

# ESCUELA Y FAMILIA

EDUCAR PARA TODA LA VIDA

TODA LA VIDA PARA EDUCAR



## CMAPA

Centro Municipal de Atención y  
Prevención de las Adicciones



EDUCAR TAREA COMPARTIDA



**Zaragoza**  
AYUNTAMIENTO  
ACCIÓN SOCIAL Y MAYOR

1

Para empezar..

qué entendemos por prevención:



## Prevenir:

- Es educar.
- Es anticiparse a la aparición de un problema, en este caso, el consumo de drogas.
- Es fomentar el desarrollo de habilidades y recursos personales: **asertividad, autoestima, toma de decisiones...**
- Es una actividad continuada en el tiempo.
- Es una responsabilidad social... **es tarea de todos.**

2

¿Droga? ¿Droga?

## ¿Qué es una droga?:

Una sustancia psicoactiva que, una vez consumida, (esnifada, inyectada, fumada o tragada) tiene capacidad de:

- Alterar o modificar el funcionamiento humano (sensaciones, percepciones, estado de ánimo, conducta) y
- Producir dependencia física, psíquica o ambas.

T I E N E S Q U E S A B E R

3

## Tomar decisiones.

### El primer consumo se suele caracterizar por:

- No ser una decisión personal asumida y razonada.
- La primera vez que se toma una droga (sea la que sea) casi siempre es aceptando una invitación.
- Los motivos suelen ser muy variados: curiosidad, deseo de hacer algo distinto, ser como los demás, responder a lo que los otros esperan que uno haga...
- Depende de las creencias, presiones sociales, culturales y publicitarias a las que los jóvenes están sometidos.

4

## ¿Pueden los padres hacer prevención?

**¡Sí!** Los padres tienen un papel clave en la prevención.

**Prevenir en la familia** es tan natural como la misma convivencia entre padres e hijos. Es un hecho cotidiano, es una labor continuada e implícita de ofrecer, acompañar, estar presente, seguir, guiar, dar alternativas a través de la convivencia del día a día (proporcionando atención física, descanso, afecto, educación, oportunidades diversas de relación, alternativas de ocio...).

**Prevenir es educar**, dar afecto y recibirlo, saber comunicarse, disfrutar juntos del tiempo libre, poner límites, asumir responsabilidades, tareas, respetar las normas...

**Prevenir es transmitir**, la adquisición de hábitos de salud, el desarrollo de estilos de vida saludables, los modelos educativos adecuados y la transmisión de valores, son factores de protección que pueden y deben ser desarrollados desde la familia.

## Sabías que...

- Existen muchas clases de drogas... todas presentan un denominador común. Al consumirlas pasan a la sangre y, a través de ella, al cerebro y al resto del organismo, provocando los diferentes efectos que las caracterizan: excitar, relajar o distorsionar la realidad.
- El alcohol y el tabaco son las drogas más consumidas por los escolares.
- El tabaco es la droga con la que los escolares tienen contacto más temprano, aproximadamente a los 13 años.
- El alcohol produce más problemas que todas las drogas ilegales juntas.
- La venta de alcohol y tabaco a menores de edad está prohibida en Aragón por la Ley 3/2001 de 4 de Abril.



- El consumo entre jóvenes de 14 y 18 años está ligado al ocio y el fin de semana.
- La hora media de regreso a casa de un joven de 14 años en Aragón son las 12,28 de la noche. A esta edad dispone de 21,4 euros semanales para sus gastos.
- A mayor disponibilidad económica y horaria nocturna, existe mayor posibilidad de consumo de sustancias.

6

## No busques fórmulas mágicas

No existen fórmulas mágicas, únicas e infalibles, para **dotar a nuestros hijos de la capacidad para resistirse a los ofrecimientos de drogas**, a los que inevitablemente van a estar expuestos...

¿qué hacer entonces?



7

## ¿Qué hacer entonces?

Querer, poder y saber hacer



- Con nuestra propia conducta: los mejores agentes preventivos = los mejores modelos de salud.
- Con el diálogo y la comunicación.
- Con la acción, dando responsabilidades, planteando normas claras y razonadas tener muy claro que no podemos quedarnos en una actitud pasiva de delegación. Los hijos son nuestra responsabilidad.
- La familia es el mejor refugio para descansar y compartir.
- La prevención de drogas es una preocupación a la que debemos encontrar respuesta desde **la sociedad, la escuela y la familia**.

En la prevención de drogas estamos implicados todos.

Hasta muy pronto.

Para cualquier información estamos en:  
CMAPA Avda. Pablo Ruiz Picasso, 59  
50018 Zaragoza

Si nos quieres llamar, nuestros teléfonos son:  
**976 29 17 27 - 976 72 49 16**

Fax 976 72 49 17

E-mail: [prevencionadicciones@zaragoza.es](mailto:prevencionadicciones@zaragoza.es)



**Zaragoza**  
AYUNTAMIENTO  
ACCIÓN SOCIAL Y MAYOR