



Prevención de adicciones



SEDRONAR
Presidencia de la Nación

REVISTA PARA FAMILIAS



EDUCACIÓN PRIMARIA



Buenos Aires Ciudad

Ministerio de Educación del Gobierno de la Ciudad de Buenos Aires
24-04-2024



Vamos Buenos Aires

Autoridades

Ministra de Educación

Soledad Acuña

Jefe de Gabinete

Luis Bullrich

Subsecretaria de Coordinación Pedagógica y Equidad Educativa

Andrea Bruzos

Subsecretario de Carrera Docente

Javier Tarulla

Subsecretario de Gestión Económica, Financiera y Administración de Recursos

Alberto Gowland

Subsecretaria de Planeamiento e Innovación Educativa

Gabriela Azar

Directora General de Coordinación Legal e Institucional

Paula Colombo

Director General de Comunicaciones y Relaciones Institucionales

Ignacio Castro Cranwell

Director General de Planeamiento y Control de Gestión

Daniel Stjepanek

Director General de Tecnología Educativa

Santiago Andrés

Directora de la Unidad de Evaluación Integral de la Calidad y Equidad Educativa

Tamara Vinacur

Carta a las Familias

Queridas familias:

Hemos trabajado en equipo, junto a Sedronar y la Dirección General de Políticas Sociales en Adicciones del Ministerio de Desarrollo Humano y Hábitat, para armar esta revista con sugerencias para acompañar de la mejor manera a sus hijos/as en esta etapa de su vida.

Lograr una Vida Saludable es un desafío que debemos proponernos todos los días. Los hábitos que se asumen en la infancia y adolescencia componen el equipaje necesario para un desarrollo pleno durante toda la vida. Por eso consideramos tan importante aprender a “hacer la valija” desde chicos/as, siendo imprescindible el rol de la familia como educadora; su rol formador y de acompañamiento.

En las páginas que siguen encontrarán algunas claves sobre prevención de consumos problemáticos y de adicciones, para que juntos, familia y escuela, podamos transitar con herramientas prácticas el camino hacia una Vida Saludable, profundizando el diálogo y aportando en el cuidado de los chicos/as.

Soledad Acuña

Ministra de Educación
GCBA

Índice

Carta a las familias	4
Primeros pasos para la prevención	5
Orientaciones para acompañar a los niños/as en su desarrollo	5
Propuestas concretas: ¿Cómo prevenir desde la familia?	6
Estar atentos y escucharlos/as	6
Actividades para hacer en familia	7
Guía de recursos	11



Primeros pasos para la prevención

Cuando pensamos en temas como los consumos de sustancias, y en particular en la relación de estos con nuestros hijos, nos pueden invadir miedos y reacciones impulsivas, que suelen generar cierta distancia y alejamiento. Por eso es necesario pensar en nuestras representaciones y puntos de vista. Si podemos abordar estas temáticas —sin prejuicios ni tensiones—, **estar informados y reflexionar sobre nuestro propio vínculo con el tema**, seguramente podremos transmitir mayor serenidad a la hora de acompañar a los niños/as en los desafíos que presenta su desarrollo.

Desde un enfoque del cuidado nos preguntamos acerca de lo que hay detrás de todo consumo, propiciando que esa pregunta abra una puerta, que circule en el entorno familiar y de esa manera se continúe dialogando.

¿Qué se entiende por consumo problemático?¹

Constituyen consumos problemáticos aquellos que —mediando o sin mediar sustancia alguna— afectan negativamente, en forma ocasional o crónica, la salud física y/o psíquica de una persona, y/o las relaciones sociales, tanto primarias como secundarias (con el círculo familiar y el entorno social), como con la ley. Los consumos problemáticos pueden manifestarse como usos, abusos, adicciones y/o consumos ocasionales del alcohol, tabaco, drogas psicotrópicas —legales o ilegales— o producidos por ciertas conductas compulsivas de las personas hacia el juego, las nuevas tecnologías, la alimentación, las compras o cualquier otro consumo innecesario.²

Orientaciones para acompañar a los niños/as en su desarrollo

Ante un posible consumo problemático, sugerimos a las familias **evitar actitudes que se caractericen por un exceso de control o su contrapartida, una ausencia del mismo**. Estas posturas pueden generar distanciamientos, desentendimientos, intolerancia, que perjudican las formas de vinculación con nuestros hijos/as, nos alejan de convertirnos en adultos significativos, y crean cierta desconfianza en ellos/as.

Les proponemos asumir el desafío de encontrar un equilibrio, por ejemplo: conociendo y monitoreando las actividades y relaciones de nuestros hijos/as, pero no desde la vigilancia, sino confiando y propiciando el diálogo. De esta manera, nos acercaremos desde el sentido de cuidado, ofreciéndonos como referentes en que los niños/as puedan confiar, transmitiendo ganas, convicciones, cercanía y calidez, entre otras cualidades.

¿Sabían que...



Según la Ley 26.586, la educación y prevención sobre las adicciones y el consumo indebido de drogas es obligatoria, tanto en los jardines de infantes como en las escuelas primarias y secundarias del país, sean de gestión pública o privada?

¹ Basado en el art.2 del Plan Integral para el Abordaje de Consumos Problemáticos (Plan I.A.CO.P)

² Para ampliar información relativa al consumo problemático, pueden consultar el material de Unicef sobre Prevención del consumo problemático de drogas, disponible en: http://files.unicef.org/argentina/spanish/Edu_ModulosESI.pdf

Propuestas concretas: ¿Cómo prevenir desde la familia?

A través del diálogo y la escucha les enseñamos a los niños/as que se pueden superar los problemas hablando mediante el respeto por uno mismo y por los demás.

Es importante enseñar habilidades para la vida, personales y sociales, que tengan como pilares el cuidado, el autoconocimiento, con el apoyo de la familia como lugar de contención y acompañamiento.

 **Fomenten en sus hijos/as valores positivos y saludables hacia ellos/as mismos/as.**

 **Escuchen a sus hijos/as:** la comunicación es muy importante, abran un espacio de diálogo, podrán compartir sus experiencias y sentimientos, problemas y logros.

 **Fortalezcan su autoestima:** demostrándoles cariño y afecto. Los límites son muy importantes siempre con cariño, evitando herirlos/las. Valoren sus esfuerzos y logros.

 **Conversen con sus hijos/as:** de esa manera generan confianza.

 **Fomenten el desarrollo de actividades saludables:** practicar algún deporte, actividades artísticas, culturales u otras que les resulten interesantes, atractivas y divertidas.

Sugerencias para construir confianza

- Establezcan límites claros, favoreciendo el diálogo en torno a los mismos.
- Acuerden juntos criterios de autocuidado.
- Promuevan canales de diálogo, ante todo escúchenlos, evitando todo tipo de prejuicios.



¡No estigmaticemos!

Nadie es adicto, sino que padece una adicción o transita en ese momento por una situación de consumo problemático.

Estar atentos y escucharlos/as

Un cambio demasiado drástico o duradero en la personalidad o comportamiento del niño/a puede indicar que existe algún problema que requiere ayuda. No podemos generalizar, hay que comprender cada situación en su contexto y singularidad. Por eso, es tan importante abrir los canales de comunicación con ellos/as.

Recuerden escuchar a sus hijos/as más que hablar:

Dediquen su tiempo a mirarlos, a preguntarles por sus intereses, deseos, proyectos.

ACTIVIDADES PARA HACER EN FAMILIA



Aquí les presentamos algunas actividades para realizar entre grandes y chicos, y asumir conjuntamente el desafío de lograr una Vida Saludable para todos. Desde un enfoque de Prevención, estas propuestas se orientan a fortalecer un clima familiar de confianza para comenzar a abordar desde allí eventuales situaciones de consumo problemático.

Las charlas en familia son un buen espacio para dialogar acerca de la problemática de los consumos.

Con quienes empiezan la primaria...

- Pueden hablar sobre las conductas ligadas a las compras, por ejemplo, para reflexionar sobre los consumos innecesarios o desmedidos, pensando también en cómo influyen las publicidades y los medios de comunicación en nuestras elecciones y comportamientos.
- También pueden conversar acerca de las actividades que llevan a cabo los diferentes miembros de la familia: ver televisión, usar Internet, estudiar/trabajar, jugar, etc.

Con quienes estén en los últimos años de la primaria...

- Ya es posible introducir conversaciones sobre los consumos problemáticos y a problematizar los diferentes consumos.
- En paralelo, es bueno también hablar sobre los sentimientos de los niños/as y pensar con ellos cómo se da lugar a las emociones (angustia, enojo, etc.).



Álbum de anécdotas

Completen juntos las diferentes partes del álbum... ¿Qué recuerdan los grandes de cuando eran chicos?

Imágenes de cuando todos éramos chicos...

Pueden poner fotos, dibujar escenas ustedes mismos o buscar en revistas y diarios algunas imágenes que a cada uno le recuerden su infancia.

La idea es propiciar más espacios de confianza y contención en familia, compartiendo preocupaciones, intereses, recuerdos y proyectos de todos los integrantes.

PEGAR ACÁ

Nombre

.....

PEGAR ACÁ

Nombre

.....

PEGAR ACÁ

Nombre

.....

PEGAR ACÁ

Nombre

.....

¡A jugar!

Nombre

Juego preferido

A veces sentimos temor

Nombre

Algo que me da miedo

Y otras veces nos da risa

Nombre

Una anécdota graciosa

Asumir desafíos

Nombre	Cosas que me resultan difíciles

Tiempo libre juntos

Nombre	Una propuesta para hacer en familia*

*(Por ejemplo: Ir al teatro, hacer un picnic, organizar una tarde de juegos de mesa, etc.)

Proyectos de vida

Nombre	¿Qué sueñan para sus vidas?**

** (De manera individual, colectiva y en familia.)



¡Una sopa saludable muy particular!

Encuentren en la sopa de letras algunas palabras fundamentales para desarrollar una Vida Saludable en familia.

- CONFIANZA
- REFLEXIÓN
- CUIDADO
- SALUD
- INFORMACIÓN
- DIÁLOGO
- VALORES



¿Qué palabras agregarían como familia? ¿Se animan a hacer una nueva sopa con sus ideas?



Contraseñas Familiares de la Prevención

Utilicen el código secreto y descubran juntos el mensaje.



CÓDIGO SECRETO





























Guía de recursos

MINISTERIO DE EDUCACIÓN - GCBA

Gerencia Operativa de Equipos de Apoyo

Subsecretaría de Coordinación Pedagógica y Equidad Educativa
equiposdeapoyo@bue.edu.ar

MINISTERIO DE DESARROLLO HUMANO Y HÁBITAT - GCBA

Dirección General de Políticas Sociales en Adicciones

ASISTENCIA A PERSONAS CON PROBLEMAS DE CONSUMO DE SUSTANCIAS PSICOACTIVAS. Servicio: Los jóvenes con domicilio en la Ciudad Autónoma de Buenos Aires que no tengan obra social, son entrevistados por un equipo de evaluación, y se le gestionan becas para tratamientos en efectores del Gobierno de la Ciudad u otros conveniados.
Centro de Admisión y Derivación - 4361-6543

LÍNEA 108: OPCIÓN 2

Llamanos gratis todos los días, las 24hs.

Vamos a escucharte, orientarte si tenés dudas, y a darte la información que necesites. Es anónimo y confidencial.

<http://www.buenosaires.gob.ar/desarrollohumanoyhabitat/politicassocialesenadicciones/>

<https://chautabu.buenosaires.gob.ar/adicciones/>

CASA FLORES

Bonorino 884. Teléfonos: 4634-2655/2656.

CONSEJO DE DERECHOS DE NIÑOS, NIÑAS Y ADOLESCENTES - GCBA

Es el Organismo especializado en infancia que tiene como finalidad promover, proteger y garantizar los derechos de todas/os las/os niñas, niños y adolescentes.

Av. Pres. Roque Sáenz Peña 832, CABA.

4328-1755

www.buenosaires.gob.ar/cdnnya

LÍNEA 102

¿Cuándo solicito intervención? Cuando se requiere asesoramiento, contención, orientación sobre recursos, servicios y programas disponibles destinados a la población infantojuvenil (0 a 17 años de edad).

MINISTERIO DE SALUD – GCBA

CENTRO DE DÍA CARLOS GARDEL

Cochabamba 2622.

CENTRO DE DÍA BIEDAK - CESAC N° 10

Av. Amancio Alcorta 1402.

CENTRO DE DÍA LA OTRA BASE DE ENCUENTRO

Camilo Torres 2101.

CENTRO DE SALUD MENTAL DR. HUGO ROSARIOS N° 1

Manuela Pedraza 1558.

CENTRO DE SALUD MENTAL DR. AMEGHINO

Av. Córdoba 3120.

HOSPITAL ÁLVAREZ

Dr. Aranguren 2701.

HOSPITAL ALVEAR

Warnes 2630.

HOSPITAL ARGERICH

Pi y Margall 750.

CESAC N° 41. ÁREA PROGRAMÁTICA HOSPITAL ARGERICH

Ministro Brin 843.

HOSPITAL ELIZALDE

Av. Montes de Oca 40.

HOSPITAL FERNÁNDEZ

Cerviño 3356.

HOSPITAL GUTIÉRREZ

Gallo 1330.

HOSPITAL PENNA

Dr. Prof. Pedro Chutro 3380.

CESAC N° 35. ÁREA PROGRAMÁTICA HOSPITAL PENNA

Oswaldo Cruz y Zavaleta.

CESAC N° 8. ÁREA PROGRAMÁTICA HOSPITAL PENNA

Oswaldo Cruz 3485 y Luna.

CESAC N° 1. ÁREA PROGRAMÁTICA HOSPITAL PENNA

Vélez Sarsfield 1271.

HOSPITAL PIÑERO

Av. Varela 1301.

CESAC N° 6. ÁREA PROGRAMÁTICA HOSPITAL PIÑERO

Mariano Acosta y Av. Intendente Rabanal.

CESAC N° 24. ÁREA PROGRAMÁTICA HOSPITAL PIÑERO

Martínez Castro y Laguna (Pasaje L).

HOSPITAL SANTOJANNI

Pilar 950.

HOSPITAL RIVADAVIA

Av. Las Heras 2670.

CESAC N° 33

Córdoba 5741.

HOSPITAL GARRAHAN

Combate de los Pozos 1881.

SEDRONAR - PRESIDENCIA DE LA NACIÓN

LÍNEA 141: LAS 24HS, LOS 365 DÍAS DEL AÑO

Un canal anónimo, gratuito y de alcance nacional. El contacto de la línea es el número 141, telefónicamente, el mail orientac@sedronar.gov.ar o el chat, a través de la web: <http://www.sedronar.gov.ar/>

CEDECOR - GRUPOS DE ORIENTACIÓN Y CONTENCIÓN FAMILIAR

Horario de atención en sede central: lunes a viernes de 8 a 20hs / sábados, domingos y feriados de 9 a 15hs, en Sarmiento 546 - Ciudad de Buenos Aires.

Turnos: 4320-1200 - int 1540

Mail: cedecor@sedronar.gov.ar // **CEDECOR INTERIOR:** cinterior@sedronar.gov.ar

Turnos: 4320-1240, de lunes a viernes de 9 a 16hs Sarmiento 546, CABA.

Consultas e información: grupos@sedronar.gov.ar

DIRECCIÓN NACIONAL DE PREVENCIÓN - SEDRONAR

dirprevencion@sedronar.gov.ar - 011 43201200 int 1188

PREVENCIÓN EN ÁMBITOS EDUCATIVOS - SEDRONAR

educacion@sedronar.gov.ar - 01143201200 int 1009

MINISTERIO DE SALUD – PRESIDENCIA DE LA NACIÓN

Centro Nacional de Reeducción Social (CENARESO)

4305-0091 al 96.

Combate de los Pozos 2133, CABA.

direccion@cenareso.gob.ar





Vamos Buenos Aires



SEDRONAR
Presidencia de la Nación



/educacionba

Ministerio de Educación del Gobierno de la Ciudad de Buenos Aires
24-04-2024

buenosaires.gob.ar/educacion