ho decideixi ell; però, si ho fa, i després condueix, potser es vegi implicat en un accident, ell, i també altra gent que no en té cap culpa.

ACTIVITAT COMPLEMENTÀRIA 1

Jo també en vull

DESCRIPCIÓ:

Partint de la lectura d'un article que sembla tractar sobre la cocaïna, es propicia una reflexió sobre altres menes de negoci (com ara el del coltan per als telèfons mòbils i altres aparells, a la República Democràtica del Congo) que també arrosseguen una ètica més que dubtosa.

POBLACIÓ DIANA:

Joves en general, amb una edat mínima de 16 anys.

OBJECTIUS:

- Conèixer les repercussions que pot tenir en el Sud l'ús de cocaïna als països rics.
- Propiciar una actitud crítica envers el consum de cocaïna.
- Reflexionar sobre la relació entre certs negocis i les pràctiques immorals.

MATERIAL:

Fotocòpies dels annexos 1: "El negoci de la impunitat" i 2: "El camí del coltan" (una còpia per cada 3 o 4 persones).

DURACIÓ:

De 50 a 60 minuts.

DESENVOLUPAMENT:

1. La persona que dinamitza l'activitat comença fent referència a l'exposició "COCA. QUÈ?", que els participants ja hauran visitat, i explica que en relació a la cocaïna, sovint només rebem informació de l'impacte que el seu consum pot tenir sobre la nostra salut individual. Tanmateix, caldria tenir present que també és important conèixer i valorar altres aspectes complexos que l'envolten.
2. Formar grups de 3 o 4 persones i donar a cada grup una còpia de l'annex 1: "El negoci de la impunitat", remarcant que tot el que diu és actual (convé fer creure als joves que el text fa referència a la cocaïna). Tot seguit demanar que en els propers 15 minuts cada grup:
 - a) Faci una valoració de la realitat que es planteja, i
 - b) En cas de trobar-la injusta, pensi possibles actuacions que podem emprendre al respecte (com ara conèixer la realitat del país d'origen, denunciar les pràctiques injustes, evitar comprar la substància, etc.).

3. Es posen en comú les valoracions i les propostes de cada grup, i es convida a posar-les en pràctica (15-20 minuts).

4. El conductor/a de l'activitat explica que el text que han llegit i analitzat, si bé és aplicable al tràfic de la cocaïna obtinguda a partir de la fulla de coca, no fa en realitat referència a aquesta substància sinó a un determinat aspecte del negoci de la telefonia mòbil.

5. Donar a cada grup una fotocòpia de l'annex 2: "El camí del coltan" i demanar que la llegeixin. Tot seguit, el conductor/a de l'activitat llegirà en veu alta el text de l'annex 1 -tenint tothom ja clar que es tracta del negoci del coltan per als telèfons mòbils i altres aparells electrònics-. En acabar, demanar als participants què en pensen ara. Finalment, es pot cloure l'activitat convidant els participants a posar en pràctica les mateixes propostes que ells mateixos havien fet abans, adaptant-les a la nova realitat i la informació que ara tenen.

INFORMACIÓ ADDICIONAL QUE ES POT FACILITAR ALS PARTICIPANTS AL FINAL DE L'ACTIVITAT:

Sobre l'extracció del coltan i les empreses de mòbils

Werner K y Weiss H. *El libro negro de las marcas: el lado oscuro de las empresas globales*. Madrid. Editorial Debate. 2004. També es pot trobar informació a Internet posant "coltan" en un cercador.

Sensibilització sobre la situació a la República Democràtica del Congo

<http://perillderiqueses.org>

Informació sobre la cocaïna i problemes associats

<http://elteupunt.org>
<http://www.pnsd.msc.es/Categoria2/publica/pdf/RayasFolleto.pdf>

El negoci de la impunitat

Estem en un país sota el tròpic, a milers de kilòmetres de Catalunya. Allà passen coses que no surten als mitjans de comunicació i que resten amagades. Per què? Potser al Nord hi tenim alguna cosa a veure...

Els qui n'extreuen la matèria primera no són precisament els que guanyaran diners, sinó uns camperols i camperoles que només poden malviure. La zona està controlada per grups armats que tenen sota amenaça els qui treballen; són gent sense escrúpols, de tret fàcil, que no donen valor a la vida de les persones que hi ha allí, sinó tan sols als diners. També hi ha infants que hi treballen; ells arriben a llocs d'accés difícil, i ni cobren ni es queixen. Els drets laborals no se sap què són, i trencar el silenci es pot pagar amb la pròpia vida.

Com que el que es fa no és legal, fan falta empreses disposades a rentar els draps bruts i fer d'enllaç amb els distribuïdors dels països rics. Aquests no parlaran amb la gent de les ètnies locals, sinó amb correus que vesteixen camisa blanca i corbata.

Si bé una part del negoci es fa al Sud (malgrat que només se'n beneficiïn quatre gats), on veritablement es guanyen molts diners és al Nord -allí hi ha la part gran del pastís. A Europa, per exemple (on ho preparen per a la venda al detall) necessiten vendre'n el màxim possible per guanyar molts diners. Per fer-ho, tenen diferents estratègies:

- Amagar el que hi ha al darrera (que hi ha darrera del seu origen en el país empobrit?).
- Dotar el producte de prestigi (qui en té mola, és guai...).
- Procurar que la gent s'hi enganxi (molts joves no són capaços de sortir un divendres o un dissabte per la nit, sense portar-ne).
- Sovint es regala (però només el primer cop).
- Intentar que es comenci a fer-n'hi ús quan abans millor.
- Fer creure que va bé per gairebé tot (per parlar, per escoltar música o per lligar).
- Convèncer a la gent de que sempre es duguï a sobre (de festa, a la feina, a casa sol o amb amics...).

I ho fan tant bé que quan se surt per la nit es veu per tot arreu. El seu ús propi no està penalitzat però si la policia enxampa algú que l'usa conduint li posa una multa.

Els centres de tractament per superar l'addicció al seu ús reben demandes de tractament de nois i noies cada vegada més joves.

Per fer-se una idea del negoci que mou cal tenir en compte que només a l'Estat espanyol, l'any 2007 es calcula que se'n van vendre uns 30.000.000 d'unitats. I per al 2008 s'espera mantenir o augmentar el negoci.

El caní del coltan

Per fabricar telèfons mòbils -i altres aparells electrònics- es necessita coltan (una barreja dels minerals columbita i tantalita). Aquest producte prové en gran part d'una zona de la República Democràtica del Congo controlada per líders rebels que han fet de la guerra i d'aquest mineral el seu principal negoci. Aquests exèrcits rebels, massacren la població civil -han matat milers de persones-, violen dones i tenen infants soldats.

Les empreses fabricants de telèfons mòbils (algunes? moltes? quantes?) s'espavilen per trobar la manera d'adquirir -mitjançant intermediaris- el coltan tacat de sang, sense tacar-se elles les mans.

Només una única marca molt coneguda de telèfons mòbils es calcula que va vendre, només a Espanya, 15.000.000 de mòbils l'any 2007. Per aconseguir aquestes xifres de vendes les empreses posen en pràctica diferents estratègies, com ara la de l'obsolescència forçosa (van deixant anar la tecnologia amb comptagotes per aconseguir que un mòbil nou, al cap de molt poc temps sembli antic i obsolet). Està clar que se les pensen totes per poder vendre un producte que gairebé tothom ja el té, i que per tant, quasi ningú necessita comprar.



ACTIVITAT COMPLEMENTÀRIA 2

De veritat: que no!

DESCRIPCIÓ:

Es busquen maneres per declinar una invitació per consumir cocaïna, i s'analitzen les implicacions individuals, socials i globals que hi ha darrere d'acceptar o rebutjar l'ofertament.

POBLACIÓ DIANA:

Joves en general, amb una edat mínima de 16 anys.

OBJECTIUS:

- Valorar la importància de defensar les pròpies conviccions en les coses que són importants, amb independència del que pensin o diguin els altres.
- Pensar maneres de negar-se a consumir cocaïna si es rep una invitació per fer-ho, i no es vol acceptar.

DURACIÓ:

De 50 a 60 minuts.

MATERIAL:

Paper i llapis (un per cada 3 o 4 participants).

DESENVOLUPAMENT:

1. El conductor/a de l'activitat planteja que, de vegades, les persones fem coses, no perquè nosaltres les vulguem fer, sinó perquè altres persones ens proposen que les fem, i no sabem com negar-nos, o ens fa por la seva reacció si rebutgem la proposta, o fins i tot ens pot saber greu que l'altra persona es molesti o es decepcioni de nosaltres si no acceptem el que ens proposa. Però,

actuar d'aquesta manera pot tenir repercussions negatives per un mateix, i sovint també per a altres persones. Per il·lustrar-ho es pot posar el següent exemple:

SITUACIÓ

Ens regalen una peça de roba que no volem, perquè no la necessitem, o perquè no ens agrada i no ens la posarem.

REPERCUSSIONS PER UN MATEIX

Haver de tenir un objecte que no desitgem (i que ocupa un espai).

No hem estat sincers i no hem expressat el que volíem, per no ferir l'altra persona ("S'ho pot prendre malament"), però ara potser ens sentim incòmodes nosaltres.

REPERCUSSIONS PER A TERCERS

Conreen el cotó a l'Àfrica, fan la samarreta a la Xina, viatja a una fàbrica de Galícia, on l'empaqueten, i es ven a Lleida. Tot això (i el que hi ha darrere) per no res?

2. Comentar que hi ha situacions en que no hi ha problema per deixar-se portar (per exemple, accedir a anar a veure una pel·lícula que pensem que no ens agrada-rà), mentre que en altres situacions sí que pot ser un problema deixar-se portar pels altres (com ara, acceptar prendre una droga si no ho volem fer). A continuació, demanar als participants que formin grups de 3 o 4 persones i plantejar la situació que hi ha a la taula

següent demanant que cada grup pensi i anoti en un paper quines conseqüències podria comportar cedir a l'ofertament, per a la pròpia persona (a nivell físic, psicològic i emocional) i per a tercers (la gent dels països andins, les màfies de la droga...). Deixar uns 10 minuts per a que treballin els grups i després posar en comú el treball realitzat.

SITUACIÓ PER TREBALLAR

Ens conviden a una ratlla de coca i, encara que no la voldríem acceptar, ens fa pal negar-nos-hi: perquè no se'n riguin de nosaltres, perquè podem semblar poc enrotllats...

REPERCUSSIONS PER UN MATEIX

[Empty dotted box for notes on repercussions for oneself]

REPERCUSSIONS PER A TERCERS

[Empty dotted box for notes on repercussions for others]

3. Demanar al grup que planteji maneres de negar-se a acceptar un ofertament que no es desitja o que no es vol acceptar, evitant crear un mal ambient o tensions innecessàries. Per iniciar el treball el conductor/a pot plantejar la situació del primer exemple: "Ens regalen una peça de roba que no volem, perquè no la necessitem, o perquè no ens agrada i no ens la posarem" i demanar com es podria actuar davant d'aquesta situació. Després es demana als joves que proposin dues o tres situacions més, per acabar plantejant l'educador, si no ho han fet abans els joves, la situació del segon exemple: "Ens conviden a una ratlla de coca i no la volem acceptar".

4. Demanar als participants quines conclusions es poden extreure d'aquesta activitat (per exemple: que quan no actuem d'acord amb el nostre criteri ens sentim malament; que les nostres decisions no són neutres i tenen repercussions, positives o negatives, per a tercers; etc.). Finalment, a manera de cloenda, si no ho han plantejat els participants, l'educador/a pot fer referència al fet que, a més de tot el que s'ha comentat fins ara, també cal tenir en compte que cada cop que declinem un ofertament o una proposta que no ens interessa o que no volem fer, a més d'actuar d'acord amb els nostres interessos i conviccions, estem ajudant els altres a entendre que tothom no actua de la seva mateixa forma ni té els seus mateixos interessos, i que això cal respectar-ho.

ACTIVITAT COMPLEMENTÀRIA 3

El que jo faci no és cosa teva

DESCRIPCIÓ:

Reflexió sobre el fet que consumir cocaïna pot afectar altres persones, a més del consumidor, i per tant, no és un acte estrictament individual.

POBLACIÓ DIANA:

Joves que freqüenten ambients on hi ha gent que pren cocaïna o que surten amb gent que en pren.

OBJECTIUS:

- Qüestionar la idea que el fet de prendre drogues només afecta a qui les pren.
- Aprendre a protegir-se davant situacions conflictives relacionades amb el consum de cocaïna.

MATERIAL:

Fotocòpies de l'annex 3: "Situacions relacionades amb el consum de cocaïna" (una per cada 3 o 4 persones).

DURACIÓ:

De 50 a 60 minuts.

DESENVOLUPAMENT:

1. L'educador/a comença plantejant que, al marge dels riscos per la pròpia persona, consumir drogues en general, i cocaïna en particular, pot tenir conseqüències indesitjables per a terceres persones. A continuació demana al grup si està d'acord o no amb aquesta afirmació, i per què (que argumentin les respostes i posin exemples).
2. Dividir els participants en grups de 3 o 4 persones i donar a cada grup una fotocòpia de l'annex 3: "Situacions relacionades amb el consum de cocaïna", per a que les llegeixin i treballin, analitzant-les i responent a les preguntes que s'inclouen per facilitar la discussió a cada una de les quatre situacions.
3. Cada grup exposa a la resta el què han parlat i les respostes que han donat, i després es fa un debat amb tots els participants per mirar d'arribar a conclusions generals.
4. Finalment, l'educador/a pot demanar als participants que exposin altres situacions relacionades amb el consum de cocaïna, que hagin viscut ells o algú que coneixen o que s'imaginin que podrien passar, per analitzar entre tots les implicacions que se'n deriven i les respostes o conductes més adequades en cada cas.

ANNEX 3

Situacions relacionades amb el consum de cocaïna

COCAÏNA I CONDUCCIÓ?

Uns amics surten de festa en cotxes a una discoteca que està en un polígon industrial de fora de la ciutat. Són força colla i n'hi ha que es coneixen força i n'hi ha que no. Alguns van constantment al lavabo i, a mesura que va passant la nit, se'ls veu cada vegada més alterats i tenen les pupil·les molt grans. Cada vegada parlen menys amb els que no van col·locats com ells, i van més a la seva bola. Quan falta poc perquè tanquin n'hi ha alguns que volen anar cap a casa i altres que volen seguir de festa. Comencen a pensar en el tema dels cotxes. Els que van girats volen anar junts i allargar més la nit abans de tornar a casa. Aleshores, dos joves que han de tornar amb ells els intenten fer veure que no estan en condicions de conduir. Aquests, però, enlloc d'escoltar-los i fer-los cas, l'únic que fan és partir-se de riure i dir-los que són uns pringats.

- Què es pot fer en una situació així?
- Cal actuar diferent si es tracta de col·legues que si es tracta d'amics?
- Si amb el cotxe aturat es fessin una ratlla i els veiés la policia, què els podria passar? I a tu?

COCAÏNA I LLIGAR?

En un bar musical hi ha diferents espais (pista de ball, barra, taules per estar tranquils...) i poca llum. Uns joves que van de coca s'acosten de bon rotllo a unes noies que no coneixen i es posen a xerrar amb elles. Al cap d'una estona, elles volen tornar a estar a la seva bola, i els diuen que les deixin soles. Ells no fan cas; pensen que com que elles s'han deixat convidar abans a una beguda, és com si tinguessin dret a "certes coses", i cada cop estan més *plastés*. Una de les noies se sent força incòmoda perquè un dels nois l'està agafant tota l'estona per les espatlles i ella no para de treure-se'l de sobre.

- A qui i com afecta el consum de cocaïna en aquesta situació?
- Què es pot fer davant d'una situació així? Podem fer res per evitar-la?
- Anar passats i no controlar dona dret a molestar?
- Si entre un dels nois i una de les noies hi hagués "química" i la història acabés amb una relació sexual amb penetració, què caldria tenir en compte o haver previst?

Segur que la provaré!

COCAÏNA I AGRESSIVITAT?

Uns amics als què els agrada molt la música són a un macrofestival d'estiu. Quan estan a l'últim concert de la nit de l'escenari gran volen prendre unes birres. Quan dos d'ells tornen amb les cerveses a la mà un ensopega amb un noi i li tira una mica de beguda a sobre seu. Malgrat que de seguida es disculpa i li proposa convidar-lo a alguna cosa, l'altre es posa molt agressiu. Per la cara que fan -molt blanca i amb dos ulls com a plats- ell i els que l'acompanyen fan tota la pinta d'anar passats de coca, i respon a les disculpes i la invitació dient: "Em veus amb cara de gilipolles?" i altres expressions per l'estil. Algun dels que van amb ell el conviden a tranquil·litzar-se, però altres semblen animar-lo a arribar a les mans.

- Els nois de les cerveses, aquesta situació se l'han buscada o se l'han trobada?
- Com es pot sortir d'aquesta situació?
- La cocaïna posa agressiu o simplement potencia les tendències d'una persona?

COCAÏNA I FEINA?

Uns quants joves treballen en una empresa que instal·la escenaris a festes majors, festivals i concerts privats. N'hi ha un parell que prenen cocaïna a la feina. Al començament sembla que treballin més, perquè estan més accelerats. Però com que la cosa acaba passant un dia després d'un altre, ara estan molt més cansats que la resta i fan menys feina. Se'ls hi dona molt bé parlar (massa bé i tot, perquè no callen i són força pesats) però s'escapoleixen del treball tant com poden, i tot el que ells no fan, evidentment s'ho han de menjar els altres. A més, han tingut algun ensurt per manca d'atenció. Si una estructura així caigués, moltes persones podrien prendre mal o fins i tot morir.

- A qui i com afecta aquesta situació de consum?
- Quins problemes poden ser lleus i/o reversibles, i quins poden tenir conseqüències nefastes?
- Què es podria fer en una situació així?

DESCRIPCIÓ:

Treballant al voltant d'una sèrie de preguntes es plantegen maneres de reduir riscos al consumir cocaïna.

POBLACIÓ DIANA:

Joves majors de 18 anys que prenen cocaïna i/o que es relacionen habitualment amb consumidors.

OBJECTIUS:

- Facilitar eines per limitar el risc de patir problemes orgànics o psicològics associats al consum de cocaïna.

MATERIAL:

Pissarra (convencional o de paper) i guix o retoladors.

DURACIÓ:

De 50 a 60 minuts.

DESENVOLUPAMENT:

1. L'educador/a comença fent referència a l'exposició "COCA. QUÈ?", que els participants ja hauran visitat, i comenta que, no obstant el seu interès, cap dels seus plafons aporta informació per a les persones que prenen cocaïna o que estan decidides a provar-la, sobre com reduir els riscos que inevitablement comporta consumir-la. Tanmateix, és important disposar d'aquesta informació, tant si una persona en pren o té clar que ho vol fer, com si no és així però es relaciona amb persones que en prenen o ho volen fer, i els vol passar aquesta informació.

En aquesta activitat, per evitar normalitzar el consum de cocaïna és recomanable que l'educador formuli tots els comentaris i preguntes en tercera persona: "Si un amic teu anés a...", "Si una persona volgués...", etc.

2. Recordar que prendre cocaïna comporta sempre riscos importants per a la salut i que la única manera d'estar segurs de no tenir problemes relacionats amb el seu consum és no consumir-la. Després, plantejar el cas d'un jove que té intenció de provar la cocaïna. Explicar que aquesta persona té clar que la vol provar, i que es tracta d'una decisió presa en fred (madurada, valorant què comporta) i no pas de manera sobtada o precipitada en una situació concreta o deixant-se arrossegar per altres persones. Afegeix que aquesta persona es troba en un bon estat emocional (té una "època tranquil·la", no ha tingut cap decepció recentment i no té problemes importants).

3. A continuació l'educador planteja al grup les següents preguntes per a que les vagin responnent successivament entre tots, i es van anotant les respostes en una pissarra:

- Què hauria de plantejar-se amb relació a amb qui prendre-la? És indiferent amb qui estigui o no?
- Quina quantitat en podria prendre? La mateixa que altra gent amb la que estigui?
- Passa alguna cosa per fer servir el mateix tub (bitllet, paper...) que altres per esnifar?
- Si al cap d'uns dies vol repetir el consum, què s'hauria de plantejar? Què hauria de fer?

4. Després d'escoltar les opinions i respostes del grup, l'educador/a les contrasta i complementa amb la informació sobre conductes adients per reduir riscos associats al consum de cocaïna que s'exposen a la taula següent:

PREGUNTA CONDUCTES ADIENTS PER REDUIR RISCOS ASSOCIATS AL CONSUM

A) Amb qui? Una decisió així és important planificar-la; millor fer-ho en un ambient tranquil i amb la companyia d'amics i no de simples col·legues, per si sorgís un problema, i per sentir-se millor. Si decidim fer-ho, millor que sigui acompanyats de persones de confiança i que coneguim com fer un ús amb menys risc.

B) Quantitat Per diferents motius, hauria de prendre'n poca quantitat, i sempre menys que altres persones que en prenen amb certa freqüència:

- Perquè el seu cos no està acostumat i li farà més efecte que a altres persones que tinguin més tolerància (explicar al grup el concepte de tolerància fisiològica).
- Perquè pot tenir una reacció adversa per qüestions de predisposició personal.
- Perquè, sempre, menys quantitat implica menys risc de tenir problemes.

C) Compartir Si hi ha risc de transmissió de malalties infeccioses. Com que a les fosses nasals hi ha terminacions sanguínies, el tub entra en contacte amb la sang i es poden transmetre infeccions, com ara algunes hepatitis i altres malalties greus. Cadascú ha de fer servir un tub propi.

D) Repetir Tota persona que acaba depenent de la cocaïna ha començat prenent-ne de tant en tant. Per això, si es vol repetir, convé espaiar els consums el màxim possible (reservar-ho per a dies molt especials). La cocaïna té "bona fama", però és una substància molt addictiva (enganxa molt).

5. Demanar als joves que comentin com veuen o com pensen ells que es consumeix generalment la cocaïna (seguint aquestes pautes? d'una manera més compulsiva? etc.). Finalment es pot suggerir als participants que consultin la informació d'una o més de les següents webs (en funció del seu perfil i edat):

Informació sobre la cocaïna i problemes associats:
<http://elteupunt.org>

Informació pràctica i propostes per si es pren cocaïna (i per no fer-ho): <http://laclara.info>

Eina informativa i d'ajuda virtual per a consumidors preocupats pel seu consum i per a professionals de l'àmbit sociosanitari i educatiu (web per a persones més grans de 18 anys): <http://cocaonline.org>

Informació pràctica per a educadors

SUBSTÀNCIA CARA

És una droga cara. Un gram (el consum aproximat que per a molts consumidors podrien fer entre quatre persones en una nit) costa al voltant de 60 euros. A això cal afegir -en ser una droga sovint associada a la festa- el preu de la possible entrada a una discoteca, de les begudes, etc.

MOLT ADULTERADA

Tant el seu preu (adulterant-la es guanyen més diners) com la seva presentació -una pols blanca que és fàcil de barrejar amb altres de la mateixa textura i color- facilita que s'adulteri (en argot, que es talli). En el nostre entorn una amb un 60 % de cocaïna ja es podria considerar de bona qualitat.

MOLT ADDICTIVA

Si bé pot arribar a desenvolupar dependència física, la més important és la psicològica: el consum de cocaïna va guanyant espai i es va introduint de mica en mica i de manera subtil en diferents àmbits de la vida (en les relacions, en el lleure, fins i tot en la feina...).

ÚS SOCIAL

L'ús de la cocaïna s'acostuma a fer en grup i de forma compartida, -llevat de quan hi ha una addicció, llavors és freqüent fer-lo sol.

UBIQUA

Malgrat ésser una droga principalment d'ús recreatiu (per al lleure i la nit) es pot prendre en ambients i espais molt diferents: un bar, una discoteca, a casa amb amics, en certes feines...

ÉS CONVIDA

És molt habitual convidar a prendre una ratlla, tant a gent coneguda com desconeguda: un grup d'amics en un bar, en una casa, en una festa privada, etc.

EFFECTES RELATIVAMENT "SUAUS"

Malgrat ser una droga "potent", a diferència d'altres que col·loquen molt o distorsionen la percepció d'una manera molt marcada, la cocaïna provoca una sensació agradable i més subtil, que facilita dues coses: que s'introdueixi en diferents espais i que se li perdi el respecte.

PRETESAMENT SEGURA

Hi ha la falsa creença que -a diferència d'altres drogues il·legals com les pastilles tipus èxtasi- és una substància segura i menys adulterada que la resta.

BONA FAMA

Si bé és un tòpic que sigui una droga d'ús limitat a la classe social alta o la gent rica, segueix tenint fama de ser una droga "exclusiva". Per això el seu consum duu associat una mena de *glamour* que la fa més atractiva per a molta gent.

EFFECTES IRREVERSIBLES

El seu consum, especialment si és continuat i intensiu, pot provocar efectes irreversibles en el sistema nerviós central. A més, el seu ús també té relació amb alguns trastorns mentals (com ara estats paranoics).

PERILLOSA

Consumir cocaïna pot provocar, entre altres trastorns de salut, problemes cardiovasculars i neurològics molt greus. Aquests riscos són més importants en el cas de consumir quantitats altes i/o durant molt de temps, però també es poden presentar en un consum puntual.

POTENCIADORA DE L'AGRESSIVITAT

De forma semblant a l'alcohol, la cocaïna propicia -en persones que ja tenen aquesta tendència- l'agressivitat. Així és fàcil que estigui present en agressions nocturnes (baralles) o en situacions de violència de gènere i domèstica (bàsicament cap a les dones).

ASSOCIADA A L'ALCOHOL

Atès que el seu consum -especialment quan és significatiu, i al disminuir els seus efectes (entre els 30 i 60 minuts després)- facilita l'aparició d'estats ansiosos, s'acostuma a compensar aquests efectes prenent begudes alcohòliques. En sentit contrari, quan la beguda apalanca, es pot pujar l'ànim amb una ratlla de cocaïna. Però la barreja d'ambdues substàncies és molt més tòxica per l'organisme que el consum d'alcohol o cocaïna per separat, degut a la formació al fetge d'un metabòlit específic molt tòxic (cocaetilè).

DE CONTROL DIFÍCIL

Quan es pren cocaïna és difícil trobar el punt final o aturar-ne el consum. El més freqüent és prendre tota la cocaïna que es porti a sobre i -en força ocasions- adquirir-ne més quan s'ha acabat. A més, quan una persona n'ha pres algunes vegades, li resulta difícil declinar un oferiment per tornar a prendre'n i/o renunciar a comprar-ne si n'hi ha a l'abast, malgrat que prèviament hagi pres la decisió d'abstenir-se'n.

ALGUNS LLOCS WEB ON ES POT TROBAR MÉS INFORMACIÓ:

Informació sobre la cocaïna i problemes associats:

<http://elteupunt.org>

Informació pràctica i propostes per si es pren cocaïna (i per no fer-ho):

<http://laclara.info>

Presentació informativa sobre el mecanisme d'acció de la cocaïna sobre el cervell:

<http://drogasycerebro.com>

Accés a la guia informativa "Drogues, què cal saber-ne". Informació bàsica i actualitzada sobre les principals drogues (cocaïna i altres).

<http://www.gencat.cat/salut/depsalut/html/ca/premsa/doc26076.html>

Informació per a consumidors preocupats pel seu consum i per a professionals de l'àmbit sociosanitari i educatiu (web adreçada a persones més grans de 18 anys):

<http://cocaonline.org>

Per conèixer pràctiques associades al consum de la cocaïna (fulletó per a persones properes al seu ús):

<http://barcelonesjove.net/uploads/Els.fantasmes.de.la.coca.pdf>

Web orientada a la reducció de riscos que inclou dos vídeos sobre la cocaïna (principalment per a persones properes al seu consum)

<http://festa.arsu.es/qui/videos.html>

Informació del programa Nit Segura (informació sobre drogues en general i sobre el seu consum en el context de l'oci nocturn)

<http://www.gencat.cat/salut/depsalut/html/ca/dir451/index.html>

Portal d'informació sobre sexualitat (inclou un apartat sobre el sexe i les drogues)

http://www.sexejoves.gencat.cat/ics_webjove/AppPHP/index.php

Questionari

D'AVALUACIÓ DEL PROGRAMA COCA. QUÈ?

DATA:

LOCALITAT:

NÚMERO DE PARTICIPANTS:

TIPUS DE CENTRE O ENTITAT:

CURS/OS O EDATS DELS PARTICIPANTS:

ACTIVITATS TREBALLADES

	SÍ	NO
Visita a l'exposició i debat	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Taller 1: "Jo també en vull"	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Taller 2: "De veritat que no!"	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Taller 3: "El que jo faci no és cosa teva"	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Taller 4: "Segur que la provaré!"	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

VALORACIÓ DE L'EXPOSICIÓ "COCA. QUÈ?" (ELS PLAFONS):

Els seus continguts són adequats per a la població diana (moment evolutiu, realitat en que es mouen, etc.)

- Totalment d'acord
- D'acord
- En desacord
- Totalment en desacord

L'enfocament del tema i la manera de tractar els diferents aspectes és adequat per a la població diana.

- Totalment d'acord
- D'acord
- En desacord
- Totalment en desacord

El seu disseny, aspecte i format és atractiu i adient?

- Molt
- Bastant
- Poc
- Gens

VALORACIÓ DE LES ACTIVITATS PROPOSADAES EN AQUESTA GUIA:

Són adequades per a les característiques de la població diana (moment evolutiu, realitat en que es mouen, etc.)

- Totalment d'acord
- D'acord
- En desacord
- Totalment en desacord

La seva aplicació és fàcil i senzilla:

- Totalment d'acord
- D'acord
- En desacord
- Totalment en desacord

El seu disseny i redacció (objectius, continguts, propostes metodològiques, etc.) és adient.

- Totalment d'acord
- D'acord
- En desacord
- Totalment en desacord

Són prou variades i diferents.

- Totalment d'acord
- D'acord
- En desacord
- Totalment en desacord

SATISFACCIÓ DE LA POBLACIÓ DIANA:

En quin grau dirieu que el grup diana ha trobat interessant la visita a l'exposició i les activitats treballades?

- Molt
- Bastant
- Poc
- Gens

Els participants han trobat útils i propers els temes treballats.

- Totalment d'acord
- D'acord
- En desacord
- Totalment en desacord

SATISFACCIÓ DE L'EQUIP EDUCATIU:

En quin grau us sentiu satisfet/a amb el desenvolupament de les activitats (visita a l'exposició i tallers)?

- Molt
- Bastant
- Poc
- Gens

Tinc la intenció de tornar-les a aplicar o de tornar a utilitzar el programa "COCA. QUÈ?".

- Totalment d'acord
- D'acord
- En desacord
- Totalment en desacord

Valoreu de 0 (gens) al 10 (màxim) la vostra satisfacció global amb el programa "COCA. QUÈ?"

PROPOSTES DE MILLORA:

Caldria modificar:

En les activitats educatives plantejades he trobat a faltar:

Altres comentaris i suggeriments:

**MOLTES GRÀCIES
PER LES VOSTRES RESPOSTES**

Si us plau, retorneu aquest qüestionari a
PDS: Per fax: 934 390 773 o per correu
electrònic: pds@pdsweb.org
(al mateix correu podeu demanar el
qüestionari en format electrònic).



PER REBRE MÉS INFORMACIÓ:

www.pdsweb.org

pds@pdsweb.org

934 307 170

Un programa de:



Elaborat amb la col·laboració de:



Amb el suport de:



Generalitat de Catalunya
Departament de Salut

