



Alcaldía de Medellín

Señores/as

Rectores/as

Instituciones Educativas Municipio de Medellín

Asunto:

Programa Prevención de las Adicciones no Químicas

“Prevención desde el Hogar”

Cordial saludo

Es un hecho innegable que en estos tiempos de crisis y contingencia a causa de la pandemia del Covid- 19 es obligatorio estar conectados de alguna manera a los eventos que ocurren a nuestro alrededor, y es también cierto que hoy las tecnologías de información y comunicación se han convertido desde lo más pequeños hasta los mayores en un artículo de primera necesidad.

Sin embargo y pese a las reiteradas recomendaciones y advertencias del Organización Mundial de la Salud frente al uso excesivo de Internet y de la exposición desmesurada a las pantallas de los celulares o del aislamiento social a causa del abuso de videojuegos, la realidad es que los Niños , Niñas y Adolescentes hoy están expuestos a todo tipo de problemas de salud mental a causa de la falta de regulación en muchos casos desde el hogar, por esta razón **la Secretaría de Educación de Medellín- Educación Inclusiva y la línea de niños en condición de Discapacidad Mental, lanza la estrategia “ Prevención de las Adicciones desde el hogar”** .

¿En qué consiste la estrategia?

Esta estrategia consiste en aportar recomendaciones serias, claras y eficaces para que padres de familia desde el hogar puedan orientar el trabajo en casa en temas que dadas las condiciones actuales de trabajo virtual y por la disponibilidad del tiempo de los niños , niñas y adolescentes, pueden aparecer. De igual forma los docentes pueden abordar estos temas desde el carácter preventivo en sus diversos encuentro si así lo precisan.

La idea es que cada semana se enviarán a sus correos electrónicos institucionales o al que nos proporcionen, diversos boletines en los que tratarán los temas correspondientes *a adicciones no químicas*, que son aquellas a las que está mas expuestos los niños, niñas y adolescentes dado el confinamiento obligado debido a la contingencia del Covid 19.



www.medellin.gov.co

Centro Administrativo Municipal CAM

Calle 44 N° 52-165. Código Postal 50015

Línea de Atención a la Ciudadanía: (57) 44 44 144

Conmutador: 385 5555 Medellín - Colombia





En términos generales las Adicciones no Químicas se comprenden como aquellas que no necesitan de sustancias externas y para su consumo requieren abstinencia o tolerancia, a cambio de ello la sustancia es remplazada por algún evento, actividad que genere placer a la consumidor, en este caso concreto el celular, el internet videojuegos, redes sociales, comida; como la cuarentena nacional obliga a las familias a estar reunidos las 24 horas del día, existe mayor riesgo de exposición a dichas adicciones, por tanto es preciso que desde la secretaría de salud se dan orientaciones claras para su prevención, allí es donde esta propuesta centra su acción preventiva.

La propuesta viene trabajándose desde el mes de marzo, mediante estudios de necesidades y ante la emergencia sanitaria. Dicha propuesta se implementará hasta que la emergencia del Covid - 19 pase, por lo que esta estrategia será de suma importancia en el acompañamiento de padres en la formación de sus hijos.

Los boletines

Cada semana se divulgarán mediante boletines los diversos temas que mas riesgo representan para los niños, niñas y adolescentes dado el confinamiento.

Dentro de la estructura de cada Boletín se hará un abordaje en tres momentos así:

1. **Identificación:** Allí se realizará un abordaje para identificar si tanto los niños, niñas y adolescentes como los padres de familia presentan síntomas de alarmas de la dicción abordada durante esta semana.

En este momento el boletín brinda elementos generales para comprender la definición e la adicción abordada, las causas y consecuencias que originan en quien la padece y la manera de identificar si se tiene algún uso problemático con adicciones no químicas.

2. **Orientaciones pedagógicas:** en este segundo momento se aportan elementos de orden pedagógico para que se puedan seguir en el hogar, en este sentido todo se orienta desde el carácter preventivo, de las pequeñas pautas cotidianas que se transforman

Entre las temáticas que se abordarán se encuentran:

1. Boletín 1. Qué son las adicciones no químicas.

¿Qué son las adicciones no químicas?

¿Adicciones sin sustancia?

Señales de alerta.



www.medellin.gov.co

Centro Administrativo Municipal CAM

Calle 44 N° 52-165. Código Postal 50015

Línea de Atención a la Ciudadanía: (57) 44 44 144

Conmutador: 385 5555 Medellín - Colombia





Alcaldía de Medellín

2. Boletín 2. Adicción al Celular

¿Mi hijo tiene una adicción al celular?.

Cómo regular el uso del celular en casa.

Recomendaciones para padres.

3. Boletín 3. Adicción al Internet

¿ Mi hijo tiene una adicción a Internet?

Cómo regular el uso de Internet en casa.

Recomendaciones para padres.

4. Boletín 4. Adicción a la televisión.

¿Mi hijo tiene una adicción al televisor?

Cómo regular la televisión en casa.

Recomendaciones para padres.

5. Boletín . Adicción a videojuegos.

¿Mi hijo tiene una adicción a videojuegos?

Cómo regular los videojuegos en casa.

Recomendaciones para padres.

6. Boletín 6. Redes sociales.

¿ Mi hijo tiene control sobre las redes sociales?

Cómo regular el uso de redes sociales.

Recomendaciones para padres.

7. Boletín 7. El ciberacoso ante la emergencia.

¿Está mi hijo expuesto al ciberacoso?

Señales de identificación de ciberacoso.

Recomendaciones para padres.

8. Boletín 8. La ciber dependencia de los padres.

¿ Son mis padres ciber pendientes?

Señales de identificación.

Recomendaciones para las familias.

9. Boletín 9. Teletrabajo y educación virtual.

Riesgos y amenazas de trabajar desde el hogar.

Cómo planear el trabajo para mis hijos.

Recomendaciones para la familia.





Alcaldía de Medellín

1. **Recomendaciones a padres:** En este tercer momento se brindan pautas a padres de familia para que establezcan acuerdos, normas no solo con los hijos sino al interior de toda la familia que tenga indicios de un alto riesgo para cualquier tipo de adicción aplicable.

Al finalizar cada boletín se invita a los lectores para que esperen la próxima entrega y se menciona el tema.

Además se brinda la dirección de formulario para que los lectores dejen sus dudas o inquietudes.

Esperamos que esta estrategia diseñada desde la línea de **Discapacidad mental- Educación Inclusiva** sirva de apoyo en estos momentos en que todos los colombianos debemos estar resguardados en casa, pero sin bajar la guardia en la formación de los niños, niñas y adolescentes.

En el siguiente enlace podrá [acceder al Boletín 1](#) para su divulgación, de igual forma lo adjuntamos en formato PDF para su publicación en las diversas páginas de las Instituciones Educativas.

Cordialmente

Mg. Wilmer Arboleda Sierra

Educación Inclusiva.

Secretaría de Educación de Medellín.

Mg. Alba Nora Hernández

Líder de Educación Inclusiva

Secretaría de Educación de Medellín.

Centro Administrativo Municipal CAM

Calle 44 N° 52-165. Código Postal 50015

Línea de Atención a la Ciudadanía: (57) 44 44 144

Conmutador: 385 5555 Medellín - Colombia



www.medellin.gov.co

