

GUÍA SOBRE PREVENCIÓN DEL CONSUMO DE DROGAS

para actividades pastorales y educativas

DOCUMENTO AVALADO POR LA CONFERENCIA EPISCOPAL URUGUAYA



Cáritas
URUGUAYA
caritasuruguay.org.uy

GUÍA SOBRE PREVENCIÓN DEL CONSUMO DE DROGAS

para actividades pastorales y educativas

DOCUMENTO AVALADO POR LA CONFERENCIA EPISCOPAL URUGUAYA



Cáritas

U R U G U A Y A

caritasuruguay.org.uy

ÍNDICE

0. Introducción.	1
1. El problemza del consumo de drogas.	2
2. Una mirada de la Iglesia Católica sobre el fenómeno del consumo de drogas.	4
La persona humana en el centro.	
El amor salvador de Dios, es ofrecido como salud plena.	
La mirada de Dios es siempre desde la misericordia.	
El consumo de drogas vivido como tentación.	
Magisterio y antecedentes documentales para la prevención y atención de los consumos de drogas.	
3. La prevención del consumo de drogas.	10
4. Formación del agente de prevención con enfoque pastoral	18
5. Principios y métodos en prevención.	20
6. Marcos para elaborar acciones en los distintos ámbitos de la prevención.	22
Familias.	
Procesos de catequesis y otras instancias de formación religiosa y pastoral.	
Contenidos relacionados a la espiritualidad.	
Centros Educativos.	
Comunidad.	
Lugares de trabajo.	
7. La prevención indicada y el acompañamiento de personas, familias y comunidades afectadas por el consumo de drogas.	29
8. Anexos	31
1. Itinerario de prevención del consumo de drogas para catequesis y actividades pastorales.	
2. Propuesta de prevención de los consumos de drogas en centros educativos.	
3. Sugerencia de materiales.	

0. INTRODUCCIÓN

La preocupación por el consumo de drogas surge en Cáritas Uruguay como una interpelación nacida en el territorio, en la vida cotidiana de las comunidades barriales y parroquiales. Son los propios agentes pastorales—voluntarios, catequistas, animadores, referentes comunitarios—quienes, con dolor y esperanza, comenzaron a reconocer la presencia creciente de las drogas y sus efectos en la convivencia, en las familias y en los vínculos más cercanos.

Desde esa realidad, fue tomando forma la Pastoral de Adicciones, centrada en la prevención y animada por una convicción profundamente evangélica: todas las personas pueden hacer prevención, más allá de su formación técnica o profesional. Prevenir, en este sentido, es cuidar la vida, fortalecer vínculos, generar esperanza y acompañar procesos que ayuden a vivir con mayor libertad y plenitud.

A lo largo de los años, esta pastoral se ha expresado en diversas experiencias, espacios de formación y materiales de apoyo. Entre ellos se destaca Asumir: orientaciones para prevenir, detectar y acompañar (Cáritas Uruguay, 2015), que ofreció una

primera sistematización pastoral del tema, y la cartilla Te cuido, me cuido (Cáritas Uruguay – CEPRODIH, 2023), que amplió la mirada hacia la educación emocional y la corresponsabilidad comunitaria como claves de la prevención.

La presente Guía sobre prevención del consumo de drogas para actividades pastorales y educativas representa un paso nuevo y significativo en este itinerario. Elaborada de manera conjunta por la Pastoral de Adicciones, Departamento de Catequesis, Pastoral Juvenil y Familiar y con aportes de AUDEC, este material cuenta con el respaldo institucional de la CEU, que lo reconoce como una herramienta de orientación pastoral y educativa al servicio de las comunidades.

Su riqueza no radica solo en los contenidos, sino en la puesta en marcha que realicen los animadores y animadoras de procesos pastorales, los educadores y las comunidades que, desde la fe, buscan generar ambientes sanos y vínculos que cuidan. Esta guía quiere ser, ante todo, un instrumento vivo: que se lea, se comparta, se adapte y se encarne en cada realidad.

“En continuidad con el itinerario pastoral de Cáritas, esta propuesta mira hacia una Iglesia que abraza y cuida, que sale al encuentro de las fragilidades humanas no para juzgar, sino para acompañar, sanar y reconstruir esperanza. Prevenir, desde esta mirada, no es solo evitar un daño: es anunciar la vida plena que Dios sueña para cada persona y hacer del cuidado un gesto concreto de Evangelio en acción”.

Monseñor Arturo Fajardo
Obispo de la diócesis de Salto
Presidente de Cáritas Uruguay

1. EL PROBLEMA DEL CONSUMO DE DROGAS

“Las drogas están presentes en la sociedad y acompañan la historia de la humanidad. Hay registros de consumo de drogas en los diferentes pueblos y culturas desde los más remotos tiempos. El uso abusivo de las drogas se ha demostrado como un fenómeno dinámico, multifacético y de difícil abordaje por nuestra sociedad contemporánea, constituyéndose en un importante problema de salud pública global, no obstante el progreso de la ciencia, las acciones del gobierno y la contribución de las diferentes ciencias sociales” (Campinas, 2007).



“Las sustancias psicoactivas son diversos compuestos naturales o sintéticos, que actúan sobre el sistema nervioso generando alteraciones en las funciones que regulan pensamientos, emociones y el comportamiento” (OPS).

“Existen regulaciones para el control y fiscalización del uso de estas sustancias, ya sea para uso recreativo, como el alcohol o el tabaco; para uso farmacológico, como los tranquilizantes o analgésicos opiáceos, o de uso general, como los solventes industriales. Hay un grupo cuyo uso es considerado ilícito y solo autorizado con fines médicos o de investigación, como el caso de la cocaína y sus derivados.

El uso de sustancias psicoactivas siempre implica un grado de riesgo de sufrir consecuencias adversas sobre distintos órganos y sistemas, las cuales pueden darse en el corto plazo, como en el caso de la intoxicación, la cual incrementa el riesgo de lesiones por accidentes o agresión, así como conductas sexuales en condiciones inseguras.

El uso repetido y prolongado en el tiempo de estas sustancias, favorece el desarrollo de trastornos por dependencia, que son trastornos crónicos y recurrentes, caracterizados por necesidad intensa de la sustancia y pérdida de la capacidad de controlar su consumo, a pesar de consecuencias adversas en el estado de salud o en el funcionamiento interpersonal, familiar, académico, laboral o legal” (OPS).

Podemos afirmar que incluso los que no desarrollan trastornos relacionados con sustancias, apoyan con su consumo y compra de sustancias, modelos familiares y sociales promotores del consumo.

En el caso de las sustancias cuya venta no está regulada, también trae aparejado el crecimiento del narcotráfico. El narcotráfico viene siendo un problema que afecta a la sociedad en muchos niveles. Se ha ido generando incluso una “narco cultura”, que incita a nuevas personas a integrarse a las redes delictivas, con la promesa de dinero fácil y poder.

Para la OPS “Los trastornos causados por el uso de drogas son una pesada carga para los individuos y las comunidades. El uso continuo de drogas puede causar dependencia y discapacidad además de problemas crónicos de salud. Las consecuencias sociales del uso perjudicial o dependencia de drogas llegan mucho más allá del usuario y afectan a sus familias y a otras relaciones personales

Las drogas ilegales son usadas con más frecuencia en los países de ingresos altos de las Américas, pero las consecuencias de la dependencia de drogas para la salud —enfermedades, discapacidades

y defunciones— ocurren de manera desproporcionada en los países de ingresos bajos y medios, donde las personas tienen menos acceso a la atención de salud.

Las cargas sociales y para la salud impuestas no son inevitables: los problemas causados por las drogas y la dependencia de éstas son prevenibles y tratables. Cuando se lo identifica tempranamente, el uso riesgoso de drogas puede ser reducido o restringido mediante evaluaciones de la salud e intervenciones breves, antes de que las personas que lo consumen se vuelvan dependientes.”

En nuestro país, podemos observar en la evolución de las encuestas realizadas por el Estado a través de los años, una preocupante baja en la edad de inicio del consumo de sustancias psicoactivas, una tendencia a la igualación en el consumo entre mujeres y varones, y patrones de consumo de riesgo de diversas sustancias.

La prevención del uso de sustancias puede mejorar significativamente la salud y el bienestar de las personas, familias y comunidades. El consenso mundial es que la prevención hace más que prevenir el consumo de sustancias. Su objetivo es promover el desarrollo sano y seguro de todas las personas y comunidades (UPC).

2. UNA MIRADA DE LA IGLESIA CATÓLICA SOBRE EL FENÓMENO DEL CONSUMO DE DROGAS

En este documento hacemos nuestras las conclusiones del I Encuentro Internacional de Especialistas en dependencia química en Campinas, 2007:

“América Latina posee una diversidad religiosa que promueve la cultura de la paz, de la fraternidad y de la solidaridad humana. Las instituciones religiosas refuerzan los valores éticos que garantizan los principios de respeto incondicional a la persona humana, presente en todos los credos. En este contexto, estas instituciones han logrado un espacio de acogida y soporte espiritual, afectivo y material para las diferentes exigencias presentadas por las comunidades”.



*El conocimiento científico acumulado y la experiencia de trabajo en prevención y tratamiento, considera la **religiosidad un factor de protección** contra el inicio del consumo y para las oportunidades de recuperación.*

Las Iglesias en general y la Iglesia Católica en particular, han desarrollado en diferentes regiones de América Latina, experiencias de prevención, tratamiento y recuperación que han contribuido con las personas, familias, comunidades y gobiernos, a generar muchos procesos de sanación integral de personas que habían sido drogodependientes, siendo también un actor importante dentro de las políticas públicas en algunos casos.

Por su estructura y capilaridad, la Iglesia puede ampliar su participación por medio de la acción pastoral dentro de este complejo

y universal fenómeno que es el consumo de drogas. Para esto, será necesaria la participación activa de líderes, en especial líderes religiosos, con un mensaje claro, inequívoco sin ambigüedades. Considerando los valores éticos y morales, de respeto a la vida, generosidad, comprensión, solidaridad, respetando la creación y rechazando la violencia (Campinas, 2007).

A continuación desarrollamos algunas claves para comprender la postura de la Iglesia en el tema de la prevención del consumo de drogas.

LA PERSONA HUMANA EN EL CENTRO

Para nosotros como Iglesia, es fundamental la mirada antropológica para entender e intervenir sobre este fenómeno.

Para los seguidores de Cristo, cada individuo es una persona única, con una dignidad absoluta, infinita e inalienable. La dignidad

de cada persona está dada por ser hijos de Dios, y haber sido creados todos a Su imagen y semejanza. Esto hace que cada persona sea Sagrada.

La persona humana es además una unidad inseparable de cuerpo-alma-espíritu. Cada persona es “cuerpo animado” y “espíritu encarnado”.

La persona además es constitutivamente relacional. El ser social está en nuestra esencia. Las personas no son solo individuos, ni solo sociales. En el cristianismo, las personas somos “pueblo”.

Es importante tener en cuenta las consecuencias de esta concepción:

- **Promueve la dignidad de cada persona.** La persona humana es un fin, no un medio.
- **Tanto la mirada como las intervenciones deben ser integrales.** Es importante evitar los reduccionismos, fomentando expresamente la integración de las diferentes manifestaciones del ser humano.

Se debe tener en cuenta:

- La dimensión biológica en tanto anatomía y función corporal.
- Los elementos comportamentales y mentales.
- La dimensión espiritual.
- Se debe operar sobre y desde lo relacional.
- El desarrollo de la persona humana en las diferentes edades de la vida. Teniendo en cuenta sus cambios físicos, mentales, sociales y existenciales.
- Las diferencias entre los hombres y las mujeres en las distintas etapas de la vida, desde los aspectos biológicos. También las diferencias de la construcción de la identidad de hombres y mujeres, es decir, el ser hombre y ser mujer incluyendo los aspectos psicológicos, comunitarios y sociales.
- Escuchar y utilizar los aportes de las ciencias que contribuyen al conocimiento verdadero del funcionamiento de la Naturaleza como creación y don de Dios. Siempre con la persona humana en el centro, desde esta comprensión antropológica.

En este sentido, los aportes desde la Teología, la Doctrina y Magisterio de la Iglesia, la Antropología, las Ciencias de la Prevención, las Ciencias de la Adicción, las Ciencias de la Salud, la Psicología, la Psicología Social, la Educación, la Comunicación, la Sociología, los estudios sobre las dinámicas Espirituales, etc... van a ser aportes importantes a ser considerados.

EL AMOR SALVADOR DE DIOS, ES OFRECIDO COMO SALUD PLENA

Podemos decir que Jesucristo es el anuncio y el ofrecimiento de la salvación de Dios bajo forma de salud.

Toda la actuación de Jesús queda resumida en la memoria de la primera comunidad de esta manera: «Ungido por Dios con la fuerza del Espíritu Santo, pasó haciendo el bien y sanando a todos los oprimidos por el maligno, porque Dios estaba con él» (Hechos. 10,38). La presencia de Jesús, el mensaje que anuncia, los gestos que realiza están orientados a promover vida y salud.

Esta acción sanadora de Jesús no es algo secundario sino el rasgo que mejor caracteriza al Enviado de Dios. Las curaciones que Jesús

opera a nivel físico, psicológico o espiritual son el símbolo más expresivo, la parábola más gráfica de la salvación que Jesús aporta, la experiencia donde mejor se condensa e ilumina el sentido de toda su acción salvadora. Por eso, Jesús no realiza curaciones de manera arbitraria o por puro sensacionalismo, sino como una actividad que conduce a los enfermos, los humillados, los abatidos a experimentar la salud como Buena Noticia de la salvación y del amor preferencial de Dios por ellos.

Pero no hemos de pensar sólo en las curaciones. Es toda la actuación de Jesús la que promueve salud integral: su condena de los mecanismos inhumanos, discriminatorios y destructivos de la sociedad de su época,

su resistencia y rebeldía contra tantos comportamientos patológicos de raíz religiosa, su lucha por crear una convivencia más solidaria y fraterna, su ofrecimiento del perdón reconciliador de Dios que libera a las gentes de la culpabilidad y la ruptura interior, su ternura hacia los maltratados por la vida o la sociedad, su ayuda para recuperar un corazón más limpio y atento al Espíritu de Dios, su llamada a liberarse del miedo y la inseguridad para vivir desde una confianza absoluta en el Padre.

En realidad, las tradiciones evangélicas nos

describen a Jesús como alguien que pone en marcha un profundo proceso de sanación tanto individual como social:

“El Hijo del Hombre ha venido a buscar y a salvar lo que estaba perdido” (Lucas 19,10).

Por eso, el cuarto evangelio entiende toda la vida y la actividad de Jesús como «biofilia», es decir, creación de vida:

“Yo he venido para que tengan vida y la tengan en abundancia” (Juan. 10, 10).

”(Pagola, José Antonio. 2002. “La comunidad cristiana, fuente de salud integral: tareas y posibilidades”. XIII SEMANA DE TEOLOGÍA PASTORAL. Organizada por el Instituto Superior de Pastoral de la Universidad Pontificia de Salamanca Madrid, 29-31 de enero de 2002. p. 1-2)

LA MIRADA DE DIOS ES SIEMPRE DESDE LA MISERICORDIA

Como promotores de prevención del consumo de drogas, Dios nos invita a la misericordia. Las grandes y pequeñas miserias que nos llevan al descuido de nosotros mismos y nuestro entorno, deben ser comprendidas y amadas.

Como cristianos, no estamos llamados a juzgar, ni a estigmatizar, ni a nosotros mismos ni a nuestros hermanos. La mirada de fe, esperanza y amor es transformadora.

El camino supone encontrar y aceptar nuestros dones y nuestras faltas y miserias, en un camino de salvación.

La colaboración en el proceso de salvación de nuestros hermanos supone recibir, comprender, orientar y guiar a nuestros hermanos desde nuestros dones y miserias, y desde sus dones y sus miserias.

La actitud de la prevención desde el Evangelio debe ser fraterna y pastoral.

Un promotor de prevención debe entender que solamente colabora en ayudar a preparar y acompañar a los hermanos en el camino de salvación. Ese camino es una invitación gratuita de Dios, y está disponible como invitación para todos en todo momento.

EL CONSUMO DE DROGAS VIVIDO COMO TENTACIÓN

A semejanza de Dios, la persona humana es co-creadora. Elige y decide, más o menos advertidamente. Puede hacerse responsable, es decir, responder creativamente frente a lo que le va ocurriendo, y no sólo reaccionar. En la persona humana, esa capacidad de

libertad y responsabilidad está condicionada. Hay condiciones que ayudan al pleno desarrollo de la persona humana, su integridad y fortaleza. Hay condiciones de vulnerabilidad que dificultan ese desarrollo, y dejan a las personas en una situación de vulnerabilidad.



LA DROGA COMO TENTACIÓN *El consumo de sustancias psicoactivas es vivido por las personas como una tentación. Los efectos de las drogas, para las personas que deciden consumirlas, son percibidos como beneficiosos. Provocan estados alterados de conciencia, estado de ánimo y comportamiento. Estos estados son buscados con fines que la persona valora en ese momento: diversión, entretenimiento, pertenencia social, imagen personal o social, evasión del cansancio o los dolores, compensación transitoria de trastornos sociales o mentales, u otros motivos. Como toda tentación, aparece como buena, como una solución rápida y beneficiosa.*

Las personas con menores condiciones de fortaleza y mayores condiciones de vulnerabilidad, son más propensas a seguir estas tentaciones.



RIESGO PARA LA DIGNIDAD El consumo de sustancias sin fin médico, ponen en **riesgo la dignidad de la persona**, en todas las dimensiones, cuerpo- mente-espíritu y relacional. La personas se incluyen, a veces incluso sin advertirlo, en una dinámica de auto y hetero destrucción. Sea directamente en su propia persona, por generar modelos de consumo hacia otras personas, y/o por colaboración con dinámicas de abuso, corrupción, evasión y utilización del otro. Participa, a veces sin considerarlo, del narcotráfico, al ser un financiador del mismo.

Factores de vulnerabilidad

Hay factores que condicionan la vulnerabilidad para ceder ante esas tentaciones, y desarrollar consumos más o menos arriesgados.

- En lo personal, una identidad no desarrollada, que no se concibe como persona humana digna de cuidado y autocuidado.
- Fallas relacionales, vacíos de amor, de integridad.
- Presiones de grupos y de concepciones sociales. Relatividad moral y ética.

Todos estos elementos facilitan que la persona decida consumir drogas y/o participar

del narcotráfico, de forma más o menos condicionada.

Cuando se instala la dependencia

Algunas personas pueden tener condiciones biológicas y aprendizajes que facilitan el desarrollo de consumos de tipo dependiente. Cuando la dependencia queda instalada, se trata de una enfermedad.

La persona queda atrapada en condiciones muy fuertes desde el funcionamiento de su sistema nervioso. Estructuras cerebrales naturales y adaptativas, quedan “secuestradas” por nuevos modos de funcionar con la participación de las sustancias. Se generan hábitos y estilos de vida junto a otras personas y grupos, que no son fáciles de modificar.



IMPORTANTE: En estos casos de dependencia no alcanza solamente con la voluntad de la persona de dejar de consumir. Tampoco es suficiente la información o la apelación a tomar buenas decisiones, o un llamamiento moral. Necesariamente, la persona y su entorno cercano, deben aceptar ayuda. Para recuperarse, necesitan dejar que otras personas de su confianza y con la preparación debida, puedan brindarles condiciones de salud que sostengan su funcionamiento, promoviendo que las funciones de su organismo bio-psico-espiritual y relacional se recuperen.

En estos casos, la prevención entendida como una actividad previa a los problemas, ya no es lo adecuado. Se deben iniciar procesos de tratamiento y recuperación, llevada a cabo por equipos de personas u organizaciones con una preparación adecuada, y de acuerdo a las normas correspondientes a los servicios de salud e inclusión social de nuestro país.



ROL DEL AGENTE DE PREVENCIÓN: Sin embargo, desde la prevención se deberá ayudar a la persona y su familia a detectar la presencia de la enfermedad, facilitar la motivación al cambio y buscar ayuda. También el agente de prevención puede colaborar a sostener la adhesión al tratamiento. Y el posterior mantenimiento de la recuperación y los cambios de vida que sean necesarios.

MAGISTERIO Y ANTECEDENTES DOCUMENTALES PARA LA PREVENCIÓN Y ATENCIÓN DE LOS CONSUMOS DE DROGAS

En 1975, el papa Pablo VI llamó a que la evangelización no consiste solo en predicar en zonas geográficas cada vez más extensas, sino en alcanzar y transformar, mediante la fuerza del Evangelio, todos los “estratos de la humanidad”. (Exhortación Apostólica Evangelii Nuntiandi N°18, publicada el 8 de diciembre de 1975). Esta visión de “llegar a todos los estratos” es el antecedente directo de

lo que el Papa Francisco denomina actualmente como “periferias existenciales”, concepto que desarrolló ampliamente en su propia exhortación, *Evangelii Gaudium* (24 de noviembre de 2013, N°20).



JUAN PABLO II — MENSAJES CLAVE

Juan Pablo II en Cartagena, Colombia, el 6 de julio de 1986, ante la tumba de San Pedro Claver, pronunció un mensaje contundente contra el narcotráfico, afirmando que los traficantes llevan a sus víctimas a la destrucción de la personalidad y actúan contra el derecho humano a la dignidad. Asimismo, en la Ciudad del Vaticano, 5 de noviembre de 1989, durante el rezo del Ángelus en la Plaza de San Pedro, Juan Pablo II instó a una acción decisiva para dismantelar los intereses de los “mercaderes de la muerte” que controlan el comercio de drogas, llamando a este problema uno de los grandes desafíos de la humanidad. En Ciudad del Vaticano, el 23 de noviembre de 1991, en su discurso a los participantes de la VI Conferencia Internacional organizada por el Pontificio Consejo para la Pastoral de los Agentes Sanitarios, titulada “Droga y alcoholismo contra la vida”, el Papa calificó a los narcotraficantes como “mercaderes de la muerte”. En este evento, denunció a quienes especulan con el sufrimiento humano mediante la promoción y venta de sustancias para uso no médico.

En 1987, el Pontificio Consejo para la Familia publica un documento de reflexión y estudio titulado “De la desesperación a la esperanza: Familia y toxicodependencia”. En este documento, se considera a la familia como el principal núcleo preventivo. Estos aportes fueron posteriormente recogidos en varias publicaciones.

En 1992 en el “Catecismo de la Iglesia Católica” N° 2291 se declara que el consumo de sustancias psicoactivas con uso no terapéutico es una falta grave.

En la década del 2000, se avanza hacia un enfoque más integral y estructurado en la temática, con dos hitos importantes. En el 2001 se publica el manual pastoral “Iglesia, drogas y toxicomanías”. (Pontifical Council for Health Pastoral Care. 2002. Church: Drugs and Drug Addiction. Vatican City: Libreria Editrice Vaticana). Y en 2007, en el Manuscrito de Aparecida en Brasil, se promueve que las comunidades sean sanadores e incluyentes. Se mencionan especialmente en este sentido a los drogodependientes (Consejo Episcopal Latinoamericano y Caribeño -CELAM. 13-31 de mayo de 2007. V Conferencia general del Episcopado Latinoamericano y del Caribe. Documento conclusivo. Documento de Aparecida. 422 a 426).

También el año 2007, en Campinas, se realizó el I Encuentro Internacional de Especialistas en dependencia química. El p. Haroldo Rahm s.j. y sus colegas convocaron un grupo representativo de religiosos y laicos latinoamericanos, con formación y experiencia en la temática de la prevención del consumo

de drogas y atención de personas afectadas. El grupo elaboró unas conclusiones finales - citadas más arriba-, que fueron enviadas al Papa Benedicto XVI y a todos los Obispos de Latinoamérica.

Entre el 2013 y 2019, distintos documentos y declaraciones del papa Francisco buscan promover la cultura del encuentro y la misericordia. Se habla de una “Iglesia en salida”, como un “hospital de campaña. Se habla de un cuidado y atención amante.

- Entrevista al Papa Francisco realizada por Antonio Spadaro, s.j. (2013). L'Osservatore Romano, edición semanal en lengua española, Año XLV, n. 39, Santa Marta. http://www.vatican.va/content/francesco/es/speeches/2013/september/documents/papa-francesco_20130921_intervista-spadaro.html
- Exhortación Apostólica *Evangelii Gaudium* del Santo Padre Francisco sobre el anuncio del Evangelio en el mundo actual (EG) N.º 24. 24 de noviembre de 2013. http://www.vatican.va/content/francesco/es/apost_exhortations/documents/papa-francesco_esortazione-ap_20131124_evangelii-gaudium.html
- Misericordiae Vultus. Bula de Convocación del Jubileo Extraordinario de la Misericordia. Francisco Obispo de Roma. 2015. http://www.vatican.va/content/francesco/es/bulls/documents/papa-francesco_bolla_20150411_misericordiae-vultus.html

- Exhortación Apostólica *Gaudete et exsultate* del Santo Padre Francisco sobre la llamada a la santidad en el mundo contemporáneo. 19 de marzo de 2018.
- Santa Misa de Clausura del Jubileo de la Misericordia. Homilía del Papa Francisco 20 de noviembre de 2016.
- Viaje Apostólico de su Santidad Francisco a Panamá con ocasión de la XXXIV Jornada Mundial de la Juventud. 23 al 28 de enero de 2019. Vigilia con los jóvenes.
- Exhortación Apostólica postsinodal *Christus vivit* del Santo Padre Francisco a los jóvenes y a todo el Pueblo de Dios. 25 de marzo de 2019).

En el 2020 se fortalece un enfoque sinodal y latinoamericano en la temática.

En 2021 CELAM fortalece su labor dirigida al tema. Se funda PLAPA, la Pastoral

Latinoamericana de Adicciones.

En 2023 el papa Francisco menciona que “cada adicto es hijo de Dios, con derecho a la vida”. (Durante un encuentro que formó parte del 60° Congreso de la Sociedad Italiana de Psiquiatría, el 18 de mayo en Ciudad del Vaticano).

Guiados por estos principios, desde el 2013 la Pastoral para la Prevención y Rehabilitación de las Adicciones de Uruguay nuclea los actores de la Iglesia Católica dedicados a la prevención, formación, tratamiento y recuperación. Tiene como objetivos promover el intercambio, fortalecimiento y crecimiento de las personas, organizaciones y comunidades que abordan la temática, a la luz del mensaje evangélico.

3. LA PREVENCIÓN DEL CONSUMO DE DROGAS



La prevención es hacer algo anticipadamente para que un fenómeno no deseado no ocurra, o para reducir al máximo sus consecuencias cuando ya está presente. (IIN, OEA).

Retomando el documento de Campinas de 2007, consideramos que en una sociedad justa, pacífica y solidaria la prevención del uso de drogas tiene un componente importante en el cuidado de la vida.

Es una actividad que puede promover cambios en el ambiente y en el comportamiento. Para que la prevención sea efectiva se deben observar las siguientes criterios:

- El respeto a la identidad y a la diversidad de los pueblos a los que se destina.
- La promoción e integración de varios agentes, así como la valorización de una red comunitaria.
- La fundamentación en análisis, investigación y evaluaciones.
- La atención y participación preferencial de las personas y grupos más vulnerables, así como de las familias que forman la unidad básica de la sociedad.
- La participación activa de líderes, en especial líderes religiosos, con un mensaje claro, inequívoco y sin ambigüedades.
- La consideración de los valores éticos y morales de respeto a la vida, de generosidad, de comprensión, de solidaridad, respetando la creación y rechazando la violencia.
- Estableciendo relaciones con los medios de comunicación y la promoción y divulgación de estas propuestas.

Modelo Integral (IIN-OEA)

Para pensar en prevención del consumo de drogas hay que tener en cuenta las variables que se relacionan con el inicio, aumento y estabilización del consumo teniendo en cuenta los factores espirituales, individuales, familiares, sociales, educativos, culturales y regionales.

En el Modelo Integral propuesto por el Instituto Interamericano del Niño, el consumo de drogas es un fenómeno complejo, con múltiples factores que interaccionan de forma complicada.

- Hay factores macro sociales vinculados a concepciones del mundo y de la vida. La forma como una sociedad se organiza, los elementos protectores de la sociedad o su falta, el nivel de participación ciudadana, los medios de producción, el sistema económico.
- Todos son elementos a tener en cuenta. También hay factores macro sociales relacionados a la disponibilidad o no de las sustancias psicoactivas.

Cada comunidad y persona puede llegar a participar en la oferta y demanda de sustancias.

El equilibrio entre factores de protección y riesgo de la persona, su ambiente cercano y la propia sustancia, condicionan fuertemente las decisiones personales y la construcción colectiva del fenómeno.

(IIN – Instituto Interamericano del Niño, OEA-Organización de Estados Americanos).

Formas de consumo y vínculo con las sustancias

Es importante comprender que hay distintas formas de consumo y vínculo con las sustancias psicoactivas. Hay diversas clasificaciones respecto a esto.



Uso médico: se utilizan sustancias psicoactivas con el fin de tratar enfermedades o diversos signos y síntomas. Se utilizan sustancias que tienen una prescripción o fin médico, que son seguras en su formulación. Están autorizadas por los sistemas de control sanitario.



Uso experimental: ocurre cuando una droga se consume para probar sus efectos y, después de un determinado número de usos, se abandona. La curiosidad es la principal motivación.



Uso ocasional: refiere a los consumos que se repiten ocasionalmente pero sin regularidad constante. El consumo se da únicamente cuando aparecen ciertas condiciones y no hay una organización ni planificación del mismo.

Estas dos formas de consumo pueden o no tornarse en uso problemático según la magnitud o circunstancias de uso.



Uso habitual: refiere a aquel que se presenta en forma de hábito, es decir, que se da regularmente. En función del tipo de droga, la frecuencia, cantidad consumida y las características personales, se pueden ir afectando distintas áreas vitales.



Uso problemático: refiere a aquella forma de relación con las drogas en las que por su cantidad, su frecuencia y/o la propia situación física, psíquica y social de la persona, o la situación o contexto de consumo, produce consecuencias negativas para la persona y/o su entorno.

Es importante considerar que la noción de problematicidad tiene que ver con las circunstancias y no exclusivamente con el tipo y cantidad de sustancia que se usa.

Dimensiones del uso problemático

El uso problemático puede configurarse en una única ingesta, en varias o durante un período de tiempo de duración variable, y si se presentan alguna o varias de las siguientes dimensiones:

- Utilización en situaciones cuyo uso puede entrañar un riesgo.
 - Problemas con la ley ligados a la utilización de la sustancia.
 - Problemas interpersonales o sociales persistentes o recurrentes causados o agravados por el uso de la sustancia.
 - Complicaciones físicas o psíquicas relacionadas con el uso de la sustancia.
 - Utilización repetida de una sustancia que conduce a una incapacidad para cumplir con las obligaciones y tareas cotidianas, incluyendo estudio, trabajo, cuidado familiar, entre otras.
- Los efectos negativos del uso de drogas pueden producirse ya sea en el primer uso -causando efectos agudos, intoxicaciones o lesiones-, o en el uso crónico.



POBLACIONES ESPECIALMENTE VULNERABLES

Los consumos en niños, niñas y adolescentes siempre deben catalogarse como problemáticos-aunque sean en dosis bajas-, dada la etapa vital, inmadurez de los sistemas biológicos, tipo de metabolismo y potencial daño en el sistema nervioso central.

El uso de sustancias en mujeres embarazadas o en lactancia, también se consideran siempre nocivos.

Otra forma de consumo es cuando se instala la dependencia:



Uso dependiente: la persona en esta situación estructura su cotidianidad alrededor del consumo. Hay una dependencia física y psicológica a la sustancia, que restringe la toma de decisiones en relación a su consumo. No quiere decir que la persona esté todo el tiempo bajo los efectos de las drogas, sino que su vida se organiza con ese eje. Supone un empobrecimiento general de la vida que se padece con distinto monto de sufrimiento por parte de la persona y sus entornos inmediatos.

La dependencia es la forma del uso problemático en la que el vínculo con las sustancias adquiere mayor importancia que otras actividades que antes eran consideradas como más relevantes.

En este perfil de consumo, el uso deja de ser experimental u ocasional y se vuelve imprescindible. El consumo de drogas — que pudo haber comenzado como una experiencia recreativa, de frecuencia esporádica, sin aparente trascendencia— pasa a convertirse en una conducta en torno a

la cual se organiza la vida. Se dedica la mayor parte del tiempo a pensar en el uso de drogas, buscarlas, obtener recursos para comprarlas, consumirlas y recuperarse de sus efectos.

Las fallas en el control pueden darse:

- En no poder negarse a consumir cuando se da la ocasión.
- En no poder controlar la cantidad de sustancia en ocasión del consumo.
- Ambas.



En el año 1964 la OMS estableció una definición que aún mantiene vigencia y que incluye las siguientes dimensiones:

- Estado de intoxicación periódica o crónica producida por el consumo repetido de una droga natural o sintética y caracterizado por el deseo intenso de continuar usando la droga, y obtenerla por cualquier medio, aun sabiendo sus efectos perjudiciales y su riesgo.
- Conlleva la tendencia a incrementar la dosis, con síndrome de abstinencia ante la imposibilidad de consumir, cuando el organismo lo requiere.
- Conjunto de respuestas comportamentales que incluyen la compulsión a consumir la sustancia de forma continuada, con el fin de experimentar sus efectos psíquicos o, en ocasiones, de evitar la sensación desagradable que su falta ocasiona.
- Constituye un problema de salud, crónico, recidivante, que se torna el centro de la vida de la persona afectando negativa e integralmente su calidad de vida.

La OMS señala que en la dependencia se presenta la compulsión a consumir una droga pese a los intentos de disminuir su consumo. El sistema nervioso, desarrolla procesos de neuroadaptación y conductas de búsqueda de la droga, lo que hace posible la reinstauración del consumo aun luego de un período de abstinencia.

(Más información, menos riesgos. Junta Nacional de Drogas).

ÁMBITOS DE LA PREVENCIÓN

La prevención abarca diferentes ámbitos: la familia, los grupos de formación religiosa, la escuela, el grupo de pares, el trabajo,

lo comunitario y social. Más adelante desarrollaremos sugerencias de prevención en los mismos.

CONSENSOS MUNDIALES SOBRE PREVENCIÓN

La base conceptual de la prevención en la investigación y documentos de consenso mundial, no difieren en gran medida de lo que hemos venido planteando desde el primer capítulo de esta guía. Se entiende la prevención de este modo:

- La concepción de la persona humana desde el Enfoque de Derechos. Esta concepción supone el ser humano como sujeto de derechos por el solo hecho de ser humano. Entiende a la participación de la propia persona, su familia, su comunidad y los Estados, como la forma

de efectivizar esos derechos. El fin es el desarrollo de los plenos potenciales humanos, en comunidad, desde la libertad y responsabilidad.

- La salud es entendida desde una concepción integral, tomando en cuenta todas las dimensiones.
- No se trata solamente de hacer prevención específicamente del consumo de drogas, sino además, promover la salud en general.

REFERENTES INTERNACIONALES

Existen a la fecha numerosos documentos de prevención basada en la evidencia científica. Algunos ejemplos son:

- *El Plan Nacional de Drogas de España, realizado por Becoña en 2002, que contiene en profundidad los fundamentos de la prevención en drogas y ha sido un referente mundial. Becoña ha visitado nuestro país en varias oportunidades brindando su expertise en el tema.*
- *Otro documento fundamental es el Currículum Universal de Prevención, INL del Departamento de Estado de EEUU con apoyo de Plan Colombo, y que ha sido utilizado por la CICAD OEA y otros organismos internacionales. Este curriculum tiene una parte general, y luego detalles sobre la implementación en diferentes ámbitos como familias, infancia, educación, medios de comunicación, comunidad, trabajo, etc...*

También existen numerosos manuales y guías de buenas prácticas en prevención internacionales y nacionales, de muy buena calidad. Recomendamos hacer uso de estos materiales, integrándolos en nuestra mirada Evangélica.

Se dejarán a disposición de todos los interesados el acceso a este tipo de materiales para que puedan adaptarlos a las poblaciones con las que vayan a realizar las actividades de prevención

OBJETIVOS DE LA PREVENCIÓN

Los objetivos generales en la prevención del consumo de drogas han sido los siguientes:

- Promover la salud integral de las personas, familias y comunidades.
- Promover factores protectores y disminuir factores de vulnerabilidad hacia el consumo de drogas.
- Disminuir la base de consumidores, desestimulando el consumo de sustancias psicoactivas que no tengan fin médico.
- Retardar la edad de inicio de los consumos, entendiendo que las personas en desarrollo

son más vulnerables a los riesgos.

En los que ya consumen, prevención del abuso de las sustancias. La prevención del uso y del abuso no son contrapuestas. Son dos objetivos complementarios que se ajustan a la edad o la situación de riesgo de cada persona o grupo.

Realizar intervenciones individualizadas o comunitarias, si se detectan situaciones de riesgo emergentes. Pasar a niveles de atención de mayor complejidad y protección si fuera necesario, encaminando a programas de tratamiento y recuperación. Y facilitando la adhesión y mantenimiento de los cambios logrados en estos programas.

TIPOS DE PREVENCIÓN

La prevención hoy en día se clasifica según la población a la que va dirigida (Gordon 1987, Martínez 2006):

- Prevención universal: dirigida a toda la población en general.
- Prevención selectiva: dirigida a un grupo o sector de población con características similares como edad, contexto social, etc..
- Prevención indicada: dirigida a grupos de mayor riesgo, realizando intervenciones de mayor protección y si fuera necesario, encaminando y acompañando a instancias de tratamiento y recuperación.

REDUCCIÓN DE LA OFERTA Y LA DEMANDA

Otra forma de clasificar la prevención, muy utilizada a nivel de los Estados, es separar en acciones de reducción de la oferta de sustancias psicoactivas, y la reducción de la demanda de las mismas.

Estrategias de reducción

Las estrategias de reducción de la oferta parten de la base que la oferta de determinadas drogas, en ciertas condiciones y a determinados grupos de población, aumenta el consumo y/o aumenta los problemas vinculados al consumo.

Las acciones realizadas en reducción de la

oferta son:

- Control de la producción de sustancias psicoactivas, tanto legales como ilegales. Control de los precursores químicos necesarios para su fabricación.
- Control del expendio o venta legal (medicamentos, alcohol, cigarrillos), represión del tráfico ilegal.
- Control del lavado de dinero.
- Legislación y fiscalización necesarias. Legislación y cooperación internacional.



Los actores principales de la reducción de la oferta son el Estado y los gobiernos de turno, legisladores, justicia, agentes de seguridad, aduanas, sistema financiero, comunidad.

La reducción de la demanda parte de la base de que las sustancias psicoactivas son un problema si alguien las consume. Supone fomentar el autocontrol y también medidas normativas que favorezcan el control y la protección.

Las posibles actividades son:

- Prevención y atención de problemas vinculados: Información, Promoción de salud, Educación, Alternativas al Consumo, Atención y Orientación de situaciones problemáticas o de riesgo, Tratamiento y Rehabilitación en situaciones de dependencia, Reducción de Daños en población con consumo problemático
- Estrategias de protección de grupos vulnerables: infancia y adolescencia, mujer embarazada, personas con discapacidades.
- Control y prohibición del consumo en situaciones de riesgo o que promuevan el consumo: conducción de vehículos, actividades laborales, situaciones especiales de salud, consumo en lugares públicos.
- Control de la publicidad y proselitismo favorable al consumo.



Los actores principales en la reducción de la demanda son las propias personas con sus concepciones y comportamientos, las familias, comunidad, sistema educativo, sistema de salud, centros culturales y deportivos, gobierno, fiscalizadores, agentes de seguridad, legisladores, justicia.

ESTRATEGIAS EN PREVENCIÓN

Las estrategias concretas para la prevención son las siguientes:

- **Informar.**

Lo primero que hay que hacer es comunicar, dialogar, informar, hablar sobre el consumo de drogas. Convertir el tema de las drogas en un tema del cual no se habla, no ayuda a su prevención y no evita que una persona consuma. Luego es importante tener en cuenta a quien vamos a comunicar, su edad, su contexto social, entorno, adaptarse al lenguaje para poder ser entendidos. También tener presente desde qué lugar lo hacemos, como amigo, agente pastoral, como padres, como hermanos, como maestros, como vecinos, etc.

Hay que generar confianza en el otro, sin que se sienta juzgado.

- **Educar.**

Se busca propiciar un cambio de actitudes y toma de conciencia. La educación es una de las vías más eficaces de lograr resultados.

La educación supone un proceso más largo y continuado, que revise elementos asociados al consumo como creencias, toma de decisiones, posición frente a la presión del grupo de pares, habilidades sociales, autoestima, etc...

- **Promover normas protectoras.**

El sentido común de la mayoría de las personas es cumplir las normas. También los controles y las sanciones pueden ir creando nuevos hábitos y corregir

comportamientos perjudiciales. Las normas son también una forma de educar.

Las leyes, decretos, regulaciones estatales, así como las normas y reglas de las organizaciones, buscan proteger y promover comportamientos saludables.

Esto también incluye las normas que los padres, madres y familias promocionan para regular el comportamiento y la convivencia a la interna de la familia y con la sociedad en general.

- **Satisfacer necesidades generando alternativas al consumo.**

Como habíamos hablado en el capítulo 1, las personas inician consumos de sustancias psicoactivas sin fin médico buscando algún beneficio. Esta estrategia busca que las personas encuentren estos beneficios, sin necesidad del consumo de sustancias.

Colaborar para que las personas encuentren vínculos familiares y comunitarios satisfactorios es clave.

También promover situaciones de seguridad en general: necesidades básicas, salud, trabajo, estudio, seguridad ambiental, etc...

La organización productiva del tiempo de ocio está asociada a los inicios y mantenimiento del consumo. Promover el estímulo y disfrute saludable se convierte en un gran elemento protector. Generar alternativas adecuadas al contexto de la persona es clave. Las actividades recreativas, pastorales, culturales, deportivas, sociales, artísticas. Son solo algunas ideas de alternativas al vacío que puede incidir en el consumo de sustancias psicoactivas.

RESULTADOS DE LA PREVENCIÓN DEL CONSUMO DE DROGAS

La investigación científica y experiencias a nivel mundial han demostrado con creces que la prevención del consumo de drogas, siempre y cuando sea bien hecha, es la mejor

forma de trabajar en el tema. Pensado en términos económicos, la inversión de recursos en prevención es la que tiene la mejor tasa de devolución.

En nuestro país tenemos la experiencia de muchos años de prevención del consumo de tabaco. Hace aproximadamente 40 años, se inició con la participación de los educadores, desde la educación primaria, y la continua influencia de la Comisión Honoraria de Lucha contra el Cáncer.

Posteriormente, se estableció una estrategia más fuerte de prevención, con la incidencia del Presidente Vázquez. El método utilizado fue el recomendado por la OMS: el Enfoque Multifactorial Prágmático. La combinación de normas que dificultan el acceso al tabaco y su consumo, la prohibición de publicidad, la creación de una cultura anti tabaco, la información sobre sus riesgos, mensajes dirigidos a los consumidores alertando riesgos, la inspección y sanciones a faltas a las normas anti tabaco, tratamiento accesible y gratuito a todos los que quieran abandonar el consumo. Ese conjunto de estrategias logró una disminución importante en el consumo en nuestra sociedad y cambios notorios en la convivencia diaria vinculada al consumo del tabaco.

Lo mismo ha pasado con el alcohol y la conducción de vehículos. Si bien había desde hace muchos años un límite de cantidad de alcohol en sangre para conducir vehículos, era usual que muchas personas no consideraran el tema. Un grupo de empresas, muchas de ellas vinculadas a la producción de alcohol, y posteriormente el Estado, llevaron adelante una campaña fuerte de promoción de la conducción de vehículos en sobriedad. Medidas educativas, disuasivas, normativas y de control, han ayudado a crear una cultura del cero consumo en conducción. Esto ha repercutido en una disminución del alcohol vinculado a los incidentes y accidentes de tránsito.

LEGISLACIÓN NACIONAL

Uruguay cuenta con una normativa que favorece la prevención y el tratamiento en materia de tabaco, alcohol, marihuana y otras sustancias psicoactivas.



El enfoque global es el de una libertad regulada. Desde la Ley de Drogas o Ley de Estupefacientes número 14.294 de 1974 no se prohíbe el consumo, pero se dificulta el acceso. Se regulan las sustancias psicoactivas de uso médico. Se sancionan las consecuencias indebidas del consumo, y se protege a los consumidores envueltos en dependencia o enfermedad promoviendo la atención y tratamiento. Ya en esa primera ley, se prevé la atención compulsiva en situaciones de dependencia de sustancias psicoactivas. También aparece la tenencia y consumo de drogas como agravante para los delitos.

Todas las normas sobre drogas tienen en común la prohibición de la venta y distribución a niños, niñas y adolescentes, así como su participación en distintas formas de publicidad.

tránsito y seguridad vial se exige consumo cero en conducción. Las ordenanzas n.º 485/2013 y n.º 541/2014 establecen atención de urgencia a adolescentes y derivación "obligatoria" a Espacio Adolescente una vez atendidos en la emergencia, en caso de intoxicación aguda.

Específicamente las principales medidas reguladas son:

- Regulación de medicamentos psicoactivos, con distintos niveles de control y registros según las características de las sustancias.
- Tabaco: prohibición de consumo en lugares cerrados de uso público y abiertos, educativos y sanitarios. Prohibición de publicidad y tratamiento de dependencia en primer nivel de atención sanitaria.
- Alcohol: el cuerpo legal sobre alcohol consta de leyes, decretos y artículos que forman parte de otras leyes. Por ejemplo, a través de las Leyes 18.113 y 18.191 sobre tránsito y seguridad vial se exige consumo cero en conducción. Las ordenanzas n.º 485/2013 y n.º 541/2014 establecen atención de urgencia a adolescentes y derivación "obligatoria" a Espacio Adolescente una vez atendidos en la emergencia, en caso de intoxicación aguda.
- Cannabis: Se incluye el control del uso del cannabis en las mismas circunstancias que en el caso del tabaco y alcohol: consumo en lugares públicos, conducción de vehículos, consumo en el trabajo, protección de niños y adolescentes. La legislación específica sobre Cannabis está orientada a minimizar riesgos y reducir los daños del uso del cannabis, entre otras medidas, y desvincula a los/as usuarios/as del mercado ilegal a las personas que se adhieran al sistema previsto. Prevé la regulación del proceso a cargo del Estado, desde la producción a la distribución. Existen tres formas legales de acceder a cannabis para personas mayores de 18 años residentes en Uruguay y todas

requieren registros ante el Instituto de Regulación y Control del Cannabis (IRCCA): cultivo doméstico, clubes de membresía y comercios autorizados.

- El Decreto 128 del año 2016 es una reglamentación que aplica a toda relación de trabajo, en el ámbito público o privado, y dispone cómo proceder ante situaciones de consumo de alcohol y otras drogas en el ámbito laboral. Establece que no se puede ir a trabajar, ni permanecer bajo los efectos del consumo en ocasión del trabajo. A su vez, establece la elaboración de protocolos de actuación para la detección temprana de situaciones de consumos y el desarrollo de acciones de prevención. Dichos protocolos deben ser acordados en los espacios bipartitos de seguridad y salud.

Las principales normas son las siguientes:

- Normas Internacionales a las que Uruguay adhiere:
- Declaración Universal de los Derechos Humanos.
- Convención sobre los derechos de niñas, niños y adolescentes. El artículo 33 menciona protección especial en materia de drogas.
- Convención de Viena de 1988.
- Normas Nacionales:
- Ley 14.294 de 1974. Es la ley general en el tema.
- La Ley 16.579 de 1994: aprueba la Convención de Naciones Unidas contra el tráfico ilícito de drogas, Convención de Viena de 1988.
- La Ley 17.016 de 1998: modifica Ley 14.294 e incluye normas sobre lavado de dinero.
- Ley 18.211 de 2007 y Decreto 465/008: aprueba programas integrales y prestaciones del Sistema Nacional Integrado de Salud, incluyendo atención en el uso problemático de drogas.
- La Ley 18.256 de 2008 y Decreto 248/008: protección del derecho al medio ambiente libre de humo de tabaco. También se aplica esta ley para regular el consumo de cannabis en espacios públicos.
- Ley 19.172 de 2012: regulación y Control del Mercado de cannabis
- Decreto 128/016: procedimiento de actuación en materia de consumo de alcohol, cannabis y otras drogas en lugares y ocasión del trabajo.

4. FORMACIÓN DEL AGENTE DE PREVENCIÓN CON ENFOQUE PASTORAL

Cualquier creyente, religioso o laico, puede ser un agente de prevención. No se necesita ser un técnico especializado. De hecho, la prevención realizada por los propios pares es muy beneficiosa. Grupos de adolescentes que ellos mismos realizan prevención a través de canciones y juegos, abuelos que realizan prevención en sus familias y con vecinos, son algunos ejemplos. Los agentes de prevención necesitan sí algunos elementos para poder manejarse productiva y correctamente en su labor, para lo cual deben pasar por un proceso de formación y experiencias supervisadas en un inicio.

La principal guía del agente de prevención con enfoque pastoral es el amor. Desde el amor, va a revisar su propia vida, va a ir al encuentro con el otro con respeto y delicadeza, va a ser misericordioso y firme cuando se necesite. Va a formarse y estudiar contenidos necesarios para irse construyendo como una buena herramienta.

Conocimientos necesarios:

- Visión antropológica cristiana relacionada al tema.
- Información sobre las drogas y sus usos.
- Nociones básicas de toxicología.
- Variables asociadas al consumo.
- Nociones básicas de la adicción, desde todas las dimensiones humanas.
- Conocimientos sobre el concepto de

prevención y la metodología general.

- Conocimientos de la prevención en los ámbitos en los que va a operar.
- Conocimiento de las estrategias efectivas para comunicar, informar, educar, promover normas protectoras y generar alternativas al consumo.
- Conocimientos básicos de elaboración de proyectos y monitoreo.
- Conocimiento de las formas de identificar y motivar el pedido de ayuda de personas y familias afectadas por el consumo de drogas.
- Conocimiento de los servicios y procedimientos para acceder a ayuda en situaciones de uso problemático y dependiente.

Destrezas:

- Saber integrar todas las dimensiones de la persona humana en la elaboración y ejecución de las acciones.
- Habilidades de comunicación.
- Habilidades en trabajo grupal.
- Saber trabajar en equipo.
- Saber informar y registrar lo que realiza.
- Habilidades de escucha y acompañamiento

Actitudes:

- Visión optimista del otro.
- Fe y compromiso en la relación.
- Liderazgo participativo.
- Apertura, no juzgar, aceptar para poder educar y acompañar.
- Claridad en los valores que orientan hacia una vida plena.
- Intentar mantener un modelo y testimonio de salud en su vida personal.



Nuestra Pastoral de Adicciones ofrece desde 2020 dos ediciones anuales de un curso básico de prevención, en modalidad a distancia, con partes sincrónicas y diacrónicas. Está accesible a cualquier persona interesada.

5. PRINCIPIOS Y METODOLOGÍA DE BASE PARA LAS ACCIONES DE PREVENCIÓN

La prevención debe ser:

- Dinámica: Adecuarse a los cambios del contexto.
- Continuada: No centrarse en acciones aisladas.
- Participativa: Involucrar a distintos agentes y grupos sociales.
- Evaluable: Para conocer su alcance y eficacia.
- Abarcar en lo posible, diferentes ámbitos: familia, educación, grupo de pares, pastoral, laboral, comunitario.

Preparación de la intervención.

Una buena acción de prevención requiere prepararse y planificar.

Se recomienda una metodología participativa para planificar una intervención. Cuando los destinatarios de la acción son parte desde el inicio, el resultado es mejor.

Se va a requerir:

- Conocimiento de la situación.
- Implicación y coherencia de las autoridades, ejecutores y participantes, en el diseño del proyecto.

- Actividades de relevamiento y evaluación de la situación.
- Definición de los problemas y temas a intervenir.
- Previsión de una adecuada base de información y materiales a utilizar.
- Plan de actividades.
- Plan de convocatoria a la población objetivo.
- Previsión de los recursos necesarios en tiempo, lugar e insumos necesarios.
- Calendario de acciones.
- Plan de monitoreo.

Conocimiento de la ayuda existente, porque las intervenciones de prevención siempre detectan situaciones que luego hay que poder encaminar a recursos de ayuda.

Capacitación de los agentes de prevención.

Acciones de prevención

Las acciones son muy variadas y van a depender de la población participante, la estrategia, los medios utilizados, los objetivos, los recursos, etc..

Algunos ejemplos son:

asistencia.

Actividades de prevención selectiva

- Integración del tema en el abordaje general de la organización participante.
- Formación y capacitación dirección y replicadores (educadores, grupos de niños etc...).
- Talleres de sensibilización.
- Información a través de diversos medios como publicaciones, redes sociales, medios masivos, medios alternativos (volantes, carteleros, revistas y boletines internos, etc...)
- Información y sensibilización a través de actividades lúdicas y artísticas.
- Monitoreo del programa en general y de los factores de riesgo y protección para evaluar el impacto de la acción.

Actividades en la prevención indicada

- Detección de la situación grupal o individual de riesgo.
- Manejo de situaciones de intoxicación.
- Pedido de ayuda/presión/motivación a la

- Derivación oportuna.

- Acompañamiento de los procesos de tratamiento desde las organizaciones vinculadas a la persona.

Monitoreo y evaluación

Es fundamental que el monitoreo de una acción sea fácilmente realizable. El monitoreo supone una revisión periódica del funcionamiento de la acción, para tomar acciones correctivas a tiempo. Para ello, se deben realizar observaciones, registros, comunicaciones entre los actores para mantener la acción en el rumbo deseado.

La evaluación debe realizarse antes, durante y al final de la acción.

Se debe evaluar:

- Por los usuarios o beneficiarios de la acción.
- Por el equipo de trabajo.
- Por las organizaciones participantes.

Es importante contar con un informe final de las acciones, para poder sumar a futuro las experiencias vividas.

6. MARCOS PARA ELABORAR ACCIONES EN LOS DISTINTOS ÁMBITOS DE LA PREVENCIÓN: FAMILIAS, PROCESOS DE CATEQUESIS Y EDUCACIÓN RELIGIOSA, CONTENIDOS DE ESPIRITUALIDAD EN GENERAL, CENTROS EDUCATIVOS, COMUNIDADES, CONTEXTOS LABORALES.

LA FAMILIA COMO PRIMER ÁMBITO DE PREVENCIÓN Y ESPERANZA



La familia es el primer espacio educativo y espiritual donde se transmiten los valores, hábitos y modos de vincularse que sostienen la vida. En ella se modelan las actitudes frente a las dificultades, la frustración y las tentaciones del mundo actual. Por eso, puede ser el principal agente de prevención del consumo de drogas y, al mismo tiempo, un lugar de contención y acompañamiento cuando alguno de sus miembros atraviesa una situación de consumo problemático.

Es fundamental formar a padres, madres, abuelos y referentes familiares para que sean promotores conscientes del cuidado y la salud integral. Cada familia, con sus gestos de amor, presencia y coherencia, puede transformarse en un taller cotidiano de prevención y esperanza.

Realidad y desafíos de las familias de hoy.

Las familias contemporáneas viven bajo múltiples presiones:

- Adultos sobrecargados o con poco tiempo para la vida compartida.
- Hijos expuestos a un entorno digital hiperconectado, con modelos de consumo, placer inmediato y escasa regulación emocional, sumado a una gran

dificultad para limitar estas situaciones de parte del mundo adulto que actúa como espejo en los niños.

- Fragilidad de los vínculos, comunicación superficial, y dificultades para sostener límites y rutinas.
- Sentimientos de culpa o impotencia ante el consumo o las conductas de riesgo. A veces por vergüenza ante la fragilidad se cierra sobre sí misma y no busca ayuda a tiempo.
- Falta de redes comunitarias y espacios de escucha real.

Estas realidades impactan profundamente en la estructura emocional y espiritual del hogar. Muchas veces, las adicciones no surgen solo por el contacto con la sustancia, sino como síntoma de vínculos deteriorados, de vacíos

afectivos o de soledades no nombradas. Por eso, el trabajo con las familias es, ante todo, un trabajo con la esperanza: ayudar a recuperar la confianza, la comunicación y la fuerza interior para volver a cuidarse y cuidar.

Objetivos del trabajo pastoral con familias.

- Sensibilizar a padres y madres sobre la problemática del consumo y su impacto en la vida familiar.
- Generar autocrítica sobre los propios hábitos y modelos de consumo -alcohol, medicación, pantallas, etc..
- Promover una educación preventiva desde la fe, el diálogo y la coherencia cotidiana.
- Brindar información clara sobre factores de riesgo, señales de alerta y recursos de ayuda.
- Ofrecer herramientas para el manejo de situaciones emergentes, promoviendo la búsqueda temprana de apoyo.
- Formar adultos confiables que puedan ofrecer contención y testimonio de esperanza.

Claves pastorales para la prevención familiar.

La mejor prevención no comienza solamente con prohibiciones, sino con presencia, diálogo y amor cotidiano.

La prevención en la familia se construye cada día, con gestos concretos que fortalecen la autoestima, la confianza y la libertad interior.

Recomendaciones fundamentales:

• Comunicar

Hablar con naturalidad sobre las drogas y sus consecuencias, pero también sobre las emociones, los miedos y los deseos.

Construir confianza para que los hijos puedan contar sus experiencias sin temor al castigo.

Compartir tiempo de calidad, humor, comidas, oración, paseos, momentos sencillos que fortalezcan el vínculo.

• Promover normas claras y protectoras

Las reglas son límites que cuidan con firmeza y cariño. No se trata de imponer autoridad de por sí, sino de ofrecer contención y orientación.

Los límites y la orientación en las primeras etapas de la vida son las bases de la conciencia moral.

Las normas familiares claras sobre horarios, descanso, tecnología o consumo ayudan a crear estructura emocional y seguridad interior.

• Acompañar

Acompañar es estar, mirar, escuchar, sostener.

Saber dónde están los hijos, con quién se relacionan, qué intereses tienen, qué los preocupa.

Sobre todo y en todo momento es fundamental saber en qué lugar existencial se encuentran los hijos.

El acompañamiento requiere paciencia y constancia: es lo que más valoran los niños y adolescentes cuando se sienten sostenidos.

Actividades concretas en el seno de cada familia:

- Comunicación afectiva y sincera.
- Tiempo compartido sin pantallas.
- Presencia adulta significativa y coherente.
- Educación emocional y espiritual: ayudar a identificar emociones, pedir ayuda y afrontar frustraciones.
- Espiritualidad del cuerpo: enseñar que el cuerpo es templo del Espíritu Santo y merece cuidado. Enseñar el respeto por su cuerpo y el de los demás.
- Ambiente familiar orante: rezar juntos, agradecer y encomendar a los hijos a Dios.
- Coherencia de vida: revisar los propios consumos y mensajes, evitando

contradicciones entre lo que se predica y lo que se vive.

Acciones concretas que la Pastoral Familiar puede realizar para fortalecer a las familias:

- Talleres de sensibilización en parroquias, colegios o comunidades ("Familias que cuidan", "Límites con amor", "El cuerpo como don").
- Programas de formación breve con materiales audiovisuales, guías prácticas y testimonios de familias.
- Campañas en redes y boletines con mensajes positivos sobre cuidado y acompañamiento.
- Incluir la temática en encuentros de catequesis familiar, jornadas educativas y celebraciones comunitarias.
- Encuentros intergeneracionales donde abuelos, padres e hijos compartan experiencias de consumo y autocuidado.
- Actividades comunitarias preventivas: jornadas "Cuidarnos es amar", caminatas, ferias familiares, celebraciones del perdón y la vida.

Acompañamiento a familias con miembros que consumen

Cuando el consumo ya está presente, la familia necesita acompañamiento especializado y también sostén espiritual y pastoral. La fe puede convertirse en un espacio de alivio, esperanza y reconstrucción de vínculos.

- Actitudes pastorales fundamentales:
- Acoger sin juzgar.
- Escuchar con respeto y compasión.
- Mantener la confidencialidad.
- Acompañar procesos largos con amor y realismo.
- Sostener la oración, la Eucaristía y los gestos de reconciliación.
- Promover redes de ayuda entre familias y

comunidades.

- Acciones posibles:
- Crear grupos de acompañamiento espiritual para padres o cónyuges de personas con adicciones.
- Ofrecer talleres de autocuidado emocional y pastoral.
- Establecer protocolos de derivación y coordinación con servicios de salud y la Pastoral de Adicciones.
- Formar agentes familiares que detecten señales tempranas y orienten hacia la ayuda.
- Facilitar la reintegración comunitaria de las personas en recuperación y sus familias.

Acciones pastorales integradas.

- La acción pastoral ante las adicciones requiere sinergia entre diversas áreas:
- Trabajo conjunto entre diferentes pastorales: Pastoral Familiar, Pastoral de Adicciones, Catequesis, Juventud y Salud.
- Equipos diocesanos interdisciplinarios para acompañar familias, elaborar materiales y ofrecer orientación.
- Producción de una Guía práctica para acompañar familias en situación de consumo.
- Encuentros con testimonios de familias que han transitado procesos de sanación.
- Se puede generar alguna celebración anual por la Vida y la Esperanza, en recuerdo de quienes luchan contra las adicciones y en acción de gracias por las familias que acompañan.

Sentido espiritual de la prevención del consumo de drogas en las familias.

La familia que aprende a cuidarse mutuamente, a perdonar, a sostener y a pedir ayuda, se convierte en signo visible del amor misericordioso de Dios.

La prevención y el acompañamiento son expresiones concretas del Evangelio en acción: educar para la libertad interior, sostener en el dolor, y acompañar con ternura y fe.

Cada hogar puede ser un lugar donde la vida se renueva, incluso en medio de la fragilidad.

PROCESOS DE CATEQUESIS Y OTRAS INSTANCIAS DE FORMACIÓN RELIGIOSA Y PASTORAL

La Pastoral de Catequesis del Uruguay ha preparado una guía, basándose en itinerarios de catequesis que están relacionados con la prevención del consumo de drogas.

La catequesis acompaña procesos en todas las etapas de la vida. Se establecen temas adaptados a cuatro etapas de la vida: infancia, adolescencia, juventud, adultez. Para cada etapa, se sugieren actividades y textos evangélicos que iluminan la reflexión.

Los materiales propuestos como fichas de trabajo pueden ser presentadas en encuentros de catequesis u otros procesos pastorales. Son prácticos y se pueden incorporar o intercalar con los encuentros de los itinerarios existentes.

Enfoques clave:

- Encuentros muy visuales y participativos.
- Clima de confianza y afecto.
- Vocabulario positivo, sencillo y concreto.
- Integrar padres o referentes adultos en algunas sesiones.
- Reforzar la identidad cristiana y la capacidad de decir NO al mal con libertad interior.

Los temas a desarrollar, adaptados a cada edad, son:

- El amor de Dios.
- El agradecimiento y cuidado del cuerpo como don de Dios.
- La comprensión y cuidado de las emociones.
- Las tentaciones.

- La construcción y manejo de relaciones sanas en la pareja, familia, amigos.
- La influencia de las presiones sociales y de grupo hacia el consumo de drogas.
- Comprensión cristiana de la libertad y las posibles esclavitudes, entre ellas el consumo de drogas y los problemas relacionados.
- El amor de Dios como misericordia e inspiración para cambiar cuando nos equivocamos.
- La misión de cuidarnos y cuidar a otros en su camino de salvación.

En el Anexo I se encuentran las fichas de trabajo.

Contenidos relacionados a la espiritualidad

La espiritualidad incluye un sentido amplio. Se trata de las capacidades específicamente humanas, o que nos definen como humanos.

El desarrollo de estas capacidades son factores fundamentales de protección para el consumo de drogas. Deben ser integrados en cualquier programa preventivo, incluso cuando no sea posible incluir contenidos religiosos.

Son los temas propiamente humanos: la libertad y responsabilidad, en sentido que se va encontrando a la vida, la capacidad de tomar distancia de lo que se vive y tomar una actitud frente a ello. Poder trascender las situaciones concretas para encontrar valores, significados, que orientan y ayudan a tomar decisiones y construir estilos de vida.

Los contenidos pueden ser los siguientes:

- Habilidades de toma de decisiones.

- Encontrar valores en distintas situaciones. Esclarecer valores propios.
 - Esclarecer las diferencias entre la verdadera amistad y los grupos de presión.
 - Motivos de vida, significado en la vida en este momento/situación.
 - Construcción de una identidad basada en valores, misión, objetivos de vida.
 - Construir una historia de vida que incluya resignificar el pasado, entender el presente como el momento en que se decide y se va construyendo la vida, elaborar proyectos acorde a los propios valores que tengan sentido para esa persona y esa situación.
 - Afrontamiento de tentaciones en general y en las sustancias psicoactivas en particular.
 - Porque es el principal agente de socialización, junto con la familia y el grupo de iguales, y es en ella donde se continúa el proceso de socialización iniciado en la familia, reforzando actitudes o modificando en aquellos casos en que sea preciso.
 - Porque actúa sobre las personas en una fase del proceso de maduración en la que la intervención del adulto tiene una gran incidencia.
 - Porque a lo largo de la edad escolar los alumnos están sometidos a cambios y momentos de crisis que les exponen a múltiples riesgos, entre ellos, el consumo de drogas.
 - Porque la obligatoriedad de la escolarización implica que por ella deben pasar todas las personas durante el período más importante de la formación de la personalidad.
 - Porque es un espacio ideal para detectar precozmente posibles factores de riesgo.
 - Porque los profesores, así como otros componentes de la comunidad educativa, son agentes preventivos debido a su cercanía con los alumnos, a su papel como modelos y a su función educadora.
- Es usual que los manuales de prevención incluyan estos contenidos, a través de distintas dinámicas grupales, reflexiones, juegos o actividades de tipo artístico.

Centros Educativos

El tipo de prevención que más se ha desarrollado ha sido la prevención escolar, porque es en la institución educativa donde está el grupo con mayor riesgo de consumir drogas. Se aplican generalmente programas preventivos de tipo selectivo.

La prevención en el ámbito educativo debe ir acompañada de acciones a nivel familiar y comunitario, ya que es indispensable implicar al ambiente social.

Conjuntamente con la planificación de un programa escolar selectivo, la investigación inicial de esta población conduce a la ubicación de grupos de riesgo ya sea en la institución educativa como a nivel social o familiar. Desde aquí se puede partir entonces hacia un proyecto de prevención indicada para un grupo de riesgo, por ejemplo, aquellos adolescentes o niños no institucionalizados, o grupo de jóvenes que se saben consumen una sustancia específica, o grupos por género, o provenientes de un barrio o localidad en riesgo.

Los motivos para realizar prevención en la educación son los siguientes:

Desde el punto de vista de la normativa de Derechos Humanos, el artículo 33 de la Convención sobre los Derechos de los Niños y las Niñas dice lo siguiente:

“Los Estados Parte adoptarán todas las medidas apropiadas, incluidas medidas legislativas, administrativas, sociales y educacionales, para proteger a los niños contra el uso ilícito de los estupefacientes y sustancias sicotrópicas enumeradas en los tratados internacionales pertinentes, y para impedir que se utilice a niños en la producción y el tráfico ilícitos de esas sustancias”.

Para la Convención, el niño y la niña es un sujeto de derechos que recibe protección especial en esta temática por pertenecer a un grupo con características particulares. Una ellas es el proceso de crecimiento.

Por consideraciones de hecho, los padres en primer lugar, la comunidad y el Estado, son los encargados de proteger los derechos del niño de forma tal que los niños puedan

ir aumentando el grado de autonomía en el ejercicio de sus derechos de conformidad con su etapa de desarrollo.

En el ANEXO 2 se pueden encontrar actividades sugeridas para niños y adolescentes.

Comunidad

Es posible movilizar comunidades para generar iniciativas coordinadas para aumentar la influencia del consumo de drogas a nivel local.

En muchas localidades, hay Juntas locales de drogas, que integran varias organizaciones con un fin preventivo y de coordinación de recursos para atender personas y familias afectadas.

La metodología globalmente es la siguiente:

- Realizar una evaluación inicial, que incluya un análisis de actores. Esto se realiza rápidamente a través de entrevistas a informantes clave.
- En la evaluación, se debe buscar posibles aliados para las acciones de prevención, fortalezas, vulnerabilidades, etc.. de la comunidad. Cuántas más organizaciones participen, mayor la riqueza y complejidad de la intervención.
- Generar instancias iniciales de captación de interesados en formarse y liderar acciones.
- Mantener el seguimiento y apoyo de las iniciativas locales.
- Promover el intercambio y apoyo de programas regionales o nacionales a la acción preventiva.
- Prever un sistema de derivación para cuando aparezcan situaciones emergentes o necesidades de atención y tratamiento.

Se debe trabajar formando redes de organizaciones y grupos, con la participación de la mayor cantidad posible de organizaciones. Se recomienda el liderazgo de tipo horizontal y democrático.

La propia preparación y ejecución de actividades es lo que va formando el tejido de la red de prevención.

Lugares de trabajo

Cuando una persona que consume está inserta en un medio laboral, se está afectando a sí mismo y también a su familia, compañeros de trabajo, empresa y a la sociedad toda.

Específicamente, el consumo en el trabajo se relaciona a la baja productividad, ausentismo, rotación, mal clima laboral, problemas de disciplina, problemas en relaciones interpersonales, etc.

La OIT – Organización Internacional del Trabajo - recomienda que los problemas relacionados con el consumo de alcohol y drogas deben ser considerados como problemas de salud, y por tanto tratarse como cualquier otro problema de salud en el trabajo.

Por otra parte se señala que aproximadamente el 70% de los consumidores tienen trabajo, por tanto hay que prestar especial atención a la relación entre el consumo y la población trabajadora. Es necesario tener presentes factores desencadenantes o reforzadores del consumo como es estrés, la extensión de la jornada, la rotación horaria, la conflictividad laboral, etc.

Es importante la vigilancia de la salud y de la relación que pueda existir con el puesto de trabajo. En este sentido van a ser acciones de prevención concretas:

- Revisar procesos, actividades, máquinas, equipos.
- Atender factores de riesgo psicosociales: organización del trabajo, condiciones de trabajo, medio ambiente laboral.
- Brindar formación y capacitación con asesoramiento especializado.
- Promover normas protectoras y que colaboren a disuadir el consumo en el lugar de trabajo.
- Favorecer el acceso a programas de rehabilitación o tratamiento.
- Incluir el tema en convenios colectivos y bipartitas de salud y seguridad en el trabajo.
- No discriminar al trabajador en tratamiento.

- Facilitar la recuperación con horarios o tareas especiales.

Existen diversas normas y regulaciones sobre el consumo de drogas en el trabajo en nuestro país. En general, está prohibido el consumo de drogas en el lugar de trabajo o en ocasión del mismo, así como trabajar en estado de intoxicación o la tenencia de sustancias psicoactivas en el trabajo. Si un trabajador realiza alguna de estas acciones, puede ser sancionado y perder algunas protecciones usuales de todo trabajador.

Dadas las recomendaciones de la OIT y la realidad del aumento del consumo de alcohol y otras drogas en la sociedad en general y en los trabajos, se promovieron estrategias de prevención y de atención de personas afectadas. La principal norma que regula estas acciones es el **Decreto 128/16**. Este decreto:

- Se aplica a toda relación de trabajo, tanto en el ámbito público como privado.
- Se prohíbe el consumo y la tenencia de alcohol y cualquier otro tipo de drogas durante la jornada de trabajo, sea en el

lugar de trabajo o en “ocasión del mismo” (arts. 1 y 2).

- En las comisiones bipartitas de salud y seguridad en el trabajo (D. 291/07) o ámbitos de relaciones laborales del sector de actividad, se acordarán: 1) pautas y procedimientos para detectar situaciones de consumo y 2) acciones para prevenir el consumo o detección precoz para facilitar la intervención temprana del problema (art. 3).
- En el decreto se detallan las formas de detección de consumo de drogas en los trabajadores, con los procedimientos aprobados que dan garantías a todas las partes.

Existen materiales y cursos sobre el tema disponibles en nuestro país. Usualmente asisten a estas formaciones los responsables de empresas, profesionales de la salud vinculados al trabajo, sectores de trabajadores vinculados a recursos humanos y estrategias de salud y seguridad en el trabajo, así como agrupaciones de trabajadores y sindicatos, delegados de seguridad del sector trabajador, etc..

7. LA PREVENCIÓN INDICADA Y EL ACOMPAÑAMIENTO DE PERSONAS, FAMILIAS Y COMUNIDADES AFECTADAS POR EL CONSUMO DE DROGAS

La **prevención indicada** se trata de colaborar con grupos que han iniciado el consumo, sin cumplir criterios de dependencia. Se trabaja desde perspectiva individual, sus fortalezas y vulnerabilidades específicas.

Las metas de este tipo de intervenciones son:

- La reducción de la primera vez de experiencias de abuso de sustancias.
- La reducción de tiempo de consumo y de severidad del abuso.

Se utilizan las mismas estrategias que en los niveles anteriores de prevención, adaptando las intervenciones a los requerimientos de las personas y situaciones a intervenir.

Hay situaciones en las que la prevención ha llegado tarde. En estos casos, el agente de prevención puede realizar algunas formas de **acompañamiento**.

Puede colaborar en:

- Detectar situaciones de consumos problemáticos. Ayudar a generar

conciencia de la necesidad del cambio, fortalecer la motivación al cambio.

- Derivar a servicios especializados a las personas y familias afectadas. Acompañar este proceso, que puede tener avances y retrocesos.
- Una vez iniciados los procesos de tratamiento y recuperación, el agente de prevención puede ser un referente que ayude a mantener la adhesión a estos programas.
- También va a ayudar a mantener los cambios en las etapas posteriores a los tratamientos.

Muchas veces el agente de prevención forma parte de organizaciones y comunidades de base de las personas y familias. Su presencia en las diferentes etapas de los procesos de cambio va a ser fundamental.

Algunas actitudes y formas de proceder van a ser clave en esta tarea:

- La fe y compromiso con la recuperación de la persona y su familia.

- El acompañamiento amoroso y firme. La presencia. Tener claro que uno orienta, pero decide y se hace responsable la persona y su entorno familiar.
- El respeto por la confidencialidad y la intimidad de la persona y su familia.
- La coordinación con los equipos tratantes y las organizaciones involucradas, siempre contando con la aprobación de la persona en tratamiento y/o su familia.

El trabajo con poblaciones que requieran prevención indicada y acompañamiento, va a exigir una formación y capacitación específica y continua de los agentes de prevención que lleven adelante estas tareas. Deberán además tener presente que en casi todas las ocasiones, deberán coordinar con otras personas cercanas, organizaciones, y pedir supervisión y asesoramiento.

8. ANEXOS

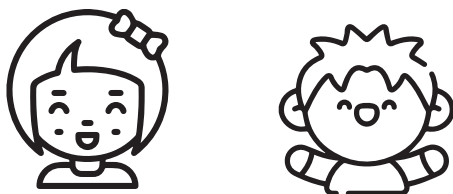
ANEXO 1

Itinerarios sugeridos de la prevención de los consumos de drogas en actividades de catequesis y otros procesos pastorales.

FICHA DE TRABAJO: "DIOS ME QUIERE LIBRE Y FELIZ"

Prevención del consumo de sustancias psicoactivas para niños (8-12 años)

1. ¡Soy un regalo de Dios!



- **Objetivo:** Reconocer que cada niño es amado por Dios, único e irrepetible.
- **Mensaje clave:** "Dios me creó con amor. Soy valioso y tengo una misión".
- **Evangelio:** Salmo 139; Mt 10,30 (hasta los cabellos están contados).
- **Actividad:** "Mi carnet de hijo de Dios" (con virtudes y talentos); oración con el espejo.
- **1 —** Mi vida tiene sentido, mi historia importa
Materiales: Cartulina o cartón, marcadores, tijeras, revistas viejas, pegamento. **Duración:** 20 minutos.
Descripción: Cada participante elabora una tarjeta tipo "carnet" con su nombre, cualidades, dones y una frase que exprese su valor ante Dios. Se puede decorar con recortes o dibujos. Luego se comparten voluntariamente. Cierra con una oración de agradecimiento por la vida.

2. Mi cuerpo es un templo



- **Objetivo:** Valorar el cuerpo como obra de Dios y aprender a cuidarlo.
- **Mensaje clave:** "Mi cuerpo es sagrado, lo cuido con amor".
- **Evangelio:** 1 Cor 6,19-20 ("Tu cuerpo es templo del Espíritu Santo").
- **Actividad:** Juego de hábitos saludables; dibujo del "cuerpo feliz" vs. "cuerpo lastimado". Si se quiere hacer más énfasis en información sobre drogas concretas, hacer dinámicas sobre efectos de las drogas en el cuerpo. Dibujar un cuerpo y preparar tarjetas con efectos de las drogas. En grupos los niños pegan las tarjetas en la parte del cuerpo correspondiente. (Se pueden buscar dinámicas similares en el banco de actividades. Evaluar qué

sustancias conviene considerar según la evaluación previa del grupo).

3. Cuando me siento triste o enojado... ¿qué hago?



- **Objetivo:** Aprender a identificar y expresar las emociones de manera sana.
- **Mensaje clave:** "Jesús me ayuda cuando estoy triste o confundido".
- **Evangelio:** Jesús y los niños (Mc 10,13-16).
- **Actividad:** "Termómetro de emociones" y oración de entrega; dramatizaciones de casos reales.

"Termómetro de emociones"

- **Parte del itinerario:** Tema 3 — ¿Qué hago con el dolor, el vacío, la frustración?
Materiales: Hoja con un termómetro dibujado, lápices de colores. **Duración:** 15 minutos. **Descripción:** Cada uno colorea el termómetro según cómo se siente hoy (rojo = mucha intensidad, azul = tranquilo). Luego se comparten sentimientos y se reflexiona sobre cómo los manejamos. Conclusiones.

4. No todo lo que brilla es bueno



- **Objetivo:** Desarrollar el sentido crítico frente a lo que daña, incluso si "parece divertido".
- **Mensaje clave:** "Algunas cosas hacen mal aunque parezcan buenas".
- **Evangelio:** Tentación de Jesús en el desierto (Mt 4,1-11).
- **Actividad:** Juego "sí o no" (con ejemplos reales/simbólicos); inventar "super poderes" del bien. Video de las ranitas y el lobo (ver en banco de actividades).

“Sí o No”

- **Parte del itinerario:** Tema 4 — Entre falsas soluciones y verdaderas libertades
Materiales: Dos carteles grandes: “Sí” y “No”. **Duración:** 15 minutos. **Descripción:** El animador lee frases como: “Tomar algo para animarse está bien si es de vez en cuando”, “Usar drogas es divertido así que no importan los riesgos”, “Mis amigos me cuidan si me acompañan a casa”, “Jesús me quiere libre”. Los participantes se ubican junto al cartel que representa su respuesta. Luego se conversa sobre lo que decidieron.

5. Jesús me cuida y me hace fuerte



- **Objetivo:** Fortalecer la confianza en Jesús como amigo que acompaña siempre.
- **Mensaje clave:** “Con Jesús soy valiente y elijo lo bueno”.
- **Evangelio:** Buen Pastor (Jn 10,11-15).
- **Actividad:** Oración con la imagen del Buen Pastor; cruz de decisiones (lo que quiero evitar, lo que quiero hacer bien).

6. Mis amigos, mi familia y yo nos cuidamos



- **Objetivo:** Reconocer el valor de la amistad, la familia y la comunidad como redes de protección.
- **Mensaje clave:** “Juntos es más fácil elegir lo bueno”.

- **Evangelio:** Jesús y sus amigos (Jn 15,12-15).
- **Actividad:** Construcción de la “red de amigos de Jesús” (con lana y tarjetas); juego cooperativo.
- **“Red de apoyo”**

Parte del itinerario: Tema 6 — Tejer vínculos que cuidan. **Materiales:** Ovillo de lana o hilo grueso. **Duración:** 20 minutos. **Descripción:** En círculo, una persona toma el ovillo, dice el nombre de alguien del grupo y algo positivo que aporta (“María, gracias porque me escuchas”), y lanza el ovillo sin soltar la punta. Se repite hasta formar una red. Luego se reflexiona: “Así nos sostiene Dios, a través de los demás”. Termina con una oración por la comunidad.

7. Soy un pequeño misionero del bien



- **Objetivo:** Invitar a los niños a ser testigos, cuidarse y ayudar a otros a elegir lo bueno.
- **Mensaje clave:** “Yo también puedo enseñar a elegir bien con mi ejemplo”.
- **Evangelio:** Mt 5,14-16 (“Ustedes son la luz del mundo”).
- **Actividad:** Mural “Quiero ser luz” con dibujos y compromisos; envío misionero con velita encendida.

FICHA DE TRABAJO: "ELIJO VIVIR CON SENTIDO"

Prevención del consumo de sustancias psicoactivas para niños (13-17 años)

Claves metodológicas:



- Clima de **escucha, respeto y libertad interior.**
- Uso **de música, audiovisuales, redes y lenguaje simbólico.**
- Fomentar el **diálogo entre pares** y el discernimiento personal.
- Integrar espacios de **oración profunda y significativa.**
- Posibilidad de acompañamiento personal o derivación si emergen situaciones complejas.

Recursos recomendados:



- Videos testimoniales (ex consumidores, profesionales, influencers católicos).
- Películas: Ben X, Cartas a Dios, El circo de las mariposas, El gran showman.
- Canciones: Tu guardián (Juanes), Recuérdame (Jesse & Joy), 10 mil razones (Matt Redman).
- Christus Vivit, especialmente los n. 68-81 y 132-143.

1. ¿Quién soy? ¿Para qué estoy aquí?



- **Objetivo:** Ayudar a los adolescentes a descubrir su identidad como hijos de Dios, con un propósito único.
- **Mensaje clave:** "Dios me pensó desde siempre. Mi vida tiene valor y sentido".
- **Evangelio:** Jr 1,5 / Salmo 139 / Ef 2,10.
- **Actividad:** Biografía en positivo ("Mi historia con sentido"), oración con la canción "Alfarero".

2. Mi cuerpo habla: ¿lo cuido o lo uso?



- **Objetivo:** Valorar el cuerpo como lenguaje del alma y templo del Espíritu.
- **Mensaje clave:** "Mi cuerpo es mi casa sagrada, no lo negocio".
- **Evangelio:** 1 Cor 6,19-20 / Mt 6,22-23 (lámpara del cuerpo).
- **Actividad:** Debate sobre cuerpos "perfectos", redes sociales y consumo; oración de reconciliación con el propio cuerpo.

3. ¿Qué hago con lo que siento?



- **Objetivo:** Reconocer las emociones y aprender a manejarlas sin evasiones.
- **Mensaje clave:** "Jesús me enseña a mirar hacia adentro y no escapar".
- **Evangelio:** Jesús en Getsemaní (Mt 26,36-46).
- **Actividad:** Taller "nombra lo que sientes"; oración con música; compartir en confianza (con normas claras).

4. ¿Por qué muchos se pierden?



- **Objetivo:** Identificar causas del consumo y mentiras que lo rodean.
- **Mensaje clave:** "No todo lo que parece libertad te hace libre".
- **Evangelio:** Jn 8,32-36 (la verdad os hará libres).
- **Actividad:** Testimonios reales; análisis de frases tipo: "una no hace nada", "todos lo hacen", "relaja".

“Máscaras y verdades” Parte del itinerario: Tema 4 — ¿Qué me esclaviza hoy? ¿Qué me hace libre? **Materiales:** Máscaras de cartulina o antifaces, marcadores. **Duración:** 25 minutos. **Descripción:** Cada uno dibuja en una máscara “lo que muestro al mundo” y en el reverso “lo que realmente vivo o siento”. Luego, en pequeños grupos, se comparte lo que cada uno quiera. Reflexión: todos tenemos máscaras, pero Dios nos invita a vivir en verdad.

“Frases trampas” Parte del itinerario: Tema 4 — Entre falsas soluciones y verdaderas libertades **Materiales:** Tarjetas con frases impresas: “No pasa nada por probar”, “Todos lo hacen”, “Yo controlo”, “Soy libre para hacer lo que quiera”... **Duración:** 15 minutos. **Descripción:** En grupos, los jóvenes leen las frases y las discuten: ¿qué verdad o mentira esconden? ¿Qué diría Jesús frente a esto? Se comparte en plenario y se termina con una lectura de Jn 8,31-36.

“Mitos y hechos”. Parte del itinerario: Tema 4 — Es necesaria la información verdadera para tomar buenas decisiones. Esta parte del itinerario puede llevar más de un encuentro, según la profundidad de la información y las sustancias que es conveniente manejar de acuerdo a la evaluación previa del grupo. Se sugieren talleres que diferencien mitos de información. También que puedan elaborar carteleros o folletos informativos en base a las guías oficiales de información sobre drogas. Revisar el banco de actividades sugeridas en el tema.

5. Jesús no te juzga, te levanta



- **Objetivo:** Mostrar que la fe no condena, sino que sana y restaura.
- **Mensaje clave:** “Dios cree en mí, incluso cuando yo no”.
- **Evangelio:** Jn 8,1-11 (mujer adúltera); Lc 15 (hijo pródigo).
- **Actividad:** Rueda de palabras con preguntas sobre “segunda oportunidad”; gesto simbólico de perdón y nueva vida.

“Decisiones que dejan huella”. Parte del itinerario: Tema 5 — Jesús no te juzga, te levanta **Materiales:** Hojas con dibujos de

huellas o pies, lápices. **Duración:** 20 minutos. **Descripción:** Cada joven escribe en una huella una decisión pasada de la que aprendió algo, y en otra, una decisión que desea tomar con madurez. Se colocan las huellas formando un camino hacia una cruz o imagen de Jesús. Se cierra con música suave y oración personal.

6. Rodéate de gente que te cuide



- **Objetivo:** Comprender la importancia de los vínculos sanos como factor de prevención.
- **Mensaje clave:** “No estoy solo. Elegir bien con quién estar es cuidarme”.
- **Evangelio:** Mc 2,1-12 (los amigos que bajan al paralítico).
- **Actividad:** Mapa de relaciones; dinámicas de confianza y red de apoyo; juego “detecta los vínculos tóxicos”.

“Círculo de confianza”. Parte del itinerario:

Tema 6 — Rodeate de gente que te cuide **Materiales:** Ninguno. **Duración:** 15 minutos. **Descripción:** De pie en círculo, uno entra al centro y se deja caer hacia los demás, que lo sostienen con cuidado. Después se conversa: ¿qué se siente

7. Tu vida puede inspirar a otros



- **Objetivo:** Invitar a ser jóvenes que cuidan, inspiran, se comprometen con los demás.
- **Mensaje clave:** “Ser luz en el mundo es mi forma de vivir con propósito”.
- **Evangelio:** Mt 5,13-16 / Jn 15,12-17.
- **Actividad:** Campaña creada por los chicos (redes, cartel, video corto); compromiso personal en grupo; envío misionero.

Campaña joven por la vida”. Parte

del itinerario: Tema 7 — Tu vida puede inspirar a otros **Materiales:** Cartulinas, marcadores, celular (opcional). **Duración:** 30 minutos. **Descripción:** En equipos, los adolescentes crean una mini-campaña visual o audiovisual con frases o gestos que promuevan la vida, el autocuidado y la fe. Se presentan y el grupo elige una para difundir. Finaliza con oración misionera.

FICHA DE TRABAJO: "LIBRES PARA VIVIR: UNA FE QUE CUIDA"

Prevención del consumo de sustancias psicoactivas para niños (18-29 años)

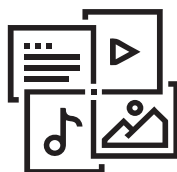
Enfoques metodológicos:



- Espacios de **diálogo abierto y profundo**, no juicio moralista.
- Integración de **testimonios reales**, acompañamiento espiritual y oración significativa.
- **Discernimiento vocacional** como forma de prevención.
- Perspectiva **interdisciplinaria** (salud mental, afectividad, espiritualidad).
- Uso de **lenguaje simbólico, arte, música y corporalidad**.

Recursos pastorales sugeridos:

- **Christus Vivit** (n. 79–81; 113–117; 132–143).
- Testimonios de jóvenes en recuperación o sanación.
- Cortos y documentales (El circo de las



mariposas, The Social Dilemma).

- Canciones: Color esperanza (Diego Torres), Hoy despierto (Jesed), Resucitó (Kairy Márquez).

1. ¿Quién soy y hacia dónde voy?



- **Objetivo:** Conectar la fe con la búsqueda personal de sentido y libertad auténtica.
- **Mensaje clave:** "Solo cuando descubro quién soy, puedo elegir bien cómo vivir".
- **Evangelio:** Lc 1,26-38 (vocación de María) / Jer 1,4-10.
- **Actividad:** Biografía vocacional: "momentos clave de mi historia"; oración contemplativa; diálogo en grupos sobre decisiones.

"Mi línea de sentido". Parte del itinerario: Tema 1 — ¿Quién soy y hacia dónde voy?

Materiales: Hoja y lápiz. Duración: 25 minutos. Descripción: Dibujan una línea del tiempo con momentos importantes (éxitos, crisis, decisiones). Luego, con un color distinto, marcan dónde sintieron a Dios presente. Se comparte en grupos pequeños. Cierra con lectura de Lc 24,13-35.

2. Mi cuerpo, mi historia, mi libertad



- **Objetivo:** Reflexionar sobre la relación entre el cuerpo, la afectividad y el cuidado integral.
- **Mensaje clave:** "Mi cuerpo no es objeto ni campo de batalla, sino hogar de mi dignidad".
- **Evangelio:** 1 Cor 6,12-20 / Mt 9,20-22 (la mujer que toca el manto).
- **Actividad:** Taller sobre imagen corporal, sexualidad y placer sano; oración corporal guiada; diálogo sincero.

"Círculo de espejos". Parte del itinerario: Tema 2 — Mi cuerpo, mi historia, mi libertad. Materiales: Espejos pequeños o tarjetas con preguntas. Duración: 15 minutos. Descripción: Cada joven se mira al espejo y responde interiormente: ¿qué veo?, ¿qué me cuesta aceptar?, ¿qué agradezco? Luego, se comenta cómo vivimos la imagen corporal hoy. Se cierra con oración: "Gracias, Señor, por tu imagen en mí".

3. Vacíos que gritan, escapes que engañan



- **Objetivo:** Identificar las causas existenciales y culturales del consumo (soledad, ansiedad, presión, nihilismo).
- **Mensaje clave:** "No todo lo que calma, sana. No todo lo que anestesia, salva".
- **Evangelio:** Jn 4,1-30 (la samaritana).
- **Actividad:** Café-diálogo: "mis búsquedas, mis muros"; meditación con música; ficha

de discernimiento personal.

“Café-diálogo”. Parte del itinerario:

Tema 3 — Vacíos que gritan, escapes que engañan **Materiales:** Mesas con manteles, música suave, tazas simbólicas o de verdad. Duración: 30 minutos. Descripción: En pequeños grupos, se conversa sobre preguntas guía: ¿Qué vacíos nos duelen hoy? ¿Qué buscamos cuando escapamos? Se acompaña con el texto de la samaritana (Jn 4,1-30). Se cierra con oración de agradecimiento.

“Mitos y hechos”. Parte del itinerario:

Tema 3 — Es necesaria la información verdadera para tomar buenas decisiones. Esta parte del itinerario puede llevar más de un encuentro, según la profundidad de la información y las sustancias que es conveniente manejar de acuerdo a la evaluación previa del grupo. Se sugieren talleres que diferencien mitos de información. También que puedan elaborar carteleros o folletos informativos en base a las guías oficiales de información sobre drogas. Revisar el banco de actividades sugeridas en el tema.

4. ¿Qué me esclaviza hoy? ¿Qué me hace



libre?

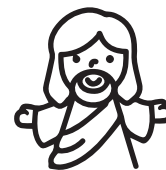
- **Objetivo:** Examinar los ídolos actuales que prometen libertad y generan dependencia.
- **Mensaje clave:** “La verdadera libertad es elegir lo que construye, no lo que destruye”.
- **Evangelio:** Jn 8,31-36 (“La verdad los hará libres”).
- **Actividad:** Dinámica de máscaras (lo que muestro vs. lo que vivo); compartir testimonios de liberación o procesos; oración de entrega.

“Cadenas rotas”. Parte del itinerario: Tema 4 — ¿Qué me esclaviza hoy? ¿Qué me hace libre? **Materiales:** Cadenas de papel (tiras unidas). Duración: 20 minutos.

- **Descripción:** Escriben en cada eslabón de la cadena aquello que los ata (temor, adicción, presión, tristeza). Luego, juntos,

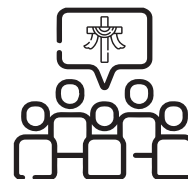
rompen la cadena mientras se lee: “Cristo nos ha hecho libres” (Gal 5,1). Finaliza con una breve oración de libertad.

5. Jesús no se escandaliza de mi historia



- **Objetivo:** Presentar la misericordia como camino de restauración real, sin moralismos.
- **Mensaje clave:** “Dios no me define por mis caídas, sino por lo que puedo llegar a ser”.
- **Evangelio:** Lc 15 (parábola del hijo pródigo); Jn 8,1-11.
- **Actividad:** Lectura orante con examen de vida; gesto simbólico de liberación (clavo, piedra, papel); posibilidad de sacramento de la reconciliación.

6. Afectos que sostienen, comunidad que sana



- **Objetivo:** Promover relaciones sanas, redes de acompañamiento y comunidad como factor protector.
- **Mensaje clave:** “Nadie se salva solo. Somos cuerpo. Nos cuidamos mutuamente”.
- **Evangelio:** Mc 2,1-12 (los amigos del paralítico).
- **Actividad:** Mapa de relaciones vitales; taller sobre vínculos tóxicos y saludables; creación de un “pacto de cuidado” grupal.

7. Una vida que vale la pena, una misión que transforma



- **Objetivo:** Invitar a vivir como jóvenes misioneros, libres, sobrios y solidarios, en medio de una cultura de consumo.
- **Mensaje clave:** “Mi vida tiene fuerza cuando es luz para otros”.
- **Evangelio:** Mt 5,13-16 / Jn 15,12-17.

- **Actividad:** Proyecto personal o comunitario: “mi aporte para una cultura de la vida”; envío con signos y bendición.

“Velas de propósito”. Parte del itinerario:

Tema 7 — Una vida que vale la pena, una misión que transforma. Materiales: Velas pequeñas o eléctricas. **Duración:** 10 minutos. **Descripción:** Cada joven enciende una vela diciendo una

frase personal: “Quiero vivir con sentido”, “Ser testigo de luz”, “Cuidar mi vida y la de otros”. Se apagan las luces y se forma un círculo de luz. Oración final: “Haznos, Señor, portadores de esperanza”.

- Espacios como Retiros de sanación, misiones urbanas, experiencias de voluntariado.

FICHA DE TRABAJO: "ELEGIR LA VIDA: CUIDAR, SANAR, ACOMPAÑAR"

Prevención del consumo de sustancias y promoción de una cultura del cuidado en clave cristiana. Adultos en general.

Enfoques metodológicos:



- **Clima de confianza y confidencialidad.**
- Uso de **testimonios reales**, lectura orante de la Palabra, oración personal y comunitaria.
- Perspectiva **psicoespiritual** y **comunitaria**, con mirada integral.
- Espacios para el **perdón, la sanación interior y la esperanza.**

Recursos complementarios:



- Documentos: Amoris Laetitia (nn. 32-57); Evangelii Gaudium (nn. 67-109); Christus Vivit (para adultos jóvenes).
- Canciones: No me doy por vencido (Fonsi), Aunque caiga mil veces (Athenas), Un corazón que escucha (Kairy Márquez).
- Videos y cortos sobre resiliencia y adicción (p. ej., historias de "La Casa del Buen Samaritano" u obras similares).
- Espacios para la reconciliación sacramental y la escucha acompañada.

1. Mi vida tiene sentido, mi historia importa



- **Objetivo:** Ayudar a releer la propia vida con mirada creyente, reconciliada y agradecida.
- **Mensaje clave:** "Dios no cancela mi historia. La habita, la sostiene y la sana".
- **Evangelio:** Salmo 139 / Lc 24,13-35 (discípulos de Emaús).
- **Actividad:** Relectura de vida con momentos de luz y sombra; oración compartida.

"Mi historia con ojos de fe" . Parte del itinerario: Tema 1 — Mi vida tiene sentido, mi historia importa. Materiales: Hoja dividida en dos columnas ("lo que viví / lo que aprendí"). **Duración:** 20 minutos. **Descripción:** En silencio, cada persona anota tres momentos significativos de su vida y qué enseñanza dejó cada uno. Luego, se comparten voluntariamente y se concluye con una oración agradecida.

2. Cuidar el cuerpo, honrar la vida



- **Objetivo:** Recuperar la conciencia del cuerpo como expresión de dignidad, y hablar con libertad de autocuidado y hábitos.
- **Mensaje clave:** "Dios me dio este cuerpo, y cuidarlo es amarlo".
- **Evangelio:** 1 Cor 6,19-20 / Mc 1,40-45 (Jesús toca y sana).
- **Actividad:** Diálogo sobre salud, estrés, adicciones silenciosas; gesto de bendición corporal.

"Diálogo del cuidado". Parte del itinerario: Tema 2 — Cuidar el cuerpo, honrar la vida. Materiales: Ninguno, solo disposición al diálogo. **Duración:** 20 minutos. **Descripción:** En grupos de 4 personas, conversan: ¿cómo me cuido? ¿qué hábitos necesito cambiar? ¿qué lugar ocupa la fe en mi salud? Luego se comparte una frase del Evangelio y se reza juntos: "Señor, enséñanos a cuidar lo que nos confías".

"Mitos y hechos". Parte del itinerario: Tema 2 — Es necesaria la información verdadera para tomar buenas decisiones. Esta parte del itinerario puede llevar más de un encuentro, según la profundidad de la información y las sustancias que es conveniente manejar de acuerdo a la evaluación previa del grupo. Se sugieren talleres que diferencien mitos de información. Es importante que no se hable solo de la preocupación por los jóvenes, en las encuestas se muestra que la mayoría de los consumidores son adultos. Reconocer los propios consumos y sus riesgos. También intercambiar información sobre los consumos

de drogas de adolescentes y jóvenes. Revisar el banco de actividades sugeridas en el tema.

3. ¿Qué hago con el dolor, el vacío, la frustración?



- **Objetivo:** Comprender que detrás de muchos consumos hay búsquedas no resueltas.
- **Mensaje clave:** “Jesús no elimina el dolor, lo transfigura con sentido”.
- **Evangelio:** Mc 5,25-34 (la hemorroísa); Mt 11,28-30.
- **Actividad:** Compartir de experiencias de lucha y fe; oración con imágenes de carga/descanso.

“Piedras y alas”. Parte del itinerario: Tema 3 — ¿Qué hago con el dolor, el vacío, la frustración? Materiales: Piedras pequeñas y plumas de papel. **Duración:** 20 minutos. **Descripción:** Se entregan piedras (lo que pesa) y plumas (lo que libera). Cada persona escribe algo en ambas y luego, en oración, deja la piedra a los pies de la cruz y toma la pluma. Se acompaña con Mt 11,28-30.

4. Entre falsas soluciones y verdaderas libertades



- **Objetivo:** Iluminar con el Evangelio la diferencia entre esclavitud y libertad.
- **Mensaje clave:** “No todo lo que tranquiliza sana. No todo lo que gusta edifica”.
- **Evangelio:** Jn 8,31-36 / Gal 5,1.13.
- **Actividad:** Lectura de situaciones cotidianas y discernimiento comunitario.

5. La fe no juzga, acompaña



- **Objetivo:** Mostrar una Iglesia madre que no condena, sino que acoge, orienta y acompaña procesos.
- **Mensaje clave:** “Dios no me exige perfección, sino verdad y apertura”.
- **Evangelio:** Jn 8,1-11 / Lc 15.
- **Actividad:** Lectio divina comunitaria; compartir libre con respeto; gesto de acogida mutua.

6. Tejer vínculos que cuidan



- **Objetivo:** Favorecer la conciencia de comunidad como red de apoyo emocional y espiritual.
- **Mensaje clave:** “Nadie se cuida solo. Nos necesitamos, nos cuidamos, nos salvamos juntos”.
- **Evangelio:** Mc 2,1-12 / Hch 2,42-47.
- **Actividad:** “Mapa de vínculos sanadores” (pareja, hijos, amistades, comunidad); compromiso de acompañar a alguien.

“Red que sostiene”. Parte del itinerario:

Tema 6 — Tejer vínculos que cuidan **Materiales:** Ovillo de lana. **Duración:** 20 minutos. **Descripción:** En círculo, se va pasando el ovillo diciendo una persona o grupo que nos ha sostenido en la vida, y se va tejiendo una red. Al final, se reflexiona: “La fe se hace fuerte cuando nos sostenemos unos a otros”.

7. Sanados para sanar, amados para servir



- **Objetivo:** Motivar a vivir la vida como vocación de servicio y testimonio.
- **Mensaje clave:** “Mi vida vale, y puede ser bendición para otros”.
- **Evangelio:** Mt 5,13-16 / Jn 21,15-17.
- **Actividad:** Testimonios de resiliencia cristiana; creación de una pequeña red solidaria (escucha, oración, ayuda); envío con bendición.

“Camino de esperanza”. Parte del itinerario: Tema 7 — Sanados para sanar, amados para servir **Materiales:** Velas o papeles con palabras (fe, servicio, amor, comunidad...). **Duración:** 15 minutos. **Descripción:** En grupos, se elige una palabra que represente el compromiso que quieren asumir y se colocan todas en un cartel o camino simbólico hacia una cruz. Oración final: “Haz, Señor, de nosotros testigos de tu esperanza”.

ANEXO 2.

PLAN DE ACTIVIDADES PARA REALIZAR EN CENTROS EDUCATIVOS

Guía para el programa de prevención del consumo de drogas en centros educativos

Base conceptual:



- Persona humana: confiar y ayudar a desarrollar su libertad y responsabilidad.
- Concepción de salud integral.
- Prevención y promoción de salud.
- Prevención basada en la evidencia científica y siguiendo los lineamientos del CODICEN y Junta Nacional de Drogas.
- Prevención e intervención en situaciones de emergencia.
- Metodología en general: métodos participativos, lúdicos, audiovisuales como disparadores, creación de contenidos escritos/visuales/escénicos/musicales, implicación de alumnos en la difusión y prevención.
- La confianza en la libertad y responsabilidad de los alumnos nos lleva a no tener actitud autoritaria que bloquea el diálogo en las instancias de prevención.
- Debe haber normas claras sobre el consumo en general. Esas normas deben cumplirse de acuerdo a los protocolos propios que estén en consonancia con los de las autoridades de la educación.

Objetivos en la prevención:



- No consumo o retardar la edad de inicio.
- En los que ya consumen, prevención del abuso.
- Intervenciones individualizadas si se detectan situaciones de riesgo emergentes.
- La prevención del uso y del abuso no

son contrapuestas. Son dos objetivos complementarios que se ajustan a la edad o la situación de riesgo de cada alumno/a.

Diseño institucional:



- Se sugiere que haya una/dos persona/s a cargo del área. Es posible que junto a alguna otra área transversal de la institución educativa, como educación sexual, o convivencia. Sería la/s persona/s que tenga más formación en el tema y se encarga de que el programa global se lleve a cabo. Que coordine con cada equipo los detalles de contenidos y aspectos prácticos de la realización de las actividades. Que monitoree todo el proceso, es decir, lleve los registros y plantee los ajustes con cada equipo. Que realice informe anual a la o las direcciones. Esa/s persona/s trabajan en cada nivel con distintos educadores y docentes, conformando equipos que den continuidad a las acciones. Reporta a una dirección específica (ej Pastoral o Psicopedagogía) o directamente a las direcciones generales de la institución.
- Además de formación específica en prevención del consumo de drogas, debe tener habilidades de coordinación, trabajo en equipo, ejecución e información de acciones.
- Tener disponible una base de datos y un registro completo de las actividades y recursos utilizados.
- Cuando inicia el proceso, debe convocar distintas reuniones de formación y elaboración de acuerdos entre los principales actores de la institución educativa. Luego debe comunicar a todos los lineamientos.

Conocimientos y actitudes del equipo educativo:



- Información suficiente.
- Alineación con los objetivos y coherencia en el equipo. Esto requiere intercambios y revisiones permanentes sobre nuestras propias prácticas, comportamientos personales y situaciones socio culturales en las que estamos inmersos.
- Coordinación para talleres y para trabajar situaciones emergentes (dirección-orientación – educadores -familias).
- Retroalimentación con los alumnos: ir monitoreando cómo ellos entienden la prevención, como reciben e incorporan la información, cómo van o no cuestionando sus creencias y modificando o no sus actitudes.

Estrategias utilizadas: informativa y educativa.



Información confiable y acorde a la edad.

- La información es sobre efectos principales, riesgos y daños que puede ocasionar el consumo y/o el consumo excesivo en las distintas edades, y sobre aspectos legales.
- Relación con educación afectivo sexual.
- Relación con educación vial.
- Relación con manejo de redes sociales y obras audiovisuales.
- Educación: revisión de creencias, actitudes y representaciones sociales.
- Revisión de toma de decisiones en base a situaciones cercanas a sus experiencias.
- Fomentar la autoestima y el autocuidado. Encontrar sentido a la vida sana.
- Relación con la educación religiosa y pastoral cuando la hay.

Situación de riesgo de los alumnos:



- Realizar una evaluación sobre expectativas y prácticas de los alumnos del centro educativo. Para ello, elaborar un cuestionario o guía de entrevista para recibir aportes de docentes, adscriptos, orientadores, técnicos, familias, etc... que se consideren informantes calificados.



Riesgos y obstáculos para la prevención:

- Desconocimiento y creencias erróneas.
- Consumismo. Cultura del exceso.
- Presión de grupo favorable al consumo.
- Acceso a tabaco, alcohol, marihuana y otras drogas.
- Poco cuidado por parte de algunas familias.
- Falta de comunicación de las normas respecto al consumo, suministro, etc... en el centro educativo.
- Docentes y referentes adultos con actitudes que promueven el consumo.
- Proselitismo, grupos de presión, lobbys.



SUGERENCIAS

A continuación se sugieren algunos temas a desarrollar en las diferentes edades, siguiendo la estructura de la educación formal. Pero puede hacerse el correlato con las edades de participantes en programas de educación informal como clubes de niños, casa joven, merenderos, etc... Estos contenidos se adaptarán según la evaluación participativa previa a la acción.

Actividades sugeridas para Primaria

Equipo: educador/es formados en prevención. Técnico/s de primaria. Maestras. Animadores. Si no hay otras instancias inespecíficas en el centro educativo, elaborar ciclo de todo el año sobre autoestima, autocuidado, identificar emociones, manejo de emociones negativas, convivencia, valores, amistad, valores, toma de decisiones, presión de grupos, etc...

Actividades de prevención específica:

5to

Información sobre alcohol y tabaco (evaluar según grupo las drogas a incluir).

Video educativo sobre motivos para consumir, presión de grupos, etc.. (puede ser el de las ranas y el lobo, cuentos del IIN de los duendes, etc..)

En un segundo momento, en base a ficha, elaboran en grupos motivos que pueden llevar a alguien a consumir y a no consumir. Se discute en base a elementos de salud, autocuidado, presión de grupos, propaganda.

Si no hay otras instancias inespecíficas en el centro educativo, trabajar sobre autoestima, autocuidado, identificar emociones, manejo de emociones negativas, convivencia, valores, amistad, valores. etc...

6to

Información sobre alcohol, tabaco y marihuana (evaluar según grupo las drogas a incluir).

Intercambio de información, creencias, mitos, consecuencias del consumo.

Motivos para consumir -tentaciones.

Temas sobre significado de la amistad, presión de grupos, autocuidado, cuidado del cuerpo, autoestima, proyecto de vida.

Elaborar cartel/audiovisual/escena con texto persuasivo para no consumir, basado en taller/es anteriores. Se coloca en cartelera en corredor.

Actividades sugeridas para secundaria:

Equipo: Educador/es formados en prevención, docentes en general, docentes de Pastoral, técnicos. En la hora de cualquier materia que quiera ceder horario y colaborar, en hora de Pastoral, en un horario especial.

Si no hay otras instancias inespecíficas en el centro educativo, elaborar ciclo de todo el año sobre autoestima, autocuidado, identificar emociones, manejo de emociones negativas, convivencia, valores, amistad, valores, toma de decisiones, presión de grupos, etc...

Relacionar el tema del consumo de drogas con educación vial, ya que muchos adolescentes usan bicicletas, motos, y sobre el final del ciclo, muchos sacan la libreta de conducción de automóviles.

Actividades de prevención específica:

7° CB

Temas: información, consumismo en general, influencia de la publicidad, mitos y representaciones sociales. Incluir según el grupo: alcohol, bebidas energizantes, tabaco,

vaporizadores, marihuana.

Relacionar con educación sexual: influencia de haber tomado sustancias respecto de la sexualidad.

Relacionar con vialidad y deportes.

Las redes sociales y el uso de drogas. La imagen. La privacidad.

Posibles materiales:

- glosario de definiciones básicas de toxicología en un nivel adaptado a la edad.
- Video de la JND "Reto de la libertad y la solidaridad".
- Imágenes de publicidad.
- Fichas de información sobre drogas.
- Que hagan carteleras para difundir.

8° CB

Es una edad clave, hay que hacer varios talleres.

Uno puede ser sobre información y mitos sobre el alcohol, bebidas energizantes, tabaco, vaporizadores.

Taller de debate sobre situaciones de consumo, decisiones, relación del consumo con salidas, amistad, sexualidad, vialidad. Puede ser un debate en base a palabras disparadoras, donde cada grupo representa un actor: familias, adolescentes que consumen, adolescentes que hacen prevención, agentes de salud, personas que venden las sustancias/agencias de propaganda, etc...

Clase informativa sobre marihuana, contrastando mitos con datos. O se puede hacer más tipo taller, con videos, historietas o situaciones a resolver.

Padres: con padres de 1ro y 2do CB hacer un taller sobre las primeras salidas. Temas: importancia de definir pautas claras para salidas, enseñarles que se acompañen, acordar entre los padres los tipos de salidas, comunicarse. Temas de sexualidad acorde a la edad, uso y acompañamiento familiar de las redes sociales. Información sobre drogas y usos más frecuentes en esta edad. Manejo de situaciones emergentes.

9° CB

Mitos y creencias sobre alcohol, marihuana, tabaco, vaporizadores, bebidas energizantes. O se puede priorizar una sustancia según

cómo sea el taller. Prevención del consumo y retardar edad de inicio. Prevención del abuso en los que ya consumen. Salidas. Cómo manejar situaciones de intoxicación. Partir de sus experiencias de problemas relacionados al alcohol. Que realicen historietas sobre problemas que causan los abusos: peleas, revelar secretos de amigos, quedar expuestos/escrachados en redes, sufrir abuso sexual, hacer cosas que luego se arrepienten, problemas con los padres, fallas en deporte/estudio/familia al día siguiente.

Luego de que manejen bastante información darles pautas para representaciones. Ej: una que sea la previa a una fiesta (si toman o no, si ya van con una decisión pre pensada o no, si comen y toman agua antes de tomar alcohol, etc...), otra que sea el día después y van a una actividad deportiva o reunión familiar, que se note la diferencia entre los que abusaron o no. Una situación de intoxicación de un compañero en una fiesta y cómo manejarla.

En la materia Educación Ciudadana. Dar aspectos legales de las drogas en general, ley de marihuana. Luego en base a historieta del folleto de la JND y la guía de consumo de marihuana del IIRCA resumida, brindar información sobre efectos y consecuencias del consumo de marihuana. Toma de decisiones frente a presión de pares.

Padres: a principio de año taller para el manejo de las fiestas de 15. Viajes de 15. Fomentar viajes familiares o de varias amigas con madres o referentes familiares. Contar experiencias, estrategias que han funcionado en otras familias. Que sea participativo, armar grupos, etc...

1º EMS

Consecuencias del abuso de alcohol. Influencia de la persona, la sustancia y el medio para la toma de decisiones. Clase informativa sobre marihuana. Contraste de mitos y creencias con datos.

Luego integrar la información con toma de decisiones con un taller que tengan que tomar postura, resolver situaciones, hacer debate con argumentos. Presentar argumentos sobre causas de una situación frente a un jurado. Recibir premios por los argumentos bien elaborados. Presentarlo en forma de representaciones o canciones.

2º EMS

Evaluar agregar información sobre otras

sustancias como drogas de síntesis, cocaína, ketamina, según el grupo. Revisión de información, mitos y creencias. Consecuencias del abuso. Reconocimiento de riesgos y daños en el grupo y en forma individual. Motivación para consumir y para prevenir.

3º EMS

Actividad sobre drogas y educación vial, ya que muchos van a estar en edad de tramitar su licencia de conducir.

Según características del grupo, taller que relacione drogas con sexualidad, evaluar información que quiere tener. Trabajar algún emergente.

Padres en general:

- Reuniones en ciclo básico (detalladas arriba).
- Folletos informativos.
- A fin de año folleto prevención para el verano.

Relación con algunas materias de secundaria:

El abordaje de la prevención en los centros educativos se enriquece cuando se integra transversalmente con las distintas asignaturas del currículo de secundaria. La mirada preventiva no se limita a momentos o talleres específicos, sino que puede incorporarse de manera natural en las materias, como parte de la formación integral del alumnado.

La siguiente propuesta busca orientar a los equipos docentes en esa integración, de modo que la educación para la salud, la convivencia y la libertad responsable atraviese toda la vida escolar.

- Educación Física y Deporte: favorecer el cuidado del cuerpo, la vida saludable y la conciencia de los riesgos del consumo en el rendimiento y la convivencia. Trabajar el tema del dopaje, los hábitos saludables y el valor del esfuerzo personal.
- Animación, campamentos y pastoral estudiantil: asegurar espacios recreativos libres de consumo, donde el juego, la cooperación y la espiritualidad se integren como experiencias de prevención positiva. Las actividades lúdicas y comunitarias son oportunidades para fortalecer la autoestima, la pertenencia y la responsabilidad compartida.
- Área Pastoral y Educación en la Fe: iluminar el tema del consumo desde el Evangelio, ayudando a los jóvenes a discernir entre libertad y esclavitud, entre placer inmediato y plenitud de vida. Incorporar testimonios, pasajes bíblicos y momentos de oración

que motiven el autocuidado y la solidaridad con quienes atraviesan situaciones de fragilidad.

- Idioma Español y Literatura: promover la reflexión crítica a través del lenguaje. Se pueden analizar textos, canciones o relatos que aborden el tema del consumo, la presión social o las búsquedas de sentido, favoreciendo la expresión creativa y el diálogo.
- Biología: profundizar en el conocimiento del sistema nervioso y los efectos de las sustancias sobre el cuerpo, el cerebro y las emociones. Este enfoque científico complementa la reflexión ética y espiritual sobre el cuidado de la vida.
- Educación Ciudadana, Social y Cívica: abordar el marco legal, los derechos y responsabilidades en torno al consumo de sustancias, y su impacto en la convivencia y la comunidad. Promover el pensamiento crítico frente a los modelos culturales del consumo.
- Matemática: utilizar cálculos y estadísticas para analizar datos sobre consumo, riesgos y hábitos saludables, contribuyendo a la comprensión racional del fenómeno.
- Geografía e Historia: estudiar las dimensiones sociales, económicas y territoriales del narcotráfico y los procesos históricos relacionados con el uso de drogas en distintos contextos culturales.
- Música y Artes: analizar letras o expresiones artísticas que traten sobre la libertad, las emociones, la amistad o el consumo, promoviendo la creación de obras que transmitan mensajes de esperanza y cuidado.

ANEXO 3



Sugerencia de materiales de prevención en general.

Sugerimos algunos materiales que hemos recopilado a lo largo de más de 25 años de trabajo en prevención. A continuación se describen algunos de ellos. Se actualizarán los materiales periódicamente.

Junta Nacional de Drogas

En la página web de la Junta Nacional de Drogas hay muchos materiales de buena calidad disponibles. Abajo se enumeran algunos.

- Infodrogas: Más información, menos riesgos. Junta Nacional de Drogas. 12ª edición.
- Los usos de drogas y su abordaje en la educación. 2009. Hay un documento para educación media y uno para inicial y primaria.
- Entornos comunitarios de cuidar.
- Entornos laborales que cuidan.
- Guías de prevención en el deporte.
- Guía para técnicos: Prevenir en el entorno familiar y comunitario.
- Prevención del uso del cannabis.
- Información sobre cannabis en la página web del IRCCA.
- Numerosos folletos con actividades didácticas referidos a distintos entornos, edades, sustancias.
-

Curriculum Universal de Prevención.

El Curso CORE es parte de una serie de capacitación de ocho volúmenes del Currículo Universal de Prevención (UPC) del Uso de Sustancias desarrollado por la Oficina de Asuntos Internacionales de Narcóticos y Aplicación de la Ley (INL) del Departamento de Estado de EE.UU., con el apoyo de Colombo Plan.

El Core que contiene los principios básicos tiene una edición en español de 2017. Los demás están en inglés, pero pueden traducirse fácilmente por los traductores usuales de los programas más utilizados.

NIDA – National Institute on Drug Abuse.

Es una agencia de Estados Unidos dedicada a la investigación y formación de operadores de la salud, acción social, etc.. en prevención y tratamiento. En su página web hay mucho material en español, de muy buena calidad.

Un ejemplo es “Mind matters. Guía para del maestro”. National Institute on Drug Abuse. EEUU. Disponible en español.

También hay fichas llamadas “Drugs facts” que dan información actualizada sobre las drogas y sus riesgos.



GUÍA SOBRE PREVENCIÓN DEL CONSUMO DE DROGAS PARA ACTIVIDADES PASTORALES Y EDUCATIVAS.

Documento avalado por la conferencia episcopal uruguaya en noviembre de 2025

Autores:

*Redacción final Mag. Soledad Olave, Pastoral de Adicciones
Departamento de Catequesis de la CEU - referente Ana Luis Bueno*

Colaboraciones:

*Pastoral Familiar - referente Lucía Scremini
Pastoral Juvenil - referente Emilia Cellio
Pastoral de la Salud en la redacción original
Por AUDEC, Inés Lavista y Prof. Enrique Cardozo en primeras versiones.*

Apoya:

*AUDEC
Departamento de Educación de la CEU.*