

en la calle



Coordinadora estatal
Plataformas Sociales
Salesianas

Revista sobre situaciones de **Riesgo Social**

Número 55
Junio 2023

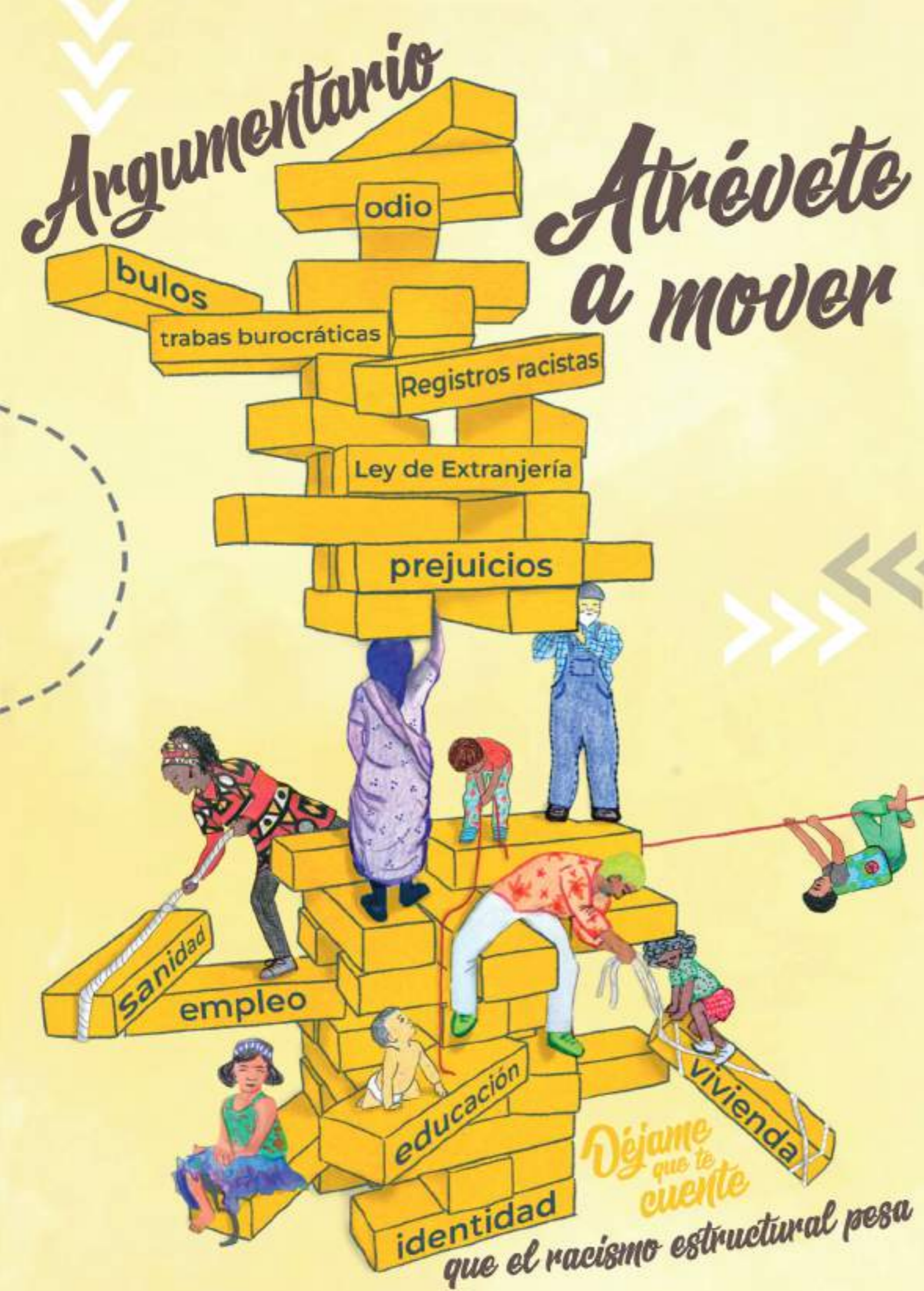


ADICCIONES

Adicciones
sin sustancia

El valor
de la prevención

Jóvenes
en positivo



y la irrupción de la tecnología en el mundo de las adicciones. Complementan estas voces el estudio que nos brinda los Centros Juveniles salesianos sobre las pantallas y los adolescentes, así como el análisis realizado desde la Unión Europea. También exploramos cómo implementar las nuevas narrativas del amor en el ámbito digital, convirtiéndonos en ciberactivistas de estas nuevas formas de relacionarnos que nos propone "Déjame que te cuente". Ampliamos nuestra mirada hasta Irán, donde las ejecuciones siguen siendo una realidad que vulnera cualquier posibilidad de defensa.

Nos adentramos en este número 55 en el mundo de las adicciones. Observamos cómo nuestro mundo y nuestra sociedad evolucionan y no podría ser de otro modo también en el mundo de las adicciones.

La identificación de las llamadas "adicciones sin sustancia" está generando una verdadera revolución tanto para las entidades dedicadas a abordar este problema como para el resto de la sociedad, sobre todo para aquellas que se enfocan en la infancia y la juventud más vulnerable, quienes se ven particularmente afectados por esta nueva problemática.

En este número, hemos querido realizar un amplio recorrido por estas situaciones, tanto las se enfocan de una manera más "clásica" como las que detectan nuevas problemáticas y adoptan nuevas formas de hacer. Contamos con la perspectiva histórica del Centre Català de Solidaritat (CECAS) y del grupo Martes de FISAT, quienes continúan ofreciendo respuestas a lo que para muchos puede parecer algo del pasado pero que sigue estando presente, a veces de manera invisible.

La entrevista a Izabela Zych y la voz de Bruno Cortés, nos hablan en primera persona sobre el cambio

Como una voz salesiana comprometida, "En la Calle" no podía dejar de abordar el tema de la prevención. Cristina Alonso nos trae su experiencia como educadora especializada y su participación en el Proyecto Toma las Riendas de CEPSS, el cual ya ha realizado más de 10 ediciones.

Esperamos que el recorrido que planteamos nos ayude a tomar conciencia de la realidad que vivimos y a sumar esfuerzos educativos, preventivos y sociales para ayudar a las personas con las que trabajamos a vivir de la manera más libre posible de cualquier peligro de caer en la oscura red de la adicción. Y si detectamos algún caso, que seamos capaces de brindarles el apoyo necesario para superarlo.

@jotallorente
DIRECTOR DE "En la Calle"

CRÉDITOS

Edita: **Coordinadora Estatal de Plataformas Sociales Salesianas**

Director: **Jota Llorente**

Consejo Asesor: **Comisión Nacional de Plataformas Sociales Salesianas:**

Paco Estellés, María Jesús Sánchez, Ilaria Ursino, María Ángeles García Mainar, Joan Valls, Francisco Rodríguez, Sonia Martín, Ignacio Vázquez, Nuria Jerez, Nacho Beltrán, Oscar Castro, Chary Martínez, Ana María Cabrera, Francisco José Muñoz.

José Miguel Núñez, Director del Centro Nacional Salesiano de Pastoral Juvenil.

Francisco López, Universidad Ramón Llull - Escuelas P. Salesianas de Sarriá. Barcelona.

Héctor Alonso, Fundación Pere Tarrés. Barcelona.

Consejo Redacción: **Ángel Miranda, Carmen Villora, Jota Llorente, Paco Estellés, Toñi Moriana, Esther Mulió, Roberto Trujillo, Javier Doval, Cristina Marín.**

Fotografías e ilustraciones: **Javi Comino, Jota Llorente, Pixabay, FAD.**

Administración, suscripciones y publicidad: **Antonio Sánchez.**

WEB y Redes Sociales: **Esther Mulió.**

Dirección, redacción y administración:

En la Calle, C/ Joaquín Turina, 39 28044 - Madrid. Tel.: 91 361 00 50

E-mail: enlacalle@psocialesalesianas.org - www.revistaenlacalle.org

Twitter: [@rev_enlacalle](https://twitter.com/rev_enlacalle)

Diseño e impresión: **imprentasantos**. Burgos

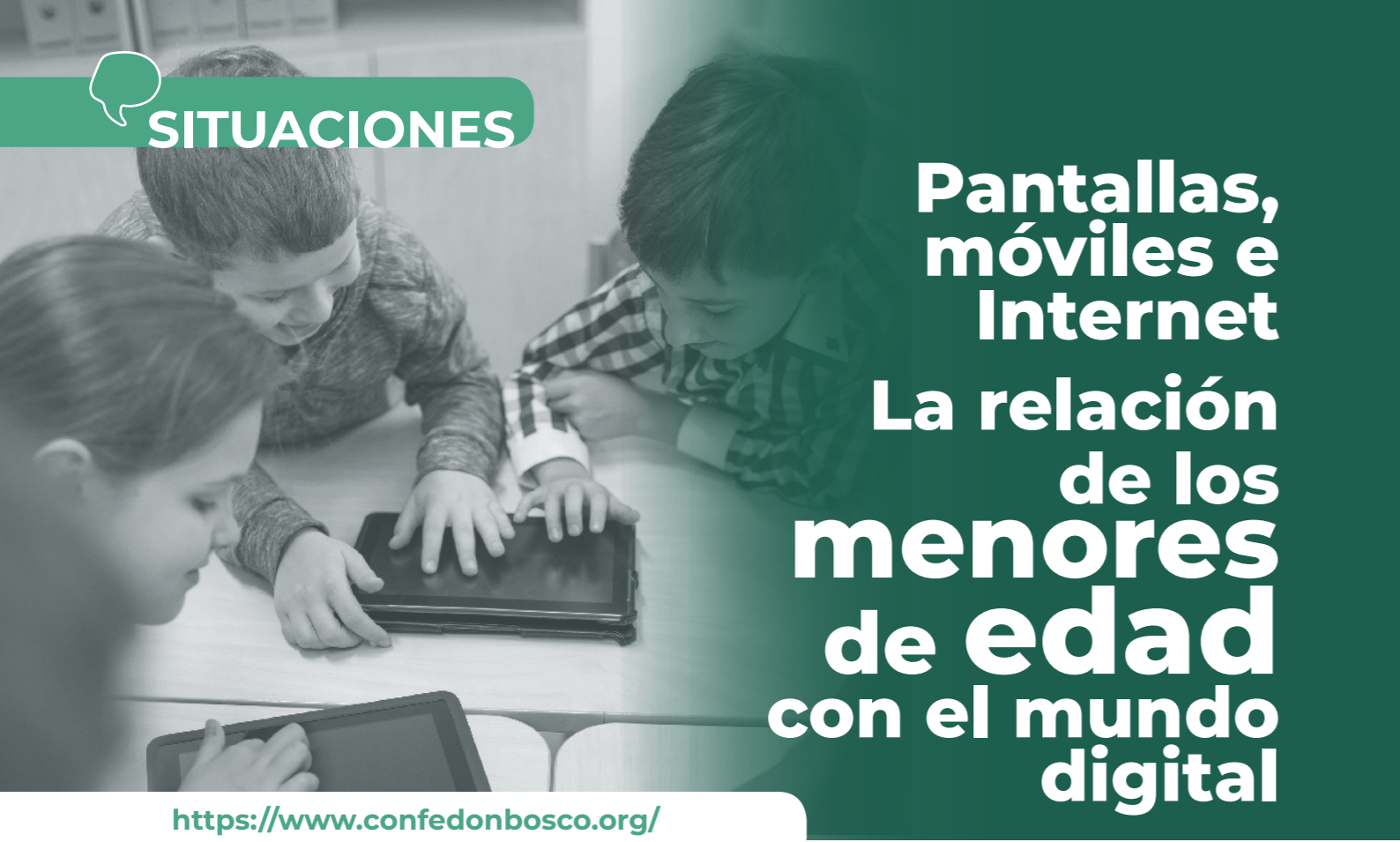
Dep. Legal: LE-943/2012. ISSN:2647537 / 5

En la Calle, no hace necesariamente suyas las opiniones de sus colaboradores. Autoriza la reproducción de sus trabajos, indicando la procedencia.



sumarios

00	Portada
03	Editorial
04	Situaciones. Pantallas, móviles e internet
07	Profundizando. El valor de la prevención
10	Una mirada al mundo. Centre Català de Solidaritat (CECAS)
13	En Europa. Conductas adictivas en la EU
16	Desde la calle. Perspectiva interseccional y migraciones
18	Entrevista. Izabela Zych
21	La voz de... Bruno Cortés
23	Destaca. Jóvenes en positivo
26	Rincón jurídico. Ejecuciones por delitos de droga 2023
29	Proyectos Sociales. Grupo Martes
32	Déjame que te cuente. Otra forma de usar tus "redes"
36	Contraportada. Javi Comino



Pantallas, móviles e Internet

La relación de los menores de edad con el mundo digital

<https://www.confedonbosco.org/>



Las nuevas tecnologías se han convertido en una parte esencial de nuestra vida cotidiana y, si se utilizan adecuadamente, pueden ser una gran ventaja y herramienta muy útil.

No cabe duda de que tener acceso a herramientas digitales y a las redes sociales ofrece a los jóvenes, niños y niñas, mayores oportunidades de aprendizaje, les ayuda a desarrollar habilidades de comunicación y fortalece sus relaciones sociales. Sin embargo, la adicción a las nuevas tecnologías en adolescentes es algo muy real que surge cuando su uso traspasa la barrera de lo sano y necesario, generando una importante dependencia.

Por ello, la Confederación de Centros Juveniles Don Bosco de España, con la colaboración del Grupo de Investigación Ciberpsicología de la Universidad Internacional de la Rioja (UNIR), nos muestra a través de último estudio postpandémico "Impacto del uso de redes sociales e Internet en menores de edad", cómo se ha modificado el uso de estos ítems en el tiempo libre en los colectivos de infantes, preadolescentes y adolescentes.

Las encuestas se aplicaron a estudiantes pertenecientes a 51 centros educativos de salesianos y salesianas del territorio español. Durante el proceso de recolección de datos, se obtuvieron un total de 2.644 respuestas de estudiantes de educación primaria y 6.139 respuestas adicionales de estudiantes de educación secundaria obligatoria (ESO).

Las líneas de investigación que siguieron para conseguir los objetivos planteados fueron:

- Actitud frente a la tecnología e internet.
- Sistemas de referencia para los jóvenes.
- Brecha digital.
- Violencia digital.
- Cambios en el comportamiento de Internet por la pandemia COVID-19.

DIFERENCIAR ENTRE EL INTERÉS POR LA TECNOLOGÍA Y EL USO DIARIO DE INTERNET

A nivel general, una de las conclusiones que se extrae del estudio es la diferenciación de dos claros grupos encuestados: aquellos interesados en Internet y/o la tecnología —“muy tequis” y “bastante tequis”— y aquellos a los que les apasiona la tecnología —o no— pero no les entusiasma Internet —“algo tequis” y “poco tequis”—.

Analizando los perfiles detectados, en función del género, encontramos que tanto en ESO como en Primaria los chicos manifiestan más atracción hacia la tecnología e Internet que las chicas —tendencia que se mantiene desde el estudio de 2018—. Asimismo, cabe señalar que a medida que los estudiantes “bastante tequis” pasan de Primaria a Secundaria, muestran más interés por la tecnología e Internet.

Gráfico 64. % Normas sobre el uso de Internet en el hogar, en función del género y los perfiles contrastados 2022

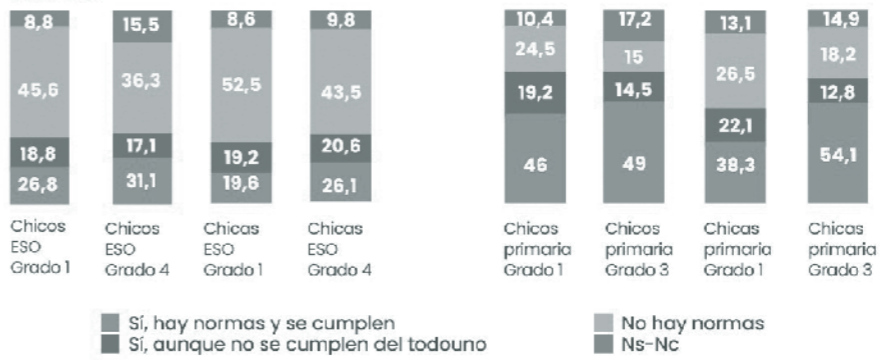
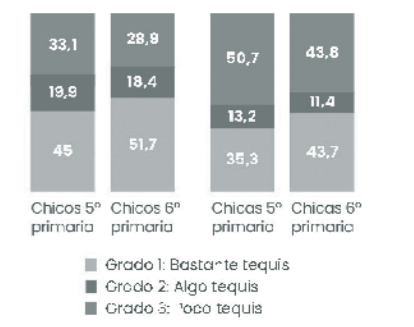


Gráfico 12. % Distribución de los perfiles identificados en PRIMARIA, diferenciada por curso escolar y género 2022



Destacar en este apartado de la investigación una posición ambivalente en cuanto a la percepción que oscila entre si Internet les ayuda a aprovechar el tiempo o, por lo contrario, les roba el tiempo.

Los niños, niñas y adolescentes encuestados afirman que son conscientes de que internet, entendido sobre el concepto móvil, les “roba” tiempo, pero, por otro lado, afirman que les ayuda a aprovecharlo. En general, y a pesar de esta dualidad, se aprecia una tendencia en los que estudiantes de ESO consideran que

Internet les roba tiempo, mientras que en Primaria predomina la percepción de que Internet les ayuda a aprovechar el tiempo.

Con respecto a cómo perciben Internet y las redes sociales en la escuela y en sus estudios, los estudiantes de ESO consideran mayoritariamente que su centro no les ayuda a aprovechar Internet para sus estudios. En Primaria el número de estudiantes que comparten esa opinión es más reducido, y es superado ampliamente por el número de estudiantes que consideran que el centro sí les ayuda.

Gráfico 4. % Distribución de los perfiles de los estudiantes de ESO, diferenciada por género 2022

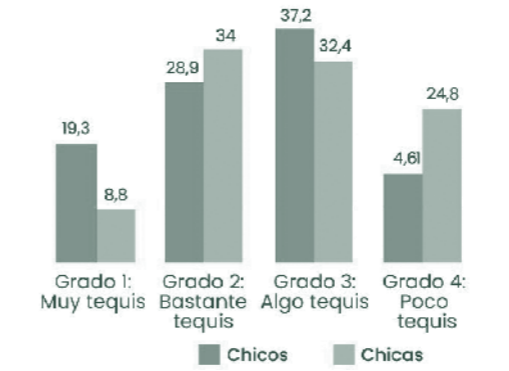
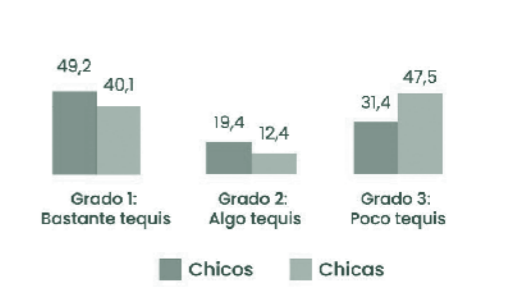


Gráfico 10. % Distribución de los perfiles de los estudiantes de PRIMARIA, diferenciada por género 2022



¹ interesados/as en Internet y/o la tecnología.

EL USO DE INTERNET EN MENORES DE EDAD Y LAS DEL GRADO DE NORMAS CON RESPECTO A SU USO EN EL HOGAR

Según los expertos, el teléfono, los videojuegos o la tableta se convierten diariamente, y cada vez a edad más temprana, en los nuevos aliados de los menores. Establecer límites y la supervisión son dos puntos clave en cuanto al uso de la red en las edades más tempranas. Es relevante que el empleo de las nuevas tecnologías esté delimitado con un horario marcado por los progenitores, que también deben estar al tanto de dónde navegan o qué aplicaciones usan sus hijos, mediante algunos de los múltiples programas que permiten este control por su parte. Todo ello porque debemos tener muy presente el desarrollo de los menores; en los primeros años de vida su cerebro es muy vulnerable a determinados estímulos y, si no hay un empleo de internet adecuado o es excesivo, puede ser perjudicial para ellos.

Pero a medida que los menores de edad van creciendo, aumenta el número de hogares en los que no hay normas de uso de Internet. Además, en torno al 20% de las veces, esas normas no se cumplen del todo en ninguna de las etapas educativas (llegando al 50% en ESO).

VIOLENCIA DIGITAL

La violencia digital constituye una de las líneas de investigación más importantes que se han abordado en este estudio. Y es que los resultados ponen en manifiesto que cuanto más "tequis", más riesgo tendrán de recibir algún tipo de violencia digital. Estos datos destacan en las chicas más "tequis" de ESO.

Cabe mencionar que, en los últimos cuatro años, tomando como referencia 2018, la violencia digital ha aumentado en todas sus manifestaciones. Las formas de violencia digital más reportadas por los estudiantes de ESO, han sido: ser insultados/as en redes sociales o grupos de WhatsApp, aparecer en fotos y vídeos de momentos que no querían compartir, y ser objeto de burlas y mofas en Internet. En Primaria, los resultados más marcados han sido: ser insultados/as en redes sociales o grupos de WhatsApp, seguido de ser objeto de burlas de Internet y sentirse asustados por estar siendo objetivo de acoso en Internet.

RECOMENDACIONES Y BUENAS PRÁCTICAS

El uso que los menores realizan de las pantallas no es solo responsabilidad de ellos mismos,

sino también de los adultos, los cuáles tienen que proponer y supervisar normas, tiempos y uso frente a las pantallas.

Sin duda, la mayor problemática analizada en el amplio estudio editado por la Confederación Don Bosco, es emitir y recibir violencia digital. Es muy importante dotar a padres, madres y docentes de unas pautas sobre el uso responsable y adecuado de Internet en los mejores, de modo que sean capaces de gestionar de la manera más saludable y segura posible, la relación de niños, niñas y adolescentes con la tecnología que les acompaña en el día a día.

El estudio propone cuatro propuestas para conciliar esa relación que hemos nombrado:

- Desde Escuelas Salesianas se deben establecer planes formativos para progenitores que les permitan tener un nivel suficiente de competencia tecnológica, así mismo esto puede llevarse a cabo a través de las Asociaciones de Madres y Padres (AMPAs).
- Es necesario hacer planes formativos para familias donde aprendan la importancia de realizar una mínima supervisión parental y el establecimiento correcto de normas sobre el uso de Internet y el móvil (especialmente para Educación Secundaria).
- Se recomienda tratar de evitar el uso prolongado de los diferentes dispositivos tecnológicos en las horas previas al descanso nocturno y durante la noche, ya que, en esa franja horaria, la supervisión por parte de adultos se hace más complicada.
- Promover actividades en las que estudiantes, docentes y progenitores aprendan conjuntamente sobre la auto-ciberprotección y sobre la gestión posterior a la recepción de violencia digital.

ESTUDIO COMPLETO:

https://www.confedonbosco.org/wp-content/uploads/2023/05/DIGITAL-web_Impacto-del-uso-redes-sociales-e-internet-menores-de-edad_compressed.pdf



OTROS ESTUDIOS CONFEDERACIÓN:

<https://www.confedonbosco.org/proyectos/estudio-del-uso-de-redes-sociales-en-menores/>



El valor de la prevención

Cristina Alonso



Cristina, educadora social y experta en adicciones desde hace más de 20 años, ha dedicado su carrera a trabajar con jóvenes en centros de adicciones. Su pasión por el tema de las drogas la llevó a especializarse en este campo y a formarse continuamente para estar al día en las últimas tendencias y técnicas de prevención. Cristina forma parte del proyecto de prevención de drogodependencias de Toma las Riendas, liderado por la Coordinadora Estatal de Plataformas Sociales Salesianas, espacio en el que ha podido desarrollar su mirada preventiva en el campo de las adicciones y la evolución en el tiempo.

La mirada preventiva

La prevención en el ámbito de las adicciones es fundamental para evitar que se produzcan situaciones que puedan afectar negativamente a la salud y el bienestar de las personas, esta es la razón por la que la mirada preventiva es clave. En el caso de los jóvenes, la prevención es especialmente importante, ya que muchas veces los criterios para determinar si existe una adicción no se cumplen debido al poco tiempo que lleva el consumo. Por ello, la intervención en todo caso ya es prevención. En definitiva, la prevención es una herramienta clave para evitar situaciones de



sí mismos y en su capacidad para superar esas situaciones. Es importante hacerles entender que sí pueden hacerlo, que aunque las cosas no sean fáciles o perfectas, tienen la posibilidad de hacer que algunas cosas sean distintas. Por eso, creo que tanto la participación social como el empoderamiento

adicción y para ayudar a las personas a superarlas si ya se están produciendo.

Me gusta mucho una definición del Plan Nacional sobre Drogas que destaca la importancia de anticiparse, adelantarse y actuar para evitar que ocurra algo que no queremos que pase. Me gusta esta definición porque es cierto que la prevención es más universal, más pura, esa es la de nos adelantamos y actuamos, me parece que es genial, pero que a veces con los jóvenes no es así. Y entonces prevención también es lo otro, prevención es reducir riesgos, o prevención es hacer consciente, o disminuir uso.

Una época de cambios

Es difícil tener una perspectiva amplia que no esté limitada por la propia realidad. Sin embargo, considero que es importante trabajar en la prevención de adicciones sin sustancias, ya que anteriormente sólo se abordaba el tema de las drogas. En los últimos seis años aproximadamente, se ha comenzado a hablar más sobre otras adicciones, como las relacionadas con las nuevas tecnologías.

La pandemia ha sido un punto de inflexión en este sentido, ya que el confinamiento ha aumentado la necesidad de utilizar las tecnologías como forma de ocio y ha llevado a algunos jóvenes a quedarse atrapados en esa realidad. Algunos jóvenes han cambiado sus hábitos y han dejado de lado otras actividades de ocio, lo que ha llevado a un aumento en la necesidad de trabajar en la prevención de adicciones sin sustancias.

En los proyectos en los que participo, se incluyen adicciones relacionadas con las tecnologías,

como videojuegos, móvil e internet, así como juegos de azar. En este último caso, ha habido un cambio social en los últimos años, con una mayor publicidad y apertura de espacios de juegos de azar físicos y en línea, lo que ha llevado a un aumento en el número de jóvenes que realizan apuestas, incluso menores de edad. Esto lo puedo detectar en primera línea cuando voy a clases de cuarto de la ESO y me encuentro menores que han realizado apuestas, cuando por edad, con menos de 18 años, no es legal.

Adicciones sin sustancia, ¿una urgencia?

Todo lo que se menciona en este texto nos hace ver la importancia de abordar la prevención de adicciones sin sustancias desde un enfoque educativo. En mi experiencia, la prevención de drogas se trabajaba de manera transversal o puntual, lo que no resultaba efectivo. En los espacios educativos o socioeducativos, a menudo se trabajaba de forma demasiado transversal, lo que no se traducía en acciones concretas, o de forma puntual, en la que se dedicaba un día a hablar sobre drogas, lo que daba una falsa sensación de que se estaba trabajando en prevención.

Es importante trabajar en la prevención de adicciones sin sustancias de manera efectiva, sin caer en los mismos errores que se han cometido en la prevención de drogas. A veces, las tecnologías o los juegos de azar se consideran como actividades de ocio que no afectan a otras áreas de la vida, pero es importante tener en cuenta que pueden convertirse en adicciones. Por ejemplo, un joven que va bien en clase y no tiene problemas en casa, pero cuyo único

pasatiempo son los videojuegos, puede estar en riesgo de desarrollar una adicción. Es importante trabajar en la promoción de otras actividades de ocio para evitar que esto suceda, y abordar el ocio desde una perspectiva más amplia.

Desde el Toma las riendas hablamos de que el empoderamiento y la participación social son claves preventivas. Entonces la pregunta sería un poco el por qué, por qué estas dos palabras o estas dos acciones son preventivas, por qué las vemos como factores de protección. Creo que la participación social nos da la posibilidad de tener otras opciones, otras alternativas. Mi alternativa no es solo el tener un espacio con videojuegos o consumir drogas. A veces estos espacios son búsqueda de evasión, búsqueda de salir de una realidad que no me gusta, búsqueda de intentar no pensar, que es frase que dicen mucho los jóvenes, y yo sí que creo que a través de participación social y estar en otros espacios puedo conseguir eso, tal vez puedo conseguir no pensar en algunas cosas que están pasando en mi vida, pero a la vez intentar cambiar, o cambiar otras, y a la vez tener espacios en los que tengo otras personas que nos marcamos unos objetivos y unas metas. Y eso me da la posibilidad de, por lo menos, mi tiempo estar repartido en más cosas, no se queda solo en videojuegos, juegos de azar o consumo de drogas. Y la parte de empoderamiento me viene un poco desde esta misma idea.

Creo que muchas veces los jóvenes desarrollan una adicción porque han vivido situaciones difíciles en las que no se sienten capaces de enfrentarlas. Desde el empoderamiento, considero que es una herramienta muy efectiva porque les da el poder de creer en

son herramientas muy potentes en la prevención de adicciones.

Mi aprendizaje en Toma las riendas

Yo diría que Toma las riendas es muy potente. Diría que también ha cambiado mi vida a nivel personal y profesional. He aprendido la importancia de la participación social y el empoderamiento en la prevención de adicciones, y he visto cómo esto se convierte en realidad.

Además, he visto la fuerza de actividades emocionales y potentes que pueden hacer que las personas se planteen un cambio en su vida. Creo que es importante dejar claro a los jóvenes que no se trata de que los adultos estén en contra de las drogas, los videojuegos, las tecnologías o los juegos de azar, sino que si buscamos la felicidad y queremos estar bien, estas cosas no tienen cabida.

Quiero agradecer a Cristina Alonso por su participación en Toma las riendas y en esta ocasión para la revista en la calle. Siempre es un placer contar con su colaboración.



CECAS

Una porta per sortir de la droga

UN CENTRO DE ESCUCHA Y ATENCIÓN AL PROBLEMA DE LAS ADICCIONES

Joan Ramon Farré Huguet
Psicólogo, responsable de gestión del conocimiento de la Fundación CECAS

El Centre Català de Solidaritat (CECAS) es una fundación sin ánimo de lucro constituida hace 32 años por iniciativa de las Caritas y Diócesis Catalanas con el objetivo de ofrecer una respuesta específica a la atención y tratamiento de las adicciones a las sustancias, especialmente para las personas que se encuentran en alto riesgo de exclusión social. Por aquel entonces las Cáritas parroquiales, diocesanas y arciprestados, que atendían las carencias cotidianas y necesidades básicas de muchas familias—desde leche o pañales para bebés a cubrir deudas de suministro—observaron claramente que detrás de esas faltas había una proporción importante de miembros de las familias con problemas



de alcohol o eran consumidores de heroína. Los servicios sociales y la red de atención a las drogodependencias se iban construyendo pero faltaban recursos especializados. Es en este punto donde las Diócesis Catalanas deciden actuar y buscar una respuesta más precisa concorde con la realidad observada y, encontrar un modelo de tratamiento efectivo para atender y tratar las dependencias a las sustancias. Inicialmente tuvo la influencia directa del CeIS (Centro Italiano de Solidaridad), muy conocido en España por la gran implantación de programas Proyecto Hombre que desde hace prácticamente cuatro décadas se han ido desplegando por todo el estado, partiendo también del modelo italiano *Progetto Uomo*. En 1991 CECAS inició su andadura en las instalaciones de Cáritas de la ciudad de Tarragona. Todo empezó con escasos recursos. Recuerdo que en el primer equipo de Acogida compartíamos una Olivetti de segunda mano a la que le fallaba de vez en cuando la tecla "a". Costaba 75 pesetas arreglarla. A principios de los 90, el perfil de población que atendíamos era en su mayoría heroinómanos procedente de los barrios periféricos de la ciudad. Núcleos conformados por familias de clase obrera que emigraron a Cataluña en los 60. Bonavista, Torreforta, el barrio de La Esperanza..., zonas muy castigadas por la heroína pinchada durante los años precedentes, a las que se les juntaba la lacra del SIDA. En el equipo, éramos pocos los profesionales, la mayor parte lo conformaban jóvenes con vocación social y algunas personas rehabilitadas con experiencia de recuperación.

Pero había entusiasmo y la motivación que supone empezar un proyecto que pretende ser útil. Como diría Tony Gelormino, uno de los precursores de la Comunidad Terapéutica de Daytop Village en Brooklyn y el propio CeIS: *Leer no es suficiente para conocer, hay que vivirlo y experimentarlo*. La visión que comparte el CECAS con el CeIS deriva de la consideración de que el abuso y adicción a las drogas es la expresión evasiva de un malestar de la persona, un síntoma, más que la causa que origine el problema. Son múltiples los determinantes por los cuales la persona-sujeto construye su adicción, influyen factores biológicos, psicológicos, familiares, sociales, económicos..., pero la capacidad de rehabilitación depende de la activación de la persona, del desarrollo de sus capacidades de auto-modificación, la revisión y reintegración de su auto concepto y la posibilidad de construir un proyecto vital alternativo consumo de sustancias. Para acompañar y para salir del consumo hacen falta altas dosis de sentido común, como diría Sancho, y otro tanto de espíritu propio, como dirían tanto Unamuno como el mismo Don Quijote.

El CECAS tiene actualmente su sede en Barcelona, prestando sus servicios a todo el territorio catalán a través de varios dispositivos. La evolución de los programas de la fundación ha venido marcada por la especialización del tratamiento de carácter psicosocial y biomédico, adaptándose a los cambios en los sistemas de recuperación y tipos de perfiles de los usuarios. Desde 1995 la entidad incorporó el servicio de seguimiento médico en el tratamiento, implementando los controles analíticos, la prescripción de interdictores del alcohol y el programa con agonistas opiáceos (metadona), ofreciendo y garantizando la oportunidad para la reducción paulatina de los mismos. También en Barcelona y Tarragona, se generaron Grupos de Alcohol semanales para el mantenimiento de la abstinencia de personas en situación ambulatoria. Después de un estudio relacionado con la exclusividad de la atención y tratamiento al colectivo de mujeres adictas—siempre en minoría en unos regímenes residenciales mixtos muy masculinizados—se vio como aumentaba significativamente un 25% la adhesión al tratamiento si trabajaban terapéuticamente juntas. En 2005 se decidió separar el programa de tratamiento por género, convirtiendo la CT de Can Puig (Sant Cugat



de Vallès), hasta el momento mixta, en una CT para hombres, y abriendo una CT Urbana para mujeres en Tarragona. Durante estos 18 años los índices de adhesión se han mantenido al alza sin que ello haya supuesto ningún impacto negativo en la retención de los usuarios hombres. Esta iniciativa, si bien ha supuesto cierta novedad en los sistemas de tratamiento de la Comunidad Autónoma catalana, en realidad no era pionera en España. La Fundación Spiral en Madrid y la Fundación EMET-Arco Iris en Córdoba llevan más de una década de experiencia con CCTT para mujeres desde el año 1990. Posteriormente en 2007, después de un estudio piloto realizado en colaboración con el equipo psiquiátrico de los Servicios de Salud Mental del Hospital de Sant Joan de Déu, el Centro de Día de Barcelona abrió un Grupo de Patología Dual para atender a 10 usuarios con adicción y trastornos mentales asociados. Actualmente, la atención del colectivo con Patología Dual va en aumento y las necesidades de atención continuada hacen que los programas terapéuticos para este perfil puedan y tengan que experimentar una mayor capacidad de asistencia.

Durante 2022 se han atendido a 442 personas. El 79,39% han sido varones, el 27,60% mujeres. Han participado un total de 194 familiares. El 35,09% de las personas atendidas durante el 2022 vivían con familiares y el 37,25% han sido personas sin techo o que residían en domicilios inestables o de tipo asistencial. Considerando que la media de edad se sitúa en los 43 años, esto evidencia una falta importante de estabilidad habitacional y de autonomía en torno a unas edades en las que se supone que ya se debería haber podido tener establecido un hogar y construir una familia. Se suma a ello, que casi el 70% se encontraba en paro y por tanto en situación de alta vulnerabilidad. Otro dato llamativo es que el 28% del colectivo de mujeres en tratamiento revela que han sido víctimas de violencia doméstica. Una vez más, el incremento en la incidencia de consumo de alcohol, junto con la cocaína, nos indican las principales drogas de consumo.

Resumiendo. Por una razón o por otra nuestras sociedades siempre adolecen de un malestar de fondo que se traduce en la tendencia a evadirse y a caer en el mundo de la adicción. El margen de mejora de la realidad es amplio, complejo, y a menudo el hombre es enemigo de la dificultad. Pero hemos de ir, *no sé si vamos a llegar pero hay que ir*, como diría García Lorca.

CONDUCTAS ADICTIVAS EN LA EU

Ángel Miranda,

Director de la Obra Salesianos Pamplona

En 1997, se elaboró la normativa de creación del Sistema de Alerta Temprana (Early Warning System (EWS)), para construir, mantener y fortalecer las actividades de concienciación situacional, preparación y respuesta a nuevas sustancias psicoactivas (NPS) a nivel nacional y de la UE. Operado por el EMCDDA (The European Monitoring Centre for Drugs and Drug Addiction) en estrecha cooperación con Europol, desempeña un papel central en el apoyo a la preparación y respuesta a nivel nacional y de la UE a las nuevas sustancias.

Estamos pues ante una red multiagencia y multidisciplinar, para recopilar, cotejar, analizar, evaluar y comunicar la información de la red que posibilite esas alerta temprana y permitir informes regulares del OEDT (Observatorio Europeo de las Drogas y las Toxicomanías).

El estudio EU NET ADB

El 22 de diciembre aparecía el informe **Cross-National Comparisons of Internalizing Problems in a Cohort of 8952 Adolescents from Five European Countries (2023)** que ampliaba y concretaba otros estudios anteriores. Se trata de un estudio interesante sobre una amplia muestra de adolescentes europeos de cinco países con diversas variables sociodemográficas que tiene en cuenta el influjo de los valores socioeconómicos en la salud, el bienestar colectivo, las normas y creencias culturales, el apoyo social, el apoyo familiar, las condiciones de salud y otros aspectos de calidad de vida.

La pregunta general del estudio tiene que ver con *el acceso y uso de internet de los adolescentes; experiencias tanto positivas como potencialmente dañinas y con distintos niveles de riesgo; conductas adictivas en la comunicación en línea, videojuego, apuestas...* Es lo que la UE sintetiza en el acrónimo (CAI = Conducta Adictiva a Internet) que supone un patrón de comportamiento caracterizado por la pérdida de control personal, de las relaciones sociales, las actividades académicas o recreativas, la salud o la higiene personal de los adolescentes por tres caminos:

- la evaluación de la prevalencia y determinantes de CAI y su desarrollo,
- la toma de conciencia de la población de la existencia del fenómeno de la CAI,
- y la propuesta de estrategias en la lucha contra su desarrollo.

Si detenernos en aspectos técnicos de desarrollo del estudio nos parece preferible compartir una síntesis de los resultados y las primeras aproximaciones al tema.

Acercamiento

Según los datos recopilados en el estudio:

- Un 1,2% de la muestra presenta CAI, y un 12,7% riesgo de CAI.
- España, Rumania y Polonia presentan una mayor prevalencia, mientras que Alemania e Islandia presentan la menor prevalencia en el estudio.
- Los chicos y adolescentes más mayores y aquellos cuyos padres presentan un menor nivel educativo son más propensos a presentar CAI.



- El grupo de CAI posee un menor nivel de bienestar psicosocial.

Los juegos de azar con apuestas online, el uso de las redes sociales y los juegos de ordenador han sido identificados como factores estrechamente relacionados con la Conducta Autolesiva Injuria (CAI). Sin embargo, no se ha encontrado evidencia de que ver videos o películas esté relacionado con estas conductas adictivas.

Por otro lado, se ha observado que actividades como hacer los deberes escolares o buscar información en Internet se asocian negativamente con la CAI. En otras palabras, a medida que los jóvenes utilizan más Internet para completar sus deberes o buscar información, muestran menos señales de CAI.

- Los posibles efectos **de abuso o violencia sexual**, el riesgo de Grooming es mayor en Rumania, Alemania y Polonia, menor en Grecia.

- **La exposición de jóvenes a imágenes de contenido sexual** es mayor en los chicos que en las chicas: Rumania y Grecia tienen los porcentajes más altos, Islandia y España los más bajos.

La educación de los jóvenes es fundamental para ayudarles a enfrentar los riesgos potenciales y evitar posibles daños, algunos de los cuales pueden ser imprevisibles. Brindarles una sólida base educativa les proporciona las herramientas necesarias para tomar decisiones informadas y responsables en diversas situaciones.

En la actividad general en internet se comprueba que:

- **En redes sociales**, tener más de 500 amigos online está asociado con CAI
- **Apostar online** en juegos de azar multiplica por 3 el riesgo del CAI
- Más de 2,6 horas/día en **Juegos de ordenador**, se asocia con CAI, en chicos con tendencia al abuso o adicción al juego.

El rol de Internet en la adolescencia es significativo, ya que los jóvenes se sienten especialmente atraídos por sus diversas características y la oferta inmediata que brinda:

- satisface necesidades de conocimientos, vivencias y curiosidad con información rápida y actual
- facilita el contacto con colegas o no existentes y nuevos
- produce sensaciones de estímulo y fortaleza mediante la aceptación, la valoración de la destreza, el sentido de igualdad, o
- llena vacíos de habilidades sociales.

Internet ofrece unas posibilidades reales de crecimiento:

- la posibilidad de estar siempre conectados
- la experiencia del Auto-control
- la selección, y priorización de intereses y decisiones
- la exploración de nuevas alternativas offline.

Aunque tampoco faltan otras consecuencias disruptivas:

- saltarse el control parental
- la normalización de situaciones o decisiones conflictivas hasta llegar a
- legitimar su uso.

Estrategias

Entrando en la propuesta de estrategias, este estudio reconoce que nos encontramos ante situaciones complejas que requieren la implementación de intervenciones diversas, adaptadas a la diversidad de respuestas conductuales ante la CAI. Es importante tener en cuenta que existen jóvenes que no reconocen las consecuencias de la CAI o no la asumen como un efecto negativo por:

- el descuido de las rutinas diarias (colegio, amigos, obligaciones),
- las actividades online fronterizas o no específicas,
- la alteración del sueño, ansiedad si no puede meterse en Internet.

O de quienes, porque reconocen el impacto negativo de la CAI pero se ven sometidos a:

- la necesidad de conocimientos, vivencias y experiencias offline,
- situaciones de "deficit" en sus habilidades

sociales" que derivan en sentimientos de decepción, acoso o exclusión

- llegando a sentirse "atrapado" online en su mejora.

Será necesario incorporar estrategias concretas para abordar las diferentes manifestaciones de la Conducta Autolesiva Injuria (CAI) en adolescentes:

Para aquellos que experimentan "saturación" y "hartazgo":

- Brindar apoyo emocional y herramientas de manejo del estrés.
- Fomentar actividades recreativas y de relajación.

Para los que sufren consecuencias negativas de la CAI:

- Enfoque multidisciplinario para abordar aspectos físicos y emocionales.
- Colaboración con profesionales de la salud y terapias de recuperación.
- Apoyo académico para mitigar el impacto en el rendimiento escolar.
- Mejorar la comunicación familiar.

Para los que tienen falta de motivación o interés en la recuperación:

- Establecer metas realistas y brindar apoyo para encontrar actividades significativas.
- Participar en grupos de apoyo o terapia individual.

Para aquellos cuya CAI puede ser un reflejo de situaciones más amplias:

- Evaluaciones comprensivas para identificar factores subyacentes.
- Intervenciones dirigidas a abordar los problemas subyacentes.
- Brindar apoyo a nivel personal, familiar y académico.

En resumen, adaptar las estrategias a las necesidades individuales, considerando los aspectos físicos y emocionales, y colaborando con profesionales de la salud y el entorno cercano de los adolescentes, es fundamental para abordar la CAI de manera efectiva.

PERSPECTIVA INTERSECCIONAL Y MIGRACIONES

Un ejemplo desde el observatorio de migraciones de CEPSS

Marta Martín Moreno

En el año 2022, llevamos a cabo la implementación del Observatorio de Migraciones en la Coordinadora Estatal de Plataformas Sociales Salesianas. Este proyecto se originó a partir de una profunda reflexión y análisis de la realidad social, política y cultural que nos rodea, así como de nuestra posición y experiencia frente a los ritmos frenéticos y a veces abrumadores de un contexto en constante cambio.

Este Observatorio se ha alimentado no solo de la amplia experiencia de nuestras plataformas sociales salesianas en España, sino de las voces y miradas de las personas migrantes a las que acompañamos en múltiples ámbitos de su vida y de sus procesos migratorios.

Las conclusiones que aquí se muestran se plantean con la vocación de enlazar las diferentes líneas de actuación de las entidades sociales salesianas, para acercarnos a jóvenes extutelados/as y mujeres migrantes, con el objetivo de investigar el impacto y las estrategias de confrontación (fortalezas) a los discursos de odio y situaciones de discriminación que viven, de

cara a proyectar y construir visiones alternativas de las migraciones, desde el enfoque de derechos humanos y buen trato. Queríamos así, poner en valor historias de vida y experiencias de estos jóvenes y mujeres, más allá de una mirada carencial y de limitaciones que habitualmente acompaña a estos grupos de personas en el imaginario colectivo, dignificando su sentido y su proceso migratorio.

Especial atención merece la mirada de género e interseccional en estos trabajos. Desde ella podemos hablar de discriminación interseccional como un tipo de discriminación específica, en la que concurren a la vez diferentes tipos de discriminación; no se trata de “sumar” las discriminaciones, sino de comprender cómo la intersección e incluso la imbricación de estas discriminaciones, es algo específico que necesita un abordaje particular que reconozca estos diversos factores.

Las situaciones de odio referidas en este caso por mujeres están vinculadas a su construcción como mujeres, es decir, a partir de estereotipos de género que quedan conectados con otros estereotipos hacia el colectivo migrante. Principalmente se han encontrado situaciones de odio en espacios laborales, sobre todo en el ámbito doméstico, donde se encuentra la mayor parte de la población femenina migrante. Estos trabajos, generalmente no regulados legalmente bajo contrato, suponen para la mujer situaciones precarias, y de explotación por parte de empleadores/as que utilizan su condición de superioridad frente al diferente para generar miedo e inseguridad en ellas, y en sus respectivas familias.

La perspectiva interseccional nos permite poner sobre la mesa las diferentes variables que afectan al impacto de los discursos de odio en mujeres migrantes. Al igual que en el anterior ejercicio de investigación², resulta interesante como en el propio discurso de las mujeres aparece la responsabilidad emocional entendida como la proyección de expectativas positivas y calidad de vida digna sobre los/as hijos/as, pasando por alto las necesidades y expectativas de vida propias.

Más allá de los factores que generan situaciones de vulnerabilidad, es importante poner en valor sus experiencias, trayectorias y expectativas de vida, saliendo del bucle de victimización de las personas migrantes ante los discursos de odio y los actos de discriminación. A través de este proceso, es posible por un lado el reconocimiento de las personas, y por otro lado, visibilizar el trabajo de empoderamiento por medio de sus capacidades y fortalezas.

Una de las fortalezas observadas en el discurso de las mujeres migrantes nos remite a su propia for-

mación académica y cualificación, ya sea adquirida en país de origen o adquirida en España. Si bien esta debería actuar como facilitador, en muchas ocasiones se convierte en un reto (para convalidar dichos títulos académicos) y dificultad (para ejercer de lo que realmente están preparadas). Todo ello, lleva a las mujeres migrantes al riesgo de frustración por no poder dedicarse a lo que realmente les gustaría. Es importante señalar que en muchas ocasiones la falta de información juega un papel importante. En el discurso de mujeres migrantes también se puede apreciar cómo identifican el propio proceso migratorio —tanto antes de llegar a España, como la toma de decisión de venir— como el desarrollo de fortalezas y aptitudes encaminadas al empoderamiento individual. Ser conscientes y vivir situaciones adversas, fuera de los contextos habituales para ellas, retroalimenta estas capacidades, su presencia en el país de acogida y la manera de hacer frente a todas ellas.

Sus relatos, por tanto, apelan a la motivación por avanzar en sus vidas, manifestando la voluntad de continuar el camino para lograr sus sueños —que no es algo tan lejano como una calidad de vida óptima— y superar los retos y obstáculos que encuentran en el día a día. Ello podría ser elemento clave para la construcción de las nuevas narrativas migratorias, superando los imaginarios sociales que se levantan sobre una visión negativa dominante, vinculada a la migración. Las mujeres expresan palabras como “fuerza”, “ganas”, “se puede”, “nunca perder la esperanza”, “ser positivo”, “luchadora”, “trabajadora”.

Desde el Observatorio de Migraciones de CEPSS apostamos por una mirada y presencia interseccional que nos permita abordar las relaciones de poder y las experiencias vitales de colectivos subalternos o marginalizados.

En nuestra página web podrás acceder a los testimonios reales de mujeres migrantes y jóvenes extutelados, así como al conjunto de conclusiones extraídas en este trabajo de investigación.

[https://dejamequetecuenta.info/observatorio/\(qr_observatorio\)](https://dejamequetecuenta.info/observatorio/(qr_observatorio))



[https://psocialesalesianas.org/recursos/\(qr_recursos\)](https://psocialesalesianas.org/recursos/(qr_recursos))



² “Tantas vidas en una vida: investigación cualitativa de la mujer migrante a partir de su propia voz y mirada” (2021)



Los **RETOS** y las **OPORTUNIDADES** de la **ciberconducta** en **jóvenes y adolescentes**

Izabela Zych,

es profesora titular del Departamento de Psicología de la Universidad de Córdoba e investigadora visitante en el Instituto de Criminología de la Universidad de Cambridge. Es miembro del Laboratorio de Estudios sobre Convivencia y Prevención de la Violencia-LAECOV de la Universidad de Córdoba e investigadora afiliada del grupo de investigación Violence Research Centre en la Universidad de Cambridge. Miembro del Consejo Asesor de Ciencia, Tecnología e Innovación (CACTI) del Ministerio de Ciencia e Innovación. Directora de diversos proyectos de investigación centrados en la prevención de la violencia cara a cara y en el ciberespacio financiados por organismos nacionales e internacionales. Sus líneas de investigación se centran en la prevención de la violencia y conducta antisocial cara a cara y en la red a lo largo del desarrollo de las personas, sobre todo en adolescentes. Autora de más de 100 publicaciones centradas en estos temas.

Toñi Moriana Aurióles
Fundación Don Bosco.



¿CÓMO DESCRIBIRÍAS LA EVOLUCIÓN DE LA SOCIALIZACIÓN Y COMUNICACIÓN ENTRE LAS PERSONAS JÓVENES EN LOS ÚLTIMOS AÑOS?

Las relaciones interpersonales siguen siendo absolutamente cruciales para todas las personas. Durante la adolescencia, cobran especial relevancia las relaciones de iguales. Es también entonces cuando empiezan las primeras relaciones de pareja que, en muchas ocasiones, surgen en el contexto de las relaciones de iguales. En los últimos años se ha visto una evolución de estas relaciones, pues hoy en día no

solo se llevan a cabo en situaciones cara a cara, sino una parte de las mismas se ha trasladado al ciberespacio.

¿QUÉ PAPEL TIENEN LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS Y LAS REDES SOCIALES?

La mayoría de los jóvenes se relaciona, hoy en día, en persona y a través de la red. En muchas ocasiones, esto ocurre de manera dinámica y simultánea, pues es común que un adolescente esté relacionándose cara a cara —tomando un café con una persona— y, a su vez, “un poco en el ciberespacio” —hablando a la vez con otra persona a través de la red—. Las relaciones interpersonales no se ven, por tanto, limitadas por la dimensión espacio-temporal, pues se puede interactuar 24 horas al día, siete días a la semana, con personas que se encuentran cerca, pero también con otras que están a miles de kilómetros de distancia. Esta nueva forma de relacionarse tiene grandes ventajas —muchas se pusieron de manifiesto durante la pandemia, por ejemplo—, pero también inconvenientes, pues el ciberespacio es ahora un escenario tanto de la interacción prosocial como de la interacción antisocial.

¿EXISTE MAYOR TOXICIDAD EN LAS RELACIONES ENTRE JÓVENES EN LA ACTUALIDAD?

En realidad, no tenemos suficientes estudios para poder afirmar si existe un cambio en la toxicidad en las relaciones a lo largo del tiempo. Para ello, habría que realizar estudios con un gran número de participantes durante muchos años, siempre con la misma metodología e instrumentos. Lo que sí sabemos es que la adolescencia es una etapa en la que el grupo de iguales toma un protagonismo muy especial. Las relaciones de iguales sanas se caracterizan por la existencia de valores como solidaridad, inclusión, diálogo, ayuda mutua entre otros. Desgraciadamente, también existen grupos de iguales basados en contravalores, donde pueden observarse diversos tipos de violencia y conducta antisocial cara a cara y en la red. Dentro de estos grupos de iguales aparecen también las primeras relaciones de pareja adolescente y estas relaciones también pueden basarse en valores o en contravalores. La mayoría de nuestros jóvenes establece unas relaciones de amistad y pareja sanas y preciosas. A su vez, es fundamental ayudar a las personas involucradas en diferentes problemas de conducta, incluyendo las que son victimizadas, las que ejercen la violencia y otras personas de su entorno, sobre

todo el grupo de iguales. En la actualidad, es fundamental hacerlo teniendo en cuenta las dinámicas relacionales que surgen en situaciones cara a cara y las que ocurren en la red.

¿CÓMO IDENTIFICAR LA LLAMADA DEPENDENCIA EMOCIONAL A TRAVÉS DE EJEMPLOS?

La dependencia emocional es uno de los problemas que ha tomado una nueva dimensión con el auge de las tecnologías. Esa dependencia ocurre cuando una persona intenta satisfacer sus necesidades emocionales con otras personas de manera exagerada que llega a parecerse a una adicción. Ejemplos de ello pueden ser dejarlo todo por la pareja, sentir que la vida sin la pareja no tendría sentido o no querer separarse de ella. Esta dependencia emocional a menudo conlleva un intento de controlar lo que hace la pareja y las tecnologías hacen que ese intento pueda llevarse a cabo constantemente, incluso cuando no es posible hacerlo cara a cara.

¿QUÉ OTROS PROBLEMAS SE HAN DESCRITO EN LAS RELACIONES ADOLESCENTES?

Aunque la mayoría de las relaciones adolescentes sea sana y prosocial, se han descrito diversos problemas que pueden surgir en situaciones cara a cara y en la red. Entre ellos, diversos tipos de violencia, incluyendo el bullying, el cyberbullying o la violencia de pareja adolescente en encuentros en vivo y en la red son especialmente problemáticas. Igualmente, existe mucha preocupación por diversos tipos de violencia racista y discriminatoria, incluyendo el discurso de odio cara a cara y el llamado ciberodio.

¿CÓMO RECUPERAR EL CONTROL EN ESTAS SITUACIONES?

Se trata de problemas complejos que requieren de soluciones complejas que sean sistémicas y ecológicas. Primero, es necesario hacer un buen diagnóstico del problema y comprenderlo en todas sus dimensiones. Después, es fundamental actuar. En la mayoría de estos problemas, hay que centrarse en diversas variables individuales —problemas de salud mental, competencias socioemocionales, autoestima—, relacionales —problemas de pareja, comunicación, violencia—, del grupo de iguales —valores y normas grupales—, escolares —convivencia escolar—, familiares —supervisión del adolescente por parte de los

padres— y sociales en general —problemas en el barrio, normas sociales—.

¿NOS AYUDAS A IDENTIFICAR ALGUNOS FACTORES PROTECTORES QUE PODRÍAMOS ACTIVAR Y FACTORES DE RIESGO A EVITAR?

Aunque los factores protectores dependen de cada persona y de cada problema, existen algunos factores que suelen ser compartidos por muchas conductas problema. A nivel individual, es fundamental cuidar la salud mental de nuestros jóvenes y buscar ayuda profesional ante problemas como la depresión o la ansiedad. Igualmente, conviene fomentar las competencias socioemocionales, incluyendo la gestión emocional, la empatía, las habilidades sociales y la conducta prosocial. También es fundamental promover la competencia moral. Es importante controlar el uso de las tecnologías para que no llegue a ser excesivo o abusivo. A nivel de iguales, hay que fo-

mentar dinámicas de grupo donde los problemas se resuelven a través del diálogo, existe la solidaridad y se rechaza toda la violencia. En la escuela, hay que crear la convivencia, con buenas relaciones entre todos los miembros de la comunidad escolar, incluyendo las que se establecen entre el alumnado, alumnado-profesorado y familia-escuela. La escuela también debe prestar atención a la seguridad de su alumnado, incluyendo los temas relacionados con la ciberconducta. Es fundamental el apoyo a la familia, el fomento de buenas relaciones entre sus miembros y unas prácticas parentales democráticas, incluyendo la confianza, el afecto y la supervisión parental no intrusiva. Finalmente, es importante mejorar ciertos aspectos del contexto más lejano, incluyendo los problemas que ocurren en el barrio, algunas ideas equivocadas que existen en la sociedad, la pobreza y la desigualdad, entre otros.



El laberinto de las adicciones sin sustancia

Bruno Cortés Sánchez

Psicólogo colegiado, magíster en Psicofarmacología y Drogas de Abuso por la UCM, presidente de AMETAC y cofundador de IPIC



Correo electrónico: brunocortesanchez@gmail.com

Linkedin: <https://www.linkedin.com/in/bruno-cort%C3%A9s-s%C3%A1nchez-645a26119/>

Web IPIC: <https://ipicontrola.com/>

Web AMETAC: <https://ametac.org/>

Fb: <https://www.facebook.com/IPIControla?ti=as>

Instagram: <https://www.instagram.com/ipicontrola/>

Twitter: <https://twitter.com/Controlalpi>

Como todos los que nacimos en los 80 o más adelante, cuando escuchamos cosas como adicción, drogas o *yonkis*, lo vemos con un halo de batallitas de los ancianos, como si fuese algo de un tiempo lejano y que poco o nada tiene que ver con nuestras vidas. Y eso, pese a que muchos de nuestros padres o abuelos vivieron de cerca una de las epidemias más brutales de nuestra historia reciente, como fue la de la heroína en los 80. Somos además, generaciones inmersas en lo digital, en la mentalidad del *carpe diem*, de lo inmediato y el pelotazo... un caldo de cultivo perfecto para que las adicciones campen a sus anchas de nuevo.

Como nos ocurrió a unos tantos en mi generación, y a muchos más entre los jóvenes de hoy en día, los videojuegos abrieron una puerta al mundo, nuevos amigos, nuevas formas de socializar y una forma de ocio alternativo. Fue ahí, entre interminables tardes y noches jugando online, donde descubrí un secreto a voces. Muchos de ellos valoraban este espacio igual o más que sus vidas fuera de la pantalla, huían de una realidad en la que las crisis, la precariedad y la incertidumbre les golpeaban con fuerza. En algunos casos el abandono de estudios o los cambios continuados de trabajo eran vistos como problemas menores de una vida insatisfactoria frente a la diversión de alcanzar rankings competitivos o la pasión al *streamear* partidas. Esto me llevó a enfocar mis esfuerzos hacia las adicciones sin sustancia.

Llegado a este punto hice mis prácticas del máster de adicciones en una asociación que trabaja-

ba la ludopatía y descubrí una realidad mucho más complicada que en el mundo de los videojuegos. La adicción al juego tiene enormes similitudes con las drogodependencias, a nivel familiar es tanto o más destructivo que las adicciones a sustancias, dejando deudas astronómicas en casa, produciendo conflictos irreconciliables y multitud de separaciones. A nivel personal vemos un aislamiento progresivo, impulsividad y en muchos casos un aumento de la agresividad, además la ciencia nos dice que los cambios que se efectúan en el cerebro entre las personas que juegan, a penas se diferencian de los cambios que se producen en los consumidores de cocaína o heroína, pero el deterioro físico no se percibe y en ocasiones la adicción tarda años en descubrirse.

Hago mención a mi generación y las que siguen, porque si bien es cierto que la adicción al juego ha existido desde hace milenios, el perfil de jugadores ha cambiado drásticamente. Antes eran hombres y mujeres que jugaban a máquinas tragaperras y bingo de manera presencial, con años de evolución del problema de juego y en consecuencia con edades más avanzadas. Hoy en día esto no es así, el antiguo perfil sigue existiendo, pero el perfil más frecuente que encontramos en asociaciones y clínicas es el de jóvenes que juegan a apuestas deportivas, ruleta o póker, ya sea en formato presencial o también online, y que desde el inicio de juego al desarrollo del problema pasan meses o pocos años.

Con unos videojuegos cada vez más competitivos, con estrategias de marketing más agresivas, con lootboxes y microtransacciones, el juego de azar se abre puertas entre los gamers y junto a las redes sociales y la exposición permanente a modelos de "éxito por pelotazo o tendencia", se crea un laberinto digital de compras, clasificaciones, seguidores y apuestas... Inmediatez, intensidad e influencia en un mundo digital dominado por el sueño de hacerse rico o fa-



moso con un chasquido de dedos. Esto lo vemos con frecuencia en los talleres de prevención que realizamos en colegios e institutos y mientras el juego ralentiza su ascenso o incluso disminuye entre los adultos, entre los menores de 35 sigue en ascenso.

Mi experiencia con adictos a estas conductas me ha enseñado que nos queda mucho camino por recorrer en cuanto a concienciación sobre el problema, todavía se habla de vicio o se les señala como irresponsables, como si la ausencia de una sustancia adictiva fuese explicación suficiente. Esta visión de los adictos, junto a la omnipresencia del juego en bares, en el gordo de navidad, en el sorteo de tu influencer de moda o en el rasca del super, hacen de este un tratamiento difícil y con unas estrictas pautas que les resulta muy complicado aceptar y mantener. Es por esta razón que buena parte de los técnicos que trabajamos en adicciones hacemos parte de nuestra labor en la prevención, ya que son formas de ocio imprescindibles para los jóvenes y que hoy en día no tiene sentido demonizar. Tenemos que concienciar y recordarles que no siempre hay que mirar a "cuanto" usan, juegan o gastan si no "cómo", y que sí necesitan ayuda, que aprendan a pedirla antes de que sea un problema que les acompañe buena parte de sus vidas.

La antiguamente llamada ludopatía, adicción a videojuegos y otras como compras compulsivas, abuso de redes sociales, consumo de pornografía... son por su cercanía, su omnipresencia en el mundo digital y sus características, parte de un laberinto en el que entran buena parte de nuestros jóvenes y del que, o bien tardan en salir o no lo hacen sin ayuda. Por eso junto a otras cinco maravillosas psicólogas hemos fundado AMETAC, una asociación con la que queremos dar respuesta a una demanda creciente tanto desde la prevención como desde la intervención.

DESTACA

Abrimos CAMINOS con JÓVENES EN POSITIVO



Esther Mulió

Abrimos caminos con Jóvenes en Positivo es una campaña que el Centro Nacional Salesiano de la Pastoral Juvenil junto a la Coordinadora Estatal de Plataformas Sociales Salesianas, la Confederación de Centros Juveniles Don Bosco, Escuelas Salesianas, Misiones Salesianas y las ONGD Jóvenes y Desarrollo y Bosco Global, ha desarrollado durante el curso 2022 – 2023. Una campaña que ha querido seguir lanzando un mensaje positivo de la juventud. Una juventud que se compromete, que es solidaria y que es agente de cambio.



“Con Abrimos caminos con Jóvenes en Positivo” se pretende una visión de las personas jóvenes de forma constructiva y positiva. El objetivo es seguir visibilizando experiencias y testimonios para darle voz a una juventud transformadora, favoreciendo la presencia y la participación de la juventud en la sociedad.

El liderazgo del Papa Francisco, reconocido mundialmente por muchos, nos orienta e inspira. A la luz de su magisterio, nos comprometemos a abrir caminos de justicia que hagan de la realidad social un espacio con más oportunidades para todos, donde se reconozca la dignidad de todos los seres humanos y se respeten los derechos de todas las personas. Hemos de continuar impulsando una mayor conciencia en la sociedad hacia el cuidado de la casa común y abrir espacios responsables y éticos que hagan más sostenible la convivencia entre las diversas comunidades y de éstas con el planeta. Buscamos, en fin, abrir nuevas sendas en el diálogo y la fraternidad universal, trabajando por una sociedad más inclusiva, plural e intercultural en la que el mestizaje sea una riqueza para todos porque todos aportamos al bien común.

Por ello, la campaña ha incidido en tres grandes ejes: la **justicia social**, la **fraternidad universal** y el **cuidado de la Casa Común**.

PROTAGONISMO Y EL LIDERAZGO DE LOS JÓVENES

Para favorecer, junto a las personas jóvenes, una transformación social en la que la centralidad de las personas y su dignidad estén por encima

de ideologías y partidos. Recuperar la normalidad, aprendiendo de la crisis que vivimos. Para no olvidar a los miles de seres humanos que mueren de hambre diariamente en el mundo; para no dejar de ver las guerras que parecen olvidadas y los millones de personas que las sufren; para mirar de otra manera a los millones de migrantes, refugiados y desplazados que buscan huir de la miseria y de la persecución; para denunciar la trata de seres humanos y las vejaciones a las que muchas personas se ven sometidas; para no callar ante los abusos de cualquier tipo que pisotean derechos y privan de libertades...

FRATERNIDAD UNIVERSAL

Reconocer el esfuerzo de la Iglesia en el acercamiento a las religiones no cristianas, y la búsqueda sincera del diálogo, el conocimiento recíproco y el compromiso por un mundo mejor desde las claves de la fraternidad, la paz y la justicia.

Encontrar nuevas formas de servicio a los más vulnerables para transformar la realidad, erradicar cualquier forma de discriminación y favorecer la inserción social de las personas defendiendo su dignidad y respetando su credo o sensibilidad cultural en la

edificación de sociedades libres, democráticas y justas.

CUIDADO DE LA CASA COMÚN

Este compromiso por la justicia va acompañado también por la conciencia creciente de la necesidad de un mayor compromiso también por el cuidado de la casa común.

El cuidado de la casa común está íntimamente

vinculado a un desarrollo sostenible y al cuidado de los empobrecidos. Los jóvenes tienen un papel protagonista en la generación de un mundo nuevo desde estas claves.

UN BANCO DE TESTIMONIOS COMPARTIDOS PARA UNA MARCA RECONOCIDA

Durante el curso 2021-2022 se desarrolló la campaña de incidencia social y política en torno al lema “Jóvenes en positivo” con la participación de todas las entidades salesianas de ámbito estatal.

Apoyándose en los contenidos generados, con materiales, artículos de opinión y vídeos preparados para la campaña, Jóvenes en Positivo, se abre camino hacia la que ha sido esta nueva edición. Un trampolín hacia un concepto sobre la juventud mucho más amplio, que pretende seguir con esta visión de las personas jóvenes de forma constructiva y positiva.

Manteniendo la ‘marca’ Jóvenes en positivo, y con el deseo de dar continuidad al trabajo realizado, se ha convertido en un apoyo, campaña pastoral de Salesianos España de este curso que finaliza en junio; “¡Abrimos caminos!”, para



crecer como personas y creyentes, para fortalecer nuestras comunidades desde la vivencia de la fe y la fraternidad, para encontrarnos con Jesús y anunciarlo.

EDUCANDO Y FORMANDO A LA JUVENTUD

Los Salesianos y las Salesianas de todo el mundo trabajan educando y formando a la juventud, sobre todo a la más vulnerable, con el objetivo de que puedan disfrutar de un futuro feliz. Sin embargo, ciertas «amenazas externas» pueden tener un grave impacto en su futuro, como es la crisis climática, social y sanitaria que el planeta está sufriendo. Por ello, creemos que es el momento de pensar en el modelo de vida que queremos para nuestros jóvenes, y, además, hacerlo con ellos. Como organizaciones salesianas estamos comprometidas en favor de la ecología integral, el desarrollo sostenible, la solidaridad, la justicia y el futuro de los jóvenes.



+info: <https://pastoraljuvenil.es/jovenesenpositivo/>



Amnistía Internacional

Irán: Cárceles como campos de la muerte, se triplican las ejecuciones por delitos de drogas en 2023

Manifiestante con carteles contra la pena de muerte y por la libertad en Irán. Londres, 14 de enero 2023. © Vuk Valcic/SOPA Images/LightRocket via Getty Images)

Las autoridades iraníes han ejecutado este año al menos a 173 personas condenadas por delitos de drogas tras juicios sistemáticamente injustos, casi el triple que el año pasado por estas fechas, ha informado hoy Amnistía Internacional.

Las ejecuciones por delitos de drogas suponen las dos terceras partes de todas las ejecuciones que se han llevado a cabo en los primeros cinco meses de 2023, y han afectado sobre todo a las personas de entornos marginales y económica-

mente desfavorecidos. Aproximadamente el 20% de las ejecuciones registradas han sido de personas de la empobrecida y perseguida minoría étnica baluchi de Irán, a pesar de que sólo el 5% de la población iraní pertenece a ella.

“El ritmo desatado al que las autoridades están llevando a cabo ejecuciones por delitos de drogas, violando con ello el derecho internacional, pone al descubierto su falta de humanidad y su flagrante desprecio por el derecho a la vida. La comunidad internacional debe asegurarse de que la cooperación en iniciativas de lucha contra el narcotráfico no contribuye, directa o indirectamente, a la privación arbitraria de la vida y a otras violaciones de los derechos humanos en Irán”, ha manifestado Diana Eltahawy, directora adjunta de Amnistía Internacional para Oriente Medio y el Norte de África.

“Los Estados y los organismos intergubernamentales deben condenar a las autoridades iraníes en los más enérgicos términos por estas ejecuciones arbitrarias, exigir una moratoria oficial de todas las ejecuciones, enviar representantes para que visiten a las personas presas condenadas a muerte y solicitar asistir a los juicios sobre delitos castigados con la pena capital. Dada la crisis de impunidad de las ejecuciones arbitrarias masivas, también deben buscar urgentemente fórmulas eficaces para la rendición de cuentas.”

Este año, las autoridades también han incrementado significativamente el número global de ejecuciones por todos los delitos, que asciende a 282 como mínimo en lo que va de 2023, cifra que casi duplica la de ejecuciones registradas a comienzos de junio del año pasado. Si continúan con este ritmo alarmante de ejecuciones en general, a fin de año el número de presos y presas ejecutados podría sumar casi un millar.

GRÁFICO 10: EJECUCIONES REGISTRADAS POR DELITOS DE DROGAS EN IRÁN Y ARABIA SAUDÍ (2018-2022)

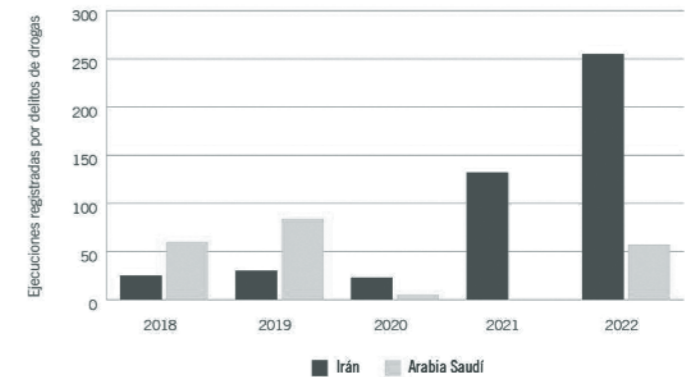
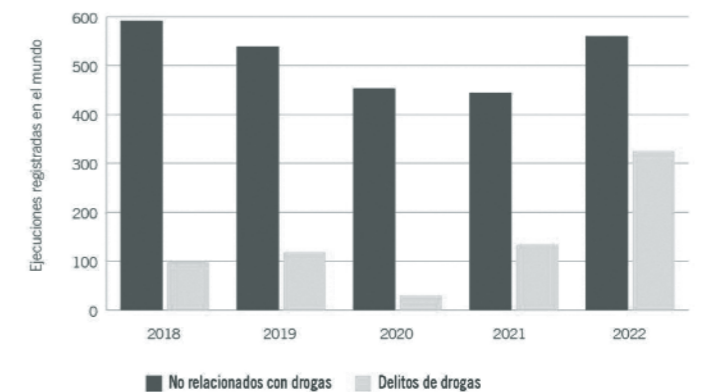


GRÁFICO 3: EJECUCIONES REGISTRADAS EN EL MUNDO POR DELITOS DE DROGAS (2018-2022)



UNA GUERRA LETAL CONTRA LOS POBRES

La pena de muerte afecta sobre todo a las personas pobres y vulnerables, que a menudo desconocen sus derechos y no pueden costearse representación letrada independiente. Las familias de las personas que son ejecutadas suelen sufrir las terribles consecuencias económicas de perder a la persona que las mantenía y quedar fuertemente endeudadas por los gastos judiciales.

Un familiar de una mujer actualmente en espera de ejecución, que era quien mantenía a la familia antes de ser encarcelada, contó a Amnistía Internacional:

“Nunca vio a su defensor de oficio, que mintió a la familia prometiéndole que lograría que la condena a muerte fuera anulada si le pagaban una cantidad de dinero exorbitante. Vendieron todo lo que tenían para pagar-

le, incluso sus ovejas. En cuanto le dieron el dinero, el abogado desapareció, dejando a la familia totalmente endeudada.”

El hijo adolescente de un preso ejecutado por delitos relacionados con drogas dijo a Amnistía Internacional:

“Debería ocuparme de mis exámenes como cualquier otro chico, no estar trabajando. Mi salario no alcanza para cubrir las necesidades de mi familia porque hemos pedido muchos préstamos. Ni siquiera tengo dinero para matricularme en la escuela el curso que viene. Si no hubieran ejecutado a mi padre, ahora estaría pensando en mi futuro, no en cómo conseguir dinero para mi familia.”

Las ejecuciones por delitos relacionados con drogas suelen ser consecuencia de investigaciones deficientes de la policía antidroga de Irán y otros cuerpos de seguridad. Los juicios por delitos relacionados con drogas se celebran ante Tribunales Revolucionarios y son sistemáticamente injustos: a las personas acusadas se les niegan sus derechos procesales, incluido el derecho a acceder a representación letrada legal,

y se utilizan “confesiones” obtenidas bajo tortura como prueba para declararlas culpables.

Una persona presa en espera de ejecución dijo a Amnistía Internacional:

“En los Tribunales Revolucionarios,



los jueces te preguntan si la droga es tuya y da igual que digas que sí o que no. En mi juicio, el juez me dijo que me callara cuando dije que no era mía. Me dijo que estaba condenado a muerte y me ordenó firmar un documento aceptando la condena. Ni siquiera dejó que mi abogado hablara en mi defensa.”

SE AMPLÍA LA OLEADA DE EJECUCIONES

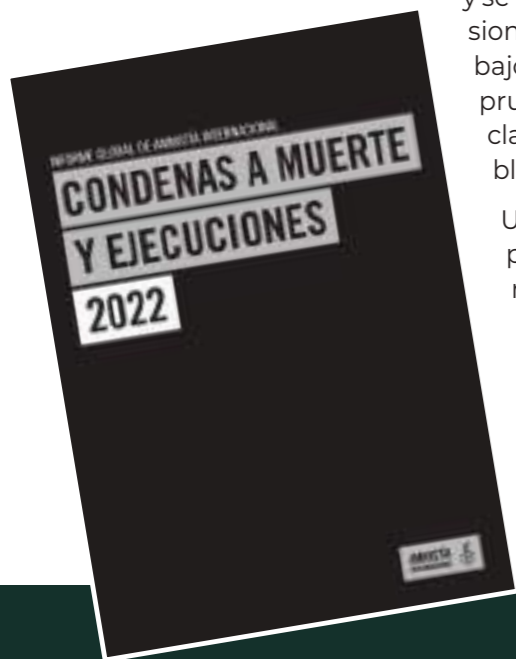
Las autoridades iraníes también han llevado a cabo ejecuciones por otros actos que, según el derecho internacional, nunca deberían acarrear una condena a muerte.

En los primeros cinco meses de 2023, se ha ejecutado a cinco personas en relación con las protestas; a un hombre que había mantenido relaciones sexuales con consentimiento con una mujer casada por “adulterio”, y a dos usuarios de las redes sociales por cargos como “apostasía” e “insultar al profeta del islam”.

Las fuerzas de seguridad han agravado la angustia de las familias de los presos al reprimir violentamente manifestaciones pacíficas ante las cárceles donde están previstas las ejecuciones, utilizando gas lacrimógeno y fuego real, según denuncian los manifestantes.

Amnistía Internacional se opone a la pena de muerte en todos los casos sin excepción, con independencia del carácter o las circunstancias del delito, de las características y la culpabilidad o inocencia del acusado y del método de ejecución utilizado por el Estado. La pena de muerte viola el derecho a la vida y es el máximo exponente de pena cruel, inhumana y degradante.

+info: informe global de Amnistía Internacional *Condenas a muerte y ejecuciones 2022*.
<https://crm.es.amnesty.org/civicrm/mailling/url?u=20370&qid=1601017>



GRUPO Martes

Maria Morató, Sara Piñango, Isabel Guijarro, José Luis Porras

Grupo Martes es un proyecto de atención especializada de la Fundación Iniciativa Solidaria Ángel Tomás (FISAT) que aúna los proyectos sociales de la Inspectoría María Auxiliadora en la Región de Murcia, Comunidad Valenciana y Aragón.

Dicen que cada persona es un mundo. Si trasladamos esa frase al ámbito de intervención con personas en riesgo de exclusión social, podemos ser un poco más específicos: “cada persona tiene unas necesidades diferentes”.

Esto es un hecho que hemos podido constatar a lo largo de los años y que ha dirigido nuestra intervención hacia la individualización de cada caso. Esto se ha hecho si

cabe más evidente con la creación de la vivienda para mujeres, ya que nos hemos encontrado con nuevas realidades con las que no habíamos trabajado hasta la fecha.

Atención individualizada al milímetro

Si bien es cierto que existen unos protocolos, fases y procedimientos generales que garantizan la calidad y el buen hacer profesional del proyecto, es fundamental encontrar el equilibrio entre la estandarización de las actuaciones, la flexibilidad y adaptación de la intervención para cada persona. De lo contrario, se corre el riesgo de obviar aspectos relevantes que se deben abordar y trabajar.

Es por ello que en Grupo Martes se prioriza, desde el momento de la acogida hasta la salida de la vivienda y posteriores seguimientos, poner a la persona y su contexto en el centro.

Líneas de atención para personas con un trastorno adictivo

La actuación de Grupo Martes se cimienta sobre cuatro grandes pilares: empezando con el **grupo de apoyo de prevención de recaídas**, el cual fue el germen con el que Ángel Tomás fundó Grupo Martes en 1986 debido a la problemática existente con la heroína en el barrio de Torrefiel, reunión que a día de hoy se mantiene siguiendo el espíritu iniciado por Ángel Tomás y cubriendo algunas de las necesidades de la comunidad, ya que es abierta a toda persona que quiera acudir; siguiendo con **las viviendas tuteladas**, donde el equipo realiza una atención más individualizada de las personas destinatarias y se trabajan habilidades psico-sociales así como fomentar la inserción laboral. Además, se realizan **salidas de ocio y tiempo libre**, donde se reaprende a divertirse sin sustancias y estrechando lazos con el equipo de voluntariado que ayuda a fomentar una red de apoyo social sana. Todo esto sin olvidarnos de los inicios de Don Bosco quien comenzó su camino atendiendo jóvenes privados de libertad. Grupo Martes realiza Intervención en prisión, específicamente en el Centro Penitenciario de Picassent, donde ofrece atenciones individuales —cubriendo así las carencias existentes de un servicio psicológico adecuado— todos los viernes y ofreciendo, además, el segundo y cuarto sábado del mes dos grupos de apoyo de prevención de recaídas —modulados por un equipo de voluntarios— y por último salidas terapéuticas.

Amorevolezza en los centros penitenciarios

En Grupo Martes consideramos que la intervención en los centros penitenciarios es la clave y da sentido al concepto de **Amorevolezza**. Las personas privadas de libertad se ven solas y abandonadas, con una escasa o nula atención por parte de los equipos profesionales de los centros penitenciarios, por ello es necesario nuestro acompaña-



miento a esas personas que como hemos visto desean cambiar, mejorar y ser personas rehabilitadas para poder volver a reinsertarse en la sociedad.

Don Bosco incidía en la intervención con las personas privadas de libertad, convirtiéndonos en sus personas de referencia que les acompaña en su proceso y preparación de la salida y seguir dicha intervención y acompañamiento una vez se produce su libertad, con ello contribuimos a evitar la reincidencia que marca las vidas de estas personas.

Constaté, así mismo, en estas ocasiones, que las recaídas de muchos se debían a que estaban completamente abandonados. Fue cuando me pregunté: y si estos chicos allá afuera tuvieran un amigo que se interesara por su bien, los acompañara y los instruyera en la religión durante los días festivos, ¿no se reduciría al número de los que vuelven a la cárcel? (MO, 39).

Actualmente Grupo Martes realiza su intervención en el centro penitenciario Antoni Asunción Hernández (Picassent) mediante dos grupos de apoyo de prevención de recaídas que se realizan dos veces al mes gracias al equipo de voluntariado que son quienes mantienen dicha intervención y atenciones psicológicas individuales que realizamos las dos psicólogas de Grupo Martes que permite atender a unas 20 personas. A estas personas se les ofrece una atención mensual y un seguimiento e intervención individualizada.

La alianza terapéutica y humana que se crea entre las personas de prisión y las personas profesionales y voluntarias permite generar un vínculo y confianza que deriva en la posibilidad de realizar salidas terapéuticas pudiendo disfrutar de unos días de permiso junto a todos nosotros.

Finalmente, son las propias personas las que tras su libertad o tercer grado se acercan a Grupo Martes por su propio pie o contactan por teléfono. Este vínculo con el proyecto que se genera tras su salida de prisión nos indica que estamos haciendo un buen trabajo y debemos seguir por el camino que hemos elegido.

Impacto en la sociedad

En ocasiones, cuando pensamos en el concepto de Impacto Social, nos vienen a la cabeza grandes cambios a nivel universal o global, sin prestar atención o dar importancia al impacto que se puede generar en tu propio entorno. Además, se añade la dificultad de medir o cuantificar el impacto real que tiene una intervención que se realiza en el ámbito social. Sin embargo, desde Grupo Martes, estamos concienciadas con la importancia de los cambios que realizamos en nuestro entorno más inmediato, en el barrio, en la localidad, generando espacios de atención y sensibilización.

Esta misma filosofía es la que impulsó a Ángel Tomás a crear Grupo Martes en 1986, ya que detectó en el barrio de Torrefiel una problemática que no estaba siendo atendida: el boom de la heroína.

Cabe destacar que los espacios que ofrecemos desde Grupo Martes no se limitan a las personas destinatarias, sino que también ofrecemos la posibilidad de trabajar con el contexto, siendo conscientes de que el entorno puede constituir un factor de protección —o de riesgo— muy relevante en los trastornos adictivos. Es por ello que realizamos acompañamiento, asesoramiento y apoyo para familiares y/o personas de referencia de personas con un trastorno adictivo.



¿Qué les aporta el proyecto?

*“Lo que más me gusta de Grupo Martes son las salidas de convivencia y **el trato del equipo hacia nosotros**”* Joven de 23 años residente de la vivienda tutelada.

*“Creo que hacen todo lo que hacen **por nosotros** y para que estemos bien”* Mujer de 40 años residente de la vivienda tutelada.

*“Cuando hablo con vosotros **me desahogo**. Puedo hablar de todo y cuando me he sentido mal habéis estado ahí para **ayudarme**”* Hombre del Centro Penitenciario de Picassent.

*“El ambiente que hay es **muy positivo**, te puedes expresar abiertamente sin tapujos con los profesionales y compañeros. Estoy contento”* Hombre del Centro Penitenciario de Picassent de 28 años.

*“Estoy muy **agradecido** de poder asistir, desahogarme y tener la opinión vista con otra perspectiva. **Doyle las gracias** por la ayuda y por sentirme bien”* Hombre del Centro Penitenciario de Picassent de 33 años.

*“En mi proceso de recuperación Grupo Martes ha sido y sigue siendo fundamental. **Ojalá hubieran más Grupo Martes en el mundo**”* Hombre de 34 años residente de la vivienda tutelada.

*“Veo aquí una **familia** con la que me gustaría seguir creciendo y aprendiendo, de verdad que estoy súper agradecido con todo lo que estáis haciendo por mí”* Hombre de 45 años residente de la vivienda tutelada.

*“Encontré una **familia** ya que a mi familia la tenía perdida y en esta nueva familia ver que hay gente que confía en ti, que te sientes querido, que perteneces a algún sitio... **Grupo Martes te da la vida**, tener ese apoyo es muy grande, a mí literalmente **me ha salvado la vida**”* Persona ex-destinataria y voluntario de Grupo Martes.

Déjame que te cuenta



Otra forma de usar tus “redes”

En línea con el discurso del amor...

Nos encontramos en un contexto social en el que el odio parece haberse extendido hasta teñir por completo el tono de nuestras relaciones sociales. Basta con abrir Twitter, la principal red que se hace eco de la opinión pública, para darnos cuenta de que nos encontramos ante una normalización de la violencia como forma de comunicación que está consolidando una cultura del odio. Y no solo Twitter. También Instagram, TikTok, Facebook, Youtube, Twitch... son canales abiertos a la opinión y la crítica.

Detrás de una pantalla resulta más sencillo odiar y más difícil empatizar. Y este odio se propaga rápido y sin medir las consecuencias. Muchas personas sienten una sensación de liberación al generar ataques contra otras personas, formas de pensar, creencias u opiniones políticas. Y esto engancha cuando nos olvidamos que quiénes están detrás son también personas. Personas con sus vidas y sus sentimientos a las que podemos hacer tambalear los cimientos de sus vidas.

Los ataques a través de las redes sociales afectan a la salud mental de quien los recibe a muchos niveles.

Nuevas narrativas del amor

Desde *Déjame que te cuenta* buscamos hacer frente a ese odio desde el amor. Creemos que de nada sirve responder a los mensajes que promueven discursos de odio utilizando el mismo mecanismo y que la respuesta más revolucionaria tiene que venir desde un cambio de narrativa.

En la guía *“Hablemos sobre migraciones”* ofrecemos una serie de tips que pueden ayudarte en esta tarea:

Contrasta la información. Rehúye de las Fake News

Antes de comunicar sobre cualquier tema, contrasta tus fuentes y asegúrate de que tu información sea veraz. Puede que te lleve algo más de tiempo pero es nuestra responsabilidad alimentar la verdad del amor y hacer desaparecer las mentiras del odio.

Ve al fondo, no te quedes en las cifras

Cada vez que compartas una cifra piensa en las vidas que hay detrás, plantéate qué aporta esa cifra, qué supone para esas personas. Una cifra puede decirnos muy poco si no la contextualizamos.

Evita las medias verdades

No omitas información ni dejes espacio a las dobles interpretaciones. Asegúrate de tener toda la información necesaria para formar un discurso completo.

Utiliza un lenguaje positivo

Básate siempre en narrativas que sumen, que enriquezcan a las personas que lo reciban. Aléjate del odio que genera más odio.

Huye de las frases hechas

No caigas en los tópicos cuando te refieras a cualquier persona. Todas somos únicas.

Cuida los conceptos

Tener claros los conceptos relativos a la migración es fundamental para evitar generar confusión al

respeto. Revisalos y olvídate de poner etiquetas.

Respeto la dignidad de las personas.

No caigas en juicios subjetivos, discursos predefinidos o paternalismos. La dignidad de cada persona es algo irrenunciable.

Evita la otredad

No te dejes llevar por los discursos que se construyen sobre el miedo al “otro”, la diferencia y las barreras.

Abraza la diversidad

Alza la voz por la convivencia y la construcción de una sociedad basada en la inclusión de todas las personas con alegría y amor, que realce siempre la riqueza de nuestro mundo.

Denuncia el discurso de odio

Las redes sociales cuentan con mecanismos de denuncia sobre aquellos contenidos que son considerados de odio.

No compartas el odio

Los algoritmos de las redes sociales priorizan los contenidos que generan reacciones, aunque sean negativas. Compartir un contenido y comentarlo hace que el mensaje tenga mayor difusión; contribuye a que llegue a más gente e incluso se convierta en viral. Tampoco lo cites en tu noticia, darás nombre y repercusión al emisor del mensaje de odio.

Herramientas contra el odio

Desde este Proyecto os invitamos a saltar a la acción y a ser *“ciberactivistas de las nuevas narrativas”*, personas que emplean herramientas digitales y un discurso constructivo y positivo al servicio de la movilización social. Personas que pretenden un intercambio informativo horizontal capaz de promover un pensamiento crítico con respecto a los discursos de odio.

No te quedes quieta/o. Actúa. ¿Qué puedes hacer tú?

Tú también puedes ser parte del cambio y puedes empezar con solo un click. Piensa en todo el

daño que las difamaciones y comentarios negativos pueden causar en una persona y plantéate ser parte de ese nuevo enfoque a la hora de tratar las migraciones.

Las redes sociales son el caldo de cultivo para reacciones violentas y es fácil contagiarse de esa rabia al tratar temas sobre los que nos sentimos interpelados/os. Cuando veas que la libertad de expresión se diluye en mensajes difamatorios no dudes en intentar ponerle freno. Redes sociales como Twitter, Instagram, Facebook, TikTok o Telegram ofrecen a las personas usuarias la oportunidad de "denunciar" mensajes o perfiles que propaguen ese odio del que venimos hablando. Una vez recibidas estas denuncias y tras su posterior evaluación se procederá a la eliminación de ese contenido si así procede.

Cierre

Desde Déjame que te cuente proponemos otra forma de usar tus redes estando **en línea con el discurso del amor**. No obstante, nos hacemos cargo de estar en línea contra los discursos del odio también en nuestro

día a día, desaprendiendo discursos aprendidos, acogiendo las diferencias y sumando experiencias compartidas fuera de la pantalla. Reconociendo y valorando la diversidad y liberando nuestro estrés o frustración mediante otras vías como el diálogo, la convivencia y disfrutando de toda la vida que hay fuera de las pantallas. Porque déjanos que te contemos una cosa... "el amor va más allá de las barreras de la geografía y el espacio" #FratelliTutti #PapaFrancisco.



+INFO: <https://dejamequetecuenta.info>



@Dejamequetecuenta.info



Es evidente que la irrupción de la tecnología digital está teniendo un gran impacto entre nosotros, un impacto que se deja ver en la nueva forma de entenderse el ser humano a sí mismo. Esta irrupción está creando dependencias, malos hábitos y adicciones. Este libro viene a ayudar a padres, madres y educadores a comprender el mundo digital que nos ha tocado vivir, sin miedo.



Disponibles en nuestra web
Con **ENVÍOS GRATIS** todos los días*

* Compras web superiores a 10€ en la Península, del 1 de junio al 31 de julio de 2023. Envío agencia 24/48 h. en capitales de provincia.



www.editorialccs.com

✉ Joaquín Turina 39. 28044 Madrid ☎ 91 725 20 00 @apedidos@editorialccs.com 📞 WhatsApp 661 841 266



Colabora

¿Te gustaría colaborar con las Plataformas Sociales Salesianas? Puedes ingresar tu donativo en esta cuenta bancaria:
ES37 0049 6791 7420 1600 6691

O si quieres que tu organización o empresa aparezca en forma de publicidad en la revista contacta enviando un mail a enlacalle@psocialesalesianas.org con el asunto 'Publicidad'.

Más información en www.revistaenlacalle.org



@rev_enlacalle



/plataformassocialesalesianas



@psocialesalesianas

