

Curs 2023-2024	
2a SESSIÓ GRUP DE TREBALL DROGODEPENDÈNCIES	Dia: 6 de novembre 2023
	Hora: 16:30 a 18:15
	Ubicació: C/València 344, entresol, espai 1

ORDRE DEL DIA

- Presentació del tema a càrrec de **Lidia Ametller Martínez** - Departament de Salut Mental de l'Ajuntament de Barcelona - Coordinadora del grup motor de benestar emocional i entorns digitals del Pla de Salut Mental de Barcelona; i **d'Enric Marcos Peláez** de l'Associació Promoció i Desenvolupament
- Precs i preguntes
- Conclusions

PERSONES ASSISTENTS

Manuel Esteban Abia – CCOO

Penélope Aguilera – Creu Roja Barcelona

Marta Berenguer – Projecte Home Catalunya

Mariona Corbella – Esportsalus

Eusebio Expósito – Fundació Àmbit Prevenió

Esther Gonell – Fundació privada EsportSalus

Maria Jimenez – Col·legi Oficial d'Infermeria de Barcelona

Carlos Larrañaga – Fundació Salut i Comunitat

Enric Marcos Peláez – Associació Promoció i Desenvolupament

Víctor Martí Carrasco – Institut Genus SL – grup ABD

Elsa Naranjo – Línia Verda

Laura Oliva – Col·legi Oficial Treball Social Catalunya

Maribel Pasarín – Agència de Salut de Barcelona

Elisa Puigdomènech – Servei de Prevenió Drogodependències – ASPB

Masha Sanatgar – Col·legi Farmacèutics de Barcelona

Carmen Santana – Ciutadania

Rosa Suárez Vázquez – Centre Estudis Promoció Salut CEPS – Col·legi Oficial Psicologia

Maite Tudela – Grup ATRA

Sandra Ribas – Referent usos problemàtics d'entorns digitals grup ATRA

Josep Rovira – Coordinador grup de treball – ABD Associació Benestar i Desenvolupament

Gina Grifoll – Secretaria tècnica CMBS

Excusen:

Carme Carrera – Tècnica referent CMBS

Maria Estrada – Col·legi de Farmacèutics de Barcelona

Felisa Pérez – Federació Catalana de Drogodependències

Miquel Recasens – Col·legi de Farmacèutics de Barcelona

DESENVOLUPAMENT DE LA SESSIÓ

El coordinador del grup, en Josep Rovira fa la presentació del tema de la sessió, *els entorns digitals i les addiccions*, i de les persones ponents, la Lídia Ametller, cap de departament de Salut Mental de l'Ajuntament de Barcelona, i l'Enric Marcos Peláez, de l'Associació Promoció i Desenvolupament. El tema es planteja per tenir una visió àmplia, sent la pròxima sessió prevista per l'11 de desembre on es farà una mirada més concreta vers els joves i adolescents. Per aquest motiu, es convidarà als membres del grup d'infància que vulguin participar en aquesta sessió, ja que aquest tema també l'estan treballant des del grup d'Igualtat d'Oportunitats en la Infància i Adolescència. Igualment, ja us farem extensible la invitació a la sessió d'infància relacionada amb aquest tema.

Comença la sessió la Lídia Ametller fent una exposició que parteix del segon Pla de Salut Mental 2023/2030 sent una iniciativa molt incipient. El 2022 es comença a treballar en les prioritats a partir de l'avaluació del primer Pla de Salut Mental. Conjuntament amb la presentació de l'Informe de Salut 2021/2022, es veu la necessitat d'abordar el tema de l'ús i abús de les pantalles i els entorns digitals. Van categoritzar en tres àmbits:

L'ús prematur – Disminució de l'edat a l'hora d'accedir a l'ús de les pantalles, interferint en el desenvolupament cognitiu dels infants.

Abús de l'ús – Deixen de fer altres activitats; disminució d'hores de son i de concentració, amb l'impacte que suposa en relació amb l'aprenentatge; disminueixen les relacions personals i l'activitat física; el que representa a nivell d'addicció. Assetjament i ciberassetjament, que continua més enllà dels espais escolars. Abusos entre iguals, especialment cap a les noies.

Accés a continguts perjudicials – Accés prematur al consum de pornografia. L'impacte de l'ús de les xarxes socials té sobre l'autoestima, la distorsió respecte a la imatge corporal i l'increment de desordres alimentaris que pot provocar.

Les persones en una situació de vulnerabilitat, estan més exposades a patir aquestes conseqüències. Hi ha poca consciència de l'amplitud de riscos que representa, per part de població general, famílies i alguns professionals.

Un altre tema a considerar és l'acceleració tecnològica, els riscos evolucionen ràpidament, i no hi ha temps a prendre mesures vers a aquests riscos.

Tanmateix, les pantalles, les xarxes i internet, poden tenir un impacte positiu, però té implicacions en relació amb la salut mental dels infants i adolescents. Davant les evidències, s'està començant a generar respostes des de diferents sectors amb diferents iniciatives per abordar aquesta realitat (per ex. treballar amb les famílies per tal de retardar l'inici a l'accés d'internet i la compra del primer mòbil a partir dels dotze anys)

Des de la Taula de Salut Mental es treballa per generar una xarxa i una estratègia per la seguretat de l'accés a l'entorn digital per part dels infants i adolescents. Té tres dimensions: Coneixement/recollida d'informació; Col·laboració en xarxa; Comunicació, incrementar la sensibilització.

Des de la Taula de Salut Mental es va crear el grup promotor Barcelona pel Benestar Digital, on es van convidar a diverses persones relacionades amb aquest àmbit per fer una reflexió sobre quins són els objectius, a qui més calia implicar en aquesta xarxa, quines iniciatives s'estan fent a Barcelona i fora de la ciutat, i fer una primera proposta de les accions que es podrien portar a terme. La idea és que acabi sent una mesura de govern.

A continuació l'Enric Marcos que centra la seva intervenció en els factors de risc i factors de protecció. Els factors de risc tenen més a veure amb la persona i l'entorn (família i societat). En l'estudi que s'ha fet enguany, es recull l'edat, sexe, hàbits familiars, conflicte parental Llurs conclusions destaca la importància de tenir una perspectiva multidimensional, una mirada més amplia. En relació amb les famílies es va fer un estudi per conèixer els hàbits familiars i la connexió amb l'ús de les pantalles, i a partir d'aquí fer recomanacions per fer un bon ús.

Pel que fa als factors de protecció, i treballar en positiu, s'enfoca la feina en:

Recursos personals: autoestima, habilitats socials ...

Recursos familiars: comunicació, establir límits, donar exemple

Els entorns digitals tenen un creixement vertiginós i han vingut per quedar-se, cal saber fer un bon ús.

En relació amb els adolescents, en principi, els adults diferencien la realitat i el món virtual, en canvi, els joves no fan aquesta diferenciació, fent una extensió de la pròpia identitat, en la manera de relacionar-se, i com es mostren vers als altres. Hi ha diferència de sexes davant dels usos (noies més relacionals, i els nois un ús més lúdic), els videojocs, però, com a nova manera de relacionar-se. Es crea una dependència dels smartphone, és com un apèndix del propi cos. Exposen la seva identitat públicament.

El mal ús pot afectar a un mateix (sedentarisme, pèrdua de son, addicció, falta de concentració ...); vers als altres (assetjaments de diferents tipologies ...); pressió estètica, sobreexposició ...

Car però, destacar els avantatges: Informació il·limitada, faciliten la comunicació, potencien les relacions socials i de grup, afavoreixen noves habilitats

Cal estar atents als senyals d'alerta que puguin sorgir, mirar cada persona individualment, i avaluar-los de forma conjunta, contextualitzant el problema.

En acabar la intervenció, recomana la guia que va publicar Médicos del Mundo, on fa una anàlisi de l'ús de les pantalles actualment, amb una proposta d'abordatge basat a treballar individualment amb cada persona, i també parlen de conseqüències biopsicosocials.

Debat

- Es demana a la Lidia sobre la possible mesura de govern i quin efecte d'incidència té en el desenvolupament de polítiques.

Resposta – El Pla de Salut Mental ho presenta al Plenari Municipal i allà s'aprova. Es preveu que té un pressupost assignat. El Pla té una estratègia que implica a diferents àmbits de l'Ajuntament, i altres administracions.

- Com diferenciar l'ús i l'abús.

Resposta – És difícil posar límits, no es pot fer genèricament. Els criteris s'han d'establir individualment. No es pot fer una recomanació única. Per altra banda, encara no hi ha criteris diagnòstics d'addicció al videojoc. En els jocs d'aposta sí que hi ha uns criteris clars per diagnosticar.

- Els continguts als quals poden accedir els nens i joves.

Resposta – Hauria d'haver-hi un acompanyament als continguts, millor que una limitació. En l'addicció a les pantalles, acostumen a venir més famílies que en els casos de dependència de drogues. Les famílies més sensibilitzades venen amb edats més primerenques. Pel que fa al tractament, es triga més a detectar certs usos problemàtics perquè es normalitzen molts usos abusius.

- Posar el focus en el que implica la tecnologia i com es relacionen els adults amb les noves tecnologies (en el món laboral, d'oci ...). Les polítiques estableixen estructures determinades. Cal anar a canviar el context social que posa en risc algunes coses. Les famílies vulnerables tenen més risc, com en totes les problemàtiques.

- Recollir les dades amb perspectiva de gènere. No es capten les pràctiques en població femenina en diversificació d'usos. Es fan pràctiques de risc per les xarxes, com per exemple, reptes en conductes autolesives.

- Les famílies necessiten límits quant a legislació i regulació, i això és responsabilitat de les polítiques públiques, no de les famílies.

- S'hauria de treballar de manera més transversal, i alinear estratègies.

- Importància d'analitzar bé els aspectes lingüístics. La diferència entre "el joc" i "el joc d'apostes", fer avanços en com s'especifiquen els usos. Els continguts en general són molt genèrics, cal diferenciar els usos i els gèneres de les persones que fan servir les pantalles.

- Es fa referència a la incorporació de les noves tecnologies dins del món laboral. La immediatesa de resposta que tenim a la feina, el contacte que tenen amb les pantalles els adults en l'àmbit laboral és constant. També tenir en compte que els que han introduït les pantalles en els instituts, ha estat una decisió dels adults.

- És important veure els motius que tenen els joves pel que fa a l'ús abusiu de les pantalles. Tenir una visió més sistèmica dels problemes.
- Respecte a l'accés a la pornografia, s'han de donar alternatives perquè no hagin de recórrer a les xarxes.
- Tenir en compte els contextos socioeconòmics de les persones que fan servir les xarxes. En aquest sentit, es manifesta que és la família, independentment de la classe social, la que proporciona el primer dispositiu, gestiona els tempos i continguts.
- Es planteja poder pensar en estratègies col·lectives, ja que a nivell individual és complicat. Una idea podria ser que els youtubers donessin pautes per fer un bon ús de les pantalles. En relació amb els videojocs, partint de la idea de les potencialitats que tenen aquests jocs, es planteja que formin part diferents actors del món creatiu (creadors, dissenyadors ...) i es proposi una possible legislació que tingui en compte la perspectiva de gènere, una part educativa del videojoc ... a l'hora de crear els jocs.
- En l'àmbit educatiu, el Departament d'Educació té un model de com poder treballar l'ús de les pantalles (pla de digitalització), però després cada centre estableix els seus propis criteris.
- Hi ha molts matisos en els videojocs. És difícil trobar l'equilibri idoni entre legislació, prohibició, regulació ...
- La digitalització està incidint en tota la població, no sols als joves i adolescents. Molts cops es justifica el risc.
- Destacar que la reforma educativa que es fa, és la que determina l'ús del mòbil als dotze anys, amb la incorporació a l'institut, i la dificultat de conciliació que representa.