Generation Rx
Previniendo el uso indebido y abuso de medicamentos recetados

LAS OTRAS 15 DE UN ESTUDIANTE DE PRIMER AÑO

¡Quince datos sobre el abuso de medicamentos recetados que podrían salvarle la vida!

Notas del facilitador

Enfoque general del taller:
Este programa está diseñado para ser un taller basado en discusiones, dirigido con una presentación en PowerPoint® para crear conciencia sobre los peligros del abuso de los medicamentos recetados. La presentación se puede usar con un público de cualquier tamaño, pero su conducción es mejor con grupos pequeños para permitir discusiones significativas. Como presentador del programa, su objetivo es brindar información útil (proporcionada en los materiales del programa) y promover la discusión entre los estudiantes. El programa debe tomar de 20 a 30 minutos.

El taller se centra en los peligros del mal uso y el abuso de los medicamentos recetados y se orienta al objetivo de la prevención. Sin embargo, es importante no insinuar que el peligro radica en la toma de los medicamentos recetados en sí. Lo que intentamos prevenir es el uso no médico de estos medicamentos, su uso sin la receta de un proveedor de atención médica o su uso en maneras que no son las recetadas.

Definición de "mal uso" y "abuso":
Cuando se habla de este problema es común utilizar los términos "mal uso" y "abuso" y a menudo se usan de manera indistinta. En realidad estamos tratando de prevenir ambas conductas. El "mal uso" de un medicamento recetado se refiere a su uso de maneras diferentes a las indicadas por la persona que emitió la receta, pero no por razones no médicas o la sensación que causa (por ejemplo; drogarse). El "abuso" de un medicamento recetado se refiere a su uso no médico por la sensación que causa.

Materiales necesarios:
Diapositivas en PowerPoint® y los respectivos folletos basados en los 15 datos que se proporcionan para usarlos como ayuda visual. Están diseñados para promover la discusión. También se proporciona un instrumento de evaluación del programa para que lo complete el público al finalizar el taller.

Procedimiento para la discusión:
Se presentan los 15 datos en el contexto de seis preguntas de "cierto o falso". Se recomienda darle tiempo al público para discutir cada una de estas preguntas de "cierto o falso" y quizá llegar a un consenso antes de continuar con los puntos de conversación. En algunos casos, también se proporcionan preguntas adicionales de seguimiento para la discusión de grupo. El facilitador puede intervenir en cualquier momento para agregar información o estadísticas.

Agenda del taller

1) Presentación de los facilitadores del taller

Presente a cada facilitador del taller y si lo desea puede otorgarle a los estudiantes, las direcciones de correo electrónico para las preguntas de seguimiento. Los facilitadores pueden incluir a docentes o miembros del personal, además de estudiantes.

2) Empiece la presentación de diapositivas en PowerPoint®

Cada diapositiva incluye "puntos de conversación" en la sección de comentarios. [Nota: No es necesario usar todos los puntos de conversación en cada discusión]. Recuerde proporcionar suficiente tiempo para que los estudiantes comenten/discutan a lo largo del programa.

3) Datos adicionales de apoyo para las diapositivas seleccionadas

Diapositiva n.° 5: Alternativas para el uso de estimulantes recetados como "drogas de estudio":

Las siguientes son algunas alternativas saludables a la dependencia de estimulantes recetados para estudiar:

- ¡No falte a clases! Este es uno de los más grandes errores que cometen los estudiantes en términos del éxito académico.
- Manténgase al día con los materiales de clase y repase un poco cada día.
- Establezca buenos hábitos de estudio y un horario de estudio regular. Destine tiempo adicional antes de las pruebas o fechas límite importantes.
- Use "estimulantes" más saludables; por ejemplo, meriendas, ejercicios, luz e incluso cafeína en cantidades moderadas.
- Use sus recursos disponibles (TA, profesores, tutores, amigos, etc.) para obtener ayuda cuando la necesite.
- Establezca un grupo de trabajo para reforzar su aprendizaje.

Agenda del taller *continuación*

Diapositiva n.° 8: Información adicional sobre las percepciones erróneas sobre la seguridad cuando se abusa de los medicamentos recetados:

- Un 41 % de los adolescentes encuestados estuvieron de acuerdo con que los medicamentos recetados son más seguros que las drogas, incluso si no son recetados por un médico.
- Aproximadamente 1/3 de los adolescentes cree que "no hay nada malo" con usar "de vez en cuando" medicamentos recetados sin tener receta médica.
- Cerca de 1 de cada 3 adolescentes (29 %) estuvo de acuerdo con que los analgésicos recetados, incluso si no los receta un médico, no causan adicción.

Diapositiva n.° 14: Información adicional sobre las muertes por sobredosis

- El hecho de que en promedio mueren alrededor de 100 personas cada día en EE. UU. debido a sobredosis no intencional de drogas equivale a aproximadamente una muerte cada 15 minutos.
- Cada año mueren más personas por sobredosis de analgésicos recetados que por sobredosis de heroína o cocaína combinadas y el índice de muertes por analgésicos recetados ha alcanzado más del triple desde 1999.

Diapositiva n.° 17: Información adicional sobre el desecho de los medicamentos

Hay disponible información adicional sobre cómo desechar adecuadamente los medicamentos en www.FDA.gov.

4) Concluya el taller

Para concluir el programa, tome las preguntas, distribuya copias del folleto y pida al público que complete la evaluación del programa.

Fuentes del contenido de las diapositivas:

Encuesta Nacional sobre el Uso de Drogas y la Salud, Administración de Servicios de Salud Mental y Abuso de Sustancias (Substance Abuse and Mental Health Services Administration) (www.samhsa.gov/data/NSDUH/2k10NSDUH/2k10Results.htm)

Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (Centers for Disease Control and Prevention) (www.cdc.gov)

Consejo Nacional de Información y Educación del Paciente (National Council on Patient Information and Education) (www.talkaboutrx.org)

Monitoreo del Futuro (Centro de Investigación Social, Instituto de Investigación Social de la Universidad de Michigan) [Monitoring the Future (Social Research Center, Institute for Social research, University of Michigan)] (www.icpsr.umich.edu/icpsrweb/ICPSR/series/00035)

Para obtener más información:

La Iniciativa GenerationRx (The GenerationRx Initiative) (go.osu.edu/generationrx o cardinalhealth.com/generationrx)

1 http://www.drugfree.org/wp-content/uploads/2011/04/Full-Report-FINAL-PATS-Teens-2008_updated.pdf

2 http://www.theantidrug.com/pdfs/TEENS_AND_PRESCRIPTION_DRUGS.pdf

3 http://www.theantidrug.com/pdfs/prescription_report.pdf

4 http://www.cdc.gov/Features/VitalSigns/PainkillerOverdoses/

Este programa es posible gracias a una donación de Cardinal Health Foundation.