

El Cannabis ¿otra vez de moda?

El Cannabis es la droga ilegal que viene destacándose en los últimos años por **ser la más utilizada y con tendencia al alza, principalmente entre los más jóvenes**. Tal afirmación se desprende de los datos obtenidos en diversos estudios europeos, nacionales, regionales, e incluso en nuestro municipio.

Tanto la disponibilidad (teniendo en cuenta que es una droga ilegal) como la accesibilidad es elevada en toda la Unión Europea, y los precios y el mercado están bien establecidos. Según el Observatorio Europeo sobre las drogas, **España con un 17% se encuentra entre los tres primeros países en que más se consume** (Reino Unido 19% y Francia 20%).

Los porcentajes son todavía más elevados entre los jóvenes: **1 de cada 3 españoles** de alrededor de 25 años (el 30%) afirma haber consumido hachís o marihuana, y la proporción para los adolescentes entre **15 y 16 años es de 1 a 5** (el 20%).

En cuanto al municipio de Murcia, las cifras se elevan en estas últimas edades: en 4º curso de ESO **un 29.7% de alumnos ha consumido cannabis** en los últimos 30 días (encuesta realizada en Centros de Secundaria de Murcia en Junio de 2003).

El problema creciente es la tendencia a hacer uso del cannabis de manera regular e intensa, tal y como indica el **sensible aumento del número de consumidores que recurren a la demanda de tratamiento** en los servicios especializados para tóxicodependientes, así como el aumento del número de episodios de urgencia, especialmente entre los usuarios más jóvenes.

Esta tendencia está motivada entre otros por la **cada vez mayor aceptación social** y la

disminución del riesgo percibido hacia esta sustancia que tiende a equipararse con lo percibido hacia el alcohol (e incluso menor que éste).

La aceptación está a su vez generada por la presión social ejercida por grupos en pro de su legalización, del eco que en los medios de comunicación está teniendo su potencial terapéutico sobre distintas patologías, traduciéndose esto en muchos casos en la idea de que su consumo es "saludable" e ignorando sus efectos secundarios y lo que es más importante, su poder de adicción.

La respuesta preventiva a esta situación es priorizar en sus objetivos el **disminuir la aceptación social de esta sustancia**, así como informar a los jóvenes de los efectos nocivos de su consumo minimizados por ser una sustancia de origen natural, y que **a pesar de la aparente inocuidad genera adicción** por lo que, al margen de las consecuencias extremas (accidentes), el abuso del consumo durante la adolescencia produce un **descenso en la motivación, interfiere en el desarrollo cognitivo, genera inmadurez, trastornos del humor, reduce el rendimiento escolar, y se asocia a los conflictos familiares**.



Promoción de Salud

Un saludo a los Equipos de Atención Primaria

Queremos aprovechar este segundo número del Boletín para la Comunidad educativa, para **informar sobre las actividades de prevención y promoción de salud** que realizamos desde la Concejalía de Sanidad y Consumo del Ayuntamiento de Murcia.

Como seguro es conocido por todos los profesionales de Atención Primaria, son bastantes las competencias en salud de este Ayuntamiento, y muchas de ellas ya conocidas, pues generan un continuo intercambio de comunicación entre los profesionales de ambas instituciones.

Una muestra de ello es el apoyo y seguimiento que desde la Unidad de vacunaciones se efectúa a los Centros de Salud, o la recogida sistemática que desde la Sección de Epidemiología se realiza de los partes de las Enfermedades de Declaración Obligatoria. A éstas habría que añadir el mantenimiento de muchos de los centros Consultorios, así como las tareas de inspección e informes de los permisos higiénico sanitarios de aperturas de locales y establecimientos destinados al público.

Sin embargo, hay una actividad que todavía es poco conocida por los Equipos de Atención Primaria, y que desde hace un buen número de años, las secciones de **Promoción de Salud y el Plan Municipal sobre Drogodependencias** llevan a cabo, son todas las actuaciones de prevención y promoción de la salud. Estas se desarrollan en la mayoría de Centros Educativos de Enseñanza Primaria y Secundaria, en los Centros de Mayores y de la Mujer, en Asociaciones, y en Organizaciones no Gubernamentales de nuestro municipio.

Estos programas se organizan con una planificación y adecuación de sus actividades a nuestro entorno, y forman parte de lo que se conoce en la terminología de la Atención Primaria como **Acciones de Prevención con implantación en el ámbito comunitario**.

Somos conscientes de que un avance significativo de estos programas de prevención debe pasar por emprender una **labor compartida entre la Atención Primaria y los Servicios Municipales de Salud de nuestro Ayuntamiento**. Es por ello que tomamos esta iniciativa de incorporar a los Centros de Salud en el envío de este Boletín, con el objetivo de iniciar un intercambio de información entre ambas instituciones.

Pero igualmente, **nuestro objetivo es poder establecer a partir de ahora vínculos más próximos de relación, con la finalidad de avanzar en la implantación conjunta de actividades preventivas**.





“En la huerta con mis amigos”

Un programa para todos

Desde la implantación del programa en 1998 y a lo largo de los últimos 6 cursos escolares se ha ido incrementando la participación de los centros escolares del municipio en el mismo (tabla I), llegando a alcanzar una excelente cobertura: En este momento, aproximadamente **el 63% de los colegios ha trabajado con "En la huerta con mis amigos"**, es decir, un total de 92 centros, 609 profesores/as y 12.899 alumnos/as.

Un trabajo satisfactorio para todos

1. La valoración del profesorado y el entusiasmo de los alumnos. Los profesores opinan que la metodología del programa se adapta a su manera de trabajar en el aula *mucho o bastante* en un 93%, y a su alumnado en un 94%. Asimismo, los niños y niñas se identifican con los personajes de los cuentos en grado *alto* en un 57%, con las situaciones planteadas en los mismos se identifica el 67%, y participa activamente el 77%. Valoración que va mejorando año tras año.

2. La participación de los padres y las madres.

La incorporación de los padres en el programa se ha producido de forma paulatina, en la actualidad ya son el 50% los que de alguna manera participan en el programa desde casa.

3. Un programa contrastado y evaluado.

Está demostrado que los niños que trabajan en el aula con *En la huerta*

con mis amigos obtienen mejores indicadores de desarrollo psicoafectivo, concretamente en las variables Afrontamiento y solución de problemas, Autoimagen y autoestima y Conductas saludables, que aquellos que no lo realizan.

La evaluación de los objetivos del programa se realizó en el año 2000 con un estudio de casos-control, en varias comunidades del país y en el municipio de Murcia, desde donde surgió la idea y donde entre todos elaboramos el cuestionario utilizado para esta labor.

Premios al esfuerzo y a la dedicación

Como ya anunciamos en el número anterior de este boletín, la Concejalía de Sanidad, queriendo reconocer y recompensar la importante labor, el esfuerzo, y la dedicación que los profesores y profesoras del municipio realizan en el desarrollo de "*En la huerta con mis amigos*", organizó el pasado curso un concurso en el que se otorgó el primer premio (con 1.000 euros) a los profesores de 2º curso de E. Primaria del



Colegio Marista La Fuensanta de Murcia, y el 2º premio (con 750 euros) al claustro de profesores del C. P. Pedro Martínez Chacas de Barqueros. La entrega de los mismos tuvo lugar en el Salón de Plenos del Ayuntamiento de la ciudad el pasado día 16 de diciembre con asistencia de los medios de comunicación local.

EVOLUCIÓN DEL PROGRAMA EN MURCIA DESDE SU IMPLANTACIÓN						
	CURSO 1998 / 99	CURSO 1999 / 00	CURSO 2000 / 01	CURSO 2001 / 02	CURSO 2002 / 03	CURSO 2003 / 04
Nº CENTROS	16	35	48	60	77	92
Nº ALUMNOS	1.959	4.458	7.103	8.844	11.095	12.899
Nº PROFESORES	82	212	370	405	524	609

Es la hora del tabaco

Durante el año 2003 perdieron en España la vida 4.000 personas a causa de los accidentes de tráfico, pero esta cifra parece insignificante si la comparamos con las **55.000 personas que fallecieron como consecuencia directa del consumo de tabaco**. Estos resultados son fáciles de explicar si tenemos en cuenta que en nuestra Región el **36% de los mayores de 16 años son fumadores habituales** y además sabemos por múltiples estudios que uno de cada dos fumadores perderán, de media, veinte años de vida.

Con estos datos podemos afirmar sin duda alguna que en nuestro país, y también en nuestro municipio, la nicotina se ha convertido en la **droga que más dolor, sufrimiento y muerte provoca entre sus consumidores, se trata de la más "poderosa" de las drogas**.

Con la finalidad de intervenir en esta epidemia, en el año 2003 el Ministerio de Sanidad aprobó, con el acuerdo de todas las Consejerías de Sanidad, y el apoyo de todos los expertos en tabaquismo del país, el **Plan Nacional de Prevención y Tratamiento del Tabaquismo**. En este Plan, destacan las siguientes medidas para aplicar en nuestro entorno cotidiano:

1.- Ha de realizarse una protección activa de los niños y los jóvenes.

Para evitar que entren en contacto con el tabaco como consumidores y para protegerles de la exposición pasiva al humo del tabaco. Para ello es necesario implantar programas de prevención en el medio escolar y

comunitario, así como establecer los lugares y espacios en los cuales no se permite fumar.

2.- Hay que favorecer que los fumadores se decidan a realizar intentos para abandonar el tabaco.

Para ello hay que continuar informándoles sobre los riesgos derivados de su consumo, adoptando medidas de regulación que benefician a aquellos que decidan el abandono del hábito de fumar.

3.- Es imprescindible proteger a las personas no fumadoras del humo del tabaco.

Está suficientemente

humo del tabaco aumenta los riesgos de padecer enfermedades, y aumenta los riesgos de muerte.

Por consiguiente, a la hora de emprender iniciativas dirigidas a mejorar la salud, **las intervenciones en tabaco deben ser un objetivo prioritario** y estar orientadas esencialmente a:

- la prevención del inicio del consumo,
- establecer espacios sin humo, y
- facilitar el abandono del tabaco.

En este contexto **proponemos a los Centros Docentes su adscripción al programa CLASES SIN HUMO**.

