

ACTA DE LA V JORNADA DE SALUD EN EL ÁMBITO COMUNITARIO

“ La Responsabilidad Social en la Era Digital”

UNED (Elche)

24 de Octubre de 2017

ÍNDICE

PRESENTACIÓN	2
PROGRAMA	3
PONENCIA.....	5
PONENCIA CENTRAL.....	20
MESA REDONDA: “Chicos a jugar! El Juego de apuestas entre adolescentes	21
TESTIMONIO YOUTUBERS.....	24
MESA DE EXPERIENCIAS	25
CONCLUSIONES.....	35
EVALUACIÓN	37
MEMORIA GRÁFICA.....	¡Error! Marcador no definido. 36
ORGANIZADORES, PATROCINADORES Y COLABORADORES	39



PRESENTACIÓN

En esta V Jornada nos proponemos abordar el uso seguro y saludable de las Nuevas Tecnologías.

La tecnología se ha convertido en uno de los productos fundamentales del consumo de la modernidad repercutiendo en los procesos y fenómenos sociales y, de manera individual, en la manera de vivir, pensar y hacer de cada uno.

En la adolescencia, como periodo vital y época de cambios, Internet y los recursos tecnológicos pueden convertirse en un fin y no en un medio. El uso masivo de internet por parte de los adolescentes y jóvenes lleva entonces, a una reflexión sobre los vínculos y a la necesidad de desarrollar un enfoque integrador, que permita visualizar tanto los riesgos como las oportunidades de esta nueva forma de comunicarse en línea.

El contenido de esta V Jornada se estructura en torno a tres grandes bloques. El primero, con la ponencia principal por parte de Jorge Flores, Director y Fundador de Pantallas Amigas, sobre "Oportunidades y Riesgos para la Salud y el Bienestar en la vida digital"

El segundo, desde la Mesa Redonda con miembros de la Unidad de Investigación de la Universidad Miguel Hernández y de la Universidad de Valencia amparados por la Conselleria de Sanidad, se pretende profundizar en el uso que actualmente hacen los jóvenes de los juegos de azar on line y en los posibles problemas derivados de su utilización.

Contaremos también con el testimonio de Youtubers de Elche, su motivación, expectativas y valoración de ser referentes virtuales.

Por último, la mesa de Experiencias y, desde el enfoque de distintos sectores ilicitanos de la salud se expondrán dos líneas de actuación: la Prevención y la detección en conductas de abuso de las Tic's.

Deseo que esta Jornada contribuya a actuar e implicarnos en un trabajo conjunto en este periodo de la historia de la humanidad, como es la Era de la Información.

Teresa Maciá Milla

Concejala de Bienestar Social



Ajuntament d'Elx



ELX CONVIU
Servei de Dinamització Comunitària

PROGRAMA

8:30 - 9 h. Recepción y entrega de documentación

9 - 9:30 h. Presentación institucional de la Jornada

9:30 - 10 h. Adhesión a la Estrategia Nacional de Promoción de la Salud.
Situación actual y retos del futuro.

Nieves Lillo Herranz. Jefa de Sección de Programas de Bienestar Social. Coordinadora Local de la EPSP. Ayuntamiento de Elche.

10 - 11 h. CONFERENCIA INAUGURAL:

Oportunidades y Riesgos para la Salud y el Bienestar en la Vida Digital. **Jorge Flores Fernández.** Director y Fundador de Pantallas Amigas.

Presenta: Miriam Hurtado Pomares. Vicerrectora Adjunta de Relaciones Institucionales. Universidad Miguel Hernández.

11 - 11:30 h. Almuerzo Saludable.

Mesa redonda: “ Chicos, a jugar!! El juego de apuestas entre adolescentes.

Mariano Chóliz. Profesor Universidad de Valencia. Director de Investigación: Adicción al juego y adicciones tecnológicas.

Lourdes Cardona. Jefa de Servicios de Gestión de Drogodependencias y Otros Trastornos Adictivos.

Daniel Lloret Irlés. Profesor Universidad Miguel Hernández. Miembro del Grupo de Investigación. Análisis e intervención psicológica en la prevención de conductas adictivas.

Modera: Sergio López Ronda. Educador Social UPCCA Excmo. Ayuntamiento de Elche.



13 – 13:15h D.A.DOS Youtubers. Cuando no hay dos sin tres.

13:15-14:15h Mesa de experiencias .

Nicolás Condés Balboa. Proyecto Hombre

Marina Ponzó. Adabe

José Fco. Sáez Valero. Apaex

Modera: Antonia Soriano Fallos. Directora del Centro de Salud Pública de Elche.

14 - 14:30 h. Conclusiones.

Marian Correas Luque. Educadora Social .Elx Conviu



PONENCIA

V JORNADA DE PROMOCIÓN DE LA SALUD EN EL ÁMBITO COMUNITARIO

Responsabilidad Social en la Era Digital

Elche, 24 de octubre de 2017



INTRODUCCIÓN

ESTRATEGIA DE PROMOCIÓN DE LA SALUD Y PREVENCIÓN EN EL SNS ¿EN QUÉ CONSISTE?

Objetivo

Fomentar la **salud y el bienestar** de la población promoviendo los estilos de vida saludables y potenciando la seguridad.

Oportunidad

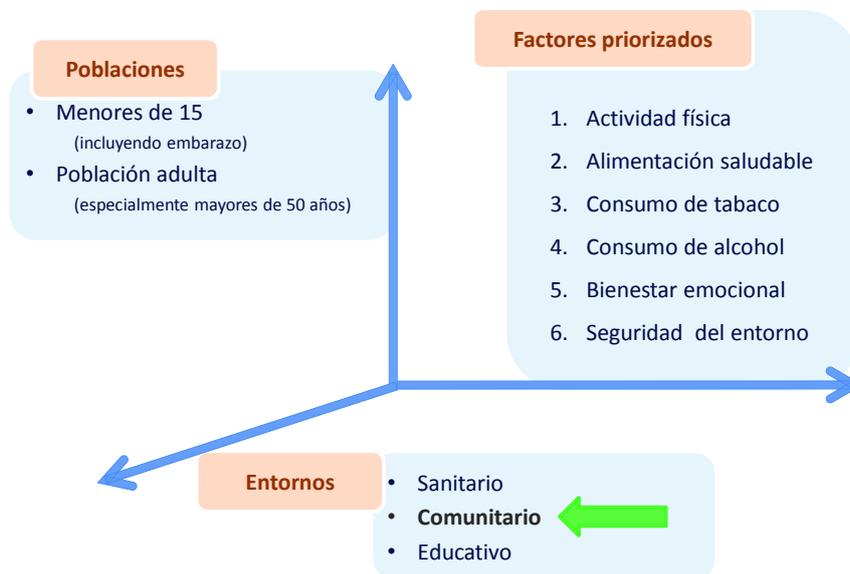
Integrar y **coordinar** los esfuerzos de promoción de la salud y prevención entre todos los niveles, sectores y actores implicados.

Estrategia de
promoción de la salud
y prevención en
el SNS
Estrategia de promoción de la salud y prevención en el SNS
Elaborada por el Departament de Salut i Benestar Social i Família de l'Institut de Recerca i Innovació de Salut (IRIS) el 2015



Esta Estrategia, a la que el Ayuntamiento se adhirió en 2015, tiene por objetivo fomentar la salud y el bienestar de la población promoviendo entornos y estilos de vida saludables y potenciando la seguridad frente a las lesiones. En concreto, se propone aumentar en 2 años la esperanza de vida en buena salud al nacer en España, para 2020.

Para nuestro municipio esta Estrategia supone una oportunidad de integrar y coordinar los esfuerzos de promoción de la salud y prevención entre todos los niveles, sectores y actores implicados.



La Estrategia se desarrolla en un eje con tres dimensiones de acción: por factores priorizados a abordar, poblaciones y por entornos.



1. FACTORES PRIORIZADOS

Estas enfermedades crónicas tienen una relación importante con algunos factores que las pueden producir y también las pueden agravar, como son el consumo de tabaco, la inactividad física, la alimentación, el consumo nocivo de alcohol o el estrés. Estos factores pueden formar parte del estilo de vida de las personas y están determinados no solamente por lo que una persona hace sino también por el entorno en el que vive.

Por ello, la estrategia propone el desarrollo progresivo de intervenciones dirigidas a prevenir las enfermedades, lesiones y la discapacidad, actuando sobre estos factores a lo largo del curso de vida de las personas y teniendo en cuenta los entornos en los que la gente vive.

2. POBLACIONES

En la primera fase de esta Estrategia se han priorizado para la acción la infancia, la adolescencia y las personas mayores.

3. ENTORNOS

En las intervenciones dirigidas a la promoción de la salud y prevención es importante actuar de forma integrada, no sólo abordando en conjunto los principales factores de salud/riesgo y sus interacciones, sino también los diferentes entornos vitales de cada población.



EL ÁMBITO LOCAL Y LA SALUD DE LA POBLACIÓN EL PAPEL DEL MUNICIPIO EN LA SALUD

El ámbito local es un entorno esencial para la mejorar la salud y el bienestar de la población



El entorno local es el **más cercano a la población**, y en él las personas viven, trabajan, estudian, acceden a servicios, disfrutan del ocio, etc.

Desde el entorno local, **podemos contribuir a mejorar la salud de la población mediante las políticas locales** de salud, educación, bienestar social, transporte, medio ambiente, cultura, urbanismo, vivienda, deportes, seguridad, etc.

ESTRUCTURA ORGANIZATIVA





MESA DE PROMOCIÓN DE LA SALUD

Su función es adaptar las acciones de la Estrategia a la realidad de Elche, realizando la coordinación, el seguimiento y la evaluación de su implementación.

Forman parte: representantes técnicos de los Departamentos de Salud del Vinalopó y del Hospital General, del Centro de Salud Pública, de la Universidad Miguel Hernández y del CEU, Cáritas, Elche Acoge, Secretariado Gitano, Proyecto Hombre, APAEX, Asociación de enfermería Comunitaria, además de diferentes Concejalías del Ayuntamiento.



GRUPOS DE TRABAJO

GT. Atención Primaria de Orientación Comunitaria.
GT. Prevención de Conductas Adictivas.
GT. Salud en Grupos Vulnerables.

MESA SOCIOEDUCATIVA CARRÚS

En conexión con la Mesa de Promoción de la Salud, es un instrumento para fomentar líneas de coordinación y trabajo compartido con y entre las entidades educativas.



ACCIONES DESARROLLADAS



PROYECTOS Y ACTIVIDADES

Por cuestiones de tiempo, no me detendré en cada uno de los proyectos y actividades de promoción y educación para la salud, sino que me limitaré a ofrecer una panorámica general de lo realizado con diferentes grupos etarios. Sí indicar que la suma total de participantes supera las 3.000 personas.

12

ACTIVIDADES DEPORTIVAS



Ajuntament d'Elx



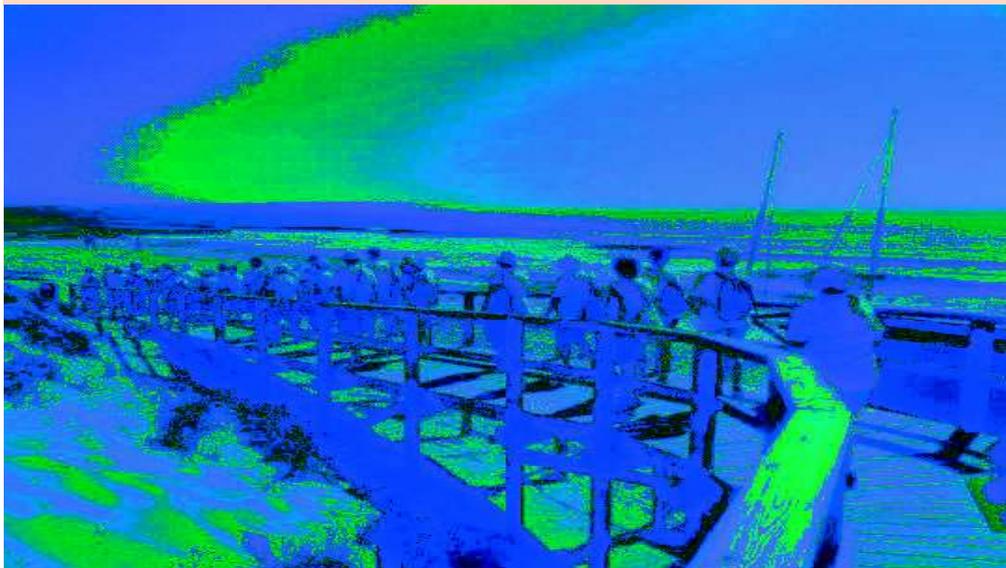
ELX CONVIU
Servei de Dinamització Comunitària

BAILES PARA JÓVENES



13

PASEOS SALUDABLES



Ajuntament d'Elx



ELX CONVIU
Servei de Dinamització Comunitària

CAMPAÑA PARA FOMENTAR LA ACTIVIDAD FÍSICA EN L@S MAYORES

ACTÍVATE por tu Salud

CONSEJO PARA ESTAR ACTIVO
 Llevar una vida activa favorece al bienestar emocional, favorece y mejora nuestra memoria y calidad de vida. La vida activa aporta beneficios tanto para la esperanza de vida como para la calidad de vida en los últimos meses de nuestra vida.

Para ello:

- 1) Mantén actividad física durante toda la vida (entre 20 y 30 minutos) de forma regular.
- 2) Al caminar, utiliza la marcha rápida, camina con intención, fuerza y ritmo (Ritmo de paso).
- 3) Considera la actividad física como un estilo de vida que puedes seguir durante toda la vida, como respirar el aire que respiras.
- 4) Para cada hora dedicada al ejercicio físico, dedica dos horas al descanso físico. Esto favorece la salud física y mental, así como el bienestar. El día gozamos de él.
- 5) No dudes de tu capacidad física. Si necesitas ayuda, ponte en contacto con el personal del Centro de Salud.
- 6) Procura ser independiente, autónoma y activa en tu vida.
- 7) Procura ser independiente, autónoma y activa en tu vida.

CALENDARIO SALUDABLE

Te presentamos algunos juegos para fomentar los movimientos de tu actividad física. Procura jugar con tus familiares o con tus amigos. Hazlo en el momento que tengas tiempo disponible.

Desarrolla tu coordinación y equilibrio en las Pistas Deportivas, que a su vez te ayudan de todas formas. SALIDA AL TORO A. Salida del Centro de Salud del Dr. Torralba, Cardenera 12196.

Es una gran oportunidad para salir a caminar y compartir con otros personas.

WWW

Para más información, acude a tu Centro de Salud.

TU CALENDARIO SALUDABLE

Enero 01	Febrero 02	Marzo 03
Abril 04	Mayo 05	Junio 06
Julio 07	Agosto 08	Septiembre 09
Octubre 10	Noviembre 11	Diciembre 12

ALIMENTACIÓN SALUDABLE



USO SALUDABLE DE LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS



EDUCACIÓN Y SEGURIDAD VIAL



EDUCACIÓN AFECTIVO-SEXUAL



16

PREVENCIÓN DE TRASTORNOS DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA



Ajuntament d'Elx



ELX CONVIU
Servei de Dinamització Comunitària

II SEMANA DE LA SALUD

II SEMANA DE LA SALUD ELCHE 2017
DEL 23 AL 28 D'OCTUBRE
PROGRAMA EN CASTELLAN

PROGRAMA	ACTIVIDADES	PROGRAMA	ACTIVIDADES
10:00-12:00	1. ORACIÓN AL CORAZÓN EN LA CATEDRAL	10:00-12:00	1. ORACIÓN AL CORAZÓN EN LA CATEDRAL
10:00-12:00	2. MARCHA DE LA SALUD EN LA CATEDRAL	10:00-12:00	2. MARCHA DE LA SALUD EN LA CATEDRAL
10:00-12:00	3. MARCHA DE LA SALUD EN LA CATEDRAL	10:00-12:00	3. MARCHA DE LA SALUD EN LA CATEDRAL
10:00-12:00	4. MARCHA DE LA SALUD EN LA CATEDRAL	10:00-12:00	4. MARCHA DE LA SALUD EN LA CATEDRAL
10:00-12:00	5. MARCHA DE LA SALUD EN LA CATEDRAL	10:00-12:00	5. MARCHA DE LA SALUD EN LA CATEDRAL
10:00-12:00	6. MARCHA DE LA SALUD EN LA CATEDRAL	10:00-12:00	6. MARCHA DE LA SALUD EN LA CATEDRAL
10:00-12:00	7. MARCHA DE LA SALUD EN LA CATEDRAL	10:00-12:00	7. MARCHA DE LA SALUD EN LA CATEDRAL
10:00-12:00	8. MARCHA DE LA SALUD EN LA CATEDRAL	10:00-12:00	8. MARCHA DE LA SALUD EN LA CATEDRAL
10:00-12:00	9. MARCHA DE LA SALUD EN LA CATEDRAL	10:00-12:00	9. MARCHA DE LA SALUD EN LA CATEDRAL
10:00-12:00	10. MARCHA DE LA SALUD EN LA CATEDRAL	10:00-12:00	10. MARCHA DE LA SALUD EN LA CATEDRAL
10:00-12:00	11. MARCHA DE LA SALUD EN LA CATEDRAL	10:00-12:00	11. MARCHA DE LA SALUD EN LA CATEDRAL
10:00-12:00	12. MARCHA DE LA SALUD EN LA CATEDRAL	10:00-12:00	12. MARCHA DE LA SALUD EN LA CATEDRAL
10:00-12:00	13. MARCHA DE LA SALUD EN LA CATEDRAL	10:00-12:00	13. MARCHA DE LA SALUD EN LA CATEDRAL
10:00-12:00	14. MARCHA DE LA SALUD EN LA CATEDRAL	10:00-12:00	14. MARCHA DE LA SALUD EN LA CATEDRAL
10:00-12:00	15. MARCHA DE LA SALUD EN LA CATEDRAL	10:00-12:00	15. MARCHA DE LA SALUD EN LA CATEDRAL
10:00-12:00	16. MARCHA DE LA SALUD EN LA CATEDRAL	10:00-12:00	16. MARCHA DE LA SALUD EN LA CATEDRAL
10:00-12:00	17. MARCHA DE LA SALUD EN LA CATEDRAL	10:00-12:00	17. MARCHA DE LA SALUD EN LA CATEDRAL
10:00-12:00	18. MARCHA DE LA SALUD EN LA CATEDRAL	10:00-12:00	18. MARCHA DE LA SALUD EN LA CATEDRAL
10:00-12:00	19. MARCHA DE LA SALUD EN LA CATEDRAL	10:00-12:00	19. MARCHA DE LA SALUD EN LA CATEDRAL
10:00-12:00	20. MARCHA DE LA SALUD EN LA CATEDRAL	10:00-12:00	20. MARCHA DE LA SALUD EN LA CATEDRAL

PROGRAMA DE ANIMACIÓN SOCIOCULTURAL TALLERES EN CENTROS SOCIALES

17



Ajuntament d'Elx



ELX CONVIU
Servei de Dinamització Comunitària

MAPEO DE RECURSOS COMUNITARIOS PARA LA SALUD

Uno de los compromisos adquiridos con la adhesión a la EPSP fue la identificación de recursos y posterior elaboración de mapas comunitarios. Un recurso comunitario es un bien o servicio que puede ser usado para mejorar la calidad de vida de las personas que forman una comunidad.

18

En nuestro caso, ese mapeo de recursos más que un instrumento de recopilación de datos, lo entendemos como un proceso en que la ciudadanía puede descubrir factores positivos de sus barrios y tejer una red de relaciones y apoyos mutuos. El objetivo es que este proceso participativo se traduzca en proyectos que mejoren su calidad de vida y promuevan su salud.



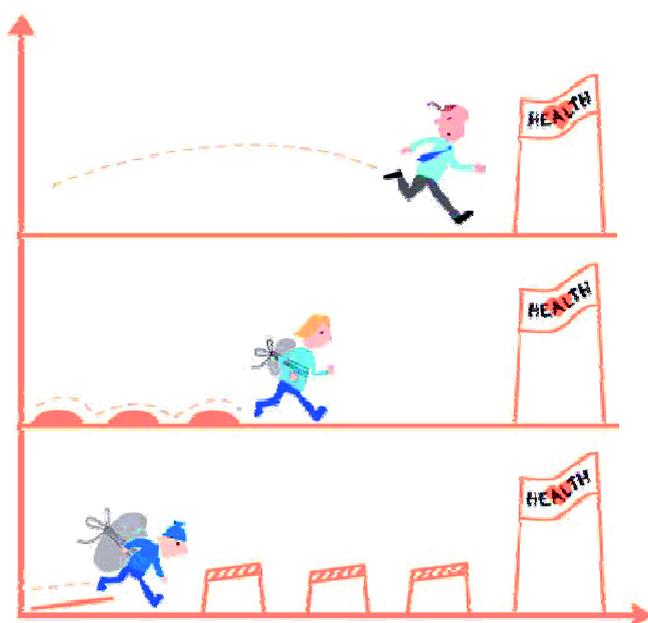
Ajuntament d'Elx



ELX CONVIU

Servei de Dinamització Comunitària

CONCLUSIONES



A lo largo del año hemos realizado un trabajo riguroso y un esfuerzo importante, pero debemos continuar incidiendo sobre el acceso a los recursos de toda la ciudadanía, en especial aquella que por sus condiciones de vida, tienen mayores dificultades para acceder a un mismo nivel de salud.

Los distintos grupos sociales se enfrentan a diferentes barreras: algunas personas nacen con mayores oportunidades y es más fácil para ellos lograr buena salud, mientras que otros nacen con desventajas adicionales y tienen que “saltar obstáculos” durante toda su vida y acumulan desventajas a lo largo de la misma.



Desde el ámbito local podemos mejorar el acceso a los recursos, así como llevar a cabo acciones que disminuyan estas desigualdades en salud. Tenemos que tener en cuenta las diferentes necesidades de las personas y por eso también es fundamental promover la participación social

PONENCIA INAUGURAL

Oportunidades y riesgos para la salud y el Bienestar en la Vida Digital.

Jorge Flores Fernández. Fundador y director de Pantallas Amigas.

Pantallas Amigas es una iniciativa que tiene como misión la promoción del uso seguro y saludable de las nuevas tecnologías y el fomento de la ciudadanía digital responsable en la infancia y la adolescencia.

-Seguro, evitando riesgos o reduciendo sus consecuencias.

-Saludable, buscando el pleno bienestar físico, mental y social, individual y colectivo.

-Ciberciudadanía, desarrollando competencias ciudadanas plenas, valores y habilidades.

20

El diseño de las intervenciones se elabora sobre cinco pilares básicos:

Utilización de estrategias multicanal de comunicación educativa.

Desarrollo de habilidades para la vida de tipo social (empatía) cognitivo (pensamiento crítico) y emocional (control de emociones).

Promoción de valores universales como respeto, responsabilidad, justicia, solidaridad, cooperación, participación, equidad, igualdad de oportunidades y cuidado de las demás personas.

Transversalidad en otros aspectos educativos (equidad de género, inclusión)

Innovación en procesos, medios, canales y agentes.

Se contempla internet como un medio para completar los Derechos de la Infancia en materia de Promoción y Participación, más allá de la protección.



Se aborda la naturaleza de la vida digital que vivimos y cómo determinadas habilidades para la vida son ahora aún más necesarias.

Hay distintos tipos de riesgos: Contenidos inadecuados, cyberbulling. Grooming, sextorsión, revege-porn, ciberviolencia de género, fraudes y estafa, comisión de delitos, uso abusivo y pérdida de privacidad , principalmente.

Se hizo énfasis en el uso compulsivo y no meditado de las tecnologías como su uso poco responsable para un malentendido activismo digital.

MESA REDONDA: “ Chicos, a jugar!!! El juego de apuestas entre adolescentes”

Mariano Chóliz. Profesor de la Universidad de Valencia. Director de la Unidad de Investigación: Adicción al Juego y Adicciones Tecnológicas.

La intervención tiene como objetivo analizar la implicación de los menores de edad con el juego de azar, especialmente la relación entre algunos juegos con la presencia de indicadores de adicción al juego. También se atiende a las diferencias de género. Se administró el programa de prevención al juego Ludens a 807 estudiantes de bachiller y ciclos formativos de colegios privados e institutos públicos de Valencia y provincia. Contiene una encuesta en la que se evalúa la frecuencia de juego, así como el juego patológico a través del NODS.

Los principales resultados demuestran que el 62% de los menores de 18 años relata haber jugado a algún juego de azar durante los últimos meses, de entre los cuales, las apuestas deportivas y quinielas son las más frecuentes.

Se encontraron diferencias estadísticamente significativas en género, tanto en incidencia y vulnerabilidad al juego patológico,

Los resultados obtenidos ponen de relevancia que, a pesar de que el juego es una actividad que está prohibida en menores de edad , esta no es infrecuente en ellos.



Lourdes Cardona. Jefa de Servicio de Gestión de Drogodependencias y Otros Trastornos Adictivos. Conselleria de Sanitat.

El presente informe muestra los resultados grupales de los escolares de los centros educativos a los cuales se les ha administrado la encuesta sobre juego de azar del Programa de Prevención al juego Ludens.

Los datos son anónimos a pesar de que no se trata de un estudio epidemiológico, los resultados obtenidos son un acercamiento a la realidad del juego y de los problemas de adicción a los Juegos de Azar On line de jóvenes y adolescentes.

El propósito de este estudio es el conocimiento del uso de los juegos de apuestas por parte de los menores de edad escolarizados. Se analizan tanto los juegos más tradicionales como los actuales juegos online, tanto si se llevan a cabo a través de un ordenador o móvil como si se juega en máquinas de apuestas deportivas situadas en bares y salones.

** Se adjunta Informe sobre Juegos de Azar en adolescentes. UPCCA Elche. Curso 2016/2017 **

22

Daniel Lloret Irlles. Profesor Universidad Miguel Hernández. Miembro del Grupo de Investigación. Análisis e intervención psicológica en la prevención de conductas de riesgo para la Salud”

El juego de apuestas ha formado parte de nuestra cultura desde tiempos inmemorables, sin embargo en los últimos años el fenómeno está experimentando un gran crecimiento. Como ocurre con otras conductas susceptibles de abuso, el juego puede convertirse en patológico cuando su intensidad y frecuencia alcanza un nivel capaz de interferir en las relaciones familiares, sociales y/o laborales, y se pierde el control. Aunque hace décadas que el Manual Estadístico de Enfermedades Mentales recoge al juego de apuestas como potencial trastorno mental, es en la última edición (DSM-V) cuando se reconoce por vez primera la adicción al juego.



Ajuntament d'Elx



ELX CONVIU
Servei de Dinamització Comunitària

El juego de apuestas es un mercado en fuerte expansión que, a pesar de la regulación protectora, acecha de forma preocupante a los menores. Con la llegada de las plataformas de juego online, se ha aumentado el acceso al juego, y se ha reducido la capacidad de control, incluido los menores.

La Diputación de Alicante y la Universidad Miguel Hernández realizaron en 2016 el primer estudio sobre el juego de apuestas entre adolescentes de la provincia de Alicante. Un ambicioso proyecto que sigue a una cohorte de adolescentes durante tres años para analizar la prevalencia del juego, los perfiles de los jugadores y las características psico-sociales que predicen el inicio y evolución del juego de apuestas.

Los datos presentados en las V Jornadas de Promoción de la Salud en el Ámbito Comunitario corresponden a la primera ronda de medidas, 2016, en ella participaron 2716 estudiantes de secundaria de 23 centros educativos distribuidos en las 9 comarcas. Los resultados muestran que uno de cada cuatro jóvenes (28,5%) ha jugado alguna vez. Existe una marcada diferencia de género (46,3% de los chicos y 18,7% de las chicas).

23

La prevalencia de juego patológico alcanza al 7% de la muestra. Estos datos son sensiblemente superiores a los resultados de los escasos estudios disponibles, que estiman que la prevalencia de juego entre la población adolescente oscila entorno a 14% - 20%.

Las modalidades más utilizadas, por orden de uso son: apuestas deportivas en salones, apuestas deportivas online, máquinas tragaperras en salones o bares, poker o casinos online y ruletas en salones. Y los principales motivos para jugar son por orden de preferencia: Financieros, el juego es percibido como fuente de ingresos; Placer, el juego es excitante, hace sentir bien o simplemente si es divertido; Social, es lo que hace la mayoría de los amigos; y Afrontamiento, jugar sirve para olvidar problemas, para sentirse mejor cuando se está de mal humor o cuando se está nervioso o deprimido.



La presente investigación, además, analiza las características individuales, sociales y familiares que explican el inicio y mantenimiento del juego de apuestas entre adolescentes. Sus conclusiones sirven de base para diseñar una intervención preventiva en los ámbitos escolar y familiar.

D.A.DOS YOUTUBERS. Cuando no hay dos sin tres.

Nadine Therry y José Ortega.

TESTIMONIO

“Somos Nadine y Pep, una pareja que empezó comprando juegos de mesa para no aburrirse en el camping y acabó abriendo un canal de Youtube para compartir nuestras impresiones en el mundo respecto a lo que íbamos comprando.

En el camino aprendimos muchas cosas. En otras, a valorar el trabajo de la gente que está detrás de cualquier canal, de un proyecto, de un producto, más allá de nuestra opinión. También a expresar las opiniones de la forma menos hiriente aún así, sincera.

Sin dejar de lado el hecho de que nosotros éramos también un blanco de críticas y opiniones, que tuvimos que aprender, que asumir y digerir.

Además del enriquecimiento personal, el canal nos ha mostrado que detrás de lo que hacemos subyacen también valores que transmitimos, como el de igualdad y el respeto en una pareja, la socialización, el juego como medio de expresión o incluso como vínculo para romper barreras.”



MESA DE EXPERIENCIAS.

INTERVENCIÓN CON ADOLESCENTES CON ABUSOS DE LAS TIC'S.

Nicolás Condés Balboa. Coordinador del Área de Prevención. Fundación Noray Proyecto Hombre Alicante.



INTERVENCIÓN EN ABUSO DE TIC CON ADOLESCENTES

25

Nicolás Condés Balboa
Psicólogo-Coord. Áreas Prevención

Web: proyctohombrealicante.org
E-mail: info@proyctohombrealicante.org
prevencion@proyctohombrealicante.org
Blog: www.adopreven.com



Ajuntament d'Elx



ELX CONVIU
Servei de Dinamització Comunitària

¿QUÉ ES PROYECTO HOMBRE?

Es un método **educativo- terapéutico** que ofrece soluciones integrales en materia de prevención, tratamiento y rehabilitación en drogodependencias y otros trastornos adictivos, promocionando:

La autonomía de la persona

La asunción de responsabilidad

Su capacidad para tomar decisiones y volver a ser un miembro activo de la sociedad

TIC EN ESPAÑA

- **96,5%** de los hogares dispone de dispositivo móvil
- **93,3%** se conecta a internet a través de su dispositivo móvil
- **91%** participa en redes sociales entre jóvenes (16-24 años)
- **75%** suministra datos de carácter personal a través de internet
- **50%** comprueba la seguridad de las web, deniega permisos de envío publicitario,...
- **36%** lee la política de privacidad antes de instalar APP o facilitar datos
- **49,6%** (10-12 años) dispone de dispositivo móvil. **90%** de 13 a 15 años



ABUSO (DEFINICIÓN)

“Cuando la conducta es desadaptativa. La persona dedica todo el tiempo que le es posible a esta actividad y puede ocurrir que abandone otras que antes le gustaban. “

“Entendemos por abuso aquella forma de relación con la conducta en la que, bien por su cantidad, por su frecuencia y/o por la propia situación física, psíquica y social del sujeto, se producen consecuencias negativas.”

SINTOMAS

- Dedicar mucho tiempo a las TIC
- Cambios en la conducta social
- Cambios en las relaciones familiares
- Cambios en el rendimiento académico
- ‘Obsesión’ por estar conectado/a
- No apagan el dispositivo por la noche
- Alteran sus actividades cotidianas para usar, cada vez más, el móvil, la consola o el ordenador
- Irritabilidad por el no uso

27

Por ello, no es de extrañar que vean alterados sus ritmos de sueño y comida por la hiperadicción y por el aumento de la excitabilidad”.

DATOS INTERÉS

- 1/3 usa videojuegos de 5 a 7 días a la semana
- El 50% de éstos de 2 a 3 horas
- El 36,4% navega por más de 4 horas al día por internet



- El 37,5% tiene un gasto de telefonía móvil de 20€/mes

- El 27% desatiende tareas por la utilización de dispositivos móviles

OTRAS CARACTERÍSTICAS

- En un gran porcentaje de los casos existen antecedentes de **absentismo escolar** más o menos habitual y fracaso escolar.
- Ausencia de motivación para mejorar/modificar aspectos
- Alto nivel de agresividad
- Abuso utilización smartphone (>70%)
- Déficit en estructura familiar funcional (manejo contingencias)
- Escasa coherencia parental
- Dificultad posicionamiento padres/madres (miedo, incapacidad, ...)

28

PROGRAMA FARO: POBLACIÓN DIANA

- Adolescentes/Jóvenes** entre los 13 y 20* años, con inicio en el uso y/o abuso de cualquier tipo de sustancias psicoactivas y/o otras conductas de riesgo.
- Padres/madres/tutores** de adolescentes participen o no en el programa.

FARO: FASE EVALUACIÓN

- Evaluar la situación actual del/la adolescente/joven y su familia respecto a sus factores de riesgo/ protección.
- Realizar un informe de evaluación inicial.
- Establecer un Plan Individualizado de Intervención (PII) (objetivos).



- Coordinar el PII con el Plan Individual de Intervención de la familia.

FARO: FASE OBJETIVOS (ADOLESCENTE)*

• *Nivel Personal:*

Mejorar la **autoestima**, Desarrollar estrategias de afrontamiento de **estados emocionales**, Aprender un procedimiento de **toma de decisiones** y solución de problemas, Fomentar la capacidad de **autocontrol** sobre su conducta, Implicarse en actividades saludables de ocio, Mejorar la relación con la familia (o núcleo de convivencia)

• *Conductas potencialmente adictivas:* Poseer conocimientos ciertos sobre adicciones, Promover el desarrollo de una **actitud crítica** respecto a este tipo de conductas, Favorecer una **reducción/eliminación** del consumo a partir de los criterios de la evaluación individual.

• *Nivel Social:* Desarrollar habilidades de afrontamiento de la presión de grupo, Favorecer la puesta en contacto con no consumidores, Potenciar la utilización de recursos alternativos de **ocio y tiempo libre** del propio municipio.

• *Nivel Ocupacional:* Favorecer la inserción escolar / laboral, conectar a los/as adolescentes/jóvenes con los recursos de formación / empleo, Optimizar el rendimiento escolar / laboral, Mejorar la **actitud** (motivar) hacia la escuela / trabajo.

FARO: FASE OBJETIVOS (FAMILIA)

- Ofrecer información cierta sobre las conductas adictivas y sobre su consumo.
- Fomentar una actitud crítica sobre el consumo de todo tipo de drogas.
- Desarrollar habilidades de comunicación y resolución de conflictos con los hijos.
- Adquirir conocimientos y habilidades de manejo de contingencias y la capacidad para establecer un sistema de normas claro.



- Mantener los niveles de ansiedad de los padres / tutores bajos

FARO: FASE VERIFICACIÓN

- Verificar el grado de autonomía personal y normalización social.
- Alcanzar una desvinculación y autonomía respecto al programa.
- Verificar una estructura familiar funcional y adaptada a sus necesidades.
- Contrastar un cambio en el estilo de vida, teniendo en cuenta sus expectativas y valores.

30

DIFICULTADES

- Nula motivación para el cambio de adolescentes/jóvenes (y en ocasiones de madres/padres)
- Normalización del abuso de TIC
- Excesiva permisividad de padres y madres con respecto al uso



Ajuntament d'Elx



ELX CONVIU
Servei de Dinamització Comunitària

LA INFLUENCIA DE LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS Y REDES SOCIALES EN LOS TRASTORNOS DE CONDUCTA ALIMENTARIA.

Marina Ponzó. Psicóloga de Adabe.

La proliferación de las nuevas tecnologías y las redes sociales en la actualidad, ha conllevado cambios en la manera de relacionarnos, comunicarnos y de expresar nuestras emociones y sentimientos. Un uso inadecuado puede acarrear consecuencias negativas significativas, las cuales pueden influir directamente en la probabilidad de sufrir un trastorno de la conducta alimentaria o mantener la enfermedad, siendo los niños y adolescentes los más vulnerables a su impacto. Sin embargo, también existen múltiples aplicaciones de las nuevas tecnologías que ayudan al tratamiento y diagnóstico de los trastornos alimentarios, así como a fomentar una visión positiva del cuerpo. La clave reside en una buena psicoeducación a nivel familiar.

Según un estudio de la Salud Pública de Reino Unido:

- Instagram es la red social más perjudicial en la salud mental de los jóvenes
- Los jóvenes que pasan más de dos horas al día en Redes Sociales como Facebook, Twitter o Instagram son más propensos a sufrir problemas de salud mental sobre todo angustias, síntomas de ansiedad y depresión.



LA PSICOEDUCACIÓN COMO FACTOR DE PROTECCIÓN EN CONDUCTAS DE RIESGO DE LAS TIC'S.

José Francisco Sáez Valero. Técnico en Educación Social y Salud.

Coordinador de Proyectos en APAEX.

De todos es bien conocido la influencia que las nuevas tecnologías tiene en todos los ámbitos d la sociedad, pero con su utilización masiva han ido apareciendo muchas voces que advierten de los riesgos y peligros que su mal uso puede generar entre todos los estamentos sociales, pero especialmente entre los jóvenes y adolescentes que han nacido cuando ya existían las tecnologías digitales y que han tenido acceso a ellas desde sus primeros días de infancia.

Se puede considerar que existen ciertos factores tanto sociales (fracaso en la socialización, carencia o pérdida de afecto, cohesión familiar débil,...) como personales (edad, características personales, vulnerabilidad, insatisfacción personal,...) que hacen que una persona pueda llegar a tener en algún momento de su vida mayores posibilidades de sufrir adicción a las TIC's.

Por lo general, los riesgos que mayor preocupación generan son aquellos que tienen una naturaleza social, es decir, los que pueden tener un fuerte impacto en la vida social, emocional y física de la persona. Resaltando, para la gran mayoría de los investigadores, internet como la tecnología más propensa a generar conductas adictivas.

Por ello, como respuesta a esta problemática surgen desde diferentes ámbitos tanto públicos como privados, una serie de acciones e iniciativas tendentes a evitar la aparición de riesgos, en el uso de las TIC's y más concretamente en el uso de Internet.

Adicciones a las TIC's. Factores de riesgo:Las adicciones a las TIC's se enmarcan dentro de las adicciones sin sustancia, aquellas que no implican la dependencia a un compuesto, sino que hace referencia a una serie de comportamientos que el individuo tiende a hacer de forma descontrolada, pues le causa placer.

En cuanto al término "*adicción*" a las tecnologías, resulta difícil establecer una definición concreta sobre esta cuestión y surgen preguntas del tipo, ¿Qué rasgos determinan que una persona es adicta a las nuevas tecnologías?

¿Dónde se encuentran los límites entre abuso y dependencia? ¿Quién puede determinar el tiempo estipulado de uso de las tecnologías?



Existen ciertos rasgos que predisponen a las personas a llegar a tener en algún momento de su vida una adicción sin sustancia: el fracaso en la socialización, la carencia o pérdida de afecto, una cohesión familiar débil, el contacto con situaciones estresantes en las primeras etapas de vida, baja autoestima, alto nivel de impulsividad. No son determinantes, pero influyen o hacen a la persona más vulnerable.

Los factores de riesgo que están ligados a la posible adicción las TIC's pueden ser:

- Ser adolescente
- Vulnerabilidad
- Características de personalidad
- Insatisfacción personal

De este modo, en los últimos años se ha observado un número creciente de casos de personas que han desarrollado adicción las TIC's. Y entre ellas un porcentaje mayoritario, debido a su condición de "nativos digitales", jóvenes y adolescentes.

Las adicciones más frecuentes protagonizadas por las TIC's son:

- Videojuegos
- Móviles
- Internet (con riesgos específicos)
- Redes sociales

33

Los componentes fundamentales de los trastornos adictivos son dos: la falta de control y la dependencia.

Lo que define la conducta adictiva no es la frecuencia con la que se realiza, sino más bien el grado de pérdida de control por parte del sujeto, así como el establecimiento de una relación de dependencia.

Al hilo de esta idea de adicción surgen algunas preguntas y reflexiones. ¿Adicción o abuso?

El riesgo está en achacar a priori, a las TIC's una capacidad de generar adicción, sin ponerla en relación directa con la madurez personal y el carácter de los usuarios. Tanto los jóvenes, como las familias y educadores señalan que el riesgo existe.

La prevención en el uso de Internet. Herramientas de intervención socioeducativa: Se entiende por prevención una serie de acciones e iniciativas dirigidas a evitar la aparición de riesgos, en este caso en el uso de las TIC's. Lo que implica actuar para que un problema no aparezca o, si ya lo ha hecho, para disminuir sus efectos.

Respuestas educativas al uso abusivo de las TIC's:



- Establecer limitación en los tiempos de uso
- En caso de menores, bloquear el acceso
- Trabajar en la reeducación y potenciar conductas saludables
- Establecer rutinas diarias
- Trabajar desde un enfoque sistémico para mejorar el ambiente familiar
- Fomentar la comunicación en vivo
- Fomentar las relaciones sociales, con actividades grupales
- Pautas y técnicas de relajación
- Técnicas de control de impulsos y manejo de la ira
- Fomentar actividades de ocio deportivas

Cada vez es mayor el número de investigaciones y estudios que se producen sobre las adicciones a las TIC's, profundizando en los factores de riesgo y sus particularidades. Su aportación es esencial para realizar una buena prevención, ya que proveen de datos precisos para determinar los contenidos de los programas y sus destinatarios.

Asimismo, las diferentes Administraciones Públicas están materializando diferentes acciones con el objetivo de sensibilizar y formar en el uso seguro de las tecnologías: elaboración de guías y materiales didácticos, difusión de buenas prácticas, publicación de estudios, realización de charlas, seminarios y cursos, etc.

34

Tenemos que vivir con los tiempos que corren y no podemos pretender hacer una involución tecnológica pensando que tiempos pasados fueron mejores.

Es por ello que debemos reeducarnos para asimilar el cambio de ciclo, para afrontar las transformaciones y hacer que nuestra estructura organizativa sea flexible a las exigencias que demanda la sociedad.

Debemos ser conscientes que todas las herramientas han nacido para que las usemos convenientemente y que su mal uso puede causar más trastornos que beneficios, pero consideramos que no es conveniente ni demonizar las TIC's ni banalizar su potencial adictivo.

Es función de las familias y educadores/as enseñar a hacer un buen uso de las tecnologías y dar pautas para prevenir de su abuso.



CONCLUSIONES

La V Jornada de Promoción de la Salud en el Ámbito Comunitario " La Responsabilidad Social en la Era Digital" nos invita a reflexionar desde distintos puntos de vista, con una visión integradora y con una crítica constructiva.

Todos los Agentes Sociales debemos velar por una buena convivencia digital que nos permitan relacionarnos con el respeto y el comportamiento adecuado similar al mostrado en las interacciones personales.

Internet constituye una tecnología que ha impactado especialmente a jóvenes y adolescentes y el concepto de "Adicción a internet" se ha propuesto como una explicación para comprender la pérdida de control. Hay un número inagotable de formas de interacción y cada día aparecen nuevas posibilidades.

.Los juegos de azar online son una actividad muy popular entre los adolescentes. Sin embargo, desde hace un tiempo se ha observado un incremento notable del número de jóvenes que sufren o están al borde de la ludopatía.

Los poderes públicos y la misma industria del juego deben concretar el desarrollo de planes que promuevan un modelo de juego seguro y controlado.

Las Administraciones Públicas deben establecer políticas y sensibilizar a la sociedad.

Los agentes sociales implicados deben aportar mecanismos de prevención y sensibilización hacia un problema del que existe aún poca conciencia social y una excesiva despreocupación.

Internet es positivo porque nos une, nos conecta. El estar conectado nos prolonga la vida y no solamente añade años a la vida, sino vida a los años.



MEMORIA GRÁFICA



EVALUACIÓN DE LA V JORNADA DE PROMOCIÓN DE LA SALUD EN EL ÁMBITO COMUNITARIO CELEBRADA EN UNED (Elche) el 24 de Octubre de 2017

ORGANIZACIÓN	
Difusión	7
Fecha escogida	8
Horario	6
Duración	7
Dinamización de los tiempos	8

CONTENIDOS	
Contenidos tratados9
Adquisición de nuevos conocimientos	8
Satisfacción de mis intereses8
Aplicación práctica de lo aprendido 8

EQUIPAMIENTOS E INFRAESTRUCTURAS	
Adecuación de las salas	10
Medios técnicos disponibles	10
Almuerzo saludable	10

37

PONENCIA	
Se pide valoración en función del interés del tema y la intervención del ponente (contenidos y habilidades de comunicación)	
<i>Adhesión de Elche a la Estrategia Nacional de Promoción de la Salud. Nieves Lillo.</i>	8

CONFERENCIA INAUGURAL	
Se pide valoración en función del interés del tema y la intervención del ponente (contenidos y habilidades de comunicación)	
<i>Oportunidades y Riesgos para la Salud y el Bienestar en la vida digital. Jorge Flores Fernández.</i>	10

MESA DE DEBATE. “CHICOS A JUGAR! EL JUEGO DE APUESTAS ENTRE ADOLESCENTES”	
Se pide valoración en función del interés del tema y la intervención del/la ponente (contenidos y habilidades de comunicación)	
<i>Mariano Choliz. Universidad de Valencia</i>	9
<i>Lourdes Cardona. Conselleria de Sanidad</i>	9
<i>Daniel Lloret Irlés. Universidad Miguel Hernández</i>	8
<i>Moderación de la mesa. Sergio López Ronda</i>	8



MESA DE EXPERIENCIAS

Se pide valoración en función del interés del tema y la intervención del/la ponente (contenidos y habilidades de comunicación)

<i>Intervención con adolescentes con abusos de las TIC'S. Nicolás Condés Balboa</i>	7
<i>La influencia de las Nuevas Tecnologías y Redes Sociales en los trastornos de conductas alimentarias. Marina Ponzó</i>	7
<i>La Psicoeducación como factor de protección en conductas de abuso de las TIC'S. José Francisco Sáez Valero</i>	7
Moderación de la mesa. Antonia Sáez Valero.	7

OTROS ASPECTOS QUE LAS Y LOS ASISTENTES HAN QUERIDO DESTACAR:

"Me resultó difícil poder dedicar una jornada entera a esa actividad. Hubiera sido deseable repartirla en varios días con menos dedicación cada día"

"Aumentar los horarios de descanso, es una jornada muy larga para descansar solamente en el espacio reservado al almuerzo saludable"

."Quizás se podría sustituir las conclusiones (que a esas horas seguramente no de tiempo) por la clausura que puede ser más rápida y durar menos tiempo"

" . En general estuvo todo muy muy bien organizado, en muy buenas instalaciones y con muy buenos contenidos. FELICIDADES Y MUCHÍSIMAS GRACIAS POR TODO!!!"

.

38

VALORACIÓN GLOBAL DE LAS JORNADAS

9



Ajuntament d'Elx



ELX CONVIU
Servei de Dinamització Comunitària

ORGANIZADORES, PATROCINADORES Y COLABORADORES

Organizadores:



Patrocinadores:



Colaboradores:

