PREVENIR ES
VIVIR
NO CONSUMAS TU VIDA
SCOUTS
Construir un Mundo Mejor
MSC
Agentes de Salud

MOVIMIENTO SCOUT CATÓLICO

EDITA: Consejo General de Scouts MSC 2017-2023
COORDINACIÓN: Salvador Navas Fernández, Responsable de País
IDEA Y REDACCIÓN: Inmaculada Aguado, Salvador Navas, Silvia Ramos y Alex Sandor
EQUIPO PAÍS: Inmaculada Aguado, Salvador Navas, Gabriel Saiz, Silvia Ramos y Alex Sandor
COLABORACIÓN: Miguel González - Durán, coordinador de Comunicación, Marca y Medios, Oficina Técnica Scouts MSC.
DISEÑO Y MAQUETACIÓN: Kiwi Estudio Creativo.
@2021, MOVIMIENTO SCOUT CATÓLICO - SCOUT MSC.

Este material es de uso exclusivo de Scouts MSC y de todas sus asociaciones miembro.
Se permite la copia y el uso del contenido del mismo reconociendo la autoría y siempre que la finalidad no sea comercial.

CAMPAÑA DROGAS Y ADICCIONES

Modificar las creencias y actitudes de nuestros niños, niñas y jóvenes ante las drogas y diversas fuentes de adicción que cada día nos rodean, así como reducir su consumo y la intención de consumir en el futuro constituye el objetivo fundamental que da sentido a esta campaña.

Los grupos scouts son un ámbito fundamental para el desarrollo de las políticas preventivas. A través de ellos nos permite intervenir en el conjunto de los niños, las niñas y la juventud a una edad temprana, en una época rica en cambios y decisiva en la maduración. Un momento en el que se van adquiriendo hábitos y modelos de comportamiento sobre los que se puede incidir. Además, es un lugar idóneo por ser espacio de encuentro entre la familia y la sociedad.

Hay que tener en cuenta que el consumo de drogas y las diversas adicciones que aparecen en la sociedad en estas edades tempranas como, por ejemplo, a las nuevas tecnologías, el alcohol, las apuestas, las compras compulsivas, etc.; está influido por numerosos factores y que su prevención desde el ámbito educativo no formal debe considerar los factores de riesgo y protección presentes en dicha población.

De tal modo, tenemos que tener como objetivos retrasar la edad de inicio al consumo o la adicción, ofrecer conocimientos sobre los efectos y riesgos que ocasionan dichas adicciones, potenciar la autoestima, la capacidad de decisión, la autonomía personal y la asertividad, y enseñar a aceptar normas, valores y roles para la convivencia. Unos fines que debemos perseguir con estrategias de influencia y de desarrollo de competencias que permitan la adopción de estilos de vida saludables entre los educandos, entre los que cada vez cobra más fuerza un ocio libre del consumo de sustancias y adicciones y que propicie bienestar.

Por ello, desde Scouts MSC, lanzamos la campaña *"Prevenir es Vivir. No consumas tu vida"*, promoviendo que los niños, las niñas y la juventud huyan de las drogas y de las diversas fuentes de adicción que hacen que se evadan del mundo real y vivan en un mundo paralelo.

Para trabajar con ellos/as y concienciar sobre la peligrosidad que tienen las drogas, las nuevas tecnologías o las apuestas, desde Scouts MSC proponemos una serie de actividades para las diferentes ramas.

ACTIVIDAD 1

MARGARITA Y LAS BURBUJAS

Objetivo: Reflexión sobre el uso de las drogas y el alcohol sobre las personas.

Duración: 1h - 1:30h

Rama: Castores y Lobatos

Materiales: Hojas de papel, lápices de colores, rotuladores, ceras, material de dibujo.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD.

Se procede a la lectura de la historia y cada educando debe dibujar una de las escenas que se narra. Posteriormente se reflexiona sobre la actitud, en este caso de Margarita, y qué hubieran hecho ellos en una situación similar. Por último, se reflexiona acerca de los daños producidos por el consumo del alcohol y otras adicciones, así como sobre la importancia de tomar decisiones acertadas como la de Margarita.

Había una vez una flor que se llamaba Margarita. Margarita tenía diez pétalos bonitos. Vivía contenta dentro de su maceta, la tierra estaba húmeda y recibía mucha luz.

Un día llegó otra flor y le dijo: - ¡Uf! Margarita. Tú no estás a la moda. Te riegas solo con agua. El agua es boba, no tiene sabor, ni olor, tampoco tiene color. ¡Prueba a regarte con cerveza!

Margarita contestó: - ¿Con cerveza? Eso no será bueno.

La amiga respondió: - ¡Tú qué sabes si es bueno! Mira, cuando te riegas con cerveza, las burbujas te hacen cosquillas en las raíces. Luego llegan hasta los pétalos. ¡Son unas cosquillas estupendas y te ríes muchísimo!

Margarita se quedó pensativa. No sabía qué hacer. A ella también le gustaban las cosquillas. Alguna vez las gotitas de agua la hacían reír. Su amiga le decía que las burbujas hacían unas cosquillas que pasaban por todo el tallo... Si su amiga decía que era tan divertido... No sé, no sé qué puedo hacer...

Margarita contestó: - Lo he pensado mejor, he decidido seguir regándome con agua. El agua es muy clara y limpia, estoy contenta así.

- Bueno, tú te lo pierdes. Ya sabía yo que eras aburrida. Adiós, dijo la amiga.

Al poco tiempo, volvió la amiga. Le faltaban tres pétalos y tenía un color más pálido.

- Creo que la cerveza es mala. Me encuentro mal y no sé qué hacer. ¿Me puedes ayudar?

Margarita respondió: - Si claro, por qué no pruebas a regarte con agua otra vez. Ven, vamos a la terraza a tomar el aire. Te hará bien. Estuviste últimamente mucho tiempo en la oscuridad.

Pasaron los días. La amiga de Margarita recuperó su color, sus pétalos volvieron a salir.

La amiga dijo: - Te llamé aburrida, no sabía que iba a ser tan divertido poder jugar juntas. ¡Qué bien se está cuando uno se encuentra bien!

- Claro que sí, contestó Margarita.

- Vamos a divertirnos. Jugaremos un partido de pimpón con las gotas de agua.

ACTIVIDAD 2

QUÉDATE CON LO QUE QUIERAS

Objetivo: Reflexionar sobre las adicciones de los adolescentes desde el pensamiento crítico.

Duración: 15 min

Rama: Lobatos, Exploradores

Materiales: Fotografías de diferentes tipos de adicciones, material de escritura

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD.

En una manta pones diferentes fotos que indiquen algún tipo de droga o fuentes de adicción. A continuación, hay que tapar las imágenes y los participantes tendrán que ir escribiendo lo que hayan visto que les resulte familiar.

Entre las fotografías no solo debe de haber tipos de drogas y alcohol, sino que, además, debemos de introducir fuentes de adicción que los adolescentes utilizan cada día. Entre ellos están las nuevas tecnologías, los videojuegos, las casas de apuestas y las apuestas por Internet. Debemos hacer hincapié en que pueden llegar a ser nocivas con un uso abusivo y sin control.

Cada participante, una vez levantada la manta, apuntará en un folio lo que ha visto o le ha llamado la atención.

Una vez que los participantes han terminado de escribir lo que han visto o les ha llamado la atención, les explicaremos todas las drogas y adicciones mostradas y sus efectos.

ACTIVIDAD 3

CUÁNTO SABES DEL ALCOHOL

Objetivo: Descubrir y poner en práctica un estilo de vida saludable y entender los riesgos de un consumo no responsable de sustancias nocivas para la salud.

Duración: 30 min - 1h

Rama: Exploradores

Materiales: Cartulinas numeradas del 1 al 10.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD.

Colocamos hojas/cartulinas cada una numerada del 1 al 10, de tal forma que el 1 sea la falsedad rotunda y el 10 la verdad absoluta. Les decimos que vamos a irles leyendo diferentes frases y se van a tener que posicionar en lo que ellos crean acerca de lo comentado.

Se hará una fila y tendrán que situarse en el folio que se adecue a sus pensamientos una vez que suene un pitido. Dejar unos segundos de reflexión tras leer la frase.

Cuando se hayan colocado todos se abrirá un debate teniendo en cuenta la elección que han considerado.

Una vez realizadas todas las preguntas y la elección de los participantes se abrirá un debate sobre las distintas opiniones y la presión del grupo.

Esto nos dará pie a hablar sobre un problema por el cual terminamos influenciados buscando así decisiones erróneas.

- Verdaderas
  1) El alcohol disminuye tus reflejos, te hace más lento o lenta.
  2) En menores de edad, el alcohol daña con más intensidad el cerebro afectando a la capacidad de aprender y memorizar.
  3) El consumo de alcohol puede hacerte tomar decisiones que en estado normal no quieres o decidir probar otra droga.
  4) Cuanto antes empiezas a beber, más probabilidades tienes de ser alcohólico.
  5) El desarrollo completo del cerebro finaliza con 21 años y por el abuso de alcohol se alcoholiza.
  6) El alcohol siempre terminar dañando el hígado, sobre todo cuando se bebe mucho en poco tiempo como, por ejemplo, en un botellón

- Falsas
  1) El consumo de bebidas alcohólicas no es perjudicial porque no está prohibido ni siquiera a los menores de edad.
  2) En una buena fiesta o celebración hay que tomar alcohol para divertirse.
  3) Coger la moto después de tomarse una cerveza no es peligroso.
  4) El alcohol es un alimento y por eso tiene tantas calorías.
  5) Alguien se emborracha solo los fines de semana, eso es que no tiene una adicción.

ACTIVIDAD 4

¿POR QUÉ BEBE JÚPITER?

Objetivo: Reflexionar sobre por qué beben los adolescentes desde el pensamiento crítico.

Duración: 1h

Rama: Exploradores

Materiales: Pizarra o cartulina grande, post-it, bolígrafos, foto o caricatura.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD.

(NOTA: Júpiter es un personaje que inventamos describiendo un perfil que se asemeje a las características del grupo a las que nos dirigimos.)

Decimos su edad, que vive en el barrio o en el pueblo de los participantes, que le gusta un tipo de música, que asiste a un colegio cercano, etc.

- Pegamos en la pizarra una caricatura de un chico/a adolescente que podemos descargar de Internet y que sea de un estilo similar a nuestro grupo. Se puede usar una foto real, siempre y cuando la imagen solo se use durante el tiempo de la actividad y no se quede expuesta.
- Presentamos a Júpiter según lo descrito en la nota previa.
- Decimos al grupo que Júpiter últimamente está bebiendo los fines de semana y que a veces se emborracha.
- Escribimos en la pizarra la frase: ¿por qué bebe Júpiter?
- Repartirnos un taco de post-it.
- Les pedimos que escriban en el post-it uno o varios motivos que expliquen su conducta, animando a la creatividad. También que escriban pequeñas "pinceladas" para seguir construyendo el personaje. Por ejemplo: los padres de Júpiter son muy rígidos y lo agobian, Júpiter está enamorado/a de alguien que la trata mal, Júpiter siente que es feo/a y eso le/a pone triste, etc.
- Cada participante sale a la pizarra y expone el motivo por el que creen que Júpiter bebe y lo pega en la pizarra o cartulina.
- Se pide por turnos que salgan a la pizarra y que elijan un post-it para contraargumentar.
- La contrargumentación debe hacerse con una formula verbal parecida a esta: Puedo entender que Júpiter _____,pero_____.
- Delante del grupo deben contraargumentar el motivo de otro participante, siempre de una forma respetuosa. Es importante hacer hincapié en este aspecto del respeto.
- Siempre que sea posible el monitor o monitora debe participar haciéndoles preguntas sobre posibles alternativas a la conducta de beber.
- Deben despegar el pot-it, romperlo por la mitad y volver a pegarlo; según se expone, para que al final visualmente se vean todos los motivos cuestionados.
- Se abre un pequeño debate sobre la actividad.

ANEXO ACTIVIDAD

Te presentamos una lista de los seis motivos más habituales de consumo de alcohol. Es muy probable que los menores los empleen, por eso es importante que antes de la actividad prepares una posible contraargumentación y, sobre todo, alternativas a la conducta bebedora.

- Desinhibirse, perder el sentido del ridículo, ligar, entablar relaciones.
- Buscar el riesgo y experiencias nuevas.
- Cohesionar el grupo y crear buen clima.
- Sentirse adulto/a.
- Huir de los problemas.
- Relajarse, desconectarse de la semana y las clases.

ACTIVIDAD 5

ADICCIONES Y SOPA DE LETRAS

Objetivo: Introducir algunos conceptos relacionados con el consumo de drogas y diversas adicciones partiendo de sus conocimientos previos. Analizar los conocimientos, intereses y creencias del grupo en referencia al consumo de diversas drogas, alcohol u otras adicciones

Duración: 1h

Rama: Exploradores, Pioneros y Rutas

Materiales: Fichas de sopa de letras y bolígrafos

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD.

- Se les reparte la ficha anexada o una parecida creada para la ocasión.
- Se les explica que tiene que crear una sopa de letras cuya temática sea fuentes de adicción.
- Deberán poner en el título de su sopa de letras la descripción de lo que tiene que buscar la persona que juegue posteriormente con su ficha.
- Ejemplos de temáticas: 8 tipos de adicción, 5 efectos de adicciones, 6 riesgos asociados al consumo, 5 motivos por los que no tener una adicción, 5 cosas que se estropean si tienes una adicción.
- Se anima a la creatividad eligiendo el tema.
- Para hacer la sopa de letras hay que escribir primero, en la ficha en blanco, las palabras (soluciones) y después se rellenan los huecos con letras al azar.
- Una vez realizada la ficha se intercambian entre los miembros del grupo y se dedican unos minutos para realizarla.
- Se abre un debate sobre el consumo de sustancias según los temas planteados en la sopa de letras.

ANEXO ACTIVIDAD.

OTROS RECURSOS

- *Engánchate a la vida.*
- *El reto de los dardos de Scouts MSC ¿Cuánto sabes sobre adicciones*
- *Actividades alternativas para la prevención del uso de drogas*
- *Guía de intervención: menores y consumos de drogas*
- *Escucha primero*
- *Alcohol, drogas, juego... las adicciones de los adolescentes*
- *Recursos educativos para promover el consumo cero de alcohol en menores de edad y responsable por los adultos.*

ACTIVIDAD 6

MÁS CERCA DE LO QUE PENSAMOS

Objetivo: Debatir y romper el hielo con el tema de las adicciones.

Duración: 1h (alargable o recortable según las preguntas que se hagan)

Rama: Pioneros y Rutas.

Materiales: Una pizarra, hojas de papel, bolígrafos o cualquier material necesario para escribir.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

La actividad consiste en una puesta en común de diferentes ideas y anécdotas sobre las drogas y el juego con el fin de tantear el grado de conocimiento de la unidad sobre este tema.

Con ayuda de una pizarra, folios y material para escribir se responderán las siguientes preguntas de forma breve e individualmente. Posteriormente se pondrán en común.

- ¿Cómo resumirías con unas palabras el efecto de las drogas?
- ¿Cómo resumirías con unas palabras la adicción al juego?
- ¿Cuáles son las drogas que conoces?
- ¿Conoces alguna historia de consumo de drogas?
- ¿Conoces alguna historia de adicción al juego?
- ¿Crees que fumar está considerado como algo 'guay'?
- ¿Crees que beber está de moda?
- ¿Crees que se puede disfrutar de una fiesta sin consumir alcohol u otras sustancias?
- ¿Crees que se puede hacer un uso responsable del alcohol?
- ¿Crees que este tipo de adicciones se pueden superar?
- ¿Cuántas casas de apuestas hay en tu barrio/zona?

El/la responsable encargado/a de la actividad podrá quitar o poner las preguntas o moderar el debate a su gusto. Esta solo es una guía.

ACTIVIDAD 7

¿DE VERDAD ES PARA TANTO?

Objetivo: Hacerse preguntas y reflexionar sobre las posibles causas de las adicciones y sus consecuencias sobre los seres humanos y nuestro alrededor.

Duración: 3h (recomendada para un campamento o salida)

Rama: Pioneros y Rutas.

Materiales: Una pizarra o papel grande, proyector, pantalla y material de escritura.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD.

Esta actividad consiste en realizar una serie de videofórums o cinefórums con diferentes videos y películas que expliquen el efecto de las drogas y adicciones. En esta actividad se deja libertad al responsable para realizar las preguntas o buscar otro tipo de materiales audiovisuales, aunque se proponen diferentes videos y películas. Posteriormente, se pondrá en común las ideas sacadas de cada película haciendo un pequeño debate.

- *Pepita 'Nuggets' Animación sobre los efectos de las drogas*
- *"Drugslab": prueban drogas para ver sus efectos en Youtube*
- *Drogas: Éxtasis y tu Cerebro*
- *¡El LSD, SINESTESIA y tu Cerebro!*
- *"Soy un ludópata y casi pierdo la vida con el juego"*

PELICULAS

- Réquiem por un sueño (2000), de Darren Aronofsky
- Ray (2004), de Taylor Hackford
- El Lobo de Wall Street (2013), de Martin Scorsese
- 21 Blackjack (2008), de Robert Luketic

ACTIVIDAD 8

¿Y CÓMO PUEDO AYUDAR?

Objetivo: Actuar investigando o ayudando en mi zona.

Duración: Se trata de un proyecto, no una simple actividad.

Rama: Pioneros y Rutas.

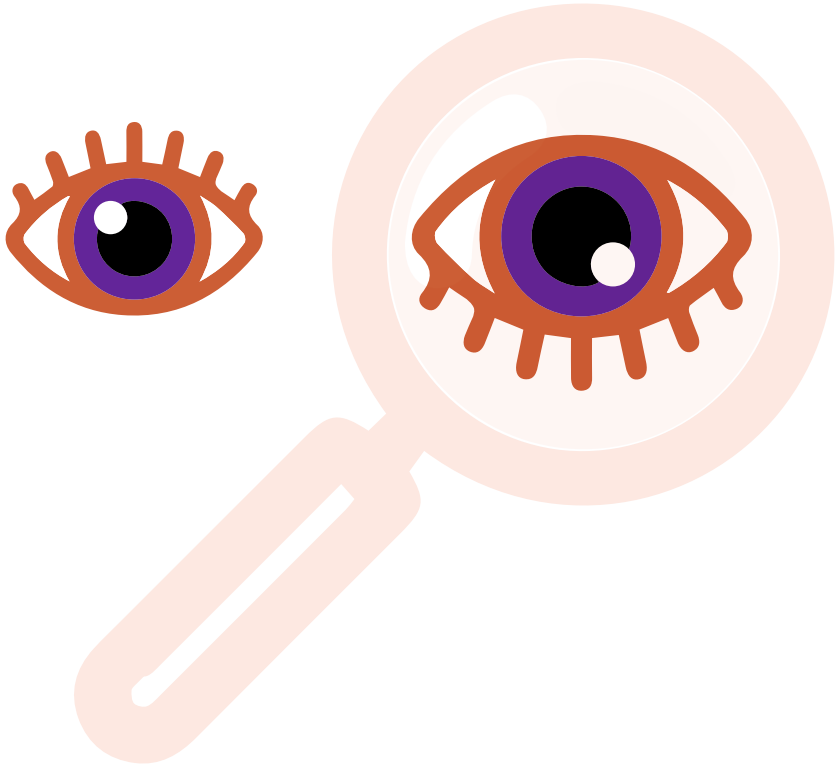
DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD.

Ahora que conocen más sobre las adicciones y sus efectos es el momento de actuar.

Se les propone la realización de un proyecto, puede ser de lo que ellos quieran, desde elaborar diferentes presentaciones sobre el efecto de alguna droga o adicción, hasta visitar algún centro de rehabilitación cercano y ofrecer su ayuda o un voluntariado.

Se trata de que investiguen lo que tienen alrededor y actúen (siempre ayudados por su responsable o animador), si no existe ningún centro o posibilidad de voluntariado siempre puede ser buena idea elaborar una presentación y exponerla en algún centro de juventud, instituto o incluso a sus propios compañeros.

Para seguir trabajando y aprendiendo sobre este tema recomendamos participar en el Programa Agentes de Salud.



ACTIVIDAD 9

REFLEXIÓN DE KOFI A. ANNAN

Objetivo: Descubrir y poner en práctica un estilo de vida saludable y entender los riesgos de un consumo no responsable de sustancias nocivas para la salud.

Duración: 1h - 2h

Rama: Pioneros y Rutas.

Materiales: Pizarra, papel continuo y material de escritura.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD.

Se hace la lectura del texto y se realizan las preguntas de reflexión propuestas. Las respuestas se exponen en común o cada participante las escribe en su propio papel para posteriormente realizar el debate. Se puede, además, colocar las respuestas de los educandos en una pizarra o papel continuo para una vez finalizada la actividad tener una visión de la consecuencia de las drogas y adicciones que ellos mismos son capaces de identificar.

Mensaje con motivo del Día internacional de la lucha contra el uso indebido y el tráfico ilícito de drogas

26 de junio de 2006

Consumir o no consumir drogas depende de una decisión, una decisión que hay que tomar con conocimiento de causa. Sin embargo, hay demasiadas personas en todo el mundo que no cuentan con información adecuada sobre los efectos de las drogas, que pueden ser devastadores. Por eso, debemos esforzarnos por conseguir una mejor educación y un mayor nivel de conciencia para prevenir el uso indebido de drogas. Necesitamos un liderazgo más persistente de los gobiernos. Necesitamos mejores ejemplos de conductas que demuestren que el uso indebido de drogas no solo perjudica a quienes las consumen, sino también a otras personas.

Tenemos que lograr que más gente entienda que las drogas son ilegales porque son un problema; no al revés. Las drogas ocasionan problemas de salud física y mental. Las drogas que generan adicción pueden causar sufrimientos a quienes las usan y a sus seres cercanos. El consumo de drogas por vía intravenosa puede propagar enfermedades mortales, especialmente el VIH/SIDA. Los estragos que causan no respetan diferencias de ingresos, raza, ocupación o geografía.

Nuestros esfuerzos deben concentrarse especialmente en los jóvenes a través de iniciativas de difusión, redes de contacto entre pares y el uso de actividades como el deporte para mantenerlos ocupados, sanos y seguros de sí mismos. Eso también implica alentar a los padres y maestros a que participen y desempeñen plenamente las funciones que les corresponden.

También debemos esforzarnos por disminuir la oferta -mediante la acción de las fuerzas de seguridad y la colaboración con los países productores- para dar a los agricultores alternativas sostenibles a los cultivos ilícitos. Debemos tratar de combatir al mismo tiempo la pobreza y la oferta de drogas.

Este Día internacional de la lucha contra el uso indebido y el tráfico ilícito de drogas nos recuerda que todos debemos desempeñar la función que nos corresponde. Las Naciones Unidas prestarán la asistencia necesaria en esta lucha. Demos a los ciudadanos la información que precisan para decir no a las drogas.

Kofi A. Annan

PREGUNTAS DE REFLEXIÓN

- ¿Crees que tienes adicciones en tu vida?
- ¿Conoces todos los tipos?
- ¿Influye la presión de grupo?
- ¿Qué problemas se asocian al consumo de drogas?
- ¿Quiénes son más vulnerables para consumir drogas?
- ¿Qué factores de riesgo pueden tener?
- Los padres, ¿son responsables del consumo de drogas de sus hijos?
- ¿Es la pobreza un factor de riesgo para el consumo de drogas?
- ¿El consumo de drogas puede afectar la actividad sexual de una persona?
- ¿Es importante la comunicación en la prevención del consumo de drogas?

DEBEMOS ESFORZARNOS POR CONSEGUIR UNA MEJOR EDUCACIÓN Y UN MAYOR NIVEL DE CONCIENCIA PARA PREVENIR EL USO INDEBIDO DE DROGAS.

Kofi A. Annan

FUENTES DE REFERENCIA DE LAS ACTIVIDADES:

- Margarita y las burbujas. Elaboración propia por Scouts MSC
- Más cerca de lo que pensamos. Elaboración propia por Scouts MSC
- ¿De verdad es para tanto? Elaboración propia por Scouts MSC
- ¿Y cómo puedo ayudar? Elaboración propia por Scouts MSC
- Reflexión de Kofi A ANNAN. Elaboración propia por Scouts MSC
- ¿Cuánto sabes del alcohol?. Roa Polo, Miguel (2016) Recursos educativos para promover el consumo cero de alcohol en menores de edad y responsable por los adultos Ed. Ceapa
- ¿Por qué bebe Júpiter?. Roa Polo, Miguel (2016) Recursos educativos para promover el consumo cero de alcohol en menores de edad y responsable por los adultos Ed. Ceapa
- Quédate con lo que quieras. Elaboración propia por Scouts MSC

Financiado por:

MINISTERIO DE SANIDAD

SCOUTS Construir un Mundo Mejor

MSC

Agentes de Salud