

PROYECTO: Programa de Prevención de Conductas Adictivas

(Ayuntamiento de Quart de Poblet)

MEMORIA DESCRIPTIVA DE LA ACTUACIÓN REALIZADA

1. Justificación

El programa de prevención de conductas adictivas se adecua a las actuaciones que desde la Unidad de Prevención Comunitaria de Conductas Adictivas (UPCCA) se llevan a cabo desde el marco del VI Plan Municipal de Prevención de Conductas Adictivas del municipio de Quart de Poblet y el Barrio del Cristo. Son actuaciones relacionadas con la prevención del consumo de tabaco, alcohol, cannabis y otras drogas, así como adicciones conductuales relacionadas con las Tic.

En el contexto actual en el que las adicciones se constituyen cada vez más como una de las principales problemáticas que afectan al bienestar físico, emocional y social de niños, niñas, adolescentes y jóvenes, resulta imprescindible implementar medidas eficaces de prevención desde edades tempranas.

Este fenómeno se ve agravado por diversos factores sociales y culturales, entre ellos la alta disponibilidad de sustancias, la normalización del consumo en determinados contextos, la falta de referentes positivos y el uso intensivo y la escasa regulación de las tecnologías. Sumado a la etapa de especial vulnerabilidad en la que se encuentran, inmersos en el proceso de construcción de la identidad y la búsqueda de pertenencia. Por este motivo que resulta de gran importancia reforzar las políticas públicas orientadas a la prevención de las conductas adictivas desde un enfoque integral y comunitario. Apostar por la prevención no solo supone reducir la edad de inicio en el consumo o desarrollo de conductas adictivas, sino también contribuir al desarrollo pleno y saludable de la infancia, adolescencia y juventud de las personas, garantizando su derecho a crecer en entornos seguros, informados y protectores.

El proyecto pretende continuar el trabajo iniciado el año anterior con las actividades de prevención llevadas a cabo, buscando disminuir la incidencia del consumo de alcohol, tabaco, cannabis y otras sustancias, promoviendo hábitos de vida saludables, fortaleciendo la comunicación entre los y las adolescentes y sus familias o cuidadores/as y fomentando alternativas de ocio saludable que actúen como factores de protección frente al consumo y otros comportamientos adictivos. La prevención, por tanto, no solo se centra en evitar el consumo, sino en construir entornos seguros y saludables donde niñas, niños y jóvenes puedan desarrollarse plenamente.

2. Población diana

Las actividades se dirigieron a niñas, niños y adolescentes (entre 11 y 20 años) del municipio de Quart de Poblet así como al equipo docente, personal educativo, familiares y cuidadores de las personas destinatarias del programa.

La población a la que van dirigidas estas actividades presenta unas características específicas que han sido determinantes para el diseño de la propuesta:

- Familiares y cuidadores: Actualmente la sociedad se encuentra marcada por el avance de las tecnologías, muchas familias se sienten desbordadas y con falta de herramientas para orientar a sus hijas e hijos en un uso equilibrado y saludable de las pantallas. Es fundamental ofrecerles información y estrategias que les permitan acompañar a los menores desde una crianza responsable y consciente.
- Alumnado de primaria: se trata de una población especialmente vulnerable al mal uso de dispositivos tecnológicos, redes sociales, videojuegos y juegos de azar, dada la temprana edad de inicio en su uso y la facilidad de acceso. Intervenir en estas edades resulta clave para generar conciencia y fomentar un uso crítico y saludable de la tecnología.
- Alumnado educación secundaria y bachillerato: esta etapa representa la última oportunidad para intervenir desde el ámbito socioeducativo durante la creación de la identidad personal. Se trata de un colectivo altamente vulnerable, con quienes es necesario trabajar la transición a la vida adulta, fomentando la autonomía, la salud emocional y la adquisición de hábitos de vida saludables.

3. Objetivos

- Prevención y buen uso de las tecnologías a través de talleres teatrales para sensibilizar sobre el uso excesivo de pantallas, promover estrategias de uso responsables, concienciar sobre la privacidad y seguridad de la información y el fortalecimiento de vínculos de calidad y de respeto en línea.
- Informar y sensibilizar acerca de las adicciones, los efectos perjudiciales de las sustancias tóxicas en la salud, retrasar la edad de inicio del primer consumo, fomentar habilidades personales protectoras y ofrecer alternativas de ocio saludable a través de charlas de prevención.
- Fomentar el uso responsable y seguro de las pantallas en el ámbito familiar: informar sobre los riesgos y el impacto que tienen las pantallas en el desarrollo del cerebro, impulsar la construcción de actitudes y conductas saludables y responsables y ofrecer alternativas de ocio y entretenimiento sin pantallas.
- Prevenir conductas adictivas a través del fomento de herramientas de gestión emocional a través de intervenciones teatrales de simulaciones cotidianas conflictivas.
- Reducir la incidencia de conductas de riesgo asociadas al consumo de sustancias y otras adicciones, creando un grupo de adolescentes con altos factores de riesgo donde se trabaje habilidades personales, motivación, gestión del tiempo libre y fortalecimiento de una red de apoyo adecuada.

4. Matriz de planificación

Relación de actividades realizadas en el programa Prevención de Conductas Adictivas

ACCIÓN	OBJETIVOS	PLANIFICACIÓN
Teatro "En línea"	Prevención y buen uso de las tecnologías a través de talleres teatrales para sensibilizar sobre el uso excesivo de pantallas, promover estrategias de uso responsables, concienciar sobre la privacidad y seguridad de la información y el fortalecimiento de vínculos de calidad y de respeto en línea.	11 sesiones teatrales representadas en todos los centros educativos del municipio de Quart de Poblet y del Barrio del Cristo. Destinadas al alumnado de 6º de Educación Primaria.
Charlas de prevención con adolescentes "Hablemos de..."	Informar y sensibilizar acerca de las adicciones, los efectos perjudiciales de las sustancias tóxicas en la salud, retrasar la edad de inicio del primer consumo, fomentar habilidades personales protectoras y ofrecer alternativas de ocio saludable a través de charlas de prevención.	Impartición de charlas formativas e informativas en los dos centros educativos de secundaria obligatoria del municipio de Quart de Poblet. Intervención con familias de jóvenes con notificación de consumo en el centro educativo.
Taller de primera infancia con familiares de criaturas en la Escuela Infantil Municipal "Ninos"	Fomentar el uso responsable y seguro de las pantallas en el ámbito familiar: informar sobre los riesgos y el impacto que tienen las pantallas en el desarrollo del cerebro, impulsar la construcción de actitudes y conductas saludables y responsables y ofrecer alternativas de ocio y entretenimiento sin pantallas.	Dos charlas impartidas por especialistas en neurodesarrollo en la primera infancia.

Teatro "Forever Young"	Prevenir conductas adictivas a través del fomento de herramientas de gestión emocional a través de intervenciones teatrales de simulaciones cotidianas conflictivas. La acción consta de una representación teatral que muestra situaciones que ocurren entre padres-madres e hijos-hijas, y un coloquio posterior con los adolescentes para fomentar pensamiento crítico y reflexionar sobre los temas tratados durante la actuación.	Realización de un total de 10 sesiones de la actuación teatral para el nivel de 4º de ESO de los centros de Educación Secundaria Obligatoria del municipio.
Grupo de prevención selectiva para el crecimiento personal y fomento de habilidades personales llamado "A la deriva"	Reducir la incidencia de conductas de riesgo asociadas al consumo de sustancias y otras adicciones, creando un grupo de adolescentes con altos factores de riesgo donde se trabaje habilidades personales, motivación, gestión del tiempo libre y fortalecimiento de una red de apoyo adecuada.	Actividad al aire libre (rafting) con un grupo de adolescentes seleccionados por elevado absentismo y problemas de conducta, grupo de 7 adolescentes. Gestión del grupo con reuniones quincenales y fomento de vínculos para trabajar la prevención de adicciones y promover hábitos saludables.

5. Desarrollo de las actividades

- Teatro "En línea"

El taller "En línea" trabaja las redes sociales, las Apps de móviles y videojuegos, todo ello interpretados por dos actrices que van cambiando de rol según la pieza teatral. Es una obra interactiva donde el público también participa adivinando finales, deshaciendo enredos y jugando con las actrices a lo que ellas proponen. Además, al final de cada pieza, se abre un coloquio donde el diálogo sobre la temática y las experiencias que compartes los alumnos/as de forma espontánea complementa la propuesta.



Resultado alcanzado: durante el mes de octubre todos los centros educativos excepto han recibido en sus aulas de 6º de Educación Primaria, el taller "En línea".

- Charlas de prevención con adolescentes "Hablemos de..."

Conjunto de charlas de prevención sobre el alcohol, tabaco y vaper, cannabis, conductas relacionadas con salir de fiesta, adicción al juego y videojuegos, desde donde se trabaja las creencias y factores de riesgo para retrasar la edad de inicio o evitar el consumo abusivo y perjudicial. Estas charlas surgen de la demanda de los diferentes centros de Educación Secundaria Obligatoria, bachiller y centros de formación profesional que trasladan las necesidades detectadas a la UPCCA para diseñar y aplicar las charlas más adecuadas a las circunstancias singulares.

Resultado alcanzado: se imparten charlas de prevención en los dos Institutos de ESO durante el mes de mayo y junio, a demanda del propio centro, escogidas en función de la conducta problema detectada, así como el taller para familiares.

- Taller de primera infancia con familiares de criaturas en la Escuela Infantil Municipal "Ninos"

Fomento de un uso responsable y seguro de las pantallas durante la primera infancia. A través de la charla formativa para familiares de alumnado de la Escuela Infantil Municipal, se informa sobre los riesgos y el impacto del uso de pantallas en las primeras etapas del desarrollo, se impulsa la construcción de actitudes y conductas saludables y responsables y se ofrecen alternativas de ocio y entretenimiento analógico.

→ Escola de famílies	GRUP 1 De 15:30h. a 17:00h.
Taller de Primera Infància Dirigit a pares i mares d'un xiquet o xiqueta de 0 a 2 anys	GRUP 2 De 17:30h. a 19:00h.
11,13 i 18 de febrer	Lloc: Escola Infantil Municipal Ninos



Resultado alcanzado: de las dos charlas programadas, por no cubrir aforo, se unifica en una sola sesión, la charla es impartida por una especialista en psicología perinatal. Acuden 25 asistentes.

- Teatro "Forever Young"

Intervenciones teatrales dirigidas al alumnado de 4º de ESO, sobre situaciones cotidianas en referencia a la gestión emocional y los procesos propios de la transición por la adolescencia, fomentando la promoción de la salud mental, trabajar en el buen uso de las tecnologías y prevenir conductas adictivas.

Junto con el taller de animación teatralizado se realiza un coloquio sobre la salud mental en el marco adolescente fomentando el pensamiento crítico y la mayor comprensión y reflexión de lo visto en escena sobre temas como la incomprensión sentida en la adolescencia, la confianza en figuras de referencia, el lenguaje y la gestión de emociones.



Resultado alcanzado: se realiza el taller en todos los grupos de 4º de ESO del municipio.

- Grupo de prevención selectiva para el crecimiento personal y fomento de habilidades personales llamado "A la deriva"

Prevención selectiva sobre un grupo con factores de riesgo. Programa llamado "A la deriva", se interviene con un grupo de adolescentes con riesgo de desarrollar conductas adictivas, absentistas o altamente vulnerables.

Dando continuidad a la creación de este grupo "A la deriva", este segunda año se utiliza el rafting como actividad en el aire libre, donde se realizan además dinámicas de motivación y gestión personal así como vinculación y creación de grupo. Se pretende con esta actividad crear vínculos entre los adolescentes y con los facilitadores para continuar trabajando durante el resto del curso escolar los factores de protección pertinentes.



Resultado alcanzado: se crea el grupo con un total de 9 adolescentes, se realiza la actividad en la naturaleza de manera exitosa y se dinamizó el grupo con varias actividades con el objetivo de crear vínculos, reflexionar sobre la actividad y fomentar el crecimiento personal.

6. Recursos humanos, infraestructuras y materiales necesarios para el desarrollo de la actuación

- Recursos humanos:
 - Técnica UPCCA del Ayuntamiento.
 - Técnicos del área de Educación del Ayuntamiento.
 - Personal administrativo del Ayuntamiento.
 - Personal cualificado (psicólogos y educadores) externos.
 - Compañías de teatro.
 - Niños/as y adolescentes, familiares y personal educativo.
- Infraestructuras:
 - Centros educativos.
 - Infraestructura en medio abierto (naturaleza).
- Materiales necesarios:
 - Proyector, ordenadores, móvil.
 - Papel y demás material de papelería.
 - Sillas, mesas y mobiliario en general.

7. Intersectorialidad

Este proyecto está liderado por la concejalía de Sanidad y el Plan Municipal de Drogodependencias.

En este municipio el liderazgo en promoción de salud mental se comparte entre las concejalías de Educación, Sanidad, Juventud y Bienestar Social, quienes tenemos una comisión intersectorial con otros agentes externos como la Unidad de Salud Mental Infantojuvenil de nuestra zona de salud, de Consellería de Sanidad o el EEIIA, con quienes se ha contactado y coordinado para la selección de la población diana a la que se ha dirigido este proyecto.

8. Conclusiones

Nuestra mejor oportunidad es la continuidad del proyecto, ya que la ciudadanía sabe que en torno al 10 de octubre "Día de la salud mental", y desde el 1 de septiembre se realizan la gran mayoría de éstas actividades y se pueden programar con antelación para asegurar la participación.

Además, se trabaja en la Comisión Intersectorial la programación de manera que todos los agentes intervinientes forman parte de todos los niveles de decisión de la programación. Las estructuras de coordinación para el diagnóstico de necesidades y organización de la planificación de los recursos e intervenciones que el Ayuntamiento ha creado en el último año es una fortaleza para mantener los objetivos de éste proyecto.

La principal dificultad encontrada es el plazo reducido para planificar y organizar los talleres y actuaciones. La necesidad de prevención de conductas adictivas está más que justificada, recogida en el VI Plan Municipal de Drogodependencias vigente en el municipio de Quart de Poblet y Barrio del Cristo (2023-2027) y en la legislación actual en materia de prevención y conductas adictivas. La concejalía de drogodependencias tiene una programación estable en prevención, con casuística elevada y con nuevas formas de consumo y de adicciones que van surgiendo en función de la sociedad, con lo que se precisa de estas y otras actuaciones para llegar pronto a la población y así conseguir la prevención, mucho más efectiva que el tratamiento, en coste-beneficio.