

# SALUD-2

## Boletín Informativo de la Asociación Formación Educación y Salud

EDITA: ASOCIACIÓN FORMACIÓN EDUCACIÓN Y SALUD. CALLE SAN ATÓN 58. 06001 BADAJOZ. CIF: G-06539910.  
TELF: 600342899—924243231. E-mail: asociacionfes@gmail.com

NOVIEMBRE-2008

Volumen 1, Nº 3



FES

Formación, Educación y Salud

### DESCENSO DEL CONSUMO DE DROGAS EN EXTREMADURA.

#### Destacamos

- Descenso del Consumo de Drogas en Extremadura.
- Los Jóvenes y las Nuevas Tecnologías.
- Actividades FES.
- Vacuna del Virus del Papiloma Humano: Necesidad o Moratoria II.
- Cerca de 2000 personas que no fuman mueren al año por tabaquismo.
- Consumir Extasis afecta a la memoria

#### Integran FES:

PSICOLOGOS/AS

TRABAJADORES /AS  
SOCIALES

EDUCADORES/AS SO-  
CIALES

MAESTROS/AS

MEDIADORES/AS EN  
EDUCACIÓN PARA LA  
SALUD

ANIMADORES/AS SO-  
CIOCULTURALES

MONITORES/AS DE  
TIEMPO LIBRE

Según la información aparecida en diferentes medios de comunicación en los últimos días y ofrecidas por la Secretaría Técnica de Drogodependencias del SES, existe un descenso general del consumo de drogas excepto en el tema de cocaína que se mantienen las cifras.

En primer lugar deberíamos felicitarlos todos y todas aquellos y aquellas que llevamos años trabajando aspectos relacionados con la prevención. Asociaciones como la nuestra u otras muchas con diferentes metodologías y formas de enfrentarse al problema, colectivos, fundaciones, AMPAS, administraciones, etc., y por supuesto la Secretaría Técnica.

Pero claro, no todo lo que reluce es oro. En primer lugar son datos puntuales que si bien son muy esperanzadores no tienen porqué llevarnos a pensar que esto va a ser una tendencia imparable y que lo único que tenemos que hacer a partir de ahora es sentarnos a esperar que esto se solucione solo. Para lo único que deben valer estos datos es para redoblar esfuerzos y no dormirnos en los laureles.

Analizado los datos.

Tabaco:

Se reduce en consumo de tabaco sobre todo entre hombre, no produciéndose un descenso en la misma medida entre las mujeres. Después de la "incorporación de la mujer" al consumo de tabaco de los

últimos 20-30 años, la reducción no se produce con la misma fuerza entre ellas que entre ellos.

Entendemos que la ley antita-



**Buenos datos pero sin necesidad de que cantemos, ni mucho menos, victoria.**

baco, si bien no se está cumpliendo con la escrupulosidad que se debiera, si a ayudado a que esto datos.

Alcohol:

Sigue siendo la droga más social que tenemos en nuestra cultura y tal vez sea esa misma razón la que ha hecho que se descienda en su consumo. Es decir, momentos muy relacionados con el consumo de alcohol; fiestas, cenas, reuniones de amigos, etc., se han visto, en cierta medida limitado su consumo por cuestiones que tienen más que ver con el "miedo" a la sanción que con otras cuestiones, si bien están calando cada vez más actitudes

de moderación o bien de no consumo. Entendemos que la nueva ley de tráfico ha sido sin duda determinante para este pequeño cambio y esperemos que sigamos por este camino.

Cannabis:

Existe una pequeña reducción si bien sigue siendo la droga ilegal más consumida y sigue viéndose, sobre todo por muchos y muchas jóvenes, como una droga que no es peligrosa.

Cocaína:

Se mantiene el porcentaje de consumidores es sin duda la droga que más ha crecido su consumo en los últimos años y posiblemente no ha tocado techo. Su consumo es básicamente recreativo y esporádico al principio, como mucho de fin de semana en fin de semana, con lo que tenemos la sensación de no está "enganchados". Sin embargo es una de las drogas más adictivas.

Heroína:

Cuidado. Después de ser una droga que, como muchos, se quedó en los 80 o principios de los 90, está habiendo un pequeño repunte, aunque significativo, en el consumo, entre otras razones por que los "nuevos jóvenes" no conocieron los estragos que esta causó en su momento por lo que no tienen la misma sensación de peligrosidad de hace unos años.

ASOCIACIÓN FES

# Los Jóvenes y las Nuevas Tecnologías



El salto del mal uso de las nuevas tecnologías (el problema alcanza al 15% de adolescentes y jóvenes) a la adicción, se produce «cuando empieza a influir negativamente en la vida cotidiana, cuando roba tiempo al ocio saludable y a las relaciones personales». Lo subraya la psicóloga María José Mayorgas, coordinadora técnica de proyectos de la Fundación Gaudium, quien añade una segunda señal de alerta, que se recurra a ellas «para evitar el malestar que causa el no hacerlo», para calmar la «sensación de desazón, por no estar conectado a Internet o no saber quién ha entrado en tu red social».



Aunque la experta rechaza el alarmismo contra esas nuevas tecnologías, el problema del mal uso está aquí y necesita un abordaje riguroso. Es lo que pretende la Fundación Gaudium al organizar los días 21 y 22 unas Jornadas científicas para analizar a fondo la cuestión, que tiene tantos perfiles (Internet y juegos interactivos, móvil y videojuegos, Chat y redes sociales) como enfoques preventi-

vos y terapéuticos. El encuentro será enmarcado por sendas ponencias de los psicólogos clínicos Enrique Echeburúa y Francisco Labrador, y concluirá con un taller sobre cómo tratar la adicción a la red.

## PRIMEROS DATOS

Hay pocos estudios todavía sobre el alcance del enganche tecnológico, pero los suficientes para confirmar su existencia, que, además, va asociada muchas veces al consumo abusivo de sustancias. Mayorga recuerda que el problema ya ha llamado a la puerta de Proyecto Hombre, donde rondaría el 5% de casos, y la cifra sube al 10-15% en su propia consulta. Según una investigación de Madrid Salud con jóvenes de 12 a 25 años, el 4,5% abusa de la navegación por Internet, el 8,1% hace un uso compulsivo del móvil y el 4,1% admite problemas con el Chat. Según otro trabajo del Defensor del Menor madrileño, un 37% de menores necesita conectarse con frecuencia y un 38% desarrolla reacciones adversas si se le priva del móvil.

La personalidad influye mucho, apunta Mayorgas, y el riesgo de adicción crece cuando la autoestima es baja y escasean las habilidades sociales. De hecho, el enganche tecnológico suele esconder problemas personales, familiares y sociales. «Los padres llegan a la consulta por problemas de estudios de sus hijos, o porque es tímido y le cuesta relacionarse», señala la experta, «pero lo que hay en realidad es un problema de relación». Al fondo se dejan ver casi siempre prácticas de mínima sociabilidad, como el virtual aislamiento «en su cueva o miniapartamento», en esa habitación infantil o juvenil en la que «hay de todo -baño, ordenador, videoconsola, menos cocina, pero se les lleva la bandeja con comida». A los padres se les recomienda colocar el teléfono, el ordenador, la videoconsola o el televisor «en sitios de uso común» donde puedan ser compartidos y controlar el tiempo de uso de las nuevas tecnologías.

Fuente: La Rioja.com

## Actividades FES

### CURSOS FES:

Desde FES ponemos en marcha una batería de cursos **ON LINE** relacionados con la Educación para la Salud y con el objetivo básico de formar y capacitar a personas en diferentes áreas:

- Curso de **Prevención del Consumo de Drogas**. (20 horas).
- Curso de **Educación Sexual**. (20 horas).
- Curso de **Habilidades Sociales** (20 horas).
- Curso de **Prevención de los**

### Trastornos de la Alimentación (20 horas).

- Curso de **Mediador/a en Educación para la Salud** (80 horas).

Si quieres recibir información concreta de alguno o todos estos Cursos, o quieres inscribirte en ellos, puedes contactar con nosotros/as en el mail:

[asociacionfes@gmail.com](mailto:asociacionfes@gmail.com)

En el teléfono: **600342899** o en la dirección postal:

**Asociación FES. Calle San Atón 58. 06001. Badajoz.**



**Nuestros Cursos ONLINE te permiten formarte desde casa de una manera cómoda y con la experiencia del Equipo de profesionales y voluntarios/as de la Asociación.**

## Vacuna del Virus del Papiloma Humano: Necesidad o Moratoria II

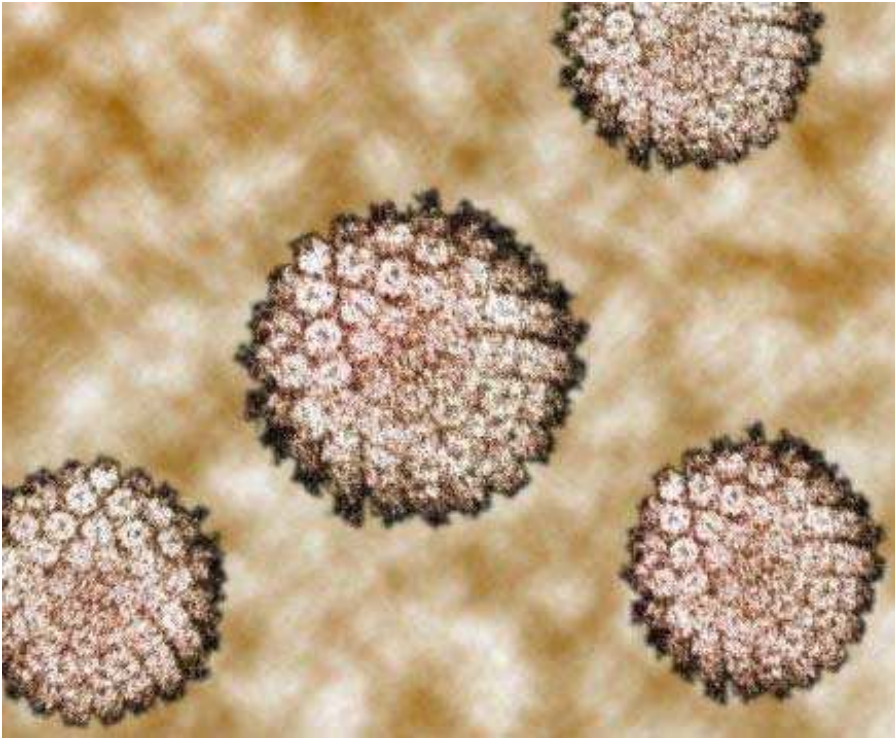


Imagen del Virus del Papiloma Humano

Como os comentamos en el número anterior de este boletín Salud-2, existe cierta polémica entre los profesionales sobre la necesidad o no de la vacuna del Virus de Papiloma Humano, que como suponemos que sabréis, se está



empezando a suministrar entre las niñas de 14 años. En el artículo del mes pasado, dábamos el punto de vista de los profesionales que estaban en contra de este suministro, por lo que nos vemos en la obligación de ofrecer un artículo suscrito por profesionales igual de prestigiosos, que apoyan la utilización de la misma. Como ya dijimos, cada cual que saque sus conclusiones.

“Vacuna contra el virus del papiloma humano (V.P.H.).

Si el virus del Papiloma Humano no produjera

cáncer, no existiría la necesidad de buscar una vacuna,

ya que casi todas las infecciones por este patógeno cursan de manera benigna e, incluso, desaparecen espontáneamente. En realidad, de los 100 tipos de VPH que se han clasificado, sólo una treintena afectan a la zona genital y entre ellos, unos pocos tienen capacidad oncogénica.

Concretamente, las variantes que tienen la relación más directa con el cáncer de cuello de útero son el 16 (responsable del 50 % de los casos, aproximadamente) y el 18 (origen de 20%).

El resto de los tumores de cerviz están provocados por

otras cepas. Concretamente, un estudio publicado en “The New England Journal of Medicine” en febrero de 2003, y dirigido por un equipo de investigadores españoles, localizó hasta 13 subtipos del VPH que podían catalogarse como “claramente oncogénicos” (aunque su incidencia fuera menor que la de los anteriores) y otros tres que “probablemente”, según los autores, estaban relacionados con la enfermedad.

En cualquier caso, “la vacunación contra los VPH oncogénicos más comunes (VPH-16 y

VPH-18) podrían prevenir el desarrollo de más del 70 % de los tumores de cuello de útero en todo el mundo” rezan las conclusiones de un novedoso estudio que publicado recientemente la revista “The Lancet”.

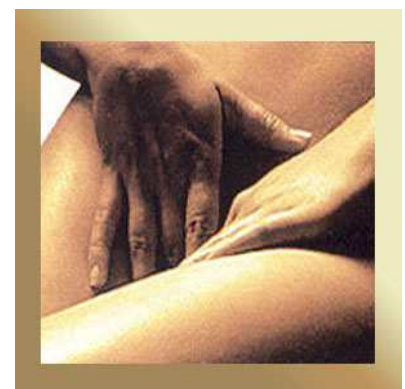
Aproximadamente el 50% de las mujeres ha tenido infección por el Virus del Papiloma Humano, responsable de algunos tipos de cáncer de cuello uterino y que se transmite a través de las relaciones sexuales, pero en muchos casos se resuelven espontáneamente, y en solo alrededor del 5% persiste la infección pudiendo desarrollar a largo plazo cáncer de cuello.

Actualmente existen en el mercado dos vacunas frente al virus del papiloma humano que protegen contra el cáncer de útero (esto se comprobará dentro de 10 ó 20 años, al disminuir la incidencia de este). Tienen algunas diferencias respecto a su composición, pero ambas protegen de los subtipos del virus del papiloma humano que con más frecuencia producen el cáncer de cuello uterino.

La indicación de esta nueva vacuna es para mujeres que no hayan tenido relaciones sexuales, y por tampoco contacto con este virus. Al aplicarla desarrollarán inmunidad frente a los tipos del virus contenidos en la vacuna. Por ello, casi todas las comunidades la incluirán en su calendario vacunal a partir de los 12-13 años.

Para las mujeres adultas, aunque pueden ser efectivas si no ha existido infección, no se indica, inicialmente, por la razón comentada anteriormente, pero que no está contraindicada”

Publicado en Consejos de Salud, Enfermedades de transmisión sexual,, Salud en la Adolescencia, Salud en la mujer, el 14 de septiembre de 2008.



**FES**

Formación, Educación y Salud

## Cerca de 2000 personas que no fuman mueren al año por tabaquismo.

**EDITA:**

ASOCIACIÓN FES

C/ San Atón 58

06001 Badajoz

Telf.: 600342899-924243231

E-mail:

asociacionfes@gmail.com

Directora de Edición:

- Marian Rodríguez.

Responsable de contenidos:

- Jessica González.

Coordinación:

- Javier Ramos.

Contenidos:

- Miembros de la Asociación FES.

El tabaquismo pasivo es responsable en nuestro país de alrededor de 2.000 muertes anuales, como consecuencia de diversas patologías, de personas que no fuman. El humo ambiental del tabaco (HAT) es causante de infarto agudo de miocardio, de la enfermedad circulatoria periférica y está directamente relacionado con un mayor riesgo de padecer cáncer de pulmón entre los no fumadores.

También se ha asociado el tabaquismo pasivo a otras enfermedades del adulto (asma y síntomas respiratorios crónicos) e infantiles (bajo peso al nacer, síndrome de muerte súbita del lactante, síntomas respiratorios agudos y crónicos, asma, infecciones del oído ...), por lo que se constata la

evidencia de que «no existe un nivel de exposición al HAT que esté libre de riesgo».

Éstas son las principales conclusiones obtenidas en un estudio realizado por la Sociedad Española de Cardiología mediante una encuesta a algo más de 2.500 personas, centrado en conocer la prevalencia de exposición al HAT de la población adulta no fumadora según los diferentes ambientes de exposición (domicilio, lugar de trabajo o centro de estudios, tiempo libre y transporte), así como la prevalencia del consumo activo de tabaco en el conjunto de la población. El 73,3% de los varones y el 78,89% de las mujeres declararon no ser fumadores.

La exposición al HAT alcanza el 72% entre los no fumadores, una cifra muy elevada en comparación con otros países del entorno europeo, como Italia, Irlanda o Finlandia, en los que menos de una cuarta parte de la población no fumadora está expuesta al humo ambiental del tabaco. El doctor Esteve Fernández, responsable de la Unidad de Investigación y Control del Tabaquismo del Instituto Catalán de Oncología, asevera que la ley "antitabaco" que entró en vigor en 2005 debe ser cumplida, pero, además, estima que es necesaria «una reforma de la misma para extender la prohibición de fumar en la hostelería sin excepciones».

FUENTE: lavozdegalicia.es

AUTOR: Rafael Guerrero

## Consumir Éxtasis afecta a la memoria.

El **Según un estudio sobre los Efectos Neurotóxicos del Éxtasis del Instituto Municipal de Investigación Médica (IMIM-Hospital del Mar) de Barcelona.**  
FUENTE: EFE

Consumir éxtasis afecta a la memoria y sus efectos se mantienen en el tiempo, aunque se deje de tomar esta sustancia, según un estudio sobre los Efectos Neurotóxicos del Éxtasis del Instituto Municipal de Investigación Médica (IMIM-Hospital del Mar). El estudio alerta de que esta droga de diseño afecta principalmente a algunas de las funciones superiores del cerebro y de que su consumo puede comportar riesgos importantes para la salud.

Financiado por el Plan Nacional sobre Drogas y el Fondo de Investigaciones Sanitarias, y publicado en el Journal of Psychopharmacology, el trabajo afirma que tomar éxtasis dificulta la fluidez verbal, la

memoria de trabajo y la velocidad al procesar la información, y que los efectos se mantienen en el tiempo, y hasta puede que no desaparezcan al interrumpir el consumo.

El éxtasis es una droga de diseño estimulante derivada de las anfetaminas, que en principio no causa dependencia física, y que, pese a ser ilegal, es muy popular entre los jóvenes, que la toman de forma recreativa en situaciones de ocio. En este trabajo, los investigadores del IMIM han estudiado la evolución de personas consumidoras de éxtasis durante dos años, y han puesto de manifiesto que los efectos nocivos del consumo de éxtasis perduran en el tiempo.

Estudios preliminares en animales de laboratorio habían mostrado la neurotoxicidad que la droga causaba en el cerebro, pero hasta ahora, otros estudios realizados en

humanos no habían llegado a resultados tan concluyentes.

Alteraciones de la memoria. Según Rafael de la Torre, coordinador del Grupo de Investigación Clínica en Farmacología Humana y Neurociencias del IMIM, "la memoria es el aspecto cognitivo más alterado a medida que se aumentan las dosis de éxtasis consumidos, y estos déficit tienden a persistir en el tiempo, especialmente en personas con un mayor consumo, que son aquellas que han tomado más de cien pastillas".

Las pruebas de neuroimagen y las analíticas bioquímicas realizadas coinciden en que los consumidores de éxtasis presentan niveles bajos del neurotransmisor serotonina, lo que se relaciona con los efectos secundarios descritos después del consumo de la droga.

