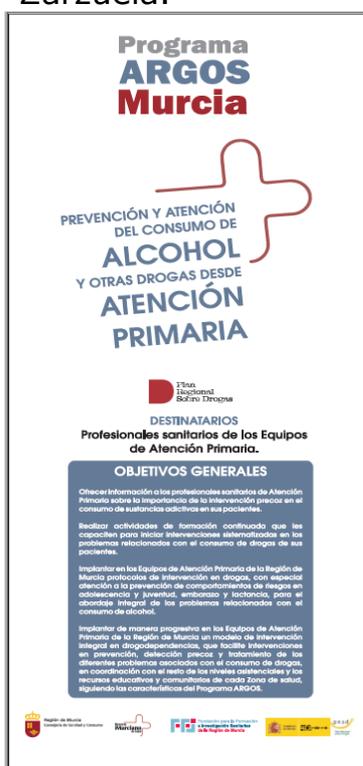




## PREMIOS REINA SOFÍA CONTRA LA DROGADICCIÓN 2011 AL "PROGRAMA ARGOS-MURCIA"

El Programa ARGOS-Murcia ha sido reconocido con el Premio Reina Sofía contra la drogadicción 2011, en la modalidad a la labor social, recibiendo "mención especial" en la 20ª edición, por "la implicación e integración del médico y enfermero de primaria y facilitar su participación en la red que atiende a personas afectadas, favoreciendo la integración de las personas afectadas en el sistema público de salud", cuya entrega se ha efectuado a D. Juan Manuel Ruiz Ros, Director General de Atención al Ciudadano y Drogodependencias, el día 6 de noviembre de 2012 en el Palacio de la Zarzuela.



El Programa ARGOS-Murcia, en su trayectoria ha formado a más de 626 médicos y enfermeros (a partir de dos profesionales sanitarios por centro de salud, responsables del programa para su difusión, coordinación y formación de su propio Equipo de Atención Primaria).

"ARGOS" es un programa universal de prevención del consumo de alcohol y otras drogas que se desarrolla en el ámbito sanitario, cuyo principal objetivo es implantar actuaciones sistemáticas de intervención en drogodependencias en Atención Primaria para poblaciones vulnerables, como son adolescentes y mujeres embarazadas y en período de lactancia, siguiendo las directrices del Plan Regional sobre Drogas.

La metodología de implantación del Programa ARGOS-Murcia se basa en la formación de formadores que deviene en formación en cascada

de los Equipos de Atención Primaria a través de formación entre iguales, preparándolos para la intervención sobre los riesgos del consumo de bebidas con alcohol en adolescentes y mujeres embarazadas y lactando.

Se pilotó en 2010-2011 en las Áreas de Salud II (Cartagena) y VIII (Mar Menor), en 2012 se está implementando en las Áreas I, V, VI, y IX y se completarán en 2013 incluyendo el resto de Áreas (III, IV, VII).

La intervención del programa en las poblaciones destinatarias se justifica tanto por la vulnerabilidad de éstas, como por la alta prevalencia de consumo de alcohol que reflejan los datos facilitados por el Observatorio sobre Drogas de la Región de Murcia.



- En la última encuesta realizada en el año 2010 a adolescentes de 14 a 18 años (ESTUDES), un 67,2% ha probado alguna vez en la vida el alcohol, el 59,6% lo ha consumido en los últimos 12 meses y el 53,9% lo ha consumido en el último mes.
- La edad media del primer consumo de alcohol está en 13,8 años.
- Se han emborrachado el 44,1% alguna vez en su vida, el 36,2% en el último año y en el último mes un 25% de adolescentes.
- Durante el último mes un 11,1% de chicos y un 9,5 % de chicas han bebido alcohol prácticamente todos los días.
- El 34,8% de los encuestados, afirma haber tomado cinco o más bebidas alcohólicas en una sola ocasión en el último mes y, un 5,1% de ellos, ha mantenido esta conducta durante más de 5 días en lo que se conoce como "binge drink" o consumo en "atacón", nueva modalidad en el ocio español que debería preocuparnos ya que modifica la forma de ocio, pasando del botellón al atracón.
- El 36,2 % de chicas se emborrachan entre 1 y 9 días al mes, sobre un 30,4 % de chicos, habiendo cambiado la tendencia de abuso en cuanto a sexo.

A través de estos datos se puede observar la magnitud del problema del consumo de alcohol en adolescentes, al que añadimos los datos de consumo de alcohol en embarazadas, facilitados por la Unidad de Salud Medioambiental Pediátrica del Hospital Universitario Virgen de la Arrixaca:

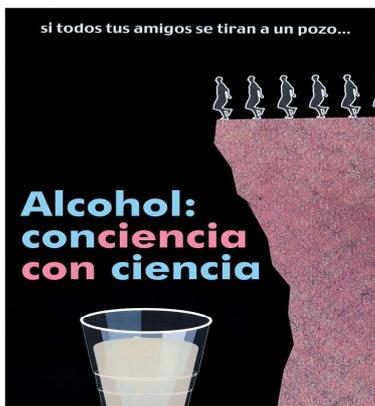
- El 70% de las mujeres embarazadas en la Región de Murcia toman algo de alcohol en la etapa periconcepcional y primer trimestre de embarazo.
- El 15% beben de 1 a 2 cervezas diarias y el 10% beben más de 2 cervezas (que equivale a más de 20 gramos al día).
- Relevantes estudios en la Región muestran que las madres que beben 1 cerveza al día tienen neonatos con perímetro cefálico 0,5 cm. menor que aquellas que no han bebido nada de alcohol en el embarazo y aquellas que han tomado 2 cervezas, la cabeza de su hijo recién nacido es 1 cm. menor.
- Más del 90% de las madres desconocen los efectos reales del alcohol sobre el sistema nervioso y sus efectos teratogénicos en el hijo (se sabe que el déficit de atención, la hiperactividad, gran parte de los problemas de aprendizaje escolar y otros trastornos generalizados en niños, han

aumentado a cifras prácticamente epidémicas), todos ellos prevenibles con la abstinencia de alcohol de la madre en la planificación, embarazo y lactancia (no existe un nivel de bebida sin efecto: cualquier ingesta de alcohol durante el embarazo -incluso para los que piensan que 1 caña de cerveza a la semana es poco- afecta al desarrollo de los hijos).

La importancia de la implicación de los profesionales de los Equipos de Atención Primaria, radica en que son los primeros profesionales de la salud que entran en contacto con poblaciones de riesgo de consumo de alcohol, desempeñando un papel fundamental en la intervención precoz.

Por tanto, se hace necesario facilitarles las herramientas necesarias para lograrlo, a través de la formación continuada sobre detección precoz y consejo breve de salud sobre alcohol con entrevista motivacional.

Además el Programa Argos desarrolla otros dos subprogramas como son el "Proyecto ARGOS-Comunitario", dirigido a población adolescente, en el que colaboran los Centros de Salud, los Centros de Enseñanza Secundaria y los Planes Locales de Prevención de Drogodependencias de cada Ayuntamiento, mediante la organización de la visita de los alumnos de 1º de ESO a la exposición itinerante "Alcohol: conciencia con ciencia", situada en los Centros de Salud y el desarrollo de las Unidades Didácticas por parte del profesorado y de los profesionales sanitarios formados.



**El alcohol es la droga más consumida**  
tanto por **adultos** como por **adolescentes y jóvenes**

La campaña "Alcohol: conciencia con ciencia" forma parte de la fase comunitaria del Programa ARGOS-Murcia para la prevención y atención del consumo de alcohol y otras drogas desde la Atención Primaria de Salud.

Es necesario informar a adolescentes, mujeres embarazadas y en período de lactancia y a todos en general, sobre los riesgos del consumo de alcohol porque éste es un hábito extremadamente frecuente al que no se le suele dar en nuestra sociedad mucha importancia, para reflexionar sobre lo que podemos hacer ante este problema.

**¿Has consultado en tu centro de salud sobre los efectos del alcohol?**



### Alcohol, conciencia con ciencia

El 70% de las embarazadas murcianas beben algo de alcohol sobre todo en el primer trimestre del embarazo, y el 10% son bebedoras de alto riesgo y no lo saben.

En el embarazo:  
1 cerveza al día = nacer con la cabeza más pequeña 0.5 cm.  
2 cervezas al día = < 1 cm.

#### EMBARAZO Y LACTANCIA SALUDABLES = 0 ALCOHOL

El consumo de alcohol durante el embarazo y la lactancia puede afectar al desarrollo del feto y del niño. Cuanto antes dejes de beber más mejor será para tu bebé y para ti.

Si puedes abstenerte un poco (impulsos de la tentación) durante el embarazo, cuando estás embarazada o lactando, podrás darle un embarazo saludable y a tu bebé un futuro saludable. ¡Cualquier cantidad de alcohol durante los primeros meses de embarazo puede ser perjudicial!

Todas podemos ayudar al sistema de salud alcohol libre embarazadas:

#### Piensa en tu bebé

Nunca expones al alcohol en el embarazo, sobre que beber durante el embarazo cualquier cantidad de bebidas con alcohol es dañino para el feto en desarrollo, pues provoca consecuencias graves que perduran toda la vida del niño.

- Pequeños para su edad gestacional.
- Deficiente coordinación.
- Conducta hiperactiva.
- Retraso en el habla y en el lenguaje.
- Menor coeficiente de inteligencia.
- Problemas de conducta y adaptación.
- Menor rendimiento escolar y mayor tasa de fracaso escolar.
- Dificultades para dormir.
- Problemas de succión durante la lactancia.

Es posible que no presentes ninguna malformación o anomalía al nacer porque alcohol no hace evidentes sus efectos.

#### LA MUJER EMBARAZADA O LACTANDO NO DEBE CONSUMIR ALCOHOL

Para más información consulta con tu médico o enfermero/a o llama a 968 369031 de la Unidad de Salud Medioambiental Pediátrica del Hospital Virgen de la Arrixaca.

Y el "Proyecto ARGOS-Nato", que, desde la Unidad de Salud Medioambiental Pediátrica de la Arrixaca, asesora a profesionales sanitarios y recomienda a mujeres embarazadas y lactando que, cuanto antes dejen de beber, tanto mejor para el bebé y para ella, colaborando además en la labor formativa e investigadora.

De manera global, las acciones desarrolladas con Atención Primaria dentro del Programa ARGOS han sido las siguientes:

- Acciones de formación de formadores (un médico y un enfermero por Centro de Salud).



- Formación de investigadores en consejo breve de salud sobre alcohol y metodología de investigación.
- Formación entre iguales (los sanitarios formados desarrollan sesiones formativas para sus compañeros de los Equipos de Atención Primaria).
- Desarrollo de tres líneas de investigación desde Atención Primaria:
  - a) Detección de consumo de alcohol en mujeres embarazadas e intervención motivacional breve para abstinencia de bebidas alcohólicas.
  - b) Detección precoz de consumos de riesgo en adolescentes e intervención motivacional breve para abstinencia de bebidas alcohólicas.
  - c) Estudio de prevalencia de consumo de riesgo de alcohol en adultos.
- Exposición de cartelería en Centros de Salud de la Campaña "Alcohol: conciencia con ciencia" para usuarios y adolescentes.
- Formación de profesionales de la salud en diferentes niveles, para la concienciación sobre la importancia de una intervención temprana en teratógenos y salud reproductiva, con especial énfasis en el consumo de alcohol y otras drogas en mujeres embarazadas y madres en período de lactancia.
- Entrega de polidípticos informativos sobre los riesgos de la ingesta de cualquier cantidad de alcohol en el embarazo y lactancia a través de la canastilla del recién nacido que se entrega al salir del hospital Virgen de la Arrixaca.
- Consejo breve de salud sobre alcohol en entrevista motivacional a mujeres embarazadas y en período de lactancia.
- Consejo breve de salud sobre alcohol en entrevista motivacional a adolescentes.

Cooperan en el desarrollo del programa ARGOS las siguientes entidades:

La Unidad Técnica de Coordinación Regional de Drogodependencias, de la Dirección General de Atención al Ciudadano y Drogodependencias y la Unidad de Programas Estratégicos, de la Dirección General de Planificación, Ordenación Sanitaria y Farmacéutica e Investigación, de la Consejería de Sanidad y Política Social; son las instituciones de las que parte la iniciativa de llevarlo a cabo y son responsables de la coordinación de las distintas actuaciones.

La Delegación del Gobierno para el Plan Nacional sobre Drogas, Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad, a través de la Subvención del Fondo de Bienes decomisados, cofinancia el programa.

A ellos se suman para su desarrollo:



**Región de Murcia**  
Consejería de Sanidad y Consumo

Dirección General de Atención al Ciudadano,  
Drogodependencias y Consumo

La Unidad de Salud Medioambiental Pediátrica y Unidad de Medicina Fetal, del Hospital Universitario Virgen de la Arrixaca, Servicio Murciano de Salud.

Las Gerencias Únicas de las Áreas de Salud del Servicio Murciano de Salud y los Centros de Salud de ellas dependientes.

La Fundación para la Formación e Investigación Sanitaria de la Región de Murcia (FFIS).

El Servicio de Atención a la Diversidad, Subdirección General de Calidad Educativa, Dirección General de Recursos Humanos y Calidad Educativa, de la Consejería de Educación, Formación y Empleo, y los Institutos de Educación Secundaria Obligatoria.

Los Planes Locales de Prevención de Drogodependencias de Ayuntamientos y Mancomunidades de la Región.

La Sociedad Española de Medicina de Familia y Comunitaria (semFYC).