

PREVENCIÓN DE ADICCIONES EN EL ÁMBITO ESCOLAR

GUÍA DIDÁCTICA **CANNABIS Y ADOLESCENCIA**



Todos los materiales han sido elaborados desde el Área de prevención de la Fundación Canaria Yrichen, en colaboración con la Consejería de Igualdad, Políticas Sociales y Recursos Humanos del Cabildo de Fuerteventura y el Servicio de Información y Prevención de Adicciones (SIPA) y financiado por la Dirección General de Salud Pública del SCS, acorde a las prescripciones descritas por la Estrategia Nacional sobre Adicciones 2017-2024, el borrador del IV Plan Canario sobre Adicciones 2020-2024 y el borrador del II Plan insular sobre Adicciones de Fuerteventura 2022-2025.

Fuerteventura, Diciembre de 2021



“Cannabis y adolescencia”

Justificación:

El cannabis es desde hace décadas la sustancia prohibida más consumida y mayor aceptación social entre los y las estudiantes de 14 a 18 años. Según ESTUDES 2021 (Encuesta sobre uso de drogas en enseñanzas secundarias en España), un 28´6 % de las personas de estas edades reconoce haber consumido en alguna ocasión en su vida, con una media de inicio a los 14´9 años (tendencia a la baja en los últimos años). Se da una ligera mayor prevalencia entre los chicos, pero en general el consumo sube hasta el 48´5 % (alguna vez en la vida) a los 18 años.

Se requiere una labor preventiva continuada en contextos escolares para evitar el inicio del consumo, retrasar la edad de inicio y/o reducir la frecuencia del mismo al máximo. También para abordar las posibles consecuencias y riesgos del consumo, especialmente aquellos asociados a las circunstancias y contextos principales de consumo recreativo durante la etapa juvenil.

Según el IV Plan Canario sobre Adicciones en el ámbito escolar se debe contemplar: la reducción de riesgos (prevención universal, selectiva e indicada), el cuestionamiento de la percepción normativa respecto a la extensión real del consumo, el trabajo de los factores del sistema de género relacionados con el consumo de sustancias tanto en chicos como en chicas y en sus diferentes consecuencias a nivel subjetivo y social y propuestas centradas en las sustancias de mayor consumo en nuestra realidad.

La presente propuesta persigue su inclusión dentro de los currículos educativos y programas de centros escolares y servir de apoyo a la formación del profesorado, con una propuesta aplicable a contextos de aula. Contiene los contenidos y objetivos básicos de la prevención, así como una orientación general para la ampliación de la actividad. El enfoque general de la sesión parte de una perspectiva de prevención universal, si bien puede adaptarse hacia la prevención selectiva, con un abordaje del tema desde “lo significativo y cercano” a la realidad juvenil (abordando lo relativo a su realidad y no solo las consecuencias a largo plazo del consumo). Se incluirá la perspectiva de género como eje transversal al abordar el consumo, así como sus implicaciones negativas diferenciales.

Objetivos de la sesión:

1. Facilitar información básica sobre el consumo de alcohol en la juventud: efectos y daños en la salud.
2. Reflexionar acerca de los principales riesgos asociados al consumo juvenil de cannabis, en contextos de ocio, así como aquellos factores personales, relacionales y sociales influyentes.
3. Promover el pensamiento crítico, el autoconocimiento y la necesidad de una toma de decisiones consciente respecto al consumo de cannabis.

Contenidos

- Información básica sobre el cannabis y conceptos básicos relacionados con el consumo
- Riesgos asociados al consumo recreativo juvenil
- Factores de riesgo y protección relacionados con el consumo problemático
- Mitos y realidades con respecto al consumo

Personas Destinatarias

Cuarto curso de ESO, si bien puede adaptarse a niveles inferiores y/o superiores (desde 3º ESO hasta los 18 años)

Metodología

Este material propone una metodología participativa, bajo los principios del trabajo colaborativo. Se propondrán situaciones de aprendizajes significativas, variadas, motivadoras y contextualizadas; con agrupamientos flexibles y heterogéneos para favorecer el proceso de enseñanza aprendizaje.

Se persigue potenciar el papel activo del alumnado, favoreciendo su participación e implicación en las actividades. El o la docente tendrá que moderar las sesiones, facilitar ejemplos para familiarizar al alumnado con las actividades, orientar en la búsqueda de soluciones, actuar como guía e incentivar que comuniquen sus opiniones, experiencias, necesidades, etc. Las actividades propuestas están interrelacionadas entre sí, pudiéndose adaptar según los intereses del grupo o seleccionarse de forma parcial. Quien dinamice también puede flexibilizar las sesiones reduciendo o ampliando actividades, así como adaptando las existentes, según convenga.

Recursos

Cañón proyector o pizarra digital, conexión a internet y videos didácticos.

Materiales de apoyo

La presentación servirá a la/el docente como instrumento para dinamizar las sesiones y la presente ficha contiene materiales complementarios y/o referencias de recursos útiles para profundizar en el tema, a través de actividades con los y las alumnas.

Temporalización

De una a dos sesiones de aula (50 a 100 minutos aproximadamente). En cada actividad, los tiempos previstos son orientativos.

Evaluación

Irá tomando conciencia del proceso de aprendizaje del alumnado a través de la evaluación continua. Se valorará el nivel de implicación, motivación e interés del alumnado sobre la temática, mediante el desarrollo de las dinámicas establecidas y la observación directa del profesorado.



UNIDAD 1

"Cannabis y adolescencia"

Esta sesión gira en torno a los siguientes aspectos: la promoción del pensamiento crítico del alumnado entorno a las expectativas juveniles para el consumo recreativo y la toma de decisiones consciente y responsable; la difusión de información básica sobre los efectos y las consecuencias del consumo en la salud, la reflexión sobre los factores influyentes en el consumo y, finalmente, la visualización de los diferentes y variados riesgos del consumo, teniéndose en cuenta el factor diferencial de género.

Al respecto, adelantamos que la evidencia disponible actualmente nos exige diferenciar para chicos y chicas, generalmente, algunos factores de riesgo como los siguientes:

Al respecto, adelantamos que la evidencia disponible actualmente nos exige diferenciar para chicos y chicas algunos factores de riesgo como los siguientes:

- La presión de grupo, la cual no se ejerce de igual manera en grupos de chicos y de chicas.
- La diferente motivación para mantenerse en el consumo, más allá de la experimentación
- La diferente visibilización y penalización del consumo entre chicos y chicas

ACTIVIDAD 1:

“Mitos y realidades”

Objetivo:

- Conocer las expectativas, motivaciones e información previa respecto al consumo del alumnado
- Abrir un debate y reflexión compartida sobre la información no contrastada al respecto.

Tiempo Previsto:

Entre 10 y 30 minutos, dependiendo de la dinamización que se proponga y el tamaño del grupo.

Desarrollo:

Se plantea al grupo la lectura y valoración de las afirmaciones siguientes, así como las preguntas “pertinentes” que las acompañan, siendo posibles las siguientes opciones didácticas:

- Debate en pequeños grupos de (3 a 5 miembros cada uno, grupos heterogéneos) y llevando las conclusiones generales a plenario.
 - Reflexión individual y contraste de respuestas a mano alzada en plenario
- Tras la exposición de ideas por parte del alumnado, la persona dinamizadora expone las “realidades” relacionadas con cada frase/mito.



MITOS	DEBATE/PREGUNTAS	REALIDAD
No es malo fumar porros de vez en cuando; al fin y al cabo tiene efectos terapéuticos	¿Cuáles pueden ser las propiedades o efectos terapéuticos del cannabis? ¿Que significa que algo sea "terapéutico"?	Debemos comprender la diferencia entre uso recreativo y uso terapéutico. El cannabis tiene utilidades terapéuticas concretas, cuando se usa de forma controlada cuando las personas tiene alguna patología, pero en condiciones que no tienen nada que ver con las de su uso recreativo. Consumir cannabis siempre tiene consecuencias negativas, si bien para algunas personas puede aportarle más de lo que la perjudica (como cualquier medicamento).
Fumar porros es más saludable que consumir cigarrillos.	¿Cuál de estas sustancias produce más muertes anuales? ¿Se fuman más cigarrillos o más porros? ¿A nivel físico y mental producen los mismos efectos ambas sustancias?	Usualmente las personas consumen cannabis (hachís y marihuana) fumando y mezclandolo con tabaco. La costumbre de fumar porros sin filtro y con aspiraciones profundas incrementa además el riesgo de cáncer. Por otro lado, el cannabis tiene consecuencias a nivel mental que el tabaco no produce (memoria, atención, concentración, motivación...). Dependerá de muchos factores saber qué perjudica más, pero en cualquier caso el consumo de cannabis en la adolescencia está relacionado con más riesgos.
Los y las jóvenes consumen cannabis porque está prohibido. Si fuera legal se consumiría menos	¿Crees que disminuirá el consumo de cannabis en los y las jóvenes? ¿Por qué crees que resultaría más beneficioso?	Las drogas de mayor consumo son el alcohol y el tabaco, y ambas son legales. Según el Plan Nacional sobre Drogas, más que la prohibición, lo que influye en el consumo es la facilidad para conseguir una droga y su aceptación social. Por otro lado, el cannabis al estar prohibido suele estar fuertemente adulterado, lo cual implica riesgos añadidos (en gran medida, no sabes "lo que te metes")
El consumo de cannabis puede controlarse ya que no produce adicción.	¿Qué entendemos por adicción o enganche?	No produce adicción física (no hay síndrome de abstinencia claro y objetivo para todas las personas). Pero sí, puede haber adicción "psicológica" (como con cualquier droga). "Cualquier comportamiento placentero es susceptible de convertirse en compulsivo".
Engancharse es el principal riesgo del consumo de esta sustancia	¿Crees que pueden existir otros riesgos del consumo?	El consumo de cannabis, como el de otras drogas, no solo supone riesgo de "engancharse" a medio plazo. También se asocia en edad juvenil especialmente
Fumar porros es divertido porque uno de los efectos del consumo es que provoca risas	¿Es cierta esta afirmación? ¿A todas las personas? ¿Da igual el tipo de consumidor/a?	Uno de los efectos del consumo, cuando es "experimental o esporádico" es que produce risas, en ocasiones. Pero esto no ocurre para todas las personas; a muchas les produce experiencias desagradables. Depende de muchos factores (como el contexto/ambiente). Generalmente deja de producir este efecto cuando la persona consume de forma frecuente.

ACTIVIDAD 2:

“USOS Y RIESGOS”

Objetivo:

- Reflexionar sobre los diferentes tipos de “usos” y riesgos diversos del consumo, especialmente relevantes durante la etapa de la adolescencia.
- Promover el pensamiento crítico en torno a las influencias sociales y la desinformación asociada al consumo de cannabis.

Tiempo Previsto:

10 - 30 minutos.

Desarrollo:

Se expone al alumnado a una batería de imágenes de diferentes situaciones de consumo de cannabis y, a través de preguntas “guía”, se debe identificar a qué situaciones se corresponden. Esta actividad se podrá dinamizar directamente en gran grupo y/o dividiendo al alumnado en pequeños grupos los cuales, dependiendo del tiempo disponible, podrán debatir acerca de todas las imágenes en cada grupo o de forma parcial (cada grupo 1-2 imágenes) para luego llevar las conclusiones a plenario.

DESCRIPCIÓN



Consumo vaporizado como tratamiento paliativo contra el cáncer: persona mayor en tratamiento con quimioterapia. Consumir cannabis vaporizado es menos tóxico y ayuda a reducir los vómitos y estimular el apetito a personas expuestas a un tratamiento tan agresivo. Nada tiene que ver con el consumo recreativo.



Le pasan un porro: el hachís suele estar muy adulterado y su toxicidad no se puede prever por este motivo. No hay control sanitario de lo que se vende en la calle y el consumo a edades tempranas supone mayores riesgos a diferentes niveles

DESCRIPCIÓN



Consumo ritual: el cannabis es usado en algunas tradiciones antiguas como vehículo de meditación. Personas mayores que consumen en determinados rituales exclusivamente para favorecer estados alterados de conciencia.



Repostería para consumo oral: Dulce que contiene cannabis. También es psicoactivo pero al ingerirse por vía oral sus efectos son más intensos (difícil controlar las dosis y los efectos) y tardan más en aparecer que cuando se fuma.



Infusión para tratar a personas con anorexia. El consumo de esta sustancia por vía oral estimula el apetito, en dosis y frecuencia controladas.



Cannabis fumado para reducir y frenar las consecuencias de la enfermedad del glaucoma: esta enfermedad degenera el nervio óptico. El consumo continuado de esta sustancia frena la presión intraocular retrasando la degeneración del nervio óptico. En cualquier caso, este consumo continuado tiene consecuencias negativas a otros niveles.

Ya en plenario, se expondrá y debatirá en torno a las siguientes preguntas reflejadas en la presentación:

¿Qué tienen en común todas las situaciones vistas?

(hay consumo de esta sustancia)

¿En que se diferencian?

(tipos de uso: terapéuticos / recreativos / espirituales o religiosos)

¿Todas las situaciones vistas implican los mismos riesgos?

(siempre hay riesgo, pero no siempre igual de grave en función de los motivos, la frecuencia del consumo, la edad de la persona, la calidad de la sustancia, etc...)

Al cierre de esta actividad, se propone que el alumnado reorganice la siguiente frase desordenada y debata sobre la misma:

"No existen drogas buenas y malas... solo usos sensatos e insensatos de las mismas"

ACTIVIDAD 3:

“¿Que supone el consumo?”

Objetivo:

- Exponer los principales efectos del consumo de esta sustancia, así como las variables subjetivas que afectan a los mismos.
- Debatir en torno a las habituales consecuencias negativas del consumo a corto y medio plazo en la adolescencia.

Tiempo Previsto:

15-30 minutos

Desarrollo:

Se pide al alumnado debatir sobre las siguientes preguntas en pequeños grupos o en plenario:

- ¿Cuáles son los efectos habituales que produce el consumo de esta sustancia?
- ¿Qué factores relacionados con la sustancia y la persona influyen en las variaciones del consumo?

Se propone una de las siguientes opciones de visualización:

<https://www.youtube.com/watch?v=M8ndvcCaltw>

<https://www.youtube.com/watch?v=PZbsvZS8UCs>

A continuación, la persona dinamizadora expondrá lo siguiente:

- **Efectos Habituales iniciales:** leve euforia, relax, ganas de reír, ligera somnolencia, alteraciones visuales y temporales, sequedad de boca, palpitaciones, dilatación de vasos sanguíneos, sensación de náuseas, reducción de reflejos y afectación de la memoria a corto plazo. Todos ellos variables dependiendo de factores como...

- **Variables Subjetivas:** personalidad (más o menos introvertida), estado de ánimo, ambiente, dosis (altas, medias, bajas...), adulteración de la sustancia y potencial del principio activo, policonsumo (tomar a la vez otras sustancias como el alcohol), vía de administración (oral, fumada, en infusión), tipo de consumo (experimental, habitual, abusivo...) y predisposición genética asociada a trastornos psiquiátricos.

Para terminar, cerramos con algunas **conclusiones:**

- No todo consumo entraña los mismos riesgos, pero siempre los hay ...
- Cuanto antes se empieza, cuanto más frecuente es el consumo, mayores riesgos.
- Es importante tener en cuenta realmente las motivaciones para consumir

- El cannabis tiene propiedades terapéuticas, pero el origen de la palabra "fármaco" es (PHARMAKON : Remedio y veneno "a la misma vez"...) ¿Tomamos aspirinas sin dolor de cabeza?

-Especialmente afecta el consumo en relación al rendimiento académico (memoria, motivación por el estudio...)

- En la adolescencia, en ocasiones, se asocia el consumo (incluso experimental) con trastornos psiquiátricos.

- Los efectos varían en función del tipo de consumo (experimental, ocasional, habitual, etc...)

- También las consecuencias varían en función de cada persona (su biología, psicología y formas de relacionarse)

Si se considera, se podrá rescatar información contenida en la Unidad I sobre los efectos del alcohol, para ahondar en conceptos como experimentación, uso ocasional, uso habitual, abuso, tolerancia y dependencia.

ACTIVIDAD CIERRE:

VideoForum "¿Cómo lo vemos...?"

Objetivo:

- Reflexionar sobre la adolescencia y sus circunstancias como momento de transgresión y búsqueda de identidad.

- Reconocer los diferentes aspectos influyentes en el consumo problemático de esta sustancia (familiares, escolares, relacionales...)

Tiempo Previsto:

20-40 minutos

Desarrollo:

Se propone la visualización del siguiente corto. Se propondrá las siguientes preguntas a modo de guión tras su visualización:

Ver: <https://www.youtube.com/watch?v=a9mvJaB7jWl>

¿Cuáles suelen ser las motivaciones habituales para experimentar?

(la curiosidad, el querer encajar en grupo, la visión normalizada del mismo, las ganas de evadirse de su propia realidad, la baja percepción de riesgo sobre esta sustancia, etc... Muchos factores relacionados normalmente).

¿Hasta qué punto condiciona el grupo de referencia para consumir? ¿Influye de la misma forma el grupo entre chicos que entre chicas? ¿Por qué?

(suele ser más habitual en grupos de chicos el consumir condicionado para "encajar" en grupo; mientras que en las chicas es más frecuente la conducta de consumo para "destacar" cómo sentirse y proyectarse como más adulta).

¿Qué circunstancias creen que influyen en tener una visión "normalizada" del consumo?

(consumo familiar, entorno cercano consumidor, información errónea, desinterés por otras opciones de ocio...etc)