

GUÍA PRÁCTICA

DROGODEPENDENCIAS PARA FAMILIARES



2010

Financiado por:



MINISTERIO
DE SANIDAD
Y POLÍTICA SOCIAL

SECRETARÍA GENERAL
DE POLÍTICA SOCIAL
Y CONSUMO

DELEGACIÓN DEL GOBIERNO
PARA EL PLAN NACIONAL
SOBRE DROGAS

CONTENIDOS:

1. INTRODUCCIÓN

2. ¿QUÉ SE ENTIENDE POR DROGODEPENDENCIA?

Conceptos Básicos sobre Drogas.

3. ¿CUÁLES SON LAS DROGAS MÁS CONSUMIDAS Y QUÉ EFECTOS TIENEN EN EL ORGANISMO?:

Efectos de las Principales Drogas.

4. ¿CÓMO HAY QUE EDUCAR A MIS HIJOS/ AS PARA LA PREVENCIÓN DEL CONSUMO?

Estrategias Educativas para la Prevención de Drogas.

5. ¿CÓMO DETECTO UN CASO DE DROGAS EN MI HOGAR?

Indicadores de Detección de Consumos en nuestros hijos/ as.

6. ¿CÓMO ACTUO ANTE UN CONSUMO DE MI HIJO/ A?

Papel de la familia ante un caso de consumo.

7. ¿DÓNDE RECURRIR EN BUSCA DE AYUDA SOBRE DROGAS?

Red de Recursos sobre Drogas.

INTRODUCCIÓN:

INTRODUCCIÓN:

ATIME es una Organización No Lucrativa cuya *Misión* está encaminada a la Defensa de los Derechos de los Inmigrantes, la Consecución de la Plena Ciudadanía y la Promoción del cambio social y el Desarrollo Humano. Bajo esta *Misión* surgen todos nuestros programas, servicios y acciones en todos nuestros ámbitos de actuación de España.

Las necesidades de integración de los inmigrantes están cambiando, ya que un número elevado de personas extranjeras ya han conseguido cubrir sus necesidades más básicas de integración en España (vivienda, empleo, situación legal administrativa...). Los programas asistencialistas de nuestros inicios dejan paso a otras metodologías de intervención más abiertas, flexibles y participativas, dónde se pueden trabajar otras áreas de la integración social de las personas inmigrantes: los movimientos asociativos, la sensibilización, la educación y la promoción de la cultura, salud, igualdad de la mujer, prevención de drogas, etc..., por eso ATIME ya está incorporando en su cartera de servicios estas áreas de trabajo.

El programa *Enróllate a la Vida*, de sensibilización contra las drogas se ejecutó por primera vez en 2005, obteniéndose unos resultados muy satisfactorios. Poco a poco hemos ido incorporando a este primer proyecto acciones puntuales con FAMILIAS INMIGRANTES, cuyo papel es fundamental en la lucha contra las drogas.

La Familia es el primer Agente Socializador en el Proceso Educativo y de Desarrollo del Ser Humano. En la presente Guía pretendemos concienciar a todos los padres y las madres que su papel en la prevención, detección e intervención en temas de drogodependencias es **FUNDAMENTAL Y PRIMORDIAL**, para ello esta guía pretende *DOTAR* de herramientas educativas a las familias para la prevención e *INFORMAR* sobre el fenómeno de las drogodependencias para que con esto se pueda Actuar, desde la prevención o desde la intervención en el ámbito familiar. Como en todas nuestras publicaciones hemos traducido el texto al árabe, para que la información llegue de manera clara a las familias de origen marroquí.

Esperamos que esta guía sea útil a los padres y las madres en su tarea de EDUCAR en la **prevención de las drogas**.

¿QUÉ SE ENTIENDE POR DROGODEPENDENCIA?:

Conceptos Básicos sobre Drogas.

¿QUÉ SE ENTIENDE POR DROGODEPENDENCIA?: Conceptos Básicos sobre Drogas.

Para la Organización Mundial de la Salud (OMS): “Cualquier sustancia, natural o sintética, que al consumirse puede alterar la actividad mental y física de las personas, debido a sus efectos sobre el Sistema Nervioso Central”, es una DROGA.

Por tanto se conocen como “Drogas” aquellas sustancias que reúnen las siguientes características:

- Una vez dentro de nuestro cuerpo, se dirigen a nuestro cerebro, cuyas funciones pueden ser modificadas considerablemente, tanto a nivel físico como psíquico.
- Su consumo produce los procesos de:
 - **Dependencia:** Tras su uso habitual más o menos prolongado, la persona necesita consumir la sustancia de que se trate.
 - **Tolerancia:** A medida que el organismo se va adaptando a la presencia regular de la sustancia, se necesita una mayor cantidad para producir los mismos efectos.
- Su consumo puede provocar diferentes tipos de trastornos en los individuos.
 - Físicos: por su carácter tóxico dañan el organismo de las personas.
 - Psicológicos: cuando afectan negativamente la relación de la persona con los demás o consigo misma.
 - Familiares y Sociales: cuando el consumo impacta sobre la familia y/o una comunidad.

Aunque todas las drogas tienen estas características comunes no todas las drogas son iguales. *Existen tres grandes tipos en función del efecto sobre el Sistema Nervioso Central:*

Drogas Depresoras del sistema Nervioso: Sustancias que tienen en común la capacidad para entorpecer las funciones habituales del cerebro. Provocan reacciones que van desde la inhibición hasta el coma. Son las que provocan un adormecimiento cerebral. Algunos ejemplos de este tipo son: Alcohol, Opiáceos, Tranquilizantes, etc...



Drogas Estimulantes del Sistema Nervioso: Grupo de sustancias que aceleran las funciones del cerebro, provocando activación en el organismo. Destacan como drogas estimulantes: Anfetaminas, cocaína, nicotina, cafeína...



Drogas Perturbadoras del Sistema Nervioso: Sustancias que trastocan el funcionamiento del cerebro, dando lugar a distorsiones perceptivas, alucinaciones, imaginaciones.



¿CUÁLES SON LAS DROGAS
MÁS CONSUMIDAS Y QUÉ
EFFECTOS TIENEN EN EL
ORGANISMO?:
Efectos de las principales
Drogas.

ALCOHOL



El alcohol es la droga más consumida en nuestra sociedad, la que más trastornos socio-sanitarios provoca. Una droga muy peligrosa y muy aceptada socialmente. Pertenece al grupo de drogas depresoras del SNC (sistema nervioso central) ya que adormece progresivamente el funcionamiento del cerebro, provocando desinhibición de la conducta y de las emociones.

Hay una idea falsa de que el alcohol es estimulante; la euforia inicial que produce es debido a que la primera acción inhibitoria se centra en los centros cerebrales responsables del autocontrol.

EFFECTOS PSICOLÓGICOS	EFFECTOS FISIOLÓGICOS	OTROS RIESGOS
<p><i>Desinhibición</i></p> <p><i>Euforia</i></p> <p><i>Relajación</i></p> <p><i>Aumento de la sociabilidad</i></p> <p><i>Dificultad en el lenguaje</i></p> <p><i>Dificultad para asociar ideas</i></p> <p><i>Descoordinación motora.</i></p>	<p>0.5 g/l: Euforia, sobrevaloración de facultades y disminución de reflejos</p> <p>1 g/l: Desinhibición y dificultades para hablar y coordinar movimientos.</p> <p>1.5 g/l: Embriaguez, pérdida de control de las facultades superiores.</p> <p>2 g/l: Descoordinación del habla, visión doble.</p> <p>3 g/l: Estado de somnolencia, apatía.</p> <p>4 g/l: coma.</p> <p>5 g/l: Muerte por parálisis de los Centros Respiratorios.</p>	<p><i>El alcohol es una de las drogas que tiene aprobación social tiene, lo que legitima la iniciación al consumo.</i></p>

TABACO



Es una planta solanácea, la *Nicotinana tabacum*, de cuyas hojas se obtienen distintas formas para ser consumido: cigarrillos, puros, picadura de pipa, tabaco de mascar, etc...). La forma más habitual de consumirlo es en forma de cigarrillo.

El tabaco, después del alcohol, es la droga más extendida entre la población. Alrededor de un 65% de los ciudadanos de 15 a 65 años ha probado el tabaco en alguna ocasión, y aproximadamente un 35% fuma a diario.

El cigarrillo de tabaco contiene más de **4.000 componentes tóxicos**; los más importantes y conocidos son:

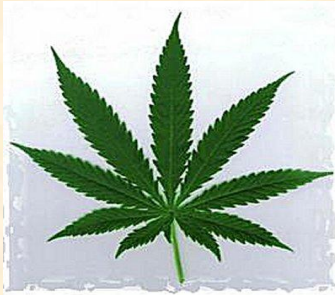
La Nicotina: Sustancia Estimulante del SNC, que produce gran dependencia física.

El Alquitrán: Sustancia probadamente cancerígena que inhala el fumador y las personas que están a su alrededor.

Irritantes: Tóxicos responsables de la irritación del sistema respiratorio. *Monóxido de Carbono: Sustancia que se adhiere a la hemoglobina, dificultando la distribución de oxígeno a la sangre.

EFFECTOS FISIOLÓGICOS	RIESGOS SANITARIOS	OTROS RIESGOS
<p><i>Disminución de la Capacidad Pulmonar</i></p> <p><i>Fatiga Prematura</i></p> <p><i>Disminución de los sentidos del gusto y del olfato</i></p> <p><i>Envejecimiento Prematuro de la piel</i></p> <p><i>Mal aliento, Color amarillento de dedos y dientes</i></p> <p><i>Tos y Expectoraciones</i></p>	<p><i>Faringitis y Laringitis</i></p> <p><i>Dificultades Respiratorias.</i></p> <p><i>Tos y Expectoraciones.</i></p> <p><i>Úlcera Gástrica.</i></p> <p><i>Cáncer Pulmonar.</i></p> <p><i>Cáncer de Boca, Laringe, Esófago, Riñón y Vejiga.</i></p> <p><i>Bronquitis y Enfisema pulmonar.</i></p> <p><i>Cardiopatías: Infartos de Miocardio y Anginas de Pecho.</i></p>	<p><i>El tabaquismo es considerado la principal causa de muerte prematura, además se asocia con numerosas enfermedades de tipo cardiovascular.</i></p> <p><i>De ahí que las autoridades sanitarias se hayan centrado en la lucha contra el tabaquismo con tanta intensidad.</i></p>

CANNABIS



El cannabis es una planta con cuya resina, hojas y flores se elaboran las sustancias psicoactivas más conocidas: hachis y marihuana. Son de las drogas ilegales más consumidas y aceptadas por los jóvenes.

Los principios psicoactivos del cannabis son debidos a un principio activo; el tetrahidrocannabino (THC). En España la forma más consumida del cannabis es el Hachis, procedente, en su mayoría, por los cultivos del Norte de Marruecos.

El Hachis se elabora a partir de la resina almacenada en las flores de la planta hembra, prensada hasta formar una pasta marrón similar al chocolate, esta droga es popularmente conocida por los jóvenes como chocolate. El hachis tiene más contenido en THC que la marihuana. La marihuana es elaborada a partir de la trituration de flores, hojas y tallos secos.

Ambos preparados se consumen fumados: mezclados con tabaco rubio en un cigarrillo liado, cuya denominación es: canuto, porro, peta, joint

EFFECTOS PSICOLÓGICOS	EFFECTOS FISIOLÓGICOS	OTROS RIESGOS
<i>Relajación</i> <i>Desinhibición</i> <i>Hilaridad</i> <i>Sensación de lentitud en el paso del tiempo</i> <i>Somnolencia</i> <i>Alteraciones sensoriales</i> <i>Dificultad en el ejercicio de funciones complejas</i>	<i>Aumento del apetito</i> <i>Sequedad de la boca</i> <i>Ojos brillantes y enrojecidos</i> <i>Taquicardia</i> <i>Sudoración</i> <i>Somnolencia</i> <i>Descoordinación de movimientos</i>	<i>Al consumirse fumado es fácilmente absorbido por los pulmones, por lo que llega al cerebro con rapidez. En pocos minutos empiezan a manifestarse sus efectos., que pueden durar entre 2 y 3 horas</i>

INHALANTES



Son un conjunto de compuestos orgánicos presentes en un gran número de productos de consumo habitual y doméstico, que se caracterizan por ser muy volátiles y gasificarse a temperatura ambiente, lo que permite la inhalación de los vapores producidos. Tienen además una alta liposolubilidad, lo que provoca su rápida absorción por los pulmones y que lleguen fácilmente al cerebro. Algunos productos de uso cotidiano que contienen en su composición inhalantes, son: Pegamentos y colas (tolueno y acetona), Sprays y aerosoles (fluorocarbonos), Pinturas y Barnices (tolueno) Insecticidas, lacas para el pelo, desodorantes, Odorizantes, Gasolina, gas, quitamanchas, quetaesmaltes, disolventes de pintura y para la limpieza, productos del automóvil, y un largo etc...

Existen diferentes formas de consumir inhalantes; Inhalación directa de vapores, aspiración directa desde el envase, Chupando o inhalando pegamentos, rotuladores o líquidos correctores, impregnación en un trapo o pañuelo para su inhalación posterior, masticar papel adhesivo, Aspiración de humo de vehículos...

EFFECTOS PSICOLÓGICOS	EFFECTOS FISIOLÓGICOS	DATOS DE INTERÉS
<p><i>Trastornos psicóticos agudos.</i></p> <p><i>Problemas de atención y coordinación</i></p> <p><i>Deterioro psicológico progresivo</i></p> <p><i>Demencia persistente</i></p> <p><i>Depresión y alteraciones de los estados de ánimo</i></p> <p><i>Ansiedad, angustia y ataques de pánico</i></p>	<p><i>Trastornos gastrointestinales: náuseas, vómitos, dolor abdominal, hemorragias digestivas, pérdida de peso y anorexia.</i></p> <p><i>Rinorreas y hemorragias nasales.</i></p> <p><i>Lesiones cutáneas</i></p> <p><i>Alteraciones metabólicas</i></p> <p><i>Lesiones neurológicas y Problemas visuales</i></p> <p><i>Trastornos musculares</i></p> <p><i>Alteraciones renales, hepáticas y respiratorias</i></p> <p><i>Posible acción cancerígena</i></p>	<p><i>El consumo está asociado a adolescentes de edades muy cortas (aproximadamente de 12 a 14 años) y en su mayoría varones. Durante mucho tiempo esta droga se ha relacionado con los menores adolescentes de la calle</i></p>

COCAINA



La cocaína procede de un arbusto cuya denominación es *Erythroxylon coca* y se cultiva principalmente en Bolivia, Colombia y Perú.

La cocaína se consume fundamentalmente esnifada, mediante la aspiración nasal del polvo colocado en forma de línea o "raya". Su uso es en gran medida recreativo. Los jóvenes suelen consumir coca para aguantar las noches de los fines de semana.

La cocaína es una droga psico-estimulante, su forma de consumirla hace que los efectos lleguen rápidamente al cerebro provocando cambios a los pocos segundos.

EFFECTOS PSICOLÓGICOS	EFFECTOS FISIOLÓGICOS	DATOS DE INTERÉS
<p><i>Euforia</i></p> <p><i>Locuacidad</i></p> <p><i>Aumento de la sociabilidad</i></p> <p><i>Aceleración mental</i></p> <p><i>Hiperactividad</i></p> <p><i>Deseo sexual aumentado</i></p>	<p><i>Disminución de la fatiga</i></p> <p><i>Reducción del sueño</i></p> <p><i>Inhibición del apetito</i></p> <p><i>Aumento de la presión arterial</i></p>	<p><i>En el plano orgánico:</i></p> <p><i>Pérdida de apetito, insomnio,</i></p> <p><i>Perforación del tabique nasal, patología respiratoria,</i></p> <p><i>Riesgo de infartos, hemorragias cerebrales, cardiopatía isquemia</i></p>

DROGAS DE SÍNTESIS



Se trata de sustancias fabricadas por síntesis químicas (sin componentes naturales) en laboratorios clandestinos. Se conocieron a finales del siglo XX con el término de “drogas de diseño”. Por lo general son compuestos anfetamínicos a los que se le añade algún componente de efectos alucinógenos.

Se administran en forma de pastillas o comprimidos, de ahí su denominación popular: pastis o pirulas.

Las sustancias que entran en esta denominación son muy numerosas, aunque la más importante es el éxtasis o MDMA.

EFFECTOS PSICOLÓGICOS	EFFECTOS FISIOLÓGICOS	DATOS DE INTERÉS
<p><i>Sociabilidad</i></p> <p><i>Empatía</i></p> <p><i>Euforia</i></p> <p><i>Sensación de autoestima aumentada</i></p> <p><i>Desinhibición</i></p> <p><i>Deseo sexual</i></p> <p><i>Inquietud</i></p> <p><i>Confusión</i></p> <p><i>Agobio</i></p>	<p><i>Taquicardia, Arritmia e Hipertensión</i></p> <p><i>Sequedad de boca</i></p> <p><i>Sudoración</i></p> <p><i>Contracción de la mandíbula</i></p> <p><i>Temblores</i></p> <p><i>Deshidratación</i></p> <p><i>Aumento de la Temperatura Corporal (hipertermia)</i></p>	<p><i>Sobre su superficie se plasman dibujos que sirven como elemento de identificación.</i></p>

ALUCINÓGENOS



Son sustancias perturbadoras del sistema nervioso central, cuando llegan al cerebro provocan alteraciones en su funcionamiento neuroquímico que afectan particularmente a la manera de percibir la realidad. Pueden dar lugar a trastornos sensoriales severos e incluso auténticas alucinaciones.

La mayoría de las drogas de esta familia proceden de hongos cultivados en Latinoamérica y África.

En Europa el alucinógeno más utilizado por los jóvenes es la dietilamida del ácido lisérgico, LSD (más conocido popularmente como tripi – del inglés trip: viaje-)

EFFECTOS PSICOLÓGICOS	EFFECTOS FISIOLÓGICOS	DATOS DE INTERÉS
<p><i>Alteración de la percepción, incluyendo la propia imagen.</i></p> <p><i>Hipertensión sensorial</i></p> <p><i>Deformación de la percepción del tiempo y el espacio</i></p> <p><i>Alucinaciones</i></p> <p><i>Ideas delirantes</i></p> <p><i>Euforia</i></p> <p><i>Confusión mental</i></p> <p><i>Verborrea</i></p> <p><i>Hiperactividad</i></p> <p><i>Experiencia mística</i></p>	<p><i>Taquicardia</i></p> <p><i>Hipertermia</i></p> <p><i>Hipotensión</i></p> <p><i>Dilatación de la pupila</i></p> <p><i>Descoordinación motora</i></p>	<p><i>En el plano psicológico;</i> <i>Reacción de pánico, ideas suicidas, "flash back"</i> <i>(reaparición de la experiencia alucinógena sin consumo de la sustancia)</i></p>

ANFETAMINAS



Sustancias psicoestimulantes producidas sistemáticamente en laboratorios químicos. Suelen presentarse en forma de pastillas o comprimidos y a menudo son una de las sustancias con las que se mezclan las drogas de síntesis.

EFFECTOS PSICOLÓGICOS	EFFECTOS FISIOLÓGICOS	DATOS DE INTERÉS
<i>Agitación</i> <i>Euforia</i> <i>Sensación de autoestima aumentada</i> <i>Alerta y vigilancia constantes</i> <i>Agresividad</i>	<i>Falta de apetito</i> <i>Taquicardia</i> <i>Insomnio</i> <i>Sequedad de boca</i> <i>Sudoración</i> <i>Incremento de la tensión arterial</i> <i>Contracción de la mandíbula</i>	<i>En el plano psicológico puede dar lugar a: cuadros psicóticos similares a la esquizofrenia, con delirios persecutorios y alucinaciones, paranoias e intensa dependencia psicológica.</i>

HEROÍNA



La Heroína es una Droga muy adictiva. Pertenece a los Opiáceos, de los cuales es el más abusado y el de acción más rápida y se clasifica, al igual que éstos, dentro de las sustancias depresoras del sistema nervioso central. La heroína se prepara a partir de la morfina, sustancia que se encuentra naturalmente en los conductos lactíferos de la cápsula de la *Papaver somniferum* o adormidera, desde donde se extrae mediante cortes superficiales por donde supura látex (Opio). Generalmente se vende en forma de polvo blanco o marrón, o como una sustancia negra pegajosa conocida en las calles como "goma" o "alquitrán negro".

EFFECTOS PSICOLÓGICOS	EFFECTOS FISIOLÓGICOS	DATOS DE INTERÉS
<p><i>Insensibilidad al dolor</i></p> <p><i>Euforia</i></p> <p><i>Sensación de bienestar</i></p> <p><i>Alteraciones de la personalidad</i></p> <p><i>Alteraciones cognitivas, como problemas de memoria</i></p> <p><i>Trastorno de ansiedad y depresión</i></p> <p><i>Dependencia psicológica, que hace que la vida del consumidor gire obsesivamente en torno a la sustancia</i></p>	<p><i>Nauseas</i></p> <p><i>Vómitos</i></p> <p><i>Contracción Pupilar,</i></p> <p><i>Disminución de la presión arterial</i></p> <p><i>Ritmo respiratorio y del deseo sexual</i></p> <p><i>Incoordinación muscular</i></p> <p><u><i>La forma de administración (agujas no esterilizadas) puede producir otras enfermedades como:</i></u></p> <p><i>Hepatitis.</i></p> <p><i>Sida</i></p> <p><i>Tétanos</i></p> <p><i>Infecciones Cutáneas.</i></p>	<p><i>La heroína es altamente adictiva.</i></p> <p><i>En el plano orgánico</i></p> <p><i>Adelgazamiento</i></p> <p><i>Estreñimiento</i></p> <p><i>Caries</i></p> <p><i>Anemia</i></p> <p><i>Insomnio</i></p> <p><i>Inhibición del deseo sexual</i></p> <p><i>Pérdida de la menstruación</i></p> <p><i>Infecciones diversas (hepatitis, endocarditis, etc.) asociadas a las condiciones higiénico-sanitarias en que tiene lugar el consumo, y al estilo de vida del consumidor</i></p>

CRISTAL



Cristal es un tipo de anfetamina, la metanfetamina. Suele presentarse en forma de barrita de un cristalito, crea en el consumidor sensación de euforia comparable a la de la cocaína, pero mucho más prolongado en el tiempo, alrededor de 10 horas. Se ingiere, en muchos casos mezclado con alcohol. Esta anfetamina tiene un gran poder destructor, sus efectos para la salud son casi inmediatos atacando el sistema nervioso central. Los efectos del consumo de esta sustancia poco trópica varían desde el tic o convulsiones hasta la paranoia y la esquizofrenia. La **metanfetamina (desoxiefedrina)** es un potente psicoestimulante. Es un agente agonista adrenérgico sintético, estructuralmente relacionado con el alcaloide efedrina y con la hormona adrenalina. El compuesto, en su forma pura, es un polvo blanco, cristalino, inodoro, de sabor amargo, muy soluble en agua o etanol.

EFFECTOS PSICOLÓGICOS	EFFECTOS FISIOLÓGICOS	DATOS DE INTERÉS
<p><i>Cuadros Paranoides</i> <i>Esquizofrenia</i> <i>Psicosis</i> <i>Ansiedad Severa</i> <i>Confusión.</i> <i>Depresión.</i> <i>Dificultad para conciliar el sueño.</i> <i>Euforia.</i> <i>Aumento de la agresividad.</i> <i>Insomnio.</i> <i>Alucinaciones auditivas.</i> <i>Estados de ánimo alterados.</i> <i>Delirio</i></p>	<p><i>Alteración del SNC</i> <i>Acelera el Ritmo Cardíaco</i> <i>Perdida de Peso</i> <i>Tensión muscular.</i> <i>Nauseas</i> <i>Visión borrosa. .</i> <i>Provoca movimientos oculares rápidos.</i> <i>Mareos.</i> <i>Aumento de presión arterial.</i> <i>Aumento de ritmo cardiaco.</i> <i>Aumento de la temperatura corporal.(hipertermia)</i> <i>Daño neurológico.</i> <i>Reducción del apetito.</i> <i>Aumento de actividad física</i></p>	<p><i>Su consumo puede tener consecuencias directas en el SNC con grandes perjuicios.</i> <i>Es una droga muy dañina para el organismo. Suele mezclarse con el alcohol acelerando los efectos.</i></p>

¿ CÓMO HAY QUE EDUCAR A
MIS HIJOS/AS PARA LA
PREVENCIÓN DEL
CONSUMO?:
Estrategias Educativas para la
Prevención de Drogas.

¿ CÓMO HAY QUE EDUCAR A MIS HIJOS/AS PARA LA PREVENCIÓN DEL CONSUMO?:

Estrategias Educativas para la Prevención de Drogas.

Prevenir es Educar y Educar es Prevenir, por eso la familia, como principal agente educador y socializador tiene un papel fundamental en la PREVENCIÓN DEL CONSUMO DE DROGAS.



La Educación en las primeras etapas de la vida puede forjar rasgos de personalidad futuros, habilidades sociales para el desenvolvimiento en la vida adulta, maneras de relacionarse, actitudes y sobretodo, herramientas para decir **NO** ante propuestas y sugerencias de consumo.

Nuestros hijos/ as están expuestos tanto a *Factores de Riesgo* (negativos frente a la prevención) como a *Factores de Protección* (Positivos frente a la prevención).

Los *Factores de Riesgo* y de *Protección* pueden afectar o beneficiar a los niños/as durante su desarrollo en las diferentes etapas de sus vidas.

En cada etapa, nuestros hijos/ as, pueden exponerse a riesgos que se pueden cambiar a través de una intervención preventiva, principalmente desde el hogar, además de la escuela.

A través de la acción Familiar, Escolar y la Intervención Comunitaria los niños/as pueden ir desarrollando conductas positivas y apropiadas. Si no son tratados, los comportamientos negativos pueden llevar a riesgos adicionales, tales como el fracaso académico y dificultades sociales, que aumentarán el riesgo de los niños/as para el abuso de drogas en el futuro.



Una acción **EDUCATIVA PREVENTIVA** irá encaminada a :

FOMENTAR LA SEGURIDAD EN SÍ MISMOS: Aceptar a los hijos/ as como son, no etiquetarles, sino enseñarles que se puede cambiar. Valorar sus logros y consecuciones, reforzando las buenas conductas de manera positiva. Mostrar signos de cariño y satisfacción, mediante besos, abrazos o manifestaciones verbales. Exigir lo adecuado a sus capacidades, no ser demasiado exigente ni excesivamente transigente.

AYUDARLES A MADURAR: Darles la oportunidad de participar en la toma de decisiones en el hogar, adjudicarles tareas domésticas para que adquieran responsabilidades y compromisos. No hay que hacer las cosas en lugar de ellos, sino dejarles que sean autónomos, que aprendan a desenvolverse y a asumir errores.

ENSEÑARLES AUTOCONTROL: Enseñarles límites y normas; hay que dejar muy claro lo que está permitido hacer y lo que no y las consecuencias de los traspasos de los límites marcados por los padres. Hay que trabajar la capacidad de frustración: ayudar a que comprendan que no siempre tenemos lo que queremos y mucho menos en ese mismo momento.

ESTABLECER LAZOS SOCIALES Y FAMILIARES: Mantener un contacto periódico con otros miembros de la familia: abuelos, tíos, primos... Realizar actividades de ocio y tiempo libre en familia, participar en la dinámica de los Centros educativos de los hijos/ as, participar en asociaciones vecinales o de padres y madres.



Fomento de actitudes adecuadas desde la familia

En el ámbito de la educación, la familia tiene como tarea principal transmitir actitudes que aporten firmeza y seguridad ante la vida, valores y habilidades para rechazar posibles situaciones de consumo de drogas que se encuentre el adolescente.

El convertirse o no en drogodependiente depende, principalmente, del estilo de vida que vaya adquiriendo en el seno familiar. En este sentido hay que tener en cuenta:

- Educar y transmitir los valores familiares
- Enseñar a pensar y reflexionar
- Estimular actitudes positivas hacia la vida
- Enseñar y mostrar hábitos saludables
- Ofrecer alternativas y estilos de vida sana
- Ser ejemplo
- Firmeza y autoridad, no autoritarismo
- Fomentar la independencia y la responsabilidad
- Reconocer los logros
- Favorecer el diálogo, la escucha y la comunicación con los hijos/ as



ESTRATEGIAS EDUCATIVAS PARA PREVENIR UN CONSUMO DE DROGAS EN DIFERENTES ETAPAS DE LA VIDA DE LOS NIÑOS/AS

0- 5 AÑOS: Edad Preescolar

Aunque parezca prematuro hablarles acerca de las drogas a niños de tan temprana edad, está demostrado que las actitudes y habilidades adquiridas en esta edad son de gran influencia en las decisiones que tomarán en el futuro. Además es una etapa en las que los niños/ as están ansiosos de conocer y descubrir cosas nuevas, memorizar reglas y normas, de escuchar lo que es “bueno” y lo que es “malo”. Aunque son demasiado pequeños para comprender las complejidades de las drogas o sus efectos nocivos, si pueden practicar destrezas de toma de decisiones y solución de problemas que necesitarán luego para decir que no.



Algunas maneras de enseñar estas destrezas son:

- Hable del porqué necesitan tomar alimentos sanos. Haga que su hijo conozca cuales son los alimentos que constituyen una dieta sana.**
- Reserve espacios de tiempo en los que preste total atención a su hijo/ a. Juegue con él/ella, así desarrollará lazos de confianza y afecto, que pueden servir en un futuro de vínculo de ayuda para abandonar las drogas.**
- Fije pautas y reglas como Jugar limpio, compartir juguetes, decir la verdad...**
- Cuando su hijo/a se sienta frustrado/a mientras juega, aproveche para fortalecer las destrezas de solución de problemas. Resolver una mala situación en un éxito refuerza la confianza que tiene el niño/a en sí mismo.(por ejemplo cuando se cae una torre de piezas, ayúdale a construirla de nuevo de manera que el niño/a vea que el problema tiene solución)**
- Deje que su hijo/a elija su ropa, aunque no combine. Así se reforzará la toma de decisiones de los menores.**
- Repase las sustancias tóxicas que hay habitualmente en casa, tales como limpiadores, ambientadores, sprays... y léele la etiqueta en voz alta, advirtiendo de los peligros que pueden ocasionar dichas sustancias, explicando a sus hijos/ as que no todas las sustancias dañinas llevan etiqueta.**

5 - 8 AÑOS. Edad Infantil

A esta edad, por lo común, un niño/a muestra curiosidad creciente por el mundo externo a su familia y a su casa.

Ahora es el momento de explicarle lo que es el alcohol, el tabaco y las drogas. Sus daños, las consecuencias de probarla y los riesgos que supone ingerir cualquier sustancia que no sea alimento. Hay que explicar que la ingesta de ciertas sustancias tóxicas puede provocar la muerte y daños irreversibles en nuestro cuerpo y mente.

Los niños/as en esta edad deben comprender:

- ❖ **Las diferencias entre alimento, veneno, medicinas y drogas ilegales.**
- ❖ **Deben saber que las medicinas pueden ayudar a curar enfermedades sin son recetadas por un médico facultativo, sino pueden provocar daños importantes y su ingesta puede ser peligrosa para la salud y la vida.**
- ❖ **Que están creciendo y que tomar o beber determinadas drogas legales pueden provocarles dificultades en su desarrollo.**



9-11 AÑOS. Edad Primaria

Hay que continuar asumiendo la posición firme ante las drogas. En esta edad se puede establecer una conversación de más alto nivel en relación del porqué la gente se siente atraída por las drogas. En este periodo los niños/as sienten curiosidades sobre hechos y acontecimientos traumáticos ajenos, utilice ese interés del niño/a para explicarle que estos hechos pueden ser influidos por un consumo de drogas. En esta edad suelen quedarse fascinados con la explicación de cómo las drogas pueden alterar los procesos normales del cuerpo humano. Hay que tener en cuenta que los amigos son muy importantes para los niños/ as en esta fase: comienzan a ampliar su grupo de amistades, incluso acercarse a menores de más edad, estos grupos pueden exponer a su hijo/a al alcohol, tabaco u otras drogas. Las investigaciones demuestran que cuanto más temprano se inicia el consumo de ciertas sustancias más probabilidad de tener en el futuro problemas graves con las Drogas. Es imprescindible que las actitudes antidrogas de su hijo/a sean firmes, vigorosas y seguras antes de que entre en la etapa de la secundaria.

En esta fase los niños/as han de saber:

- Los efectos inmediatos del alcohol, el tabaco y las drogas en diferentes partes de su organismo, incluido el peligro de muerte con ciertas dosis de ciertas sustancias.**
- Las consecuencias a largo plazo**
- Las razones por las que las drogas son especialmente peligrosas para los organismos en crecimiento.**
- Los problemas que el alcohol y las otras drogas ilegales pueden causarle no sólo a quien las consume, sino también a su familia.**

IMPORTANTE:

- Controlar y vigilar los mensajes que reciben nuestros hijos/as en esta edad. La publicidad y los medios de comunicación están cargados de mensajes subliminales en los que se dice que consumir alcohol, tabaco y otras drogas tiene sus encantos.**
- Conocer a los amigos de nuestros/as hijos/as también es algo esencial, saber qué lugares frecuentan y qué les gusta hacer.**



12-14 AÑOS. Edad Pre-Adolescente

Un estereotipo común mantiene que los adolescentes son rebeldes, se dejan llevar por la presión de sus amigos y juegan con el riesgo hasta destruirse a sí mismos. Aunque inicialmente los adolescentes se muestran reacios a las indicaciones de sus progenitores, es la edad en la que **más orientación, apoyo y participación de la familia necesitan.**

Los cambios físicos y fisiológicos en el cuerpo son rápidos, lo que puede provocar una época de confusión, inseguridad y tensión. Es la edad en la que muchos jóvenes se inician en los consumos de tabaco y alcohol, por eso es de vital importancia nuestras acciones educativas. Los Pre-Adolescentes están más en contacto con el mundo de la droga que lo que sus familias piensan y más de la mitad se drogan en lugares “seguros” para sus padres; la escuela, el hogar o en casa de amigos.

Durante esta etapa es muy importante para el menor el aspecto físico, por eso hay que sacar partido a esto; “Recalque las consecuencias inmediatas y desagradables para su cuerpo y su cara del consumo de tabaco y marihuana – mal aliento, dedos amarillentos, piel seca sin vigorosidad, ropa y pelo con malos olores-

En esta etapa ya se pueden explicar los efectos a largo plazo de las Drogas:

- Peligro de sufrir cáncer de pulmón y enfisema debido al consumo de tabaco
- Accidentes de tráfico graves o lesiones hepáticas derivados del alcohol
- Adicción de por vida, coma cerebral y muerte.



15- 17 AÑOS. Edad Adolescente

En esta edad los adolescentes seguro que ya han tomado decisiones de tomar o no tomar drogas y sobretodo conocen amigos o conocidos que consumen drogas habitualmente, algunos sin sufrir secuencias obvias o inmediatas.

Para resistir a la presión de grupo en estas edades no es suficiente con un mensaje general de no consumir drogas. Hay que desarrollar más estrategias.

En esta edad ya conocerán de una manera u otra información sobre las Drogas más comunes, hay que conocer qué tipo de información les ha llegado a nuestros hijos/ as y contrastarla con la verdadera.

A esta edad los Padres y Madres tienen que:

- ❑ **DIALOGAR** con tus hijos/ as, es imprescindible. Abordar el tema de las drogas es responsabilidad de la familia. Dialogar es mucho más que hablar, significa comunicar y crear el espacio propicio para ello para que el adolescente se sienta libre para expresar dudas, sentimientos y preocupaciones. Nuestra tarea como padres y madres es afrontar esas conversaciones con ellos/ as. A esta edad ya se puede hablar abiertamente del tema de las drogas con claridad y con información
- ❑ **APOYAR** la autonomía de nuestros hijos/as, esto les ofrecerá mayor madurez y responsabilidad en la toma de decisiones.
- ❑ **APORTAR CLARIDAD** en los mensajes. Explicar de forma detallada la información, sin exageración y evitando los tópicos sobre el tema.
- ❑ **DECIRLES** que el consumo de drogas no es un problema individual y familiar únicamente, sino un problema que afecta a toda la sociedad, al entorno social dónde convivimos.



¿CÓMO DETECTO UN CASO DE DROGAS EN MI HOGAR?

Indicadores de Detección de Consumo en nuestros hijos/as.

¿CÓMO DETECTO UN CASO DE DROGAS EN MI HOGAR?:
Indicadores de Detección de Consumo en nuestros hijos/ as.

La Familia es una fuente de referencia importante para los jóvenes, por eso es fundamental **CONOCER A NUESTROS HIJOS/AS**, saber qué hacen en su tiempo libre, conocer a sus amigos, los sitios que frecuentan, el tipo de música que escuchan, etc, etc, etc,

No se trata de realizar cuestionarios e interrogatorios a nuestros hijos/ as cómo si fuéramos espías o policías, pero si escucharles, comprenderles y ser capaces de posicionarnos en su lugar, estableciendo **un diálogo** y un clima de confianza adecuado. Dicha confianza no tiene que rebasar nunca los límites de una relación entre padres-madres e hijos-hijas y los menores han de tener una figura clara de referencia pero también una figura de autoridad y cierto control.

DEBEMOS:

EVITAR las conductas autoritarias. Autoridad y Autoritarismo NO es lo mismo. Para ganarnos la confianza de nuestros hijos/ as es indispensable explicarles cualquier decisión tomada, razonando con ellos y escuchando siempre su opinión.

SER exigente y poner límites y normas. Hay que darles confianza pero siempre poniendo límites y normas para que asuman responsabilidades. Hay que criticar sus errores y valorar sus logros.

RECONOCER su capacidad de toma de decisiones. Esto facilitará su madurez y su nivel de confianza en la familia aumentará.

RESPETAR SU INTIMIDAD. En la adolescencia es un aspecto muy importante a tener en cuenta, la intimidad personal es algo básico para nuestros hijos/ as.

SER EJEMPLO. Nuestras palabras tienen que ir acompañadas con una conducta coherente con nuestra disposición a las drogas.

¿Cómo saber si la prevención ha fallado y tenemos en nuestro hogar un caso de consumo? Existen algunos indicadores para poder detectar un caso de consumo en nuestros hijos/as, aunque hay que advertir que estos indicadores son orientaciones que nos pueden ayudar en un diagnóstico, siempre y cuando se contraste la información con especialistas que nos confirmen, pueden ser de valiosa información.

Algunos de estos indicadores de conducta y algunos efectos físicos que podemos notar en los jóvenes están recogidos en el siguiente cuadro.

ALGUNOS INDICADORES PARA DETECTAR CASOS DE CONSUMO EN NUESTROS HOGARES

SON:

(NOTA IMPORTANTE: Estas indicaciones corresponden a indicios, nunca podremos catalogar tajantemente a nuestros hijos/as de consumidores de drogas por que se den estos aspectos. El Diagnóstico final hay que contrastarlo con un profesional especializado)

- Sus gustos y preferencias han cambiado
- Se ha vuelto más egoísta y menos colaborador en casa
- Parece menos contento/a y feliz que antes
- Desaparecen objetos valiosos o dinero de casa
- Pasa mucho tiempo solo/a en su cuarto, sin hacer aparentemente nada, se aísla de la familia
- Ha bajado su rendimiento en clase, en la universidad o en el trabajo
- Cambios bruscos de estados de ánimo
- Alteraciones del sueño y de las comidas diarias



Algunos Efectos Físicos visibles en posibles consumidores:

- Sudoración abundante
- Torpeza en los movimientos y en la coordinación del cuerpo
- Marcas de punzadas en brazos o piernas, incluso en lugares muy escondidos, como debajo de las uñas y pies
- Ojos enrojecidos
- Aspecto demacrado, descuido de la imagen



Para detectar casos en nuestras familias es bueno recordar los efectos directos de algunas drogas que hemos visto en los primeros apartados de esta guía, a modo de recordatorio algunos signos de consumo por tipología de droga son:

ESTIMULANTES: Drogas que estimulan y activan el SNC:

Crack: Adelgazamiento, color amarillento, labios y dedos agrietados.

Cocaína: Signos de consumo: pupilas dilatadas, irritabilidad, temblor, insomnio, desmotivación, alteración de la conciencia, rasgos de esquizofrenia (sentirse perseguido y vigilado), estos signos se mantienen durante 15 minutos aproximadamente. Si se mezcla con alcohol aparece agresividad.

Metanfetaminas: Causan irritabilidad, agresividad y psicosis paranoica (muy de moda en discotecas).

ALUCINÓGENOS: Drogas que causan distorsión de la realidad:

Marihuana: Signos de consumo: indiferencia a lo que pasa a su alrededor, conjuntiva irritada, manos y dedos amarillentos, boca agrietada y seca, falta de coordinación (similar a una embriaguez).

DEPRESORAS: Drogas que disminuyen el funcionamiento del SNC:

En general producen sedación e incoordinación motora, Irritabilidad, Depresión y Sedación...

¿CÓMO ACTUO ANTE UN CONSUMO DE MI HIJO/ A?:

Papel de la familia ante un caso de consumo.

¿CÓMO ACTUO ANTE UN CONSUMO DE MI HIJO/ A?: Papel de la familia ante un caso de consumo.

Algunas recomendaciones para prevenir consumos se han visto en esta guía, también hemos señalado en el punto anterior algunos indicadores de consumo que podemos detectar en nuestros hogares. En el presente apartado trataremos de abordar el papel que tiene la familia ante un caso de consumo ya contrastado, es decir, con suficientes pruebas para realizar ese diagnóstico, hay que recordar que este diagnóstico no puede estar basado en simples indicios o presuposiciones.

La primera regla ante un consumo en casa es **NO dramatizar y actuar con tranquilidad y calma**. No alarmarse excesivamente, ya que esto puede dificultar la relación de ayuda entre padres e hijos.

Los padres y madres han de establecer un vínculo de **AYUDA Y APOYO** a los hijos/ as y nunca de opresión y ejercicio de poder.

Lo primero que hay que conseguir es el reconocimiento por parte de nuestros hijos/as de su situación de consumo. Para ello mantener una postura serena y tranquila, como hemos mencionado anteriormente, que no facilita la toma de decisiones. El mantener una postura serena y tranquila fomenta la relación de ayuda que hay que establecer, si recriminamos, reprochamos o juzgamos prematuramente el vínculo de ayuda se bloqueará seguramente por la sensación de angustia generada.

¡RECUERDA!:

- Hay que intentar evaluar qué grado de intensidad tiene ese consumo y expresar nuestra preocupación. A nuestros hijos/as les importa nuestra opinión más de lo que manifiestan.
- Intentar aclarar mitos y pseudo-explicaciones sobre las “drogas” que pueden generar en nosotros estereotipos o análisis imprecisos de la realidad de nuestros hijos/ as
- Puede ser beneficioso coordinarse con otros adultos que tengan contacto con ellos de forma más estrecha; profesorado, monitores, etc...
- No es aconsejable imponer una norma rígida demasiado rápido. Es preferible llegar a algún acuerdo que dificulte de forma indirecta el seguir consumiendo (manejo de dinero, horarios, faltas a clases, etc..)
- FORMATE E INFORMATE de manera fiable y contrastada acudiendo a profesionales especializados o a materiales y bibliografía sobre drogodependencias.
- Si finalmente el problema persiste acude a la Red de Ayuda y a los Recursos de Drogodependencias existentes en tu barrio o zona residencial.



¿DÓNDE RECURRIR EN BUSCA DE AYUDA SOBRE DROGAS?

Red de Recursos *Públicos* sobre Drogas.

En:

COMUNIDAD DE MADRID

COMUNIDAD DE CATALUÑA

COMUNIDAD DE ANDALUCÍA

COMUNIDAD DE CASTILLA LA MANCHA

COMUNIDAD DE MURCIA

COMUNIDAD DE MADRID

Plan Nacional Sobre Drogas. C/ Recoletos, 22. Madrid. 918 226 100

**Agencia Antidroga de la Comunidad de Madrid. C/ Julián Camarillo, 4 Edif 4B 3º Planta.
Madrid. 914 269 558**

**Centros de Atención Integral a Drogodependientes; Agencia Antidroga de la Comunidad
de Madrid: CAID´S:**

Área 1: Arganda del Rey: 918 711 344

**Área 2: Coslada: 916 278 361
Mejorada-Velilla: 916 682 127
San Fernando de Henares: 916 740 114**

**Área 3: Alcalá de Henares: 918 771 740
Torrejón de Ardoz: 916 566 912**

Área 4: San Blas: 913 064 542/ 543

**Área 5: Alcobendas: 916 637 001
Colmenar Viejo: 918 461 536
Norte: 913 980 556
San Sebastián de los Reyes: 916 540 678**

**Área 6: Collado Villalba: 918 511 261
Majadahonda: 916 387 090**

**Área 7: Alcorcón: 916 115 950
Mancomunidad Los Pinares: 918 612 885
Móstoles: 918 612 885**

**Área 8: Fuenlabrada: 916 490 180
Leganés: 912 489 320**

**Área 9: Getafe: 916 829 911
Parla: 916 982 803**

Área 10: Aranjuez: **918 921 546**

Usura: **915 003 266 / 030 010**

Madrid Salud. PAD: Prevención de Adicciones. C/ Doctor Esquerdo, 43. **913 659 200**

Plan Municipal Contra las Drogas. Carrera de San Francisco, 16. **913 540 657.**

CAD: Centros de Atención a las Drogodependencias del Municipio de Madrid:

- **CAD I** Latina y Carabanchel. C/ Camarena, 10. **917 198 989/ 990.**
- **CAD II** Usura y Villaverde. C/ Verde Viento, 16. **917 231 110**
- **CAD III** Puente de Vallecas, Vallecas Villa y Moratalaz: C/ Concordia, 17. **914 801 486.**
- **CAD IV** Ciudad Lineal, San Blas, Vicálvaro y Barajas. Alcalá, 527. **917 434 771 / 772**
- **CAD V** Chamartín y Tetúan. Pinos Alta, 122. **913 540 003.**
- **CAD VI** Centro, Arganzuela, Retiro, Salamanca, Chamberí y Moncloa-Aravaca. Pº de la Chopera, 10. **915 886 189.**
- **CAD VII** Hortaleza y Fuencarral- El Pardo. Minaya, 7. **913 822 530.**

**AGENCIA ANTIDROGA DE LA COMUNIDAD DE MADRID
CONSEJERÍA DE SANIDAD Y CONSUMO**

C/ Julián Camarillo, 4-B

28037 Madrid

Teléfonos: 91 426 95 60 y 91 426 95 58 // Atención al público: 901 350350

Fax: 91 426 95 66

Página web: www.madrid.org

COMUNIDAD DE CATALUÑA

SUBDIRECCIÓN GENERAL DE DROGODEPENDENCIAS

DEPARTAMENTO DE SALUD

Roc Boronat, 81-85

08005 Barcelona

Teléfono: 93 551 35 88 // Atención al público 93 412 04 12

Página web: www.gencat.cat/salut/depstan/units/sanitat/html/ca/alcohol/index.html

COMUNIDAD DE ANDALUCÍA

COMISIONADO PARA LAS DROGAS

CONSEJERÍA PARA LA IGUALDAD Y BIENESTAR SOCIAL

C/ Héroes de Toledo, 14. Edificio Junta de Andalucía

41006 Sevilla

Teléfonos: 95 5048323 y 95 5048333 // Atención al público: 900 845 040

COMUNIDAD DE CASTILLA LA

MANCHA

DIRECCIÓN GENERAL DE PLANIFICACIÓN Y ATENCIÓN SOCIO SANITARIA

CONSEJERÍA DE SANIDAD

Pza. Zocodover, 7- 1º

45005 Toledo

Teléfono: 925 389 200

Página web: www.jccm.es/sanidad/salud/index.htm

COMUNIDAD DE MURCIA

Teléfono de Información 902 92 98 11. Teléfono de información y asesoramiento de recursos en drogodependencia y ludopatías de la Región de Murcia.

CONSEJERIA DE SANIDAD

Secretaría Autonómica de Atención al Ciudadano, Ordenación Sanitaria y Drogodependencias

Ronda de Levante, 11. 30008 Murcia

Teléfonos: 968 365 849 y 968 367 831

Atención Prevención: 968 366 822

Atención Asistencia: 968 365 813

Observatorio Regional sobre Drogas: 968 368 969

Red de Recursos Privados y Asociacionismo sobre Drogas.

En:

COMUNIDAD DE MADRID

COMUNIDAD DE CATALUÑA

COMUNIDAD DE ANDALUCÍA

COMUNIDAD DE CASTILLA LA MANCHA

COMUNIDAD DE MURCIA

COMUNIDAD DE MADRID

FAD: Fundación Ayuda contra la Drogadicción. Av de Burgos, 1 y 3. **900 161 515.**

UNAD. Unión Nac. de Asoc. de Drogodependientes. San Bernardo, 97-99 Edificio Colomina, 2ºA. **902 313 314.**

ATIME Estatal. C/ Canillas, 56. Madrid. **Teléfono: 91 115 03 70**

COMUNIDAD DE CATALUÑA

FUNDACIÓN SALUD Y COMUNIDAD C/ Belchite, 9-11. HOSPITALET. **Tel: 93 437 05 28.** Email: centredia@fsyc.org

FUNDACION ADSIS c/ Princesa 19, ppal. BARCELONA-08003. **Tel: 932688760**

AEC GRIS. Grup per la reinserció i inserció social. C/ Veguer, 1-3 Entresuelo. BARCELONA-08002 **Tel: 93 319 27 36.** Email: aec-gris@aec-gris.org

Asociación tramuntana de ayuda y reinserción del toxicómano Carretera del Mont , s/n CABALLANES. **Tel: 972553563**

ASOCIACIÓN CENTRO ASISTENCIAL CANAAN c/ Muralla nº42 y c/ Baldiri i Reixach nº183 BANYOLES-17820. **Tel: 972573022**

ASOCIACIÓN ATRA Diseminado, s/n. MONISTROL DEL MONSERRAT. **Tel: 938350236**

ATIMCA. C/ Blasco de Garay, 26. 08004. Barcelona. **Tel: 93 182 09 37**

COMUNIDAD DE ANDALUCÍA

GIRASOL FUNDACION Carretera El Bosque Km 5 ARCOS DE LA FRONTERA-11630 . **Tel: 956231569**

ASOCIACIÓN HOGAR 20 c/ EL GUERRA , 17 GRANADA-18014 . **Tel: 958150783**

FUNDACIÓN EMET ARCO IRIS Camino Curado. Carretera Benamejé – Jaula LUCENA. **Tel: 957530925**

Centro para el estudio y tratamiento de las adicciones en la familia "ESTUARIO" C/ Ciudad de Aracena, 6. 1º A HUELVA-21001. **Tel: 959 25 10 02** Email: asociacionestuario@telefonica.net

FUNDACIÓN EMET ARCO IRIS C/Torre de San Nicolás, 6. CÓRDOBA-14003. **Tel: 957476847**

Asociación para la ayuda de jóvenes de jóvenes y menores marginados por las drogodependencias C/ ALTOZANO 1Y 3 MALAGA-29013. **Tel: 952650291**

ASOCIACIÓN DE INTEGRACIÓN Y PROMOCIÓN SOCIAL DE CÁDIZ C/ Pintor Zuloaga 6,
bajo duplicado
CÁDIZ-11010. **Tel: 956264352**

ASOCIACIÓN JUVENIL ALTERNATIVA 2 C/ Palangre nº 8 FUENGIROLA-29640 **Tel:
952463717**

Asociación nazarena de terapia de apoyo, rehabilitación e inserción social Plaza del
Compositor Maestro Castillo s/n DOS HERMANAS-41700 **Tel: 954726311**

ASOCIACIÓN JEREZANA DE AYUDA A AFECTADOS POR EL SIDA Avda. La Serrana 10
local 1b
JEREZ DE LA FRONTERA-11404. **Tel: 956300006**

AD-HOC. Asociacion Bastetana de ayuda al toxicomano PLAZA SANTIAGO, 1. BAZA-
18800 **Tel: 958 70 12 67** Email: drogabaza@dipgra.es

CENTROS DE REHABILITACIÓN Y REINSERCIÓN Plaza cocheras, 1. JEREZ DE LA
FRONTERA . **Tel: 956324830**

FUNDACIÓN EMET ARCO IRIS C/Torre de San Nicolás, 6 CÓRDOBA-14003. **Tel: 957476847**

GIRASOL FUNDACION Carretera El Bosque Km 5. ARCOS DE LA FRONTERA-11630. **Tel:
956231569**

**Asociación para la ayuda de jóvenes de jóvenes y menores marginados por las
drogodependencias** Antigua carretera de Casabermeja km 20. ALMOGIA-29007. **Tel:
952110627**

AYUDA Y REHABILITACIÓN A POLITOXICÓMANOS C/ Fauno nº 2 Finca la Corta. MÁLAGA.
Tel: 952301668

FUNDACIÓN EMET ARCO IRIS C/Torre de San Nicolás, 6. CÓRDOBA-14003. **Tel:
957476847**

**Asociación para la ayuda de jóvenes de jóvenes y menores marginados por las
drogodependencias.** C/ SALITRE Nº 49 3º A. MALAGA . **Tel: 660294480**

Centro para el estudio y tratamiento de las adicciones en la familia "ESTUARIO" C/
Ciudad de Aracena, 6. 1º A
HUELVA-21001. **Tel: 959 25 10 02.** Email: asociacionestuario@telefonica.net

ATIME Sevilla. C/ Cardenal Sanz y Fores, Local C. 41004. Sevilla. **Tel: 95 529 04 40**

ATIME Jaén. C/ Isaac Albéniz, 1. 1º C. 23009 Jaén. **Tel. 95 389 11 03**

ATIME Almería. C/ Vicasol, 3, 2º B. 04738 Puebla de VÍcar. **atimealmeria@atime.es**

COMUNIDAD DE CASTILLA LA

MANCHA:

ASOCIACIÓN PROVINCIAL CONTRA LAS TOXICOMANÍAS Carretera de Porzuna, km 20,
Camino CP 04
CIUDAD REAL. Tel: 926690402

COMUNIDAD DE MURCIA:

Proyecto Hombre. Fundación Solidaridad y Reinserción de Drogodependientes. Calle San Martín de Porres, 7, 30001 - MURCIA MURCIA. Teléfono: 968280034

Asociación Regional Murciana para la Prevención de las Drogodependencias. AREMUPD
Calle Cortés, 2, 1º C
30004 - MURCIA MURCIA Teléfono: 968210991.

Al-Anon. Grupo La Paz. Familiares y Amigos de Alcohólicos de la Región de Murcia Plaza Cardenal Belluga. Obispado., s/n, - 30001 - MURCIA MURCIA. Teléfono: 968 26 89 84

Colectivo La Brújula para el Seguimiento de Toxicómanos Coordinadora de Barrios Calle Pablo VI, s/n, Entlo.
30006 (Barrio La Paz) MURCIA MURCIA Teléfono: 968340351

Asociación Diagrama. Intervencion Psicosocial Calle Virgen de los Dolores, 16, bajo 30152 Aljucer MURCIA
Teléfonos: 968344344, 968641885

Asociación de Toxicómanos Betania. Comunidad Terapéutica AVDA.DE LAS AUTONOMIAS, 49, -, -
30430 - CEHEGÍN MURCIA. Teléfono: 968 74 26 47

Ayuda a Familiares de Alcohólicos. AYUFAAL Calle Juan Bernal Aroca, 42, - 30120 El Palmar MURCIA MURCIA
Teléfono: 968882655

ATIME Murcia. C/ Publicista José Alegría, 1. Bajo. 30011. Murcia. Teléfono: 96 897 32 17
ATIME Cartagena. C/ San Valentín, 6 Bajo Urb. Media Sala. 30310 Cartagena, Murcia.
Teléfono: 96 897 71 10