Oficina de Servicios contra el Alcoholismo y el Abuso de Sustancias

Luncha contra el abuso de la heroína y los medicamentos con receta médica

New York State

Paquete de recursos de uso diario para la lucha contra el abuso de la heroína y los medicamentos con receta médica

Directrices para hablar sobre el abuso y la adicción en foros de la comunidad

Las comunidades de todo el New York State están siendo afectadas por las consecuencias muy reales del uso y abuso de sustancias. Todos los días vemos cobertura del tema en los medios. En respuesta, las comunidades están empezando a realizar foros sobre las drogas y el alcohol en nuestros vecindarios, escuelas, pueblos y ciudades. Necesitamos mejorar el conocimiento e involucrar a los padres, educadores, profesionales de atención médica, funcionarios de cumplimiento de la ley y jóvenes en conversaciones acerca de este problema de importancia vital.

Al planificar un foro es importante establecer primero una lista de objetivos y luego desarrollar un programa destinado a alcanzar esos objetivos. Este paquete de recursos se creó para ayudar a las comunidades en la planificación de un evento bien atendido e informativo que inspire a los asistentes a realizar acciones para reducir el abuso de alcohol y drogas en sus comunidades.

Consejos para planificar y llevar a cabo un foro eficaz en la comunidad

1. Identificar el objetivo de la actividad

- Desarrolle un conjunto de objetivos o resultados claros para el foro (por ejemplo, ¿qué desea que aprendan los asistentes?). Por ejemplo, los objetivos de este foro son: aumentar la conciencia del predominio y los riesgos de las sustancias ilegales en nuestra comunidad; educar a los residentes sobre las señales del uso de drogas; y proporcionar a los residentes información sobre cómo y en dónde obtener ayuda.
- ¿Qué mensaje/información/capacitación/motivación para actuar desea que reciba el público en la actividad?
- Consulte la guía de discusión de paquete de recursos de uso diario para la lucha contra el abuso de la heroína y los opioides con receta médica del New York State. El paquete de recursos incluye videos que se pueden usar en los foros comunitarios. Parte 1: Talking with the Community un video orientado a los adultos para mostrarlo en foros de la comunidad, reuniones de padres y maestros, capacitaciones de maestros, etc. El video dura aproximadamente 17 minutos e incluye el paso de acción del uso de la Parte 2 para hablar con los jóvenes.

2. Identifique un equipo que ayude a organizar la actividad

- Se recomienda incluir a una variedad de interesados en la planificación del foro de la comunidad. Los miembros del equipo organizador deben estar empapados (o por lo menos estar familiarizados) en el tema, capaz de relacionarse con el público objetivo y/o haber ayudado en actividades anteriores en la comunidad.
- Considere hablar con diferentes miembros de la comunidad (incluidos los funcionarios clave) para identificar a las personas que tienen el conjunto de destrezas y conocimientos apropiados sobre el uso y el abuso de sustancias, comprensión de las diferentes perspectivas y deseos de participar en el foro.
- Para involucrar a más colaboradores para el foro de la comunidad, hable con personas del sistema escolar local (superintendente del distrito, directores de las escuelas, entrenadores, maestros, orientadores, etc.), el Departamento de Salud y Salud Mental de la ciudad o el condado, proveedores de prevención, coaliciones de la comunidad, funcionarios de la ciudad/pueblo o villa, funcionarios de cumplimiento de la ley, médicos de la comunidad, médicos de salas de emergencias y otras organizaciones de recuperación locales.
- Mantenga el equipo lo suficientemente pequeño para manejarlo mientras trabajan juntos para realizar el trabajo.
- Cada miembro del equipo debe tener una responsabilidad específica (por ejemplo, desarrollo de folletos, promoción de la actividad, identificación de conferencistas, determinación del lugar, etc.).

3. Identificar a un moderador de la actividad

- Identifique a un moderador o presentador que sea un buen líder y se sienta cómodo al intervenir durante una presentación o una discusión para mantener la actividad enfocada y de acuerdo con la programación.
- El moderador debe ser una persona creíble con conocimientos sobre el tema, pero no tiene que ser un experto en la materia. Debe ser capaz de facilitar las presentaciones y las partes de preguntas y respuestas, así como de mantener a los conferencistas dentro de los plazos asignados.

4. Seleccionar una fecha y una hora que sea conveniente para el público objetivo

- Revise los calendarios de la comunidad local para identificar los posibles conflictos con otras actividades populares, feriados, etc.
- Elija una hora que sea conveniente para el público objetivo para aumentar las probabilidades de asistencia. Por ejemplo, una actividad a las 2:00 p. m. un miércoles no sería óptima para una actividad cuyo público objetivo está formado por estudiantes de la escuela secundaria, porque pueden tener conflicto con el horario de clases; los padres pueden estar más disponibles durante las noches de la semana o los fines de semana. Tome en cuenta los distintos horarios de trabajo para adaptarse a tanta gente como sea posible.

5. Considere incluir incentivos que puedan aumentar la asistencia

- Refrigerios ligeros (especialmente para actividades cerca de la hora de comida)
- Cuidado de niños en el lugar (durante toda la actividad)
- Recuerdos/rifa (dependiendo de la fuente de financiamiento, la idoneidad para el público, etc.)

6. Seleccionar una ubicación para la actividad

- Considere una ubicación conocida en la comunidad.
- Identifique un lugar que sea fácil de ubicar y accesible (por ejemplo, en la calle principal del pueblo/ciudad, cerca del transporte público, amplio estacionamiento disponible, accesible para discapacitados). La ubicación debe cumplir con las necesidades audiovisuales, de internet, de horario y capacidad.
- Los lugares a considerar pueden incluir bibliotecas, edificios de la municipalidad, estaciones de bomberos y escuelas.

7. Seleccionar a los conferencistas adecuados para la actividad.

El conferencista debería:

- Ser creíble, tener conocimientos y ser apasionado del tema.
- Estar motivado a participar por su propia preocupación. Resumir lo que piensa transmitir para asegurar que la presentación esté en línea con el objetivo de la actividad. (Es totalmente adecuado pedir un resumen de la presentación antes de la actividad).
- Sentirse cómodo hablando en público y preferiblemente, que lo haya hecho antes.
- Aunque puede ser difícil hacer estas preguntas, es de vital importancia hacerlas para asegurar que tiene a los conferencistas que le ayudarán a cumplir con los objetivos del foro y realizar la actividad con éxito.
- Si el conferencista planifica compartir su propia historia de adicción y recuperación, o la de un familiar, asegúrese de que entienda que esta es una reunión pública, que pueden estar presentes los medios y oriéntelo para que no comparta ningún detalle que desee mantener en privado.

8. Promover la actividad entre los públicos objetivo

- Informe sobre la actividad distribuyendo y publicando volantes, pida a los medios de comunicación locales que realicen public service announcements (anuncios de servicios públicos, PSA) a través de los medios locales del pueblo/condado o villa (grupos, listas de correo electrónico, listservs (servidores de listas), publicaciones en el pueblo, estaciones de radio, juntas de la comunidad, etc.) 30 días antes de la actividad y luego, cuando falten entre 5 y 7 días.

- Publique en los sitios de los medios sociales (por ejemplo, Facebook, Twitter, etc.) 30 días antes de la actividad y luego, cuando falten entre 5 y 7 días.
- Pida al equipo de planificación, al moderador y a los conferencistas que promuevan la actividad a través de sus propios canales y redes de medios sociales.
- El día de la actividad, coloque un rótulo brillante con letras grandes legibles afuera del lugar, con la hora y el nombre de la actividad. Consulte en el lugar las políticas y/o códigos del pueblo.
- Póngase en contacto con los medios locales antes de la actividad para solicitar la cobertura de la misma.
- Póngase en contacto con los funcionarios electos a nivel de estado, ciudad, pueblo y condado por lo menos con 30 días de anticipación y pídales su apoyo y asistencia.

Consideraciones importantes para los líderes y presentadores de la actividad:

- Tómese el tiempo de planificar una actividad de la comunidad sobre un tema pertinente a los problemas, las necesidades y las solicitudes locales. Hacerlo le ayudará a aumentar el éxito y a generar un compromiso sostenido.
- Desarrolle un objetivo claro para el foro.
- Entienda la perspectiva de cada conferencista respecto al tema y sus puntos a tratar antes de la actividad.
- Desarrolle una agenda para la actividad con tiempos establecidos para cada elemento.
- Cumpla la programación de su actividad.
- A lo largo del foro, pida a los miembros del equipo de la actividad que se coloquen en diferentes áreas dentro y alrededor de la sala para abordar cualquier situación inesperada. Los ejemplos de las situaciones inesperadas incluyen problemas de tecnología, ruido del exterior de la sala, ayudar a un asistente, colocar a una persona que llegue al foro después del inicio, abrir o cerrar las puertas en silencio, etc.
- Avise con anticipación a la policía local y a los funcionarios de estacionamiento sobre la actividad programada y luego, el día de la actividad.
- Involucre activamente al público objetivo. Si es posible, incluya una sesión de preguntas y respuestas en la agenda.
- Si elige incluir un área de exhibición, incluya esa información en los materiales promocionales de distribución antes de la actividad. Avise al público si se mostrarán imágenes que puedan ser delicadas.
- Mantenga recursos relacionados disponibles y accesibles, tales como:

1. Paquete de recursos de uso diario para la lucha contra el abuso de la heroína y los opioides con receta médica del estado de Nueva York
2. Sitios web

   www.CombatHeroin.ny.gov
   Paquete de recursos de uso diario que incluye puntos de conversación y recomendaciones de apoyo para ver los videos, ayudar con la discusión y cómo usar el video
   2 con los jóvenes.
   http://talk2prevent.ny.gov/
   Sitio web de Talk2Prevent
   www.OASAS.ny.gov

Incluye información sobre cómo encontrar un proveedor de tratamiento contra la adicción, incluidos los servicios como paciente hospitalizado/ambulatorio (por ejemplo, Addiction Treatment Centers (Centros de tratamiento de adicciones, ATC) administrados por el estado

a. HOPEline del estado de Nueva York (llame al 1-877-8-HOPENY; 1-877-846-7369 o envíe el mensaje de texto HOPENY (código corto 467369))
b. Ley del Buen Samaritano en http://www.combatheroin.ny.gov/prevention
c. Días, horas y lugares de las reuniones locales de AA/NA/ALANON y NARANON
d. Proveedores de prevención, proveedores de tratamiento y recuperación de la localidad
e. Folletos

- Distribuya un formulario de evaluación anónima al inicio de la actividad y pida a los asistentes que lo llenen después de la actividad, antes de retirarse para ayudarle a evaluar la eficacia del foro y usar esta información para determinar las necesidades y los temas de actividades futuras.

Directrices para los conferencistas y moderadores

- Las frases de apertura deberían transmitir:

a. Propósito: la razón por la cual el conferencista es creíble y ha elegido/se le ha pedido que hable al público sobre el tema de la actividad.
b. Colaboración: agradecer al público por asistir. Tenga en mente que los participantes/asistentes pueden necesitar una oportunidad de expresar sus inquietudes sobre los problemas de uso/abuso de sustancias particularmente en su comunidad o en su familia. En el transcurso de la presentación, ofrezca información sobre las sesiones de preguntas y respuestas que se incluirán o las próximas oportunidades de discutir los puntos.

- Reconozca que el consumo de drogas es una circunstancia peligrosa. Para la recuperación de las familias y las comunidades, la esperanza es tanto posible como esencial. Con el apoyo de los seres queridos y otros recursos disponibles, las personas se pueden recuperar. Por eso la actividad de hoy es tan importante, por lo que necesitamos y aprendemos de la participación del público.

- Esté preparado para proporcionar remisiones inmediatas. Si el contenido genera interés en los asistentes, es posible que las personas pregunten por los recursos o busquen ayuda para sí mismas o para un ser querido, justo allí en el foro. Tenga a mano la información de contacto de los centros de tratamiento locales o invite a un proveedor de tratamiento local para que asista a la actividad. Comparta el número de la línea de remisión NYS OASAS HOPEline (1-877-8-HOPENY). Los centros de tratamiento de adicciones administrados por NYS OASAS (https://www.oasas.ny.gov/atc/directory.cfm) son un excelente recurso. El directorio de proveedores de OASAS está disponibles en este enlace, en donde podrá encontrar un programa en determinada ubicación, introduciendo el código postal, la ciudad, etc.: http://www.oasas.ny.gov/providerDirectory/index.cfm.

- Las presentaciones deberían ser claras, sencillas y directas.

a. Repita los mensajes clave a lo largo de la presentación.
b. Vuelva a tocar el punto central.
c. Introduzca frases a lo largo de la presentación que recuerden al público por qué es importante el tema.

- Enumere y comparta los datos sobre el asunto. Considere:

a. ¿Qué es la heroína?
b. ¿Por qué es peligroso el abuso de los medicamentos con receta médica?
c. ¿Cuál es la nueva droga en la comunidad?
d. ¿Cuáles son los puntos de acceso de estas sustancias?
e. Estadísticas nacionales, estatales y locales
f. Temas de inicio de la discusión, tales como: ¿Por qué cree que el uso arriesgado no siempre conduce a la adicción, pero puede causar la muerte?
g. Datos personales pertinentes a la presentación y el objetivo de la actividad
h. Información sobre las señales de advertencia de un problema de consumo de sustancias.

- Integre la perspectiva del cumplimiento de la ley, otros conferencistas y los participantes. Por ejemplo:

a. Enfatice que la adicción le puede ocurrir a cualquier persona, cualquier familia y en cualquier momento. No existe un usuario “típico”.
b. Ejemplos/tendencias de lo que está encontrando la policía localmente.
c. Ley del Buen Samaritano del 911 de Nueva York proporciona protección contra cargos y acusación por posesión de drogas y alcohol para la víctima y para los que buscan ayuda durante una sobredosis.
   http://www.combatheroin.ny.gov/prevention
d. Calendario de los días/eventos de recolección de medicamentos que incluye las fechas y los lugares.

- Incluya información importante para la consideración de los padres de familia:

a. Sus propios patrones de consumo de alcohol, tabaco y otras drogas, incluidas las pastillas con receta médica.
b. La frecuencia y eficacia de las discusiones con sus hijos sobre el consumo de alcohol y drogas, incluyendo los riesgos de compartir los medicamentos con los amigos.
c. Cuando se comunique con los niños y jóvenes, básese en los datos y hágalo de una manera breve y sencilla, evite los sermones.
d. Vigile el contenido del botiquín y todos los medicamentos en la casa.
e. Guarde bajo llave los medicamentos y elimine los que no usó o están vencidos, de una manera segura.
f. Sugiera que los padres realicen un juego de roles con sus hijos sobre la presión de grupo respecto a las drogas y el alcohol, lo que pueden decir, etc. Ofrecer un juego de roles

(como parte de la presentación) sobre esos problemas y otras situaciones, por ejemplo, hablar con otro padre de familia.

g. Brinde a los padres información sobre la naloxona (nombre de marca: Narcan), un medicamento para revertir una sobredosis de opioides, como prevención de sobredosis de opioides, así como la función de las escuelas y las enfermeras de las escuelas en estos esfuerzos de prevención.

- Evite discutir:

a. Comentarios positivos o negativos sobre los proveedores específicos.
b. Negatividad respecto a cualquier persona que tenga trastorno de consumo de sustancias; en su lugar, concéntrese en cómo afectaron las acciones de la persona su salud, cómo afectó su adicción a su familia, sus relaciones, etc.
c. Opiniones respecto a los modelos de tratamiento específicos (abstinencia, tratamiento asistido con medicamentos), programas para pacientes hospitalizados, ambulatorios, etc. El tratamiento de cada persona es individual, no existe una forma única de tratamiento.

Directrices específicas para conferencistas en recuperación o con experiencia vivida que comparten sus historias

La persona que se dirija al público debería:

- Tener un compromiso comprobado con su recuperación.
- Desear compartir su historia (consulte el cuadro “Ejemplo de temas de discusión” para obtener sugerencias sobre cómo compartir la historia).
- Comparta las consecuencias en una manera general, no es necesario proporcionar detalles específicos.
- Compartir el camino a la recuperación, incluidos los pasos para lograrlo; agregar detalles específicos, si se siente cómodo.
- Reiterar que la recuperación es un proceso personal e individual, que no hay forma “correcta” o “incorrecta” de lograrla.
- Informar al público/la comunidad por qué decidió hablar en el foro y si es pertinente, que es un miembro de la comunidad.
- Vestirse apropiadamente. Abstenerse de utilizar lenguaje soez u ofensivo. Hablar recio y de manera clara.
- Tener en mente la cantidad de tiempo asignada y concentrarse en los puntos clave.
- Considerar al público objetivo y mantener la autenticidad. Por ejemplo, si el público objetivo está conformado de padres de familia, diríjase a ellos. Considere lo que para ellos es importante escuchar o saber. Considere lo que para ellos es importante escuchar o saber. Use el lenguaje y los ejemplos adecuados para la edad.
- Las sesiones que concluyen con una sesión de preguntas y respuestas deben ser presentadas por un líder o moderador; sin embargo, si un conferencista se encuentra con una pregunta que no se siente cómodo para responder, indique: “no me siento cómodo para responder esa pregunta. Posiblemente el organizador de la actividad puede brindarle algunos recursos relacionados o alguien del público pueda hablar al respecto”.

Ejemplo de temas de discusión

Ejemplo de temas de discusión (relacionados con el tema y el objetivo del foro)	Ejemplo de temas de discusión para los conferencistas del foro (según corresponda)
Experiencias de la niñez	• Hable sobre la niñez y el impacto que pueden o no haber tenido las experiencias de la niñez sobre la decisión de empezar a experimentar con las drogas o el alcohol. • Reflexione sobre la influencia de los factores de riesgo y de protección.
Progresión del consumo de sustancias	• Hable sobre las etapas tempranas del uso de sustancias, que a menudo empiezan con el consumo social o experimental de alcohol y marihuana. • Hable sobre la progresión del uso y algunas de las consecuencias tempranas de la adicción que probablemente se ignoraron o se desestimaron en el momento (por ejemplo, perder amigos, ya no hacer deportes, malas calificaciones, etc.).
Consecuencias de la adicción	• Discuta sobre el uso habitual de sustancias y las consecuencias más graves que han resultado (por ejemplo, el despido del trabajo, implicación legal, expulsión de la casa o la escuela, ver a los amigos irse, etc.). • Describa las experiencias de tratamiento, incluyendo las experiencias como paciente hospitalizado o ambulatorio; lo que funcionó para que la recuperación fuera posible.
Recuperación	• Hablar sobre cómo ha mejorado su vida desde que optó por mantenerse sobrio (y trabajar para lograrlo), en recuperación. • Describa cómo es la vida social para un (adolescente, adulto joven, adulto, padre de familia) en recuperación. • Discuta las esperanzas y aspiraciones para el futuro. • Explore qué o quién le ayudó más durante la recuperación, que es un proceso de desarrollo constante.