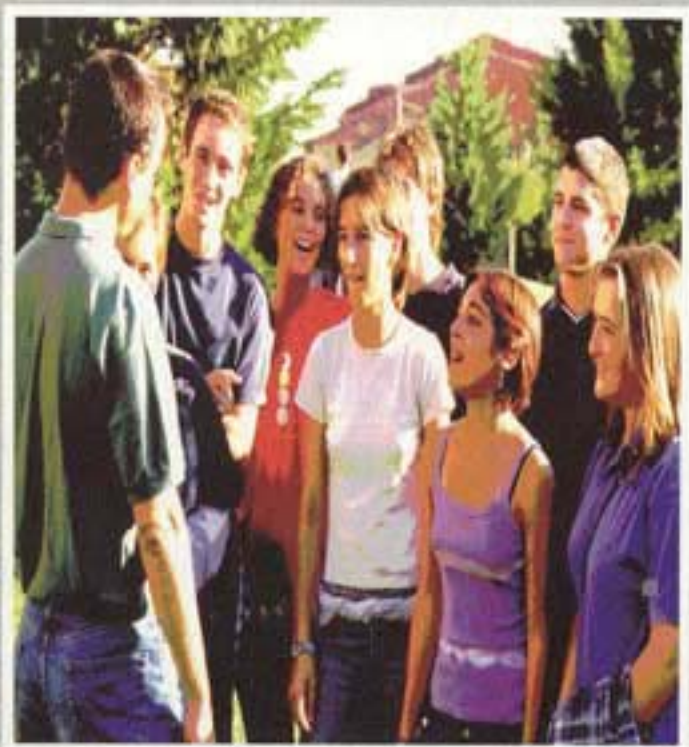


DE LES "PASTILLES" ... PARLEM-NE



Informació i consells per a
EDUCADORS



Generalitat de Catalunya
Departament de Benestar Social

INTRODUCCIÓ A LA "GUIA PER A EDUCADORS" (*)

L'extensió progressiva de drogues de síntesi entre sectors de la població juvenil va acompanyada d'una preocupació creixent per part de pares i educadors.

El Departament de Benestar Social de la Generalitat de Catalunya, amb el suport tècnic de l'ABS (Associació Benestar i Salut), ha editat una guia per donar resposta a les necessitats detectades per aquelles persones que intervenen en l'àmbit educatiu.

Aquesta iniciativa forma part d'una campanya més general de prevenció del consum de drogues sintètiques des de la qual es pretén informar sobre el consum d'aquestes drogues i fomentar la comunicació entre pares i fills, així com entre educadors i alumnes. Únicament amb la informació directa i la comunicació mútua comprendrem el fenomen del consum i podrem prevenir-lo.

Entre els materials creats destaquem el Fullet/Guia per a pares i el Fullet/Guia per a educadors ^(*). La qualitat dels nostres treballs rau en la

metodologia participativa utilitzada per al seu desenvolupament i en la col·laboració directa amb grups de treball formats per joves amb història de consum o relacionats amb el seu entorn. Preguntant directament als joves hem obtingut una informació valuosa, molt més propera a la realitat del fenomen i a la seva complexitat.

Hem analitzat quins són els riscos i símptomes que comporta el consum (físics, psíquics i socials) i sobre quin pot ser el paper de l'educador davant d'aquest consum.

Conjuntament, professionals i joves hem desenvolupat estratègies i eines necessàries per contribuir a prevenir el consum d'aquestes noves formes de consum de drogues. Des d'aquesta campanya convidem a tots els educadors a participar en la nostra iniciativa i oferim els mitjans perquè aquesta participació resulti possible a partir d'aquesta guia per a educadors que presentem a continuació.

DE LES "PASTILLES" ... PARLEM-NE

COMENÇAR AMB UNA AUTOAVALUACIÓ:

Estàs informat per poder informar?

1 Què és l'èxtasi (XTC)?

- A - És una droga que provoca son.
- B - És el nom d'una droga de síntesi.
- C - És una invenció dels mitjans de comunicació.
- D - És el nom d'una beguda isotònica.

2 Quins dels següents efectes pot produir el consum de drogues sintètiques?

- A - Insomni.
- B - Gana.
- C - Sensació de relaxament.
- D - Agudesa visual.

3 Quina és l'única manera de conèixer el contingut d'una pastilla?

- A - Observar el color i la textura.
- B - Preguntar a la persona que ens la proporciona.
- C - Fer-la analitzar.
- D - Provar-la.

4 Quin pot ser actualment el preu d'una pastilla?

- A - De 200 a 500 ptes.
- B - De 500 a 3.000 ptes.
- C - De 3.000 a 6.000 ptes.
- D - Més de 6.000 ptes.

(*) Ambdós materials s'han elaborat, entre altres fonts d'informació, a partir de la Guia per a pares del projecte alemany "MIND ZONE".

5 Amb quines altres drogues es consumeix l'èxtasi?

- A - Quan es prenen pastilles no es pren res més. Ni tan sols alcohol.
- B - És un mite que no es prengui res més, sol combinar-se amb altres drogues.
- C - Només es fuma tabac.
- D - Després de prendre pastilles, sempre es pren heroïna.

6 On i com es consumeixen, majoritàriament, les drogues sintètiques?

- A - Principalment a casa i en solitari.
- B - En grup en llocs solitaris per no ser descoberts.
- C - En un entorn d'oci i normalment en companyia d'amics i/o de la parella.
- D - En llocs on el seu ús és permès.

7 Entre quines edats és més freqüent el consum de drogues sintètiques?

- A - Entre 14 i 17.
- B - Entre 18 i 24.
- C - Entre 25 i 40.
- D - Més grans de 65 anys.

8 Quines raons donen els joves per consumir pastilles?

- A - Per desinhibir-se.
- B - Per tancar-se en ells mateixos.
- C - Per millorar el rendiment escolar.
- D - Per dormir millor.

9 Quin comportament pot induir a sospitar un possible consum de drogues sintètiques?

- A - Canvis inusuals en l'estat d'ànim.
- B - Canvi de grup d'amics.
- C - Disminució del rendiment escolar.
- D - Totes les anteriors són certes.

10 Quina forma tenen les drogues sintètiques?

- A - Pastilles.
- B - Pols.
- C - Líquid.
- D - Totes les anteriors són certes.

RESPOSTES CORRECTES: 1.B; 2.A; 3.B; 4.B; 5.B; 6.C; 7.B; 8.A; 9.D; 10.D.

Si has contestat correctament de 0 a 3 preguntes: no hi ha excusa que valgui, necessites consultar urgentment aquesta guia. Qui sap! És possible que descobreixis un nou món que fins ara et resultava totalment desconegut.

Si has contestat correctament de 4 a 8 preguntes: vas per bon camí, has demostrat que saps alguna cosa sobre les drogues de síntesi. Seria convenient que consultessis aquesta guia per repassar el que ja coneixes i informar-te sobre allò que encara ignores.

Si has contestat correctament més de 8 preguntes: fantàstic!, a aquest pas et pots convertir en un expert del tema. Per què ho puguis aconseguir, et convidem que consultis aquesta guia, on segurament trobaràs alguna cosa que desconeixes.

LA "FESTA"

Breu història del consum de drogues sintètiques a Espanya i els seus antecedents

El moviment tecno, al qual s'associa el consum de drogues sintètiques, que va venir d'Anglaterra a finals dels anys 80 juntament amb la "rave" ha deixat, sens dubte, una forta empremta en la cultura juvenil espanyola. Expressa les necessitats d'una generació en creixement que entre les obligacions quotidianes i la necessitat d'adaptació, d'una banda, i la transgressió de les normes, d'altra, se submergeix durant el cap de setmana en el seu propi món colorista i ple de fantasia per fugir de la monotonia i el món quotidià. El nexce comú que representen la música, el ball, l'atmosfera festiva i l'estar junts, també inclou, no es pot negar, les drogues.

"En aquest nou moviment juvenil, l'èxtasi es considera un catalitzador ideal, tant per provocar l'adequada situació emocional com per afavorir la sociabilitat i la

"L'ÈXTASI"

capacitat de ballar i ballar durant hores. L'èxtasi, aquesta ha estat la seva fama, redueix dràsticament les inhibicions socials i la necessitat d'espai privat..."

Ara veurem, a grans trets, quina ha estat la seva evolució a Espanya:

Període inicial (1986-1989):

És el moment en què es comença a conèixer l'èxtasi a Espanya. L'ús dels primers anys està limitat a certs entorns cosmopolites, elitistes i contraculturals. Eivissa té un paper central en aquests anys pel seu contacte amb consumidors estrangers. La premsa va començar a donar a conèixer el fenomen abans que es generalitzés.

En aquest període apareix la música house que a Espanya pren el nom de bakalao, i s'adapta al mercat espanyol. Les discoteques -especialment les valencianes- juntament amb alguns disc jockeys adapten i difonen els nous estils musicals -també anomenats màquina- a Espanya.

"...és el despertar d'una nova cultura colorista i juvenil..."

Període de popularització (1990-1992):

L'ús de l'èxtasi s'estén a amplis sectors de la joventut espanyola. En principi en zones urbanes turístiques: Balears, País Valencià, Catalunya i Madrid.

En aquesta fase es comencen ja a assolir nivells de massificació i vulgarització. En algunes zones s'associa a ambients festius "de marxa", especialment relacionats amb la xarxa de discoteques de molts pobles i ciutats llewantines.

Es produeixen ja les primeres emergències mèdiques associades a l'ús d'èxtasi.

Període de vulgarització i consum massiu (de 1992 en endavant):

Durant aquest període es massifica el consum de comprimits i càpsules que suposadament contenen MDMA -és el primer principi psicoactiu de l'èxtasi. S'amplia enormement la curiositat i el desig per conèixer aquestes substàncies; alhora n'augmenta l'oferta.

"Has de saber què és el que vols. Si vols speed -derivats anfetamínics en pols- compres speed. Si vols coca, compres coca, i si vols un èxtasi, compres èxtasi. Però avui en dia la gent no sap què és el que busca, ni el que pren. Pren de tot."

L'èxtasi es converteix, cada cop més, en un producte desideologitzat, desprovist de molts dels continguts espirituals o contraculturals que tenia a l'inici i es converteix en un producte de consum més.

El mateix podria dir-se dels ritmes i les formes de la música tecno -nom genèric que rep aquesta nova música des dels seus inicis a Anglaterra- que va integrant-se a la cultura popular i arribant a amplis sectors juvenils. Això també suposa la seva extensió a zones de l'interior de la Península.

El que més ens interessa és que, a partir d'aquest moment, es produeix un espectacular augment d'adolescents que s'inicien en l'ús d'aquestes drogues a edats molt joves. S'està estenent entre els menors en edat escolar, cosa que es veu facilitada per la seva presentació, majoritàriament en forma de pastilles.

"Aspirina per al dolor, XTC per a la diversió. Les píndoles són la forma de droga de la nostra societat."



Cap a una nova tipologia de consum i...de dependència

Les drogues sintètiques, l'èxtasi com la més emblemàtica de totes, han confrontat la joventut actual amb una nova forma d'addicció.

A diferència de les "addiccions clàssiques"- parlem concretament de l'heroïna- en què els efectes de la substància eren essencialment depressors, aquestes noves substàncies són euforitzants. Avui els motius per consumir drogues ja no són únicament la recerca d'una ampliació de consciència individual o la desconexió amb el món exterior. Les noves drogues s'ubiquen en un entorn recreatiu i lúdic; "en la majoria dels casos, els usuaris consideren l'èxtasi una droga social que es pren amb amics"; es perceben com molt assequibles i innòcues, és més, en molts casos, ni tan sols són considerades com a drogues.

Pel que fa als llocs i espais on es realitza el consum, es pot veure un predomini dels llocs públics sobre els privats, dels multitudinaris sobre els restringits, i dels dedicats a l'oci sobre els dedicats al treball o a altres experiències. Els llocs escollits per excel·lència per al consum d'aquest tipus de substàncies són les discoteques, pubs, festes privades -entre elles les rave.

El concepte tecno simbolitza clarament el nou tipus de droga i el món dels seus consumidors: "viure

al més ràpidament possible, ritme ràpid, imatges ràpides, les noves drogues possibiliten aquest sentiment". Dins d'aquest nou marc de consum també tenen cabuda altres drogues com el cannabis ("porros"), l'alcohol i la cocaïna i, al contrari de la creença popular, solen combinar-se augmentant així els efectes i la perillositat.

Dins d'aquesta escena, la dependència no ve definida, com en el cas de l'heroïna, pel consum diari de la substància sinó per unes pautes, normalment setmanals, vinculades majoritàriament a l'oci. En alguns casos, els espais d'oci arriben a cobrir la major part de la setmana.

"...Ningú no té por de provar-les, la gent té interès per conèixer-les, per saber què passa, de què van... no és el mateix amb l'heroïna, que hi ha un rebuig fins i tot a provar-la..."

Qui consumeix drogues sintètiques?

En un sondeig escolar realitzat amb un total de 2.804 estudiants compresos entre 1r curs de l'anterior BUP o FP fins a l'últim curs d'ensenyament universitari (de 14 a 27 anys), es va observar que el 4,4 % havien provat l'èxtasi.

Cal esmentar que, aproximadament, un de cada dos consumidors d'èxtasi ha consumit o consumeix LSD.

D'un estudi realitzat entre consumidors d'XTC i anàlegs, s'extreuen

les dades que presentarem a continuació i que defineixen el perfil de l'usuari d'aquest tipus de drogues.

- Dos de cada tres persones són homes.
- La majoria de consumidors té entre 18 i 24 anys.
- En la població més jove (grup de 14 a 17 anys) el consum d'èxtasi no està relacionat amb cap subcultura o moviment lúdic i festiu (com pot observar-se en la població de més edat), el consum s'ha convertit en una pràctica més convencional.

- El 25% dels enquestats contesten haver tingut algun tipus de fracàs escolar.
- Molt sovint el consum d'èxtasi es barreja amb altres drogues. L'alcohol, el cannabis, la cocaïna i els àcids potencien els efectes negatius de l'XTC com ara les sobredosis, les crisis d'angoixa, el cop de calor, els vòmits, les paranoies...

* Totes les dades esmentades en aquests apartats s'han extret de l'informe preparat per Gamella J. i Álvarez A. per a la Delegació del Govern per al Pla Nacional sobre Drogues, Drogas de síntesis en España: patrones y tendencias de adquisición y

"La majoria d'usuaris té entre 18 i 24 anys..."

QUÈ ÉS L'ÈXTASI?



Les drogues sintètiques, l'èxtasi (XTC) com la més emblemàtica d'elles, són -en la majoria dels casos- derivats de les amfetamines; en menor freqüència poden ser opiacis sintètics, altres amb principis similars als anestèsics, hipnòtics lleus, etc.

Solen elaborar-se en laboratoris clandestins, de manera que la seva composició pot variar en cada nova remesa.

L'èxtasi en concret està compost, principalment per MDMA, una metamfetamina que s'assembla químicament a l'adrenalina corporal i a l'al·lucinogen Mescalina, actuant directament al cervell.

Com es presenta?

Des del principi d'aquesta dècada el consum d'èxtasi ha anat creixent i ha arribat al mercat sota molt diverses formes: en comprimits de diferents mides o, en la majoria dels casos, en forma de pastilles rodones de diferents marques. Les pastilles d'èxtasi portaven i porten noms com "Mitsubishi, Pajarito, Ovni, Elefante, Dino, Delfin, Eva, Fido Dido,..." Malgrat el seu nom, moltes de les pastilles que circulen no contenen MDMA. El seu preu oscil·la entre les 800 ptes. i les 3.000 ptes. Solen presentar-se en forma de pastilla, però ocasionalment es poden trobar en forma de càpsules i, recentment també s'està distribuint de forma líquida, encara que en menor mesura.

Els diferents tipus de marca, mida o forma no diuen molt de la qualitat o del contingut de la pastilla. En molts casos es venen substàncies relacionades amb l'MDMA o que intenten plagiar-lo (ketamines, benzodiacepines i barbitúrics). També circulen imitacions que contenen elements de barreges més o menys perjudicials (ex: de paracetamol a LSD).

L'èxtasi es considera un mitjà de dopatge, per tant és una droga il·legal i la seva venda o tràfic està penada amb multes o amb la presó.

Com actua?

- Té efecte estimulador: apuja la pressió, dilata les pupil·les, accelera el cor i frena el funcionament intestinal.
- Per l'acció de l'MDMA en el cos es produeixen les reaccions següents: símptomes d'estrès, suors, lleugeres picors, mareigs, problemes de mobilitat en braços i cames, sequedat de boca, estiraments en la zona de la mandíbula, falta d'aire i sensació d'opressió.
- Els seus efectes es noten en mitja hora: hom se sent despert, excitat, desinhibit, es mostra obert i té la sensació de viure-ho tot més intensament.
- Els efectes duren entre 2 i 6 hores, després dels efectes: sensació de somnolència i cansament, la vivència és la contrària als efectes inicials de l'XTC.

"...la ressaca pot durar de 2 a 3 dies i es té mal humor."

Riscs físics associats a l'èxtasi i altres drogues sintètiques

Es poden assenyalar alguns problemes directament relacionats amb el seu consum:

- Pot provocar problemes greus de fetge.

- Pot desencadenar atacs epilèptics.
- En persones amb diabetis, es pot desestabilitzar més el nivell de sucre.
- Existeix un risc especial en persones amb pressió alta, mala circulació i problemes cardíacs.
- Existeix un risc molt alt de patir trastorns importants en persones amb antecedents de símptomes neurològics o psiquiàtrics. També pot induir a psicosis persones sense antecedents.
- L'èxtasi, com totes les drogues, pot afectar l'embaràs.
- Pot provocar reaccions extremes en persones asmàtiques i al·lèrgiques.

ELS CASOS MORTALS QUE S'HAN PRODÛIT PER L'ABÛS D'MDMA S'HAN RELACIONAT AMB:

- "Cop de calor": augment de la temperatura corporal, deshidratació.
- Descomposició muscular: descomposició de la massa muscular.
- Riscs d'accidents cardíacs: augment de la tensió arterial per deshidratació.
- Riscs d'accidents de trànsit: disminució dels reflexos, pèrdua d'agudes visual, etc.

Riscs psicològics

El consum freqüent pot comportar trastorns de l'estat d'ànim (depressió), trastorns d'ansietat i trastorns psicòtics (esquizofrènia). Actualment augmenten els informes sobre ingressos psiquiàtrics, i augmenta el nombre de psicosis induïdes per les drogues; sobre els danys a llarg termini encara són tot especulacions.

Amb el consum d'MDMA poden produir-se "flashbacks" (record de situacions o sensacions anteriors) que poden durar des d'un parell de minuts a alguns dies.

"Després de sortir de l'hospital tenia pensaments d'aquests, d'ara que faré jo. Em suïcidaré. No em queda altra sortida, no sé què..."

És important aquí tenir en compte la dependència psicològica que es pot produir amb aquests consums.

"Hi ha proves que consumint cannabis i MDMA augmenta el risc de descompensacions psicòtiques."

"Èxtasi (MDMA) resultados de la investigación y perspectivas"; Dr. Rainer Thomsius, Christian Jarchow (1997).

Hi ha un petit grup de consumidors que utilitza l'MDMA per superar dificultats personals. En alguns casos arriben a consumir entre setmana, corren un risc més gran de dependència psíquica i de patir altres complicacions psiquiàtriques.

Els consumidors senten cada vegada més ànsia per consumir, i aquesta **dependència psicològica**, en contra del que pensa l'opinió popular, és molt pitjor que la física.

El **consum freqüent** provoca que els efectes positius cada vegada siguin menors i augmentin els negatius.

Sobre les complicacions i alteracions segons els consumidors

Els mateixos consumidors d'XTC manifesten una sèrie d'**efectes residuals** (efectes que perduren 24 hores després de finalitzar el consum) dels quals els principals són els enumerats a la taula següent:

- Fatiga
- Dificultat per concentrar-se
- Anorèxia
- Abúlia

- Insomni
- Pèrdua de memòria
- Incapacitat per al treball/estudi
- Irritabilitat
- Depressió
- Falta de desig sexual

Les complicacions més greus (que requereixen ingrès al servei d'urgències d'un hospital) relacionades directament amb la ingesta d'MDMA són:

- Hipertèrmia maligna (cop de calor)
- Accidents cerebrovasculars
- Hipotèrmies
- Insuficiències hepàtiques agudes

Cal precisar que la majoria dels casos en què s'han donat aquestes reaccions hi ha hagut: o bé una predisposició del consumidor (al·lèrgia ...), o bé un consum excessiu (similar a una sobredosi), o un consum regular intensiu.



PARLEM D'ALTRES DROGUES QUE... ES DONEN LA MÀ

Sense oblidar els "nostres amics", l'alcohol i el tabac...

Les substàncies psicoactives més consumides pels joves espanyols de 14-18 anys són l'alcohol i el tabac. La seva condició de "drogues legals", la seva "integració en la vida familiar" i "la tolerància social" juntament a la pressió publicitària, són elements que faciliten l'ús abusiu que els joves fan d'ambdues substàncies. L'edat d'iniciació en el consum d'aquestes "drogues socials" (alcohol, tabac...) se situa entre els 12 i els 18 anys.

● L'ALCOHOL

Malgrat que la majoria prefereix ignorar-ho, la dependència a l'alcohol ha estat des de sempre la més freqüent a la nostra societat.

El consum d'alcohol entre els joves es produeix fonamentalment durant els caps de setmana, i les begudes alcohòliques es consumeixen principalment en establiments o espais públics (bars, discoteques, carrer) en un context social o de diversió.

Resulta especialment perillosa la barreja d'alcohol i èxtasi. L'alcohol produeix ganes d'orinar i l'èxtasi anul·la la sensació de set, malgrat que se sua molt, i el resultat de tal combinació és la deshidratació.

● EL CANNABIS

"Herba, merda, porro, xocolata, costo...". Amb aquests noms es coneix la droga il·legal més estesa: la marihuana i l'haixix. Totes dues substàncies contenen tetrahydrocannabinol (THC) i la seva forma comuna de consum és fumada ("cigarretes" de marihuana i haixix barrejat amb tabac).

Fumar haixix distorsiona les percepcions i proporciona, segons els seus consumidors, sensació de plaer i somnolència. El seu efecte es manifesta amb un augment dels batecs del cor, enrogiment dels ulls i sequetat de boca i gola. Els seus efectes dificulten la concentració, el rendiment intel·lectual i, parcialment, la connexió amb la realitat. Sol ser, juntament amb l'alcohol, una droga d'inici (entre els 13 i 15 anys).

● LA COCAÏNA

És la substància activa que es troba en les fulles de la planta *Eritroxylon coca* essent la droga estimulante natural més forta i la seva forma d'ús més estesa és l'«esnifada».

El seu efecte estimulante, que dura entre 15 i 60 minuts, produeix al consumidor una gran eufòria i sensació de benestar. En anul·lar la percepció del cansament físic i psíquic, la persona que la consumeix sobrevalora les seves pròpies capacitats.

Després d'un consum continuat, la cocaïna pot modificar les percepcions de qui la consumeix i produir trastorns mentals i de memòria, depressió, agressivitat i altres efectes negatius. Sol anar molt associada al consum de drogues sintètiques. Generalment és considerada pels consumidors de "pastilles" com la "droga reina", no oblidem que és molt més cara.

Com l'speed, el consum de cocaïna provoca trastorns del son, l'intent de solucionar aquests trastorns pot donar lloc a l'abús de tranquil·litzants i substàncies per dormir.

● L' SPEED

L'speed és l'amfetamina per excel·lència, és la droga de disseny més consumida després de l'MDMA. Es tracta d'una barreja estimulante de metamfetamina, amfetamina, cafeïna i altres substàncies per tallar-la, que es presenta en forma de pols.

El consum d'speed produeix un augment de l'insomni i la necessitat de compensar-lo pot conduir cap un abús de tranquil·litzants i pastilles per dormir amb el perill de crear addicció encara a més substàncies.

● LSD (ÀCID LISÈRGIC)

Forma part de les drogues que afecten la ment (al·lucinògens), influïnt i canviant les percepcions dels sentits. Per això, poden ocasionar al·lucinacions i distorsionar el sentit de la realitat.

L'LSD és una droga sintètica presentada en pols, no té gust i es pren dissolta amb sucre en paper de filtre

o bé en petits trossos de gelatina "micro". Actualment circulen uns 20 tipus diferents d'LSD i es coneixen amb noms com: Superman, Donald Duck, Chinese Dragon, etc.

Els efectes de l'LSD abasten tant l'alegria i eufòria com la tristesa, el pànic i la depressió. Els seus efectes són imprevisibles i representen un alt risc per a la salut.

Un efecte secundari desagradable i especialment temut és l'anomenat "viatge de terror" o "mal viatge", que es manifesta en forma d'estats de vivències amenaçadores, torturadores i que produeixen pànic (guerra, mort, destrucció).

Moltes vegades els efectes de l'LSD es confonen amb malalties mentals tipificades, com esquizofrènia i paranoia, entre d'altres.



PERÒ, QUÈ PODEM FER ELS EDUCADORS?

Enfortir i fomentar...

Transmetre aquests missatges als joves:

- Com aconseguixes enfrontar-te a situacions problemàtiques?
- Com et comportes dins d'un grup i com aconseguixes fer front a la pressió dels altres sobre tu?
- Com aconseguixes anar contracorrent? Saps que el fet d'anar contracorrent és senyal de la teva fortalesa i responsabilitat teva?
- Continua essent com ets! No necessites canviar-te per cap falsa imatge.
- Conserva les teves pròpies opinions i confia en tu mateix!
- Sigues tu mateix avui!!!

Esforçar-se a comprendre...

Per què prenen pastilles els joves?

Els motius amaguen situacions complexes. Esmentarem algunes raons...

- Per curiositat:

Per l'aventura d'explorar "nous territoris".

- Per trencar amb la monotonia:

durant la setmana vivim per a això, per arribar a l'experiència real del "finde".

- Per connectar amb "els altres":

Per veure's envoltat de gent que "comprèn", "sense els altres no hi ha ambient".

- Per guanyar energia:

Per aguantar la "festa interminable", el "ballar sens fi", el "non-stop party". "No n'hi ha prou a ser-hi, s'ha de tenir energia, marxa".

- Per connectar amb la música:

"Et poses a ballar i arriba un moment en què t'absorbeix la música per complet, et fons amb ella, vaja".

- Per desinhibir-se:

"Per relacionar-te des dels teus sentiments positius i per això tothom a la festa és més simpàtic, més agradable".

- Per viure noves sensacions:

"Per viure una experiència total, dirigida a tots els sentits".



I LA DEPENDÈNCIA?

Es podria definir com a "dependència" la gran necessitat que té una persona de consumir una determinada droga malgrat els efectes negatius que li ocasiona.

Resulta innecessari dir que no totes les persones que entren en contacte amb drogues legals o il·legals esdevenen addictes (desenvolupen dependència). La perillositat d'una droga i el risc de produir dependència depenen de la dosi, situació i intenció amb què s'utilitzin i del control existent sobre la seva venda i el seu consum. Aquí, la història personal té un paper molt important.

Totes les drogues poden crear dependència psicològica i poden produir dependència física:

La dependència psíquica es podria definir com un impuls quasi irreprimible per consumir la substància, malgrat que els efectes

negatius ja siguin més importants que els positius. Totes les drogues són capaces de crear dependència psíquica.

La dependència psíquica, què és?

Algunes drogues (però no totes) poden crear també dependència física, la qual cosa es manifesta perquè en interrompre el consum apareixen greus trastorns físics (febre, vòmits, dolors musculars...). Es tracta de l'anomenada síndrome d'abstinència.

Amb moltes drogues, encara que no amb totes, es necessita anar augmentant progressivament la dosi per obtenir el mateix efecte que abans. Aquest fenomen és conegut com a augment de la tolerància.

Coneixent el seu entorn...

El grup d'amics proporciona un cert sentit de pertinença i comunitat, crea el sentiment del "nosaltres". La influència del grup és decisiva i augmenta quant menys ajuda orientativa es rep dels adults. D'altra banda, els joves necessiten viure les seves pròpies experiències, volen estar a l'avantguarda, guanyar el reconeixement de l'altre sexe. Rebel·lar-se, violar les exigències familiars, pot ser el primer pas per viure un ordre diferent i separar-se clarament de la generació dels grans. Les relacions en el grup de joves, com les vivències comunes o el reconeixement del sexe oposat, tenen un paper definitiu en relació amb el consum i fins ara infravalorat.

Les relacions i funcions que es donen dins del grup són:

- La pressió del grup.
- La recerca de l'experiència compartida.
- El reconeixement del sexe oposat.
- El desig de saltar del tren en marxa per estar amb ells.
- L'aspiració a l'estatus social.

A través de noves investigacions s'ha descobert que el primer ús de drogues, siguin legals o il·legals, així com la continuïtat en el seu consum gairebé sempre es dona dins del grup de referència del jove.

Segons l'Institut Nacional Nord-americà per a l'abús de droga (NIDA), el consum de substàncies addictives pot iniciar-se en el grup a través d'un procés d'aprenentatge social. Les investigacions mostren una alta relació entre el nivell de consum d'un jove i el nivell de consum entre els seus amics.

Parlem de les relacions següents:

- Una persona amb amics que prenen drogues està més inclinada a prendre drogues.
- Una persona que pren drogues condueix amb més facilitat els seus amics a consumir drogues.
- Aquell que consumeix drogues està més disposat a fer amistats entre consumidors de drogues.

Els diversos "tipus de personalitat" existents en el grup determinen la seva dinàmica, les seves formes de comportament seran motivades per les diferents necessitats i motius, determinen el que emprèn el grup i el seu futur immediat. Els tipus de personalitat que conformen el grup en marquen de manera definitiva la dinàmica i el funcionament.

La diversitat de personalitats en un grup han estat classificades per sociòlegs en cinc perfils diferenciats.

Els diferents tipus de personalitat del grup de la mateixa edat són:

1 - "L'innovador"

L'innovador es caracteritza per ser el primer dins del grup i és el que el marca profundament, el desig de



provar una novetat abans que ningú. El més important és col·leccionar experiències límit així com la necessitat de fer bogeries meravelloses o vivències "a tope", sense que necessàriament les drogues hi tinguin un paper important.

"L'innovador" es pot descriure a través de 3 importants característiques:

- Viure experiències límit.
- Buscar noves emocions i experimentar sensacions.
- Provar-se a ell mateix el seu valor.

Els innovadors porten la veu cantant Moltes vegades tenen les millors idees i les més boges i poden convèncer els altres per realitzar-les. Per això arriben a ser líders en un grup de la mateixa edat. Els educadors o els pares han de prendre-se'ls molt seriosament. Si els educadors no es deixen provocar per aquesta forma de comportament i reaccionen tranquil·lament poden utilitzar aquests "innovadors" com a ajudants en el treball educatiu.

2 - "El promotor"

El motiu d'actuació d'aquests joves és la formació d'una imatge pròpia, d'un "autoretrat". Es plantegen preguntes d'autoafirmació: Qui sóc jo? Quin efecte produeixo als altres? Els promotors refusen els compromisos perquè són psicològicament dèbils i inconseqüents.

Els ídols estan en el centre d'atenció La necessitat darrera d'això és trobar una identitat identificant-se amb

ídols, ja sigui del món de les estrelles del pop o de l'esport o del seu propi grup (innovadors). S'adopten formes de comportament d'altres.

La persona a càrrec d'ell, per exemple l'educador, és d'importància especial com a exemple per a aquests joves, ells observen el seu comportament i tendeixen a imitar-los. Per això, l'educador hauria d'observar críticament el seu comportament (consum) i discutir-lo en el grup.

Els educadors haurien de fomentar l'enfrontament crític d'aquests ídols a través de converses en el grup.

3 - "L'imitador"

Si per als representants dels promotors la motivació més important és la imitació de personatges individuals, com ara esportistes prominents o de membres del grup que donen la nota, per als "imitadors" juga un paper molt important el reconeixement del grup i l'atracció al sexe oposat.

Aquests joves -juntament al grup que anomenarem a continuació- "els que van a remolc" són els que es troben més sovint dins d'un grup. Per a aquests joves la inclusió i l'acceptació del seu grup té un paper molt important. A això se li afegeix el que per a alguns joves és vertaderament difícil: el reconeixement de l'altre sexe.

Per això l'educador hauria de dirigir-los una atenció especial. El reconeixement específic de l'altre sexe i l'experiència de l'altre sexe està en l'estructura de les necessitats dels joves durant la pubertat, com a punt principal. Els comportaments d'aquests joves oscil·len entre sentir-se atrets, tenir confiança, ser confiats, tímids, i la tendència a l'aïllament.

Un objectiu important per als educadors amb aquests joves és el de la conversa de vivències del grup i el suport del reconeixement i la integració dels individus pel grup. La inclusió de, per exemple, gent no acceptada dins del grup de la mateixa edat i el seu enfrontament amb el grup ha de ser un aspecte important del comportament pedagògic de l'educador, per facilitar a una majoria de joves un lloc i reconeixement dins del marc protector del grup.

Important: el reconeixement del grup i de l'altre sexe

4 - Els que "van a remolc" (la majoria tardana)

Per a aquests joves el desig de pujar al tren en marxa és la seva motivació principal. En les personalitats dels grups abans esmentats, la persona com a individu era el més important, en canvi en aquests el grup és el més important com a transmissió d'idees, conceptes i comportaments, amb la finalitat de desenvolupar una imatge

positiva del grup. L'individu perd importància a favor de la imatge de tot el grup: el "sentiment de grup" serà el factor més important dels que "van a remolc".

Al contrari del grup "d'innovadors" (en el qual les experiències individuals de vivències i grup i el reconeixement específic de l'altre sexe tenen un paper important), en canvi en aquests últims la totalitat del grup té el paper més important.

L'educador pot orientar aquests joves, mitjançant recursos de joc, esportius i lúdics, i intentar fer altres activitats juvenils en el grup.

En aquesta relació és molt important el "sentiment de grup" alhora que és una situació inestable i débil que pot caure a cada moment. S'ha de treballar el "sentiment de grup", a vegades amb una crisi interna que després pot tornar a unir el grup. A vegades es necessita la col·laboració de "l'innovador" que sap el que passa dins del grup i pot veure com es pot tornar a cohesionar. De forma artificial mai no es podrà mantenir indefinidament la cohesió grupal.

El reconeixement del grup és el més important

5 - Els que es queden enrere

Els joves amb aquests signes de personalitat es dibuixen com persones que adopten comportaments

que són coneguts ja fa temps pels altres joves i que tenen un gran èxit. Aquest tipus de personalitat tímida, dubtosa i continguda es troba a cada escola.

Les necessitats que hi ha en aquests joves són l'obtenció de reconeixement i seguretat emocional. Les necessitats seran satisfetes quan tinguin una gran acceptació i apreciació entre els seus amics. Gairebé no hi ha temps ni lloc per experimentar.

Això vol dir que l'educador ha de transmetre a aquest grup una seguretat de comportament. Lloances i reconeixements no sols en activitats escolars, sinó en situacions grupals, comportament social, etc. Les crítiques dures relacionades amb esperances massa altes impedeixen un desenvolupament positiu en aquests joves. L'educador hauria de provar de millorar la posició d'aquests joves en el camp de la responsabilitat per evitar que tinguin una posició d'exclusió. Les mostres de comportament positiu existents haurien de ser confirmades i amb convenciment però no amb agressivitat.

Els que es queden enrere haurien de rebre orientació de comportament i animar-los també dins de la seva posició per col·laborar per exemple a l'escola.

Cap lloc on experimentar

PERÒ, QUINES PAUTES O PASSOS PODEM SEGUIR?



Tres passos a seguir per l'educador:

A - OBSERVAR

B - INTERVENIR

C - SEGUIR

A - OBSERVAR

Registre per observar canvis de comportament relacionats amb un possible consum:

- **Problemes d'estómac** que poden manifestar-se en espasmes i vòmits. També hi ha pèrdua de la gana que s'acompanya d'una lenta reducció de pes: *"l'èxtasi t'omple d'energia, sembla que pel fet de consumir no necessitaràs menjar"*.

- **Insomni.** L'èxtasi produeix excitació i per relaxar-se en ocasions es consumeix cannabis o medicaments per dormir: *"jo, per exemple, quan arribo a casa amb el "subidón" no puc dormir i necessito prendre alguna cosa perquè em baixi"*.

- **Somnolència.** Durant les classes o altres activitats formatives, sol traduir-se en una fatiga i somnolència evidents a causa del consum de drogues i dels llargs períodes de "festa" sense dormir.

- **Hiperactivitat/Estat de "trance".** La droga provoca inquietud, augmenta el desig de parlar i el sentiment d'amor per tot: *"un es desinhibeix i es relaciona amb els altres de manera oberta, sense por ni vergonyes"*. Com a efecte contrari, els consumidors poden seure durant hores i observar totalment passius la festa al voltant seu.

- **Canvi sobtat del cercle d'amistats:** Els consumidors de drogues similars busquen persones semblants que també les consumeixin i d'un dia per l'altre rebutgen els seus amics no consumidors: *"la veritat és que només tenia "bon rollo" amb la gent de la festa"*.

- **Deixadesa en el treball o l'escola:** L'excessiu desgast en les festes i el descontrol d'horaris: *"llevar-se al migdia, dormir de dia, viure de nit"* es tradueixen en apatia o absència a l'escola o a la feina.

- **Fixació únicament per sortir i celebrar festes:** el que és quotidià es veu gris, monòton i avorrit. Darrere les paraules: *"Les nostres nits tenen més color que els vostres dies"*, el cap de setmana s'estrena el dimecres o dijous. El jove es comporta com un perfecte hoste, rarament se'l veu a casa, que ve i va quan vol.

- **Absentisme** a classe o altres activitats formatives. No es va a classe ni a altres activitats alguns dies i es mostra manca d'interès en aquest tipus d'activitats.

- **Alteració de les emocions i refredament dels sentiments:** sovint els consumidors d'èxtasi, després d'un cap de setmana, se senten deprimits. Es tornen poc comunicatius i poc parladors, els consumidors descriuen un refredament dels sentiments: *"se't torna el cor tan dur com una pedra"*.

B - INTERVENIR

Com combinar les nostres observacions amb la comunicació...

1 - Parla de les teves observacions amb una **persona de confiança**.

2a - Busca **informació sobre el tema** de les drogues i l'addicció. Només coneixent el món dels joves i del consum podràs entendre'ls i discutir millor amb ells (guia per a pares editada pel Departament de Benestar Social - Generalitat de Catalunya).

2b - Troba una **bona oportunitat per parlar amb ell**, per exemple: parla amb ell fora de classe en una conversa privada i personal, és convenient sentir-se relaxat. Assegura-li que es tracta d'una conversa confidencial i que sense el seu consentiment no li comentaràs a ningú més.

2c - No posis el jove en el banc dels acusats ja que immediatament ell se situaria a la defensiva. **Aborda el problema amb una actitud positiva i admet la teva part de responsabilitat.**

2d - Comparteix les seves **por i preocupacions** cap a les drogues en general però també d'altres temes i conflictes intrascendents; d'aquesta forma construiràs una base comuna de confiança. Explica les teves preocupacions sobre els **canvis de comportament observats**. Comenta les teves observacions (sense renyar-lo) com per exemple unes ganes de dormir no habituals, una tristesa sense causa coneguda o un increment en la seva hiperactivitat.

2e - Intenta aclarir en aquesta conversa si els canvis són deguts al consum de drogues i assegura't que no es tracta d'una crisi del desenvolupament.

2f - Recorda que l'enfrontament genera calidesa, ja que tenir valor davant de les discussions i disputes és la condició més important per a un bon clima a classe.

2g - Demuestra que el vols ajudar mitjançant:

- Obertura i transparència, de manera que cadascú pugui ser honest davant de l'altre.

- Interès, cadascú sap el que significa per a l'altre.

- La distància necessària perquè cadascú pugui desenvolupar la seva creativitat i individualitat.

3 - En cas necessari busca una altra conversa amb la família avisant prèviament el jove.

Escolta bé abans de comunicar qualsevol sospita!

COM POT FALLAR LA COMUNICACIÓ?

LES BARRERES DEL CAMÍ CAP A UNA BONA COMUNICACIÓ

Ordenar i amenaçar

Ex: "para de queixar-te i procura acabar la teva feina", "fes un esforç per un cop a la teva vida, si no vols que avisi els teus pares", "però, es pot saber què fas tu a aquestes hores, on us fiquen?"; "i tu creus que arribar puntual els dilluns és massa dur per a tu?"

Moralitzar

Ex: "hauries de treballar més, és la teva responsabilitat i espero que no ho oblidis"; "si vénis aquí a estudiar i a treballar hauries de deixar els teus problemes personals a casa, que és on han de ser", "cal que et planifiquis millor el temps, només així podràs acabar totes les tasques".

Culpabilitzar i etiquetar

Ex: "o ets un mandrós o un gran "juerguista", "ets capaç de fer qualsevol cosa per portar-me la contrària", "et comportes com un nen i no com algú que té 16 anys".

Interpretar, analitzar i diagnosticar

"el teu únic problema és que sempre proves "d'escaquejar-te" de les teves tasques a causa de la teva por d'enfrontar-t'hi".

Evitar parlar del problema, utilitzar el sarcasme, distreure l'atenció

"sembla que aquest matí algú, i no miro ningú, s'ha llevat amb el peu esquerre".

COM ACTUAR AMB LA FAMÍLIA...

EL REQUISIT PRINCIPAL ABANS DE QUALSEVOL INTERVENCIÓ ÉS LA PARTICIPACIÓ DE LA FAMÍLIA

Procura:

TRANSPARÈNCIA entre educador, família i jove.

CONSEQÜÈNCIA en la intervenció i seguiment.

a - Quan hi ha una forta sospita de consum de drogues, encara que el jove declari que no les consumeix, no s'ha d'espantar els pares amb la nostra sospita. Convé buscar una raó per conversar amb ells que no sigui la sospita que el seu fill/filla pren drogues.

b - Aprofitar la conversa per implicar els pares en l'observació dels símptomes detectats per l'educador i en la identificació d'un possible consum de drogues.

c - En cas d'identificació d'un consum, dissenyar juntament amb els pares i el jove la intervenció i el seu seguiment. Els pares han d'implicar-se al llarg dels tres passos: observació, intervenció i seguiment.

d - Planificar i enregistrar:

- Identificar els problemes, els sentiments i les necessitats viscudes pel jove.

- Estudiar les possibles solucions amb el jove i la família.

- Prendre decisions.

- Establir pactes i assumir compromisos.

COM ACTUAR DAVANT D'UN JOVE QUE ESTÀ SOTA ELS EFECTES D'ALGUNA DROGA ...

a - Abans que res, que no s'estengui el pànic, ser capaç de controlar-se i no deixar-se atrapar per les situacions problemàtiques.

b - Procurar-li les atencions immediates:

- Buscar un lloc perquè s'estabilitzi, procurar que descansi i es refresqui en un lloc ventilat.

- Animar el jove a beure suficient quantitat de líquids.

- Assegurar la vigilància necessària fins que el jove es recuperi.

c - Segons el grau d'inconsciència o adormiment del jove, o bé si aquest es troba malament, si es talla la sudoració, anar al metge.

d - Si el jove ha consumit, no intentar iniciar una conversa ni tirar-li les coses en cara o donar-li ordres ja que la seva capacitat de comprensió es troba afectada per la droga.

e - Informar els pares, ja que ells són part implicada i del tot necessària en qualsevol intervenció.

f - Planificar la intervenció i el seu seguiment conjuntament entre el jove i els seus pares. Si totes les persones implicades no desitgen buscar una solució, com és lògic, no se'n trobarà una.

C - SEGUIR

Per comprovar i valorar la realització dels pactes i compromisos establerts a l'inici de la intervenció és important:

a - Mantenir la comunicació contínua amb el jove i la seva família mitjançant entrevistes individuals i/o familiars.

b - Valorar periòdicament i juntament amb la família els canvis realitzats pel jove.

c - Ser conseqüent amb els pactes acordats.

**Si voleu més informació
podeu trucar a la «línia verda d'informació
i orientació sobre l'alcoholisme i les altres
drogodependències»**



93 412 0 412

Aquest material ha estat elaborat per:



Amb la col·laboració de:

Departament de Sanitat i Seguretat Social.
Departament d'Ensenyament. Generalitat de Catalunya.