

# BOLETÍN INFORMATIVO SOBRE DROGODEPENDENCIAS Y CONDUCTAS ADICTIVAS

Ayuntamiento de Albacete

Nº 43. Enero-Febrero 2021

## PUNTOS DE INTERÉS ES- PECIAL :

- > Encuesta Estatal y Estadísticas
- > Educación en TIC´s
- > Parentalidad positiva
- > Autoevaluación
- > Ludopatía
- > Concurso
- > Ocio saludable
- > Infografía

## CONTENIDO :

**EDADES Y ESDAM 2019-2020** 1

**El papel de las familias en la promoción saludable de videojuegos y dispositivos móviles en estudiantes** 2

**¿Qué tal juego yo? Evalúa tu comportamiento** 2

**Sin alcohol también hay diversión** 3

**Cigarrillo electrónico. Información sanitaria y normativa aplicable** 3

## EDADES Y ESDAM 2019-2020

Recientemente han sido publicados los datos de la XIII Encuesta sobre Alcohol y Otras Drogas en España (EDADES), así como del I Estudio sobre Alcohol, Drogas y otras Adicciones en Mayores de 64 años en España (ESDAM). Los datos corresponden a la etapa previa a la declaración del estado de alarma por la situación de pandemia por COVID-19.

Los datos confirman que las sustancias más consumidas son las legales: un 77,2% de personas, entre 15 y 64 años, han consumido alcohol en el último año y un 39,4%, tabaco. El cannabis es la droga ilegal más consumida (10,5%), seguida de la cocaína polvo y/o base, con un 2,5%. El resto de sustancias ilegales estudiadas tienen unas prevalencias de consumo en el último año por debajo del 1%.

El 1,7% de la población entre 15 y 64 años afirma haber probado alguna vez en su vida nuevas sustancias psicoactivas.

Las edades de inicio en el consumo no presentan cambios reseñables. Las sustancias legales (alcohol y tabaco) son las que se empiezan a consumir a una edad más

temprana, mientras que los hipnosedantes y los analgésicos opioides son los que se empiezan a consumir a una edad más tardía.

Respecto al sexo, los hipnosedantes sin receta y los analgésicos opioides sin receta son las únicas sustancias psicoactivas cuyo consumo es similar en ambos sexos. En el caso del cannabis, el porcentaje de hombres que lo ha consumido en el último año duplica ampliamente al de mujeres (14,6% frente a 6,3%) y, en el caso de la cocaína polvo y/o base, esta diferencia por sexo se cuadruplica (4,1% hombres y 1% mujeres).

El patrón de policonsumo (consumo de 3 o más sustancias psicoactivas) continúa estando muy extendido. Se concentra en hombres de 15 a 24 años e incluye muy frecuentemente (90% de los casos) el consumo de alcohol, tabaco y cannabis.

En relación a las adicciones comportamentales: el 3,7% de la población de 15 a 64 años, parece haber realizado un uso compulsivo de internet; el 6,7% refiere haber jugado con dinero online en el último año y, el 63,6%, de

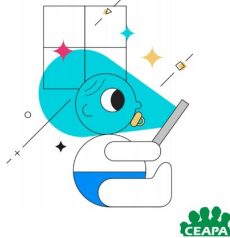
forma presencial. Un 2,2% presentaría un posible juego problemático o trastorno por juego.

Por primera vez en España se ha realizado una encuesta en mayores de 64 años (ESDAM). En esta población, el consumo de sustancias psicoactivas tanto legales como ilegales está menos extendido y, en todas las sustancias, el consumo es mayor en hombres. Se observa mayor consumo diario de alcohol, más consumo de vino y menos consumos intensivos; el 52,9% dice haber fumado alguna vez en la vida (77,9% hombres y 34,1% mujeres). El 4,3% de los mayores presentaría, según el DSM-V, un posible trastorno por consumo de hipnosedantes (2,2% en hombres y 5,8% en mujeres). La única sustancia psicoactiva ilegal consumida en el último año es el cannabis, con una prevalencia de consumo del 0,5%. Un 68,3% ha jugado dinero de manera presencial en el último año y, el 2,4% ha jugado con dinero online. El 1,3% presentaría un posible juego problemático o trastorno por juego.

Fuente: [PNSD](#)

El papel de las familias en la promoción saludable de videojuegos y dispositivos móviles en estudiantes

Autoría: **Alba Mengual**  
Psicóloga de la Fundación de Ayuda contra la Drogadicción (FAD)  
Ilustraciones: **MapleStudio**



## EL PAPEL DE LAS FAMILIAS EN LA PROMOCIÓN SALUDABLE DE VIDEOJUEGOS Y DISPOSITIVOS MÓVILES EN ESTUDIANTES

“La prevención en familia para evitar los usos problemáticos de las TIC, de la misma manera que con otras conductas de riesgo, se construye en base a unos cimientos en los que deben estar presentes: el afecto incondicional, la comunicación abierta y respetuosa, y un sistema claro y acordado de normas y límites. Esto

facilita que hijos e hijas crezcan con una mayor autoestima y confianza. En este folleto se detalla cómo podemos acompañar a nuestros hijos e hijas en un buen uso de los videojuegos y de los dispositivos móviles, dos de las herramientas tecnológicas que más preocupación y dudas generan a las familias”.

Fuente: [CEAPA](#)

## ¿QUÉ TAL JUEGO YO? EVALÚA TU COMPORTAMIENTO

- ¿Crees que tienes o has tenido alguna vez problemas con el juego?
- ¿Te has sentido alguna vez culpable por jugar o por lo que te ocurre cuando juegas?
- ¿Has intentado alguna vez dejar de jugar y no has sido capaz de ello?
- ¿Has cogido alguna vez dinero de casa/trabajo para jugar o para pagar deudas?
- ¿Pides dinero para poder jugar? ¿Dejas de pagar obligaciones y dedicas el dinero al juego?
- ¿Tus familiares o amistades te dicen que juegas demasiado y te animan a dejarlo?

tamiento de cara a posibles riesgos de adicción al juego:

► [Cuestionario SOGS](#)

► [Cuestionario NODS](#)

Fuente: [jugarbien](#)

Si has contestado **SÍ** a alguna de estas preguntas, te sugerimos que realices cualquiera de los siguientes **Test de autoevaluación** de tu compor-

## SIN ALCOHOL TAMBIÉN HAY DIVERSIÓN



El [Colegio Oficial de la Psicología de Castilla-La Mancha](#) (COPCLM) pone en marcha el I Concurso de Fotografía “Sin alcohol también hay diversión”, con la finalidad de hacer reflexionar a los jóvenes de la región sobre las consecuencias del consumo de alcohol, y de elaborar un mensaje positivo a través de una imagen fotográfica.

Podrán participar en este concurso alumnos y alumnas que estén cursando en la actualidad sus estudios de Enseñanza Secundaria Obligatoria en algún centro educativo de Castilla-La Mancha, y la temática debe de ser la prevención del consumo de alcohol. Por tanto, los jóvenes participantes podrán plasmar su creatividad a la hora de elegir

sus imágenes y mensajes.

Las obras deberán ser remitidas o entregadas por correo electrónico antes 15 de marzo de 2021.

[Bases](#)

[Enlace para autorización publicación de datos](#)

Fuente: [COPCLM](#)

# CIGARRILLO ELECTRÓNICO

## INFORMACIÓN SANITARIA Y NORMATIVA APLICABLE



### Cigarrillo electrónico ¿QUÉ ES?



Es un **dispositivo electrónico** utilizado para inhalar un vapor que **habitualmente contiene nicotina**. El vapor procede de un líquido con diversos sabores. Pueden ser recargables o de un solo uso. Tiene distintas formas

- NO** contiene tabaco.
- NO** es una alternativa saludable.
- NO** es vapor de agua.
- NO** es aerosol.



### EFFECTOS en la salud



No es inocuo para quien consume ni para las personas de alrededor.

- El aerosol contiene sustancias tóxicas, algunas pueden generar cáncer.
- Tiene efectos en las vías respiratorias pudiendo ocasionar diferentes patologías.



No está demostrado que sea menos nocivo que el tabaco o que ayude a dejarlo.

- Generalmente tiene nicotina, una sustancia tóxica y nociva.

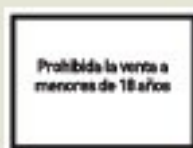


Impacto negativo en población joven.

- Es un producto llamativo para jóvenes.
- En muchos casos su uso precede al consumo de tabaco y/o cannabis.

### ¿Qué NORMATIVA se le aplica?

Es un producto relacionado con el tabaco por lo que



Promoción, publicidad y patrocinio limitados

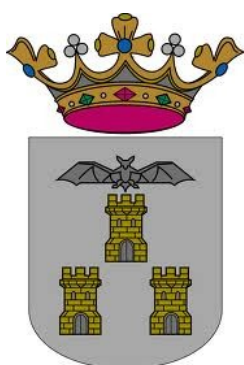
### Uso prohibido en determinados espacios:

- Centros y dependencias de las Administraciones Públicas.
- Centros, servicios y establecimientos sanitarios.
- Centros docentes y formativos.
- Medios de transporte público urbano e interurbano.
- Recintos de parques infantiles y áreas o zonas de juego.

#### Normativa vigente:

- Ley 28/2005, de 26 de diciembre, de medidas frente al tabaquismo.
- Real Decreto 579/2017, de 9 de junio sobre fabricación, presentación y comercialización.
- Consulte si existe normativa específica en su comunidad autónoma.

Por último, ten en cuenta que algunas informaciones sobre los cigarrillos electrónicos pueden ser incorrectas y responder a intereses de tipo comercial.



Plan Municipal sobre Drogas y  
Conductas Adictivas  
Servicio de Acción Social  
Plaza de la Catedral s/n 4ª Planta

[www.albacete.es](http://www.albacete.es)  
[plandedrogas@ayto-albacete.es](mailto:plandedrogas@ayto-albacete.es)

¿Te gusta el boletín?  
Pulsa el botón...



... y suscríbete!!



967 59 61 00  
extensión 11009

AYUNTAMIENTO DE ALBACETE

1 de cada 5  
estudiantes de entre  
14-18 años apuestan.

El 90%  
de los jugadores patológicos  
tienen ideas suicidas.

La 3ª causa  
de suicidio en España,  
es el juego patológico.