

# Elaboración del decálogo del centro de mayores en relación al consumo de alcohol y otras drogas

Es una forma de difundir un mensaje positivo que refleje la preocupación del centro de mayores por el consumo de drogas y sus consecuencias para la salud de los mayores que atiende. De esta forma se introduce el concepto de que la función principal de la norma no es el castigo sino la información y la concienciación

Es conveniente tenerlo en formato escrito, acompañado de imágenes ilustrativas y entregarlo a la persona que ingresa, especialmente a aquellas en situación de exclusión social que ingresan en virtud de la Orden del 11 de Febrero de 2008.

## El decálogo puede considerarse una pre-normativa.

También es conveniente que los principios del decálogo tengan el máximo de presencia y visibilidad y se traduzcan en mensajes de apoyo que a modo de slogans con un grafismo llamativo, se coloquen en espacios comunes (pasillos, comedor, salas de estar, salas de terapia ocupacional, fisioterapia, enfermería, etc.) Si el centro tiene cerca una escuela o instituto se puede realizar una intervención comunitaria en promoción de la salud invitando a participar a los estudiantes en el diseño y elaboración de los eslóganes y carteles.

**El objetivo del decálogo es dar respuesta a dos preguntas:**

- **¿Por qué el centro de mayores debe tener una filosofía y una línea clara de intervención en relación al consumo de drogas?**
- **¿Por qué el centro de mayores debe ser un espacio libre de drogas?**

La misión del centro de mayores es la de velar por la salud y el bienestar de personas en situación de dependencia y exclusión social, en una etapa del ciclo vital en el que la pérdida de capacidades sigue una línea ascendente.

El consumo de drogas no sólo disminuye la salud y la calidad de vida de las personas que se hallan en esta etapa en la que la salud es más vulnerable, sino que afecta al comportamiento causando conflictos y dificultades en la convivencia, no sólo con los profesionales que están para ayudarles y atenderles sino con los propios compañeros/as residentes.

La persona consumidora de drogas de larga evolución puede pensar que ya no está a tiempo de cambiar su conducta de consumo y que "para lo que le queda" mejor seguir así, al velar porque el centro sea un espacio libre de drogas se le demuestra que puede llevar una vida mejor en la que consumir no sea la única opción. Si el entorno está libre de sustancias y ocasiones para consumir se convierte en un entorno protector en el que la persona ve incrementada su capacidad de autocontrol.

Estas frases pueden adaptarse o sustituirse por otras a criterio de los profesionales del centro.

**Algunas ideas de grafismo e imágenes que lo acompañen** (Se pueden utilizar a modo de plantilla o proponer a los alumnos de escuelas e institutos para que les sirvan de inspiración).



Plantilla facilitada en redpre.es

**10 Ideas clave a partir de las cuales elaborar slogans y frases que se ubiquen en espacios comunes para motivar a los residentes y que se entreguen por escrito a las personas que ingresan, especialmente a aquellas en exclusión social**

# Nuestra residencia debe ser un espacio libre de alcohol y otras drogas

## Porque...

01. Una vida mejor se construye día a día
02. Cuidar nuestra salud es lo más importante
03. Para convivir mejor con nuestros compañeros/as
04. Para sentirnos mejor
05. Para tener más dinero
06. Para ser más independientes
07. Para ayudar a los que más lo necesitan
08. Para no perder el control
09. Porque nunca es tarde para mejorar
10. Porque no está todo perdido

