

prevenimpuntdro

Butlletí d'informació sobre prevenció de drogodependències a Catalunya Número 44



prevenimpuntdro és un programa de l'associació:



PDS
PROMOCIÓ I DESENVOLUPAMENT SOCIAL

amb el suport de:



Generalitat de Catalunya
Departament de Benestar Social i Família

i la col·laboració de:



Generalitat de Catalunya
Agència de Salut Pública de Catalunya
Subdirecció General de Drogodependències

En aquest número...



Editorial

2

Presentació dels continguts més rellevants d'aquest número.



Cop d'ull a la recerca

2

Com veu el jovent el consum d'alcohol dels adults? Conèixer la resposta a aquesta pregunta ens pot ajudar a comprendre millor alguns dels factors que tenen una incidència significativa en la manera com consumeixen alcohol molts adolescents. I això és el que es proposa fer l'estudi que comentem en aquesta secció.



Materials

3

Classe sense fum. Guia didàctica per al professorat – per ajudar l'alumnat a fer un vídeo o un eslògan de prevenció del tabaquisme. (Guia).

D_Rol – per treballar amb adolescents consumidors o propers al consum la prevenció dels riscos associats amb les drogues, seguint la metodologia dels jocs de rol. (Joc).

Febre del divendres nit (renovada i actualitzada) – revisió i edició en un nou format més pràctic, d'un material per fer un joc de rol sobre els riscos de les sortides nocturnes. (Exposició).



En pràctica

4

Proposta per a la reflexió plantejada per l'associació PDS · Promoció i Desenvolupament Social, en la XI Jornada anual de la Federació Catalana de Drogodependències, que proposa deu reptes o desafiaments pendents d'afrontar per part de la prevenció.



Navegant

4

Presentació de les característiques del web de la campanya de comunicació del Pla d'Actuació sobre el consum de drogues de l'Ajuntament de Sant Cugat del Vallès, per informar al jovent, les famílies i els professionals del municipi.



Finestra oberta

5

Breu recorregut proposat pel projecte "Noctambul@s", de la Fundació Salut i Comunitat, per algunes campanyes virals del món anglosaxó i per altres (d'altra mena) de les nostres festes majors, creades per fer prevenció –amb perspectiva de gènere– de la violència sexual en espais de consum de drogues i d'oci nocturn.



Amb poques paraules

6

Comentaris i notícies breus sobre diferents temes relacionats amb les drogodependències.



El calaix

6

Informació de l'Agència Catalana de Seguretat Alimentària sobre les begudes energètiques i la cafeïna per a professionals que intervenen en l'àmbit de la salut.



Com veuen els joves el consum d'alcohol dels adults? Sabíeu que molts adolescents pensen que l'abús i el consum de destil·lats són elements característics de la manera de beure de la població adulta, la qual cosa contradiu les dades dels estudis epidemiològics recents que l'associen més amb ingestes moderades i el consum de begudes fermentades? D'això i de les seves implicacions per a la prevenció, tracta un estudi que comentem en la secció sobre recerca d'aquest número. També hi trobareu informació sobre una nova guia per ajudar el professorat a recolzar l'alumnat dels primers cursos de l'ESO en l'elaboració d'activitats creatives de prevenció del tabaquisme; informació sobre dos materials preventius basats en els jocs de rol –un d'ells, un vell conegut recentment actualitzat i renovat; una proposta per reflexionar sobre els reptes que encara té pendents de resoldre la prevenció; un interessant i inspirador recorregut per diferents campanyes, foranes i pròpies, de prevenció de la violència sexual en espais de consum de drogues i d'oci nocturn; i moltes més coses que confiem que seran del vostre interès.

Cop d'ull a la recerca



Nòrdic o mediterrani?

Com veu el jovent el consum d'alcohol dels adults?

Molts estudis han intentat conèixer els factors associats al consum d'alcohol entre les persones joves, els seus motius per consumir o el valor de l'alcohol en la cultura juvenil, entre d'altres. Alguns d'aquests estudis indiquen que la manera de beure dels adolescents i les adolescents es basa en bona part en la seva percepció del consum d'alcohol dels adults del seu entorn, en especial del seu entorn familiar. Per tant, explorar com percep el jovent el consum d'alcohol per part dels adults pot ajudar a comprendre millor els factors que incideixen en la manera de consumir-lo dels adolescents. Això és el que fa una interessant investigació qualitativa realitzada amb un grup de 40 joves de 15 a 20 anys, alumnes de quatre centres educatius de Sevilla.

L'estudi (Suárez C et al, 2015) aporta informació molt detallada sobre la metodologia utilitzada i sobre l'anàlisi qualitatiu de les dades, i fa una categorització molt acurada de les opinions dels joves que hi van participar. Segons la seva opinió, el patró de consum d'alcohol dels adults respon a un model basat en la tradició. És a dir, creuen que “sempre s'ha begut”, que “beure no és nou”, que “es porta en els gens, ... som una cultura en la que l'alcohol ha tingut sempre un lloc important ...”. Uns –els avis, les àvies, els pares, les mares, etc.– ho han fet abans, i ara els toca als joves. Així justifiquen el seu propi consum. Com si es tractés d'una cadena conductual que continua de generació en generació.

La percepció d'aquest model es basa en tres creences bàsiques: 1) Que beure està del tot normalitzat. Opinen que a la nostra cultura el típic és beure, sobre tot quan ho comparen amb altres societats. 2) Que la gent adulta beu per divertir-se; és a dir, beure és una part indissociable

de qualsevol celebració: les persones adultes no celebren res sense alcohol; i 3) Que l'abús de l'alcohol i el consum de begudes destil·lades són característiques de la manera de beure dels adults. És a dir, atribueixen a la població adulta el “patró nòrdic” de consum. De fet, el consum moderat no el relacionen amb una característica del model tradicional amb el que identifiquen la manera de beure de les persones adultes. Aquesta tercera creença contradiu les dades dels estudis epidemiològics sobre el consum d'alcohol entre la població adulta, que l'associen més amb components gastro-nòmics i socials, ingestes moderades i consum de begudes fermentades (“patró mediterrani”), que no pas al “patró nòrdic” de consum d'alcohol.

Les estratègies per prevenir i reduir els riscos associats al consum d'alcohol en la població (...) haurien d'incorporar mesures ambientals que afavoreixin canvis en la norma social del seu consum.

L'equip investigador explica que la discrepància entre el patró adult i la percepció adolescent pot ser producte de varis factors: a) el seu desconcert davant informacions contradictòries (consumir comporta riscos però el seu consum està absolutament normalitzat); b) les expectatives de gratificació associades al seu ús (facilitació de les relacions socials, diversió, etc.); i c) les seves pròpies necessitats de satisfer els seus desitjos de gaudi. Alhora, en la discussió es comenten alguns dels riscos que es deriven de la manera en que la població adolescent veu el consum d'alcohol per part dels adults. Un d'ells és que la normalització es pot associar amb una baixa percepció de risc vinculat al consum de la substància.

Un altre, apunta al fet d'interioritzar la idea de què és legítim i normal abusar de l'alcohol en les festes i celebracions. I encara un altre risc és que la norma social de “beure per celebrar” passi a ser “celebrar per beure”, de manera que els adolescents tinguin la temptació de transformar qualsevol esdeveniment social en una celebració, per tenir l'excusa de beure.

El que està clar és que a la nostra societat l'alcohol gaudeix d'una elevada tolerància social, és fàcilment accessible i és omnipresent en les festes i celebracions, a més de ser un acompanyant habitual dels àpats. Per tant, no és d'estranyar que el jovent consideri que consumir alcohol és gairebé una herència cultural. Un llegat que sembla condicionar el que les persones joves pensen de l'alcohol i la manera com el consumeixen.

Segons la darrera enquesta ESTUDES (any 2012), una de les conductes de consum de drogues que els estudiants de 14 a 18 anys van associar a un menor risc percebut va ser el fet de prendre cinc o sis begudes alcohòliques seguides els caps de setmana. L'alcohol també és la droga més consumida, i conforme augmenta l'edat s'incrementen el seu consum, les borratxeres i els episodis de *binge drinking*. Alhora, la major part dels consums es fan en entorns festius. Probablement, les estratègies per prevenir i reduir els riscos associats al consum d'alcohol entre els adolescents i joves –però també entre els adults– haurien d'incorporar mesures ambientals que afavoreixin canvis en la norma social del seu consum, atès que a la llum dels resultats comentats i de les dades epidemiològiques actuals, el consum d'alcohol està normalitzat, és vist com a part indissociable de passar-ho bé i el seu abús forma part del patró de consum juvenil.

Per continuar llegint: Suárez C, Del Moral G, Martínez B, John B, Musitu G. (2015). El patró de consum de alcohol en adultos desde la perspectiva de los adolescentes. *Gaceta Sanitaria*, 30 (1): 11-17.

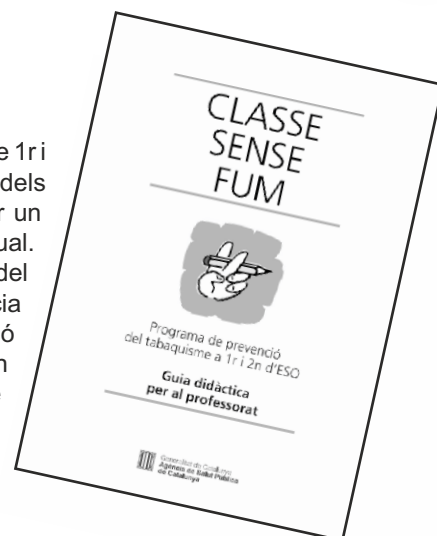
Accessible a: <http://bit.ly/1Q0KOMy>



Classe sense fum

Guia didàctica per al professorat

“Classe sense fum” és un programa de prevenció del tabaquisme adreçat a l'alumnat de 1r i 2n curs de l'ESO, que busca normalitzar l'opció de no fumar. Parteix de la decisió dels grups classe de no fumar durant un mínim de 6 mesos i del compromís d'elaborar un eslògan o un vídeo de prevenció del tabaquisme per presentar-lo a un concurs anual. Elaborada per l'associació PDS amb la col·laboració de la Comissió tècnica del programa –Departaments de Salut, Ensenyament i Benestar Social i Família i Agència de Salut Pública de Barcelona– i d'un grup de docents amb experiència de participació en el programa, la guia s'adreça al professorat per facilitar, el suport a l'alumnat en l'elaboració de l'activitat creativa (eslògan o vídeo) del concurs del programa. També informa sobre la seva història, fonamentació teòrica i evidències d'efectivitat, els requisits per participar-hi, la integració en el currículum i dubtes que poden sorgir en el procés de treball. “Classe sense fum” va néixer a Finlàndia l'any 1989 i s'ha estès a més de 20 països per esdevenir una iniciativa d'abast europeu. A Catalunya, des de l'any 2004 hi han participat prop de 50.000 alumnes.



Accés a la guia a: <http://bit.ly/1PCZvCE>

Més informació: Coordinació del programa “Classe sense fum”. Tel.: 935 513 615

D_Rol Juego de rol preventivo sobre los riesgos asociados a las drogas



Proposta lúdica per treballar amb adolescents consumidors o propers al consum, temes associats amb les drogues seguint la metodologia pròpia dels jocs de rol; és a dir, enfrontant-se a situacions que passen en uns escenaris des de les característiques de diferents personatges. Elaborat per Asaupam per a l'Equip Municipal de Drogues de l'Ajuntament de Santa Coloma de Gramenet, comptant amb la col·laboració de l'EIA del territori i d'una associació local de jugadors de jocs de rol, té com a objectiu ser una eina per ajudar a configurar espais de reflexió en relació a les drogues amb grups d'adolescents. La seva metodologia de treball entre iguals facilita crear espais de trobada juvenils per abordar, des d'un punt de vista socioeducatiu i d'una manera lúdica, la prevenció dels riscos associats amb les drogues. Alhora, també pot ajudar a formar grups de joves per exercir amb els seus iguals com a models positius davant situacions de risc. Els seus materials, editats en castellà, inclouen: una guia per als professionals de referència, un llibre de regles del joc i un llibre amb tres aventures. Accés als materials a: <http://bit.ly/1UFOGns>

Més informació: Asaupam. Tel.: 933 927 411



Febre del divendres nit (renovada i actualitzada)

Exposició per treballar d'una manera lúdica i participativa a través d'un joc de rol que simula una sortida nocturna, les conductes de risc associades: abús d'alcohol i/o altres drogues, conducció sota els seus efectes i conductes sexuals de risc. Adreçada al treball amb grups de joves de 15 a 20 anys, des de l'educació formal i informal, busca fomentar la reflexió i la presa de consciència sobre aquestes conductes per afavorir decisions que permetin gaudir de la nit sense comprometre la salut pròpia ni la de tercers. Inclou 12 plafons, una fitxa individual de treball i una guia d'activitats per fer durant la visita i en dies posteriors. S'ofereix en préstec –amb el suport del Departament de Salut– (veure: <http://bit.ly/1QX7oIj>) als ens locals i equipaments que la volen utilitzar. La revisió i actualització s'ha fet amb el suport de l'Obra Social “la Caixa” i atenent als suggeriments de professionals d'equipaments amb experiència d'ús del material. El procés de renovació ha implicat: reduir la quantitat de textos, simplificar el llenguatge i les instruccions del joc (sortida virtual de festa nocturna), modificar l'aspecte gràfic dels plafons, modificar la fitxa individual i editar l'exposició en un nou format de plafons enrotllables tipus *roll up* (expositors).

Més informació: PDS · Promoció i Desenvolupament Social. Tel.: 934 307 170

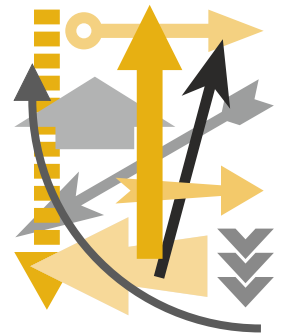


10 reptes de la prevenció i 30 anys de la Federació Catalana de Drogodependències.

Cada any, des de ja en fa onze, la Federació Catalana de Drogodependències (FCD) organitza una jornada amb l'objectiu de generar coneixement compartit, posant en comú les experiències de les entitats membres i grups representatius de la societat. Enguany s'ha celebrat la XI Jornada Anual, amb una doble vessant: celebrar el 30è aniversari de la Federació i reflexionar al voltant del model d'intervenció en l'àmbit de les drogues.

La Jornada volia posar en valor els progressos col·lectius aconseguits amb els anys, sense renunciar però a dirigir la mirada cap als actuals desafiaments que exigeixen atorgar centralitat al diàleg i l'intercanvi de perspectives entre els i les professionals del sector.

En una de les taules de la Jornada, professionals de diferents entitats de la FCD van proposar, cadascú des del seu àmbit d'especialització, què s'hauria de fer per (re)construir el marc d'abordatge integral en drogodependències amb una dimensió social. Una d'aquestes entitats va ser l'associació PDS, Promoció i Desenvolupament Social, que va dirigir la seva mirada cap a la prevenció, proposant el següent:



DECÀLEG DE REPTES DE LA PREVENCIÓ

- 1. Guanyar horizontalitat i participacióesternuts.** Prioritzar les estratègies horitzontals i participatives, per sobre de les jeràrquiques i imposades, comptant amb la ciutadania organitzada (ex.: el món associatiu) i incorporant –amb realisme– la població diana en el seu disseny i execució.
- 2. Esser reconeguda com a un dret.** Aconseguir que la prevenció s'inclouï de debò en l'agenda política, contemplant-la com un dret de les persones, tal com ho és el tractament de les drogodependències. Cal fer realitat la frase: “més val prevenir que curar”.
- 3. Sortir de la pobresa.** Deixar de ser “la germana pobre” –la més pobre– de la intervenció en drogues. Pobre en recursos (econòmics i humans) i en continuïtat i estabilitat dels programes. “Que allò que és urgent no ens impedeixi veure (i fer) allò que és important!”
- 4. Esser vista com una inversió.** Que deixi de ser vista com un cost, per ser considerada una inversió. La bona prevenció és cost-efectiva i redueix futurs costos socials i sanitaris, que tenen traducció econòmica. Allò, mil cops repetit, de: “Cada dòlar (ben) invertit en prevenció n'estalvia deu en tractament” és un fet; no una frase feta.
- 5. Integar de debò la perspectiva de gènere.** Cal anar més enllà de segmentar per gènere la informació epidemiològica, i passar a contemplar també les diferents motivacions i maneres de consumir drogues en funció del gènere i les diferents necessitats preventives.
- 6. Fer de l'evidència la guia.** Cal superar la intuïció, les bones intencions, el que tothom fa, el que s'ha fet sempre, etc., per abraçar el coneixement científic i l'evidència, anant més enllà d'incorporar aquest concepte en el discurs, per passar a integrar-lo en el dia a dia.
- 7. Aconseguir que s'apliqui de manera habitual i generalitzada.** Que s'apliqui de debò de manera general, a tota la població –la prevenció universal–, i que arribin i estiguin a l'abast de tothom que se'n pugui beneficiar, la prevenció selectiva i la indicada.
- 8. Universalitzar els plans locals.** Cal aconseguir el compromís i la implicació reals de l'administració local en la prevenció, com a ens més proper als ciutadans que és, i afavorir el desenvolupament generalitzat de plans locals elaborats amb la participació de la comunitat.
- 9. Superar la confrontació prevenció del consum versus reducció dels riscos.** Ambdós enfocaments són part del mateix, i comparteixen objectius de millora de la salut i la qualitat de vida de les persones i del benestar social, adaptant cadascun les accions a les diferents necessitats, possibilitats, moments evolutius, motivacions i eleccions de les persones.
- 10. Abandonar l'ineficacç.** Com ara el model mèdic aplicat a la prevenció en drogues o els models basats en la repressió. Això implica, entre altres coses, desenvolupar noves regulacions més respectuoses amb l'autonomia i les decisions de les persones, evitant alhora caure en la banalització de determinades conductes perjudicials.

Navegant



1segon.cat

Web de la campanya de comunicació del Pla d'Actuació sobre el consum de drogues de l'Ajuntament de Sant Cugat del Vallès, que –juntament amb altres eines– vol servir per facilitar als joves, les seves famílies i els professionals del municipi, informació d'interès en relació a les drogues i les conductes de risc associades al seu consum.

El web ofereix informació sobre alcohol, tabac i cànnabis; notícies relacionades amb el Pla; enllaços a entrevistes a joves de Sant Cugat (que responen a preguntes del tipus: “Fumar és sexy?”, “Quin aspecte té un borratxo?” o “Què és la ressaca?”); accés a cartells i altres materials sobre el tabac, l'alcohol i el cànnabis; testimonis de persones que han tingut problemes amb l'ús de drogues; informació què fer davant d'una intoxicació aguda o d'efectes no desitjats; i accés a informació i assessorament professional sobre drogues per a joves i famílies, entre d'altres.

Als apartats sobre substàncies, a més d'informar sobre les seves característiques, efectes, riscos i aspectes legals, s'inclouen també: un apartat sobre mites, orientat a rebatre falses concepcions molt esteses sobre cada una d'elles i el seu consum; un apartat sobre excuses, l'objectiu del qual és posar en contradicció els arguments més comuns amb que se sol justificar el consum de substàncies que poden generar addicció i comportar riscos; i un apartat sobre els beneficis del no consum, contraposant-los als mites i les excuses.

Adreça del web: <http://1segon.cat>





Inspiració en prevenció de la violència sexual en els contextos d'oci nocturn i consum de drogues

Eradicar la violència sexual és un dels objectius en la lluita contra la violència cap a les dones. Una via per aconseguir-ho és desenvolupant campanyes de prevenció creatives i eficaces, i un dels espais on sembla més necessari intervenir són els contextos d'oci nocturn i consum de drogues, que sovint han estat i segueixen sent escenaris d'assetjament sexual a les dones.

El projecte "Noctambul@s. Observatori qualitatiu sobre la relació entre el consum de drogues i els abusos sexuals en els contextos d'oci nocturn", de la Fundació Salut i Comunitat, ha facilitat conèixer diferents iniciatives per prevenir la violència sexual en espais de consum de drogues i oci nocturn des d'una perspectiva de gènere, i aquest article vol contribuir a inspirar noves accions, fent un breu viatge des de les campanyes virals del món anglosaxó a les campanyes de les nostres festes majors.

Tradicionalment, les campanyes de prevenció de la violència sexual s'han orientat a convidar les dones a modificar determinades pautes de comportament per evitar ser assetjades. Aquesta perspectiva ha estat fortament criticada pels moviments feministes, i d'uns anys ençà han sorgit campanyes que interpel·len directament els homes sobre les seves actituds, i també als anomenats "espectadors ètics" (amigues i amics, personal de barra i de seguretat, etc.) sobre el seu paper en cas de ser testimonis de situacions d'assetjament, incorporant així la dimensió col·lectiva de la permissivitat social envers aquestes conductes.

Campanyes per interpel·lar els homes sobre el consentiment

Moltes campanyes dirigides als homes en espais d'oci nocturn i consum de drogues se centren en allò que podem definir com a "pedagogia del consentiment". Així, algunes estableixen paral·lelismes –sovint amb ironia o comicitat– amb situacions de consentiment de la vida quotidiana per exemplificar comportaments no adequats, com ara una amb molt èxit a la xarxa: "Consent: It's simple as tea" ("Consentiment: tan simple com el te"), que compara el consentiment a l'hora de prendre te amb una altra persona amb el de mantenir relacions sexuals amb algú (<http://bit.ly/1FmbnXe>). En la mateixa línia, el còmic de la dibuixant Alli Kirkham per a la revista digital *Everyday Feminism* titulat: "What if we treated all consent like society treats sexual consent" ("Què passaria si tractéssim tots els consentiments tal com la societat tracta el consentiment sexual?"), mostra que seria inacceptable comportar-nos a la vida quotidiana tal com ho fan alguns homes en situacions d'assetjament sexual (<http://bit.ly/1T96eK2>). També en la lògica de divulgar les normes del consentiment, una campanya escocesa: "This is not an invitation to rap me" ("Això no és una invitació per a què em violis")



DOESN'T MEAN SHE WANTS SEX.

sex without consent = sexual assault

DON'T BE THAT GUY.

Tradicionalment, les campanyes de prevenció de la violència sexual s'han orientat a convidar les dones a modificar determinades pautes de comportament per evitar ser assetjades.

interpel·la els homes alhora que "empodera" les dones, mostrant comportaments que sovint generen sentiments de culpa en moltes dones després de ser agredides sexualment (<http://bit.ly/1SzLEdb>).

Altres campanyes busquen situar la idea del consentiment en l'imaginari de les persones usuàries dels contextos d'oci nocturn i fer del consentiment quelcom desitjable, que ens fa millors amants i que tota persona vol obtenir abans d'una trobada sexual. Per exemple, el repartiment de targetes en discoteques i festivals amb l'eslògan "Consent is sexy" ("El consentiment és sexy"), del projecte *Compassionate And Respectful Engagement Squad* (<http://bit.ly/1nALE2T>). Un altre exemple: "Don't be that guy" ("No siguis aquest tio"), de l'organització canadense *Battered Women's Support Services*, dona per fet que un home que té relacions sexuals sense consentiment és algú que ningú no vol ser (<http://bit.ly/1ncuQzJ>).

Actuacions a les nostres festes majors

En el nostre context, les campanyes de prevenció de la violència sexual en espais d'oci nocturn s'han desenvolupat força en les festes majors. Durant anys, han estat liderades pels moviments feministes, però darrerament diferents municipis s'han compromès amb la prevenció de les agressions sexistes en les seves festes locals. I és que, a diferència d'altres espais d'oci nocturn, les festes majors són esdeveniments organitzats pels propis municipis.

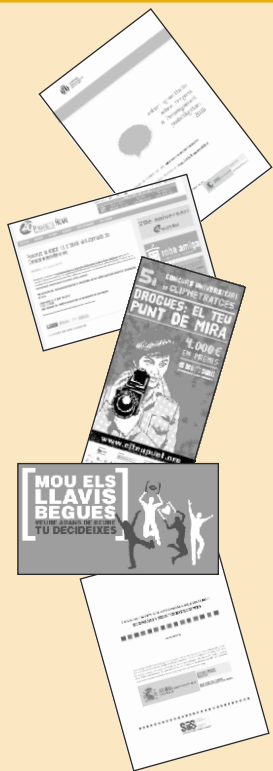
Alguns exemples són el consistori de Bilbao, que en les festes de l'Aste Nagusia ha promogut una campanya contra la violència sexista sota el lema "Ez beti da ez; no és no. Insistir és acosar. Acosar és agredir" (<http://bit.ly/23heNqL>). L'Ajuntament de Pamplona també s'ha posicionat explícitament contra la violència sexual en les darreres festes de Sant Fermí amb la campanya "Por unas fiestas libres de agresiones sexistas" (<http://bit.ly/1JlpSAk>). Diferents municipis catalans –petits i grans– també s'han sumat a aquestes iniciatives en les seves festes locals, com ara Capellades, amb la campanya "Si dic que sí, triem on; si dic que no, bona nit" (<http://bit.ly/23hgdBF>), Sabadell, amb la campanya "Sabadell lliure de sexisme" (<http://bit.ly/1nq33Sr>) o Barcelona, atorgant el seu Ajuntament un premi: "Premi 25 de novembre" –commemoratiu del Dia Internacional per a l'eliminació de la violència vers les dones– al "Protocol d'actuació contra les agressions sexistes en les festes majors del barri de Poble-sec", elaborat per diverses entitats i col·lectius del barri (<http://bit.ly/1Qhdh99>).

Per últim, cal dir que encara són escasses les campanyes institucionals per denunciar aquesta mena de violència i comprometre la ciutadania en la seva prevenció; però gairebé totes les que es fan actualment tenen en comú el fet interpel·lar els homes en relació a les regles del consentiment i al conjunt de la ciutadania per fer palesa la responsabilitat col·lectiva en la permissivitat social enfront les violències de gènere.

Miquel Missé

Coordinador de Noctambul@s

Amb poques paraules



Estudi sobre drogues a Santa Coloma de Gramenet. El Pla de Drogues de Santa Coloma de Gramenet ha fet el curs 2014-2015 el seu segon estudi sobre drogues a l'educació postobligatòria (l'anterior era de 2006). Realitzat sobre 1.054 qüestionaris vàlids (52% de la població estudiada) per conèixer les pautes de consum, la disponibilitat i els referents sobre drogues de la població i establir relacions entre el consum i diferents variables sociodemogràfiques, els seus resultats es presenten per al total de la mostra i per tipus d'estudis, sexe i edat. **Accessible a:** <http://bit.ly/drogues2015> (complet) - <http://bit.ly/sintesisdrogues2015> (resum) - <http://bit.ly/droguesweb2015> (format web)

VIII Jornada de Drogodependències d'Universitat de Barcelona i Projecte Home Catalunya. Serà el proper 15 d'abril de 2016, de 9:00 a 14:00 hores, a l'Aula Magna de l'Edifici Històric de la Universitat de Barcelona. Sota el lema "L'abordatge de les addiccions a Catalunya: una mirada de futur" serà un espai de reflexió sobre l'evolució de les estratègies de prevenció i tractament de les addiccions en les darreres dues dècades i les perspectives de futur d'aquesta problemàtica en els propers anys a Catalunya. **Més informació:** <http://bit.ly/1SlrB5y>

Convocat el 5è Concurs universitari de videoclips sobre drogues. Fins el 15 de maig de 2016 estarà oberta la participació en el 5è Concurs universitari de videoclips sobre drogues del programa "El Teu Punt / Tu Punto", de l'associació PDS, finançat pel *Plan Nacional Sobre Drogas*. Reparteix 4.000 euros en cinc premis de 1.200 a 400 euros. Hi poden participar estudiants matriculats a qualsevol universitat de l'Estat. **Més informació:** <http://bit.ly/1N9liQS>

Creativitat i participació a Begues per prevenir l'abús de l'alcohol. La campanya de prevenció "Veure abans de Beure", iniciada l'any passat pel Pla de Prevenció de Drogodependències de Begues ha tingut continuïtat enguany en la mateixa línia de participació activa d'adolescents i joves beguetans, protagonitzant un *lipdub*: "Mou els Llavis, Begues", que també es van encarregar de promocionar. **Accés i més informació a:** <http://bit.ly/1RJkdH0>

Quin paper juga l'atur en el consum de drogues? I la classe social? A aquests i altres qüestions relacionades intenta respondre l'estudi *Desigualdades socioeconòmiques, consumo de drogas y territorio en España*, publicat pel SIIS. Centro de Documentación y Estudios i que ha fet recentment la *Fundación Eguía-Careaga* amb finançament del *Plan Nacional sobre Drogas*. **Accessible a:** <http://bit.ly/1Vo02wy>

El calaix



Per saber-ho tot sobre les begudes energètiques. Les begudes energètiques són refrescos enriquits amb cafeïna, taurina, vitamines... que tenen en comú el seu elevat contingut en cafeïna. Per això, associades a certes formes de consum o certes condicions individuals poden provocar trastorns de salut que en determinats casos poden ser greus. Per facilitar l'accés a informació actualitzada sobre les begudes energètiques i la cafeïna, el web de l'Agència Catalana de Seguretat Alimentària ofereix als professionals que intervenen en l'àmbit de la salut, diferents recursos i materials: **a)** Un cartell per la població general, amb recomanacions per a un consum responsable de les begudes energètiques (no barrejar-les amb alcohol, evitar prendre'n abans, durant o després de fer exercici, etc.). **b)** Un vídeo de 3 minuts, on un expert en Nutrició i Bromatologia informa sobre les begudes energètiques i els riscos del seu consum, fent referència a algunes creences molt esteses entre els adolescents i joves. **c)** Recomanacions de l'Agència de Salut Pública de Catalunya sobre el consum de begudes energètiques. **d)** Informació sobre el contingut en cafeïna de diferents aliments. **e)** Informació sobre l'etiquetatge obligatori del contingut de cafeïna en les begudes i els aliments. **f)** Accés a un Informe de 43 pàgines sobre la seguretat de la cafeïna en l'alimentació, del Comitè Científic Assessor de Seguretat Alimentària. **g)** Accés al Dictamen científic sobre la seguretat de la cafeïna de l'Autoritat Europea de Seguretat Alimentària, on s'estima la ingesta diària i la ingesta aguda de cafeïna per sota de la qual no s'esperen problemes en la població general sana. **h)** Un cartell per informar la població sobre l'equivalència en cafeïna d'una beguda energètica. **i)** Accés a dos vídeos, un de 1'35" i un de 20", d'informació sobre les begudes energètiques per a la població general.

Accés al recurs: <http://bit.ly/NGNWRI>



prevenimpuntdro

Edita: PDS · Promoció i Desenvolupament Social

Direcció: Jaume Llariba

Disseny i muntatge: E. Bosch

Fotomecànica i impressió: STUDIUM Talleres Gràfics, S.A.

Dipòsit legal: B.44.871-2000

Voleu donar a conèixer un programa, un material o una notícia?
Voleu que el butlletí tracti algun tema en concret?
Voleu estar en el mailing de distribució?

FEU-NOS-HO SABER!
Prevenim.dro

Tel: 934 307 170 · Fax: 934 390 773
E-Mail: prevenim.dro@pdsweb.org

