

prevenimpuntdro

Número 57

Butlletí d'informació sobre prevenció de drogodependències i altres addiccions a Catalunya

En aquest número...



Editorial

2

Comentari sobre les característiques generals de les actuacions preventives fetes per les entitats membres de la UNAD, de la qual forma part la Federació Catalana de Drogodependències.



Cop d'ull a la recerca

2

Resum de les característiques i els resultats d'un estudi fet a Barcelona per conèixer el perfil de les persones usuàries dels clubs cànnabics i esbrinar el seu impacte en la història personal de consum dels seus membres.



Materials

3

De igual a igual. Guia didàctica – per treballar amb joves de 15 anys i més grans a partir de vídeos fets per estudiants d'universitat (guia en edició digital).

I sobre les pantalles QUÈ? – per educar des de la família en l'ús de les pantalles (díptic).

ON-OFF – per promoure un ús saludable de les TIC en adolescents de 12 a 14 anys (exposició).



En pràctica

4

Presentació d'una eina interactiva de suport on-line per a la planificació i l'avaluació d'intervencions en l'àmbit de les drogues.



Navegant

4

Presentació d'una aplicació mòbil de suport a la reducció de danys, que recull informació dels laboratoris associats a la xarxa europea de serveis d'anàlisis de substàncies.



Finestra oberta

5

Presentació de les característiques i els materials de dues campanyes recents d'informació i sensibilització sobre les begudes energètiques, una feta al municipi de Montcada i Reixach; i una altra a tres localitats de la comarca del Garraf: Canyelles, Cubelles i Olivella.



Amb poques paraules

6

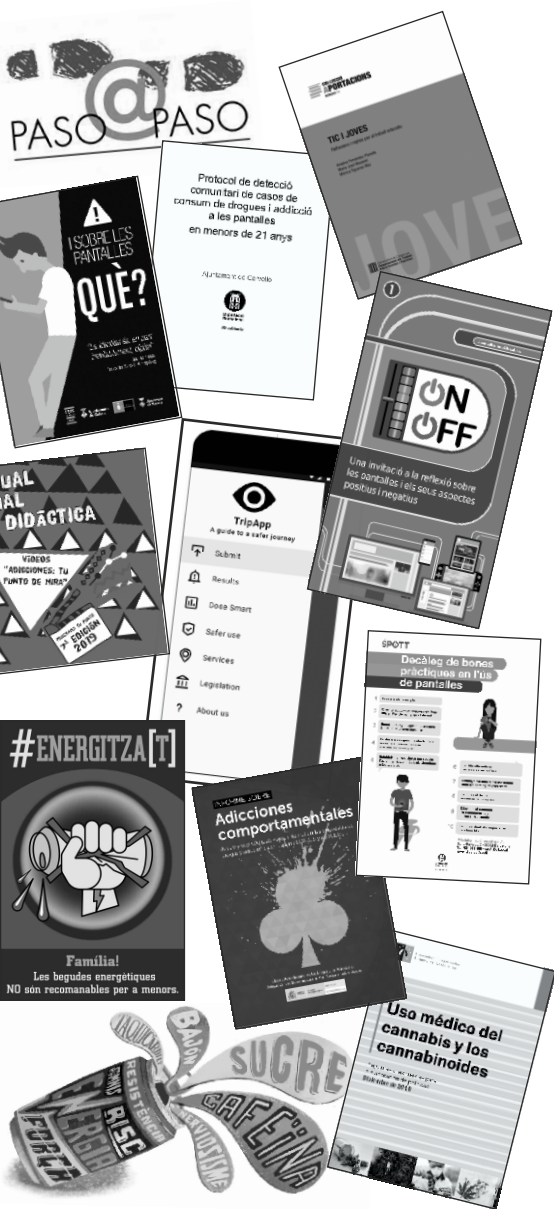
Comentaris i notícies breus, d'aquí i d'arreu, sobre temes d'interès diversos relacionats amb les drogues, les drogodependències i altres addiccions.



El calaix

6

Presentació d'una campanya de la Federació Catalana de Drogodependències per contribuir a eradicar els estereotips, els prejudicis i la discriminació envers les persones que usen drogues.



prevenimpuntdro és un programa de l'associació:



PDS
PROMOCIÓ I DESVOLUPAMENT SOCIAL

amb el suport de:



Generalitat de Catalunya
Departament de Treball, Afers Socials
i Famílies

i la col·laboració de:



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



La UNAD, *Unión de Asociaciones y Entidades de Atención al Drogodependiente*, de la qual en forma part la Federació Catalana de Drogodependències, és una entitat constituïda l'any 1985 que engloba més de 200 entitats de l'Estat que intervenen en l'àmbit de les addiccions (amb i sense substància) i dels problemes que se'n deriven d'elles. Amb ocasió de la publicació del seu informe "*Perfil de las adicciones en 2019*"¹, que recull dades relatives a l'any 2018 provinents de 131 entitats membres, ens fem ressò dels característiques generals de les activitats de prevenció realitzades per aquest conjunt d'organitzacions, que mostren que les intervencions de prevenció que van realitzar van ser majoritàriament de prevenció universal (50%), seguides d'intervencions de prevenció selectiva (38%) i de prevenció indicada (12%), i que els actuacions que van fer amb més freqüència van ser activitats en l'àmbit de l'educació secundària obligatòria (34%), seguides d'activitats de reducció de riscos (25%) i de campanyes de sensibilització (19%).

¹ <http://bit.ly/3c6L6Cd>

Cop d'ull a la recerca



Com són i què fan els socis dels clubs cannàbics?

El cànnabis és la droga il·legal més consumida a nivell mundial. A Espanya, es la tercera droga més consumida entre la població jove i la quarta entre la població adulta (després de l'alcohol, el tabac i els psicofàrmacs), amb una prevalença d'ús d'un 9,1% en els últims 12 mesos en la població de 15 a 64 anys, segons l'última enquesta EDADES. Aquest ampli consum ha propiciat l'aparició d'un moviment social de defensa del dret a consumir cànnabis i d'oposició a les polítiques prohibicionistes que, a Espanya, aprofitant buits legals, ha donat lloc al sorgiment dels clubs de cànnabis, els quals han experimentat un gran creixement els darrers anys, en especial a Catalunya i el país basc, essent Barcelona líder pel que fa al seu nombre, amb uns 250 l'any 2015.

(...) pertànyer a un club cannàbic no augmenta significativament el consum i redueix les conseqüències legals que pot generar.

Amb l'objectiu d'establir un perfil dels usuaris d'aquests clubs i esbrinar el seu impacte en la història de consum dels seus membres, un investigador català (Parés O, Jubert X, Olivares S, *et al.*, 2019), han fet un estudi amb una mostra de socis de 20 clubs cannàbics de Barcelona. En l'estudi van participar 155 persones, 109 (70,3%) homes i 46 (29,7%) dones. La mostra estava formada per persones més grans de 21 anys, amb una edat mitjana de 31,7 anys.

Els participants van ser entrevistats a la seu del seu club per un investigador, que els va administrar un qüestionari estructurat al voltant de qüestions relacionades amb el perfil socioeconòmic, les pautes d'ús de cànnabis i les conseqüències de ser membre d'un club cannàbic. El qüestionari també incloïa els ítems de l'escala CAST sobre abús de cànnabis.

Els resultats indiquen, pel que fa als patrons de consum, que un 68,4% de la mostra va reportar consumir cànnabis a diari. La major part (47,7%) afirmava que formar part del club no havia modificat el seu consum anterior de cànnabis, ni en quantitat ni en freqüència. Un 23,9% afirmava haver aturat i reprès el consum varies vegades des que van ingressar al club. Un 7,1% deia que des que pertanyen al club, el seu consum va augmentar gradualment fins arribar a un màxim i després va tornar a baixar. Un 6,5% deia que el seu consum va augmentar molt de cop després d'entrar al club i que després ha anat baixant. La mateixa proporció deia que havia experimentat alts i baixos en el seu consum al llarg del temps, i només un 4,5% deia que el seu consum havia anat augmentant gradualment al llarg dels anys des que havia ingressat al club.

Respecte als llocs de consum, els declarats com a més habituals van ser en espais privats (78%) i al club cannàbic (67%), si bé cal

destacar que un 15% declarava consumir de tant en tant cànnabis al cotxe. El mètode de consum més habitual, amb un 64,5%, és barrejat amb tabac.

Sobre les raons per consumir cànnabis, un 83,8% deia que ho feia per relaxar-se i un 57,4% per dormir millor. Altres motius freqüents van ser per desafiar l'autoritat (76,1%) i per recomanació mèdica (83,8%), si bé aquests motius van ser considerats menys importants que els dos primers per les persones entrevistades. Un 50% de les dones van declarar fer-ho per tractar el dolor menstrual.

(...) s'observen signes d'abús en un 61.9% dels casos.

Pel que fa als llocs on obtenir el cànnabis abans i després de formar part del club, un 56,8% va afirmar que des que són membres del club han passat a proveir-se normalment al club. També els membres dels clubs declaren reduccions en la compra al carrer o de qualsevol forma il·legal i també de l'autocultiu a casa. A més, indicaven que als llocs on solien obtenir el cànnabis abans, també hi podien comprar altres drogues. Alhora, s'observa una reducció significativa del nombre de multes per possessió o consum de drogues en llocs públics, després d'entrar a un club cannàbic.

En relació a l'ús problemàtic de cànnabis, mesurat amb l'escala CAST, s'observen signes d'abús en un 61.9% dels casos. Alhora, aplicant un altre criteri acceptat de valoració del test, un 13,5% obté la classificació de "dependència moderada" (DSM-V) i un 58,7% la de "dependència" (DSM-IV-TR).

En síntesi, els resultats mostren que, en termes generals, pertànyer a un club cannàbic no augmenta significativament el consum i redueix les conseqüències legals que pot generar. Aquest estudi permet crear un perfil de l'usuari de cànnabis en els clubs de Barcelona i amb això, facilita informació rellevant per als professionals de la prevenció i la planificació de polítiques de salut en relació a l'ús de drogues.

De igual a igual Guia didàctica

Darrera edició (7a) d'una guia d'orientacions en edició digital per treballar amb joves de 15 anys i més grans (a l'educació secundària postobligatòria, universitats, equipaments juvenils, etc.) i fent activitats de prevenció entre iguals de les conductes addictives, a través de propostes basades en els vídeos premiats en les diferents edicions del concurs "Addiccions: el teu punt de mira" per a estudiants universitaris. Adreçada a professionals de l'educació i la prevenció, inclou un apartat amb idees comunes per treballar tots els vídeos i una secció específica per a cada vídeo amb informació dels crèdits, comentaris sobre el seu contingut i suggeriments per fer activitats preventives amb metodologies actives i participatives. També inclou un apartat amb els enllaços de descàrrega dels vídeos i una taula que suggereix les possibles temàtiques (presa de decisions, mites i falses creences, alternatives al consum, reducció de riscos i danys, perspectiva de gènere, etc.) que pot facilitar treballar cada un dels 29 vídeos que conté la guia.



Accessible a:
<https://www.tupunto.org/guias/>

Més informació:
PDS ·
Promoció i
Desenvolupament
Social
☎ 934307170
✉ pds@pdsweb



I sobre les pantalles QUÈ?

Díptic sobre abús de pantalles adreçat a famílies, per a ser incorporat i distribuït conjuntament amb una guia sobre drogues que es facilita a les famílies quan els seus fills i filles entren a l'educació secundària. Elaborat conjuntament pel Programa Intermunicipal Prevenció de Drogues i Promoció de la Salut de l'Alt Maresme (que intervé a Calella, Pineda de Mar i Tordera), el CAS de la zona i el CSMIJ de Calella, ofereix orientacions per evitar conflictes a casa motivats per l'ús de les TIC o pantalles i per trobar l'equilibri necessari per no fer-ne un mal ús, a més d'informació sobre on adreçar-se en cas de pensar que un fill o una filla pugui tenir un problema d'abús de pantalles. Els seus continguts inclouen un seguit de consells per a un bon ús de les pantalles, basats tant en el propi exemple com en la supervisió de l'ús que en fan els fills. En definitiva, per educar des de la família en l'ús de les pantalles. També inclouen informació sobre els signes d'alerta, els riscos associats i sobre enllaços on trobar més informació d'utilitat per a les famílies.

Més informació: Ajuntament de Pineda de Mar. Programa de Drogues
☎ 937671560 Ext.: 6759

ON-OFF Una invitació a la reflexió sobre les pantalles i els seus aspectes positius i negatius

Exposició de recent creació, formada per 10 plafons de 200 x 85 cm., que s'adreça al treball amb grups d'adolescents de 12 a 14 anys, tant en l'àmbit de l'educació formal com de l'educació no formal, per promoure un ús saludable de les TIC (videojocs, telèfon mòbil, etc.) i prevenir problemes associats amb el seu mal ús. Els seus continguts incorporen la perspectiva de gènere, atenent als diferents usos de les TIC que en fan els adolescents i les adolescents, i contemplen els principals riscos del seu mal ús en aquestes edats i també les pautes per al seu bon ús. Ha estat elaborada per l'associació PDS, amb la col·laboració d'Alborada (Galícia) i IREFREA (Balears) i dels programes sobre drogues de l'Ajuntament d'Eivissa (Balears), de la Diputació de Huelva i dels Governos Autònoms d'Astúries i de Navarra, amb finançament del Pla Nacional sobre Drogues. L'exposició ON-OFF s'ofereix en règim de préstec, amb el suport del Departament de Salut de la Generalitat de Catalunya, als ens locals, entitats i equipaments interessats en la seva utilització.

Més informació: PDS · Promoció i Desenvolupament Social ☎ 93 430 71 70 ✉ pds@pdsweb





Paso@Paso: una eina per ajudar a dissenyar projectes de qualitat

Paso@Paso és un sistema interactiu de suport on-line a la planificació i l'avaluació d'intervencions de reducció de la demanda de drogues. Ha estat elaborat per l'associació PDS Promoció i Desenvolupament Social, per encàrrec de la *Fundación Internacional y para Iberoamérica de Administración y Políticas Públicas* (FIIAPP), en el marc del programa COPOLAD de Cooperació entre Amèrica Llatina, el Carib i la Unió Europea en Polítiques sobre Drogues. La seva elaboració va comptar amb el suport tècnic d'un Consell Consultiu d'experts europeus, com ara Gregor Burkhardt (OEDT), Sonia Montcada (PNSD) o Joan Colom (ASPC), i d'Amèrica Llatina.

Paso@Paso divideix la planificació d'un programa en set fases seqüencials i complementàries on es detallen la informació, el procés a seguir, enllaços d'interès i les eines necessàries per dissenyar un projecte. La seva base conceptual està en el Model Lògic de Planificació, que planteja un conjunt d'accions essencials per planificar una intervenció i els atorga una estructura coherent, seqüencial i progressiva orientada a aconseguir uns resultats.

Aquesta eina s'adreça a qualsevol professional interessat en planificar, dissenyar i avaluar intervencions, en especial de prevenció i de reducció de riscos i danys, que consideri que aquestes són més efectives quan es dissenyen seguint un procés reflexiu i no en base a respostes ràpides i intuïtives. S'ha elaborat per orientar i millorar les habilitats de les persones poc experimentades en el disseny, la planificació i l'avaluació

d'intervencions, així com per facilitar el treball a les persones amb major experiència en aquestes àrees.

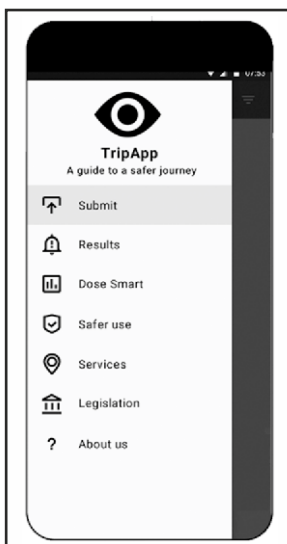
Es pot usar tant per obtenir informació sobre planificació i avaluació d'intervencions de reducció de la demanda de drogues, com per acompanyar i guiar el disseny d'una intervenció concreta en un territori. Disposa de dos espais diferenciats: un d'informatiu, d'accés lliure; i un de treball, que requereix registre previ. El primer, conté informació sobre les diferents fases que cal seguir per planificar i avaluar un programa. L'espai de treball incorpora el component interactiu de l'eina i, a més d'informació, ofereix formularis actius per omplir-los amb les dades d'un projecte, eines per prendre notes, per guardar documentació, poder compartir el disseny d'una intervenció amb altres persones i fer una anàlisi bàsica del nivell de qualitat de la planificació d'un projecte.

En síntesi, Paso@Paso ofereix la possibilitat de: seguir un procés guiat de treball basat en criteris consensuats de qualitat; compartir el disseny d'un projecte amb altres persones; facilitar la cerca i selecció d'informació rellevant per planificar una intervenció; avaluar la qualitat de la planificació d'una intervenció; i disposar d'un formulari complet i ordenat d'un projecte.



Més informació i accés a l'instrument: <http://pasoapaso.copolad.eu/es/>

Navegant



TripApp

Aplicació mòbil per a la reducció de danys, que recull informació dels laboratoris associats a la xarxa europea de serveis d'anàlisi de substàncies TEDI (*Trans European Drug Information*) i envia alertes en temps real sobre partides de drogues adulterades, contaminades o perilloses. Compta amb la participació del projecte Energy Control d'ABD, i l'han desenvolupat la xarxa europea NEWNet, *Youth Organisations for Drug Action* i *Help Not Harm*, amb cofinançament del programa Erasmus+ de la UE. Quan una persona porta una substància a un servei d'anàlisi es determina si té adulterants o contaminants perillosos o una concentració molt alta d'ingredient actiu, i aquesta informació s'afegeix automàticament a la base de dades de TripApp que és accessible per als seus usuaris. TripApp ofereix un sistema d'alertes que es poden compartir en cosa d'hores, més ràpid que el tradicional a través d'agències governamentals. Està disponible en 15 idiomes per a iOS i per a Android, i també ofereix informació sobre reducció de riscos, un mapa dels serveis de reducció de danys de 16 països europeus i informació sobre les conseqüències legals de l'ús, possessió i tràfic de drogues a diferents països, entre altres utilitats.

Més informació i accés a l'aplicació a: <http://tripapp.org/es/>



Energitza't amb l'energia que tens a dins!

Aquest és el nom d'una campanya informativa sobre el consum de les begudes energètiques, que va endegar el setembre passat el Pla de Prevenció de Drogues i Pantalles de l'Ajuntament de Montcada i Reixac. L'actuació, elaborada per l'associació PDS Promoció i Desenvolupament Social, s'adreça a la població de 10 a 14 anys i el seu entorn de relació: família, professionals amb qui hi tenen relació, i establiments comercials i de restauració. Els seus objectius són augmentar la percepció de risc associada al consum de begudes energètiques per part d'infants i adolescents, evitar la normalització del seu consum i afavorir la reflexió sobre les maneres saludables d'obtenir més energia.

Les accions d'aquesta actuació inclouen una campanya de comunicació (amb l'elaboració de diferents materials) i activitats de formació. Ambdues accions s'adrecen d'una manera diferenciada als nois i noies, a les seves famílies, als comerciants i als professionals amb qui hi tenen contacte habitual. Totes les accions fan ús d'un to positiu per trencar els mites sobre els suposats efectes positius d'aquestes begudes i conscienciar sobre els seus riscos per a la salut: alt contingut de sucre i cafeïna, riscos d'insomni, ansietat i nerviosisme, no hidraten com les begudes isotòniques i no és recomana el seu consum en època d'estudi ja que provoquen falta de concentració. Alhora, s'envia el missatge que les millors maneres d'obtenir energia són descansar, fer esport, estudiar i beure begudes saludables.

Els seus materials inclouen dues postals, dos plafons enrotllables i dos cartells, diferenciats per als menors i per a les famílies, que s'han distribuït als centres educatius i als equipaments juvenils, esportius, culturals i de salut. Alhora, comptant amb el suport de les associacions de comerciants del municipi, s'ha elaborat un cartell per al sector del comerç i la restauració, que s'ha distribuït explicant als seus responsables els continguts i la finalitat de la campanya. Pel que fa a les accions formatives, l'actuació n'inclou una per professionals



(de l'educació, joventut, etc.), sessions informatives per a les famílies i tallers sobre els riscos de les begudes energètiques per a l'alumnat dels centres educatius.

Més informació: <http://bit.ly/38UnUoJ> ✉ passa@montcada.org

Campanya sobre begudes energètiques al Garraf

El programa TRACA del Consell Comarcal del Garraf i els ajuntaments de Canyelles, Cubelles i Olivella, que compta amb la col·laboració de la Direcció General de Joventut i de la Diputació de Barcelona, també ha desenvolupat recentment una campanya d'informació i sensibilització sobre el consum de begudes energètiques i els seus riscos per la salut. En el marc d'aquesta campanya s'han elaborat cartells, adhesius, un fulletó informatiu i un vídeo.

De cartells se n'han elaborat dos: un per la població jove, que confronta els mites sobre aquestes begudes i les promeses de la seva publicitat (resistència, força, energia, etc.) amb el que aporten realment (sucre, cafeïna, insomni, etc.), i un altre per a pares i mares, que a més incorpora el missatge que es desaconsella el seu consum en infants i adolescents. D'adhesius ("enganxines") se n'han fet cinc per a la població adolescent, amb consells per llevar-se bé pels matins (descansar), millorar en l'esport (entrenar), aprovar (organitzar-se i estudiar), recuperar-se després de

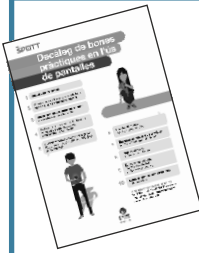
l'exercici (beure aigua i menjar fruita) i per avisar que amb les begudes energètiques, després de la pujada ve la baixada. El fulletó, de 20 pàgines, elaborat per a la campanya, informa sobre els seus components i les diferències amb les begudes isotòniques, sobre la cafeïna i el contingut de sucre en diferents begudes, sobre les seves estratègies publicitàries (què ens venen?), sobre la barreja amb alcohol i sobre qui i quan convé no consumir-ne. Per últim, un grup d'alumnes de l'Institut de Cubelles, amb suport de l'Espai Jove de Cubelles i de tècnics de salut i de



drogues, han fet un vídeo de 3 minuts que informa sobre els components i els riscos de les begudes energètiques i desmitifica les seves suposades virtuts.

Més informació: <http://tracagarraf.cat/novetats/>
✉ traca@ccgarraf.cat

Amb poques paraules



Decàleg de bones practiques en l'ús de pantalles. La Diputació de Barcelona, per mitjà de la Subsecció de Programes i Projectes de l'SPOTT, ha dissenyat aquest material divulgatiu en formats de díptic i de pòster, adreçats a les famílies amb recomanacions per promoure i fomentar l'ús saludable i responsable de les TIC en els fills i filles. **Accessible a:** <https://cutt.ly/1rEujCg>

Adicciones comportamentales. Juego y uso compulsivo de internet en las encuestas de drogas y adicciones en España. Informe del Pla Nacional sobre Drogues que analitza la situació actual de les adiccions comportamentals a Espanya, a partir de les dades recollides sobre aquest tema a les enquestes EDADES i ESTUDES. Entre altres temes, ofereix informació sobre el joc amb diners, online i presencial, en la població general i en la població adolescent.

Accessible a: <https://cutt.ly/4rErtOQ>



Protocol de detecció comunitari de casos de consum de drogues i addicció a les pantalles en menors de 21 anys a Cervelló. Amb l'objectiu de detectar i orientar els casos de consum, abús o addicció que tenen a veure amb l'ús de drogues o de pantalles, l'Ajuntament de Cervelló ha aprovat aquest protocol -elaborat amb el suport de la Diputació de Barcelona- que conté el circuit i la fitxa de traspàs de la informació, elements clau per a una resposta coordinada i consensuada entre tots els membres detectors i agents implicats.

Uso médico del cannabis y los cannabinoides. Preguntas y respuestas para la elaboración de políticas. Informe de l'Observatori Europeu dels Drogues, adreçat a polítics, professionals de la salut i públic en general, que examina les proves i la pràctica en relació amb l'aprovació de l'ús de cànnabis o medicaments a base de cànnabis amb finalitats terapèutiques, aportant informació sobre qüestions científiques, clíniques i normatives. **Accessible a:** <https://cutt.ly/frEtKx2>



TIC i joves: reflexions i reptes per al treball educatiu. Publicació de 68 pàgines de la Direcció General de Joventut del Departament de Treball, Afers Socials i Famílies (col·lecció Aportacions; 54), que ofereix un estat de la qüestió sobre la relació dels joves i adolescents amb les TIC i l'ús i el consum que en fan. Conté un seguit de recomanacions per orientar les administracions públiques i els professionals que duen a terme actuacions en l'àmbit de la joventut.

Accessibles a: <https://cutt.ly/LrEiga5>

El calaix



Estigma i Drogues. Eradiquem els estereotips, els prejudicis i la discriminació. La "Comissió d'Estigma" de Federació Catalana de Drogodependències treballa per eradicar les qualitats negatives i despectives que s'atribueixen a les persones que usen drogues. Aquesta Comissió ha treballant recentment una sèrie de sessions conjuntes de professionals i persones usuàries, fent ús de la metodologia de teatre de les persones oprimides, per analitzar el llenguatge i les actituds que estigmatitzen. Fruit d'aquest procés, ha produït una sèrie de materials per treballar l'estigma entre les persones usuàries de drogues, les famílies i els equips professionals. La sèrie de materials està formada per un conjunt de quatre gràfics: 1. Guia bàsica per trencar amb l'estigma; 2. Parlem de l'estigma; 3. Estigma i drets humans; i 4. Estigma, com combatre'l. Aquest material gràfic s'acompanya d'una guia d'ús, que ofereix conceptes útils per a professionals dels serveis d'atenció a persones que usen drogues i proposa diferents dinàmiques participatives per treballar l'estigma en els diferents serveis. D'aquesta manera, es pretén fomentar un tracte adequat envers les persones usuàries de drogues, evitar que es reflecteixin visions equivocades envers aquestes persones i, en conseqüència, millorar-ne la cura de la salut. A banda d'aquests materials, també s'ha fet un vídeo breu de sensibilització ("Si et poses al meu lloc, em veuràs"), que també ha servit de suport i adhesió a una campanya internacional (*Support. Don't punish*) que advoca per unes polítiques de drogues basades en la salut i els drets humans. Finalment, les idees sobre les que es va reflexionar en les sessions conjuntes de treball s'ha recollit en tres documents: "Què diuen sobre l'estigma les i els professionals?", "Què diuen les persones usuàries sobre l'estigma rebut?" i "Frases que hem dit o ens han dit".



Més informació i accés als materials a:

<https://cutt.ly/crEpSr5>

prevenimpuntdro

Edita: PDS · Promoció i Desenvolupament Social

Direcció: Jaume Larriba

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

