

A stylized illustration of a hand holding a glass of wine, rendered in a light red color. The hand is at the top left, and the glass is tilted, with the wine level visible. The background is white.

A càrrec d'Anton Uró

Dispensació Responsable

Alcohol

(DRA)

Mediare®

Joves, drogues, gènere i oci nocturn.

PREVENCIÓ AMBIENTAL / DRA

S'ha comprovat que entorns permissius amb la disponibilitat i el consum de drogues, on s'ofereixen descomptes i ofertes de begudes alcohòliques, amb mesures higièniques deficientes, amb excés d'aforament, música alta i **professionals poc formats** es relacionen amb l'aparició de nivells alts d'intoxicació per substàncies i amb l'aparició de conductes violentes.



Environmental factors in drinking venues and alcohol-related harm: the evidence base for European intervention.

Karen Hughes, Zara Quigg, Lindsay Eckley, Mark Bellis, Lisa Jones

Joves, drogues, gènere i oci nocturn.

Com és diu la persona
que ven drogues?



OBJECTIUS GENERALS - DRA



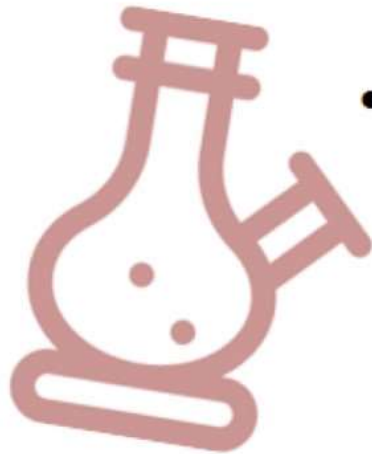
- Evitar la dispensació d'alcohol a menors d'edat.
- Evitar les incidències relacionades amb la intoxicació.
- Evitar la conducció de vehicles sota els efectes de l'alcohol.
- Prevenir i controlar els episodis de violència.



PARLEM DE DROGUES



- Que és una droga?
- Tipus de drogues.
- Quines coneixeu?



Com és diu la persona que ven drogues?



CLASSIFICACIÓ DE LES DROGUES

Segons la legalitat:

- Drogues legals.

Drogues de lliure disposició. Tothom les pot comprar, vendre i consumir.

- Drogues il·legals.

Són les drogues penalitzades per la llei. Marihuana, cocaïna, èxtasi... són alguns exemples.

- Drogues legals regulades.

Restriccions en l'adquisició, la venda i el consum.



CLASSIFICACIÓ DE LES DROGUES

Segons l'efecte:

- Estimulants.

Augment de la freqüència cardíaca i respiratòria. Redueixen la sensació de fatiga, de son i de gana. Produeixen excitació generalitzada, augment tensió...



- Depressores.

Reducció de la freqüència cardíaca i respiratòria. Redueixen el malestar, el dolor i els reflexes. Produeixen somnolència.

- Al·lucinògenes.

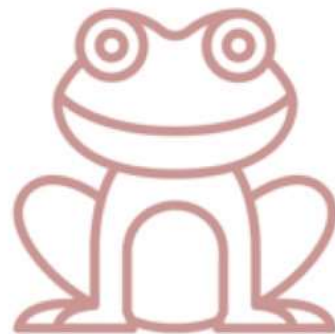
Distorsionen el funcionament cognitiu i la percepció. Accés a altres nivells de consciència.



ALCOHOL, EFECTES I RISCOS

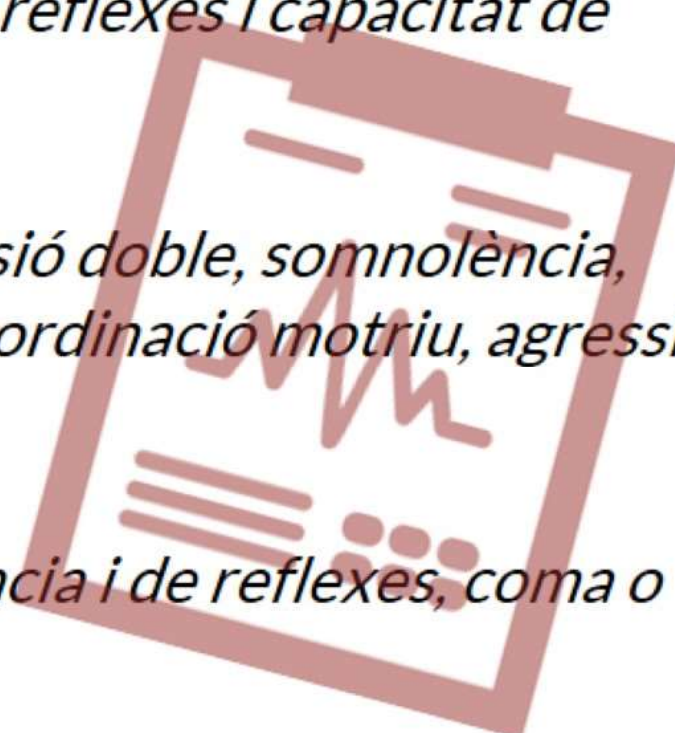
Substància depressora del SNC que té com a principal component l'etanol.

- *Retarda/fa més lent el funcionament del SNC:*
- *Redueix el ritme cardíac i respiratori.*
- *Produeix una sensació de relaxació.*
- *Redueix els reflexes, velocitat de reacció...*
- *Produeix somnolència.*



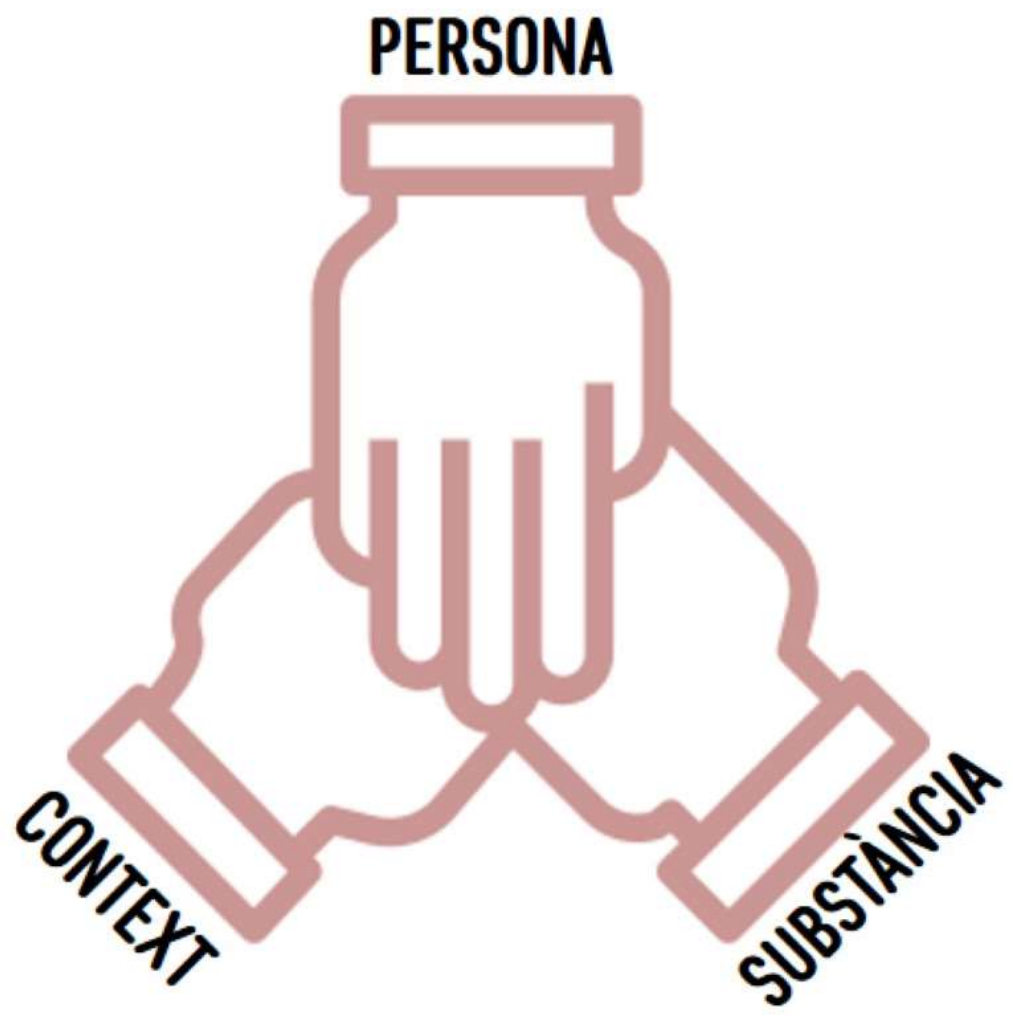
ALCOHOL, EFECTES I RISCOS

- **“Agafar el punt”**: *eufòria, riure fàcil, sensació de seguretat, exaltació de l'amistat, lentitud dels reflexes i capacitat de reacció...*
- **“Agafar un pet”**: *parla pastosa, visió doble, somnolència, relaxació/sedació, pesadesa, descoordinació motriu, agressivitat, marejos, nàusees i vòmits.*
- **“Coma etílic”**: *pèrdua de consciència i de reflexes, coma o parada cardiorespiratòria.*



**La baixada dels els efectes tarden
almenys 6 hores a desaparèixer.**

ALCOHOL, EFECTES I RISCOS

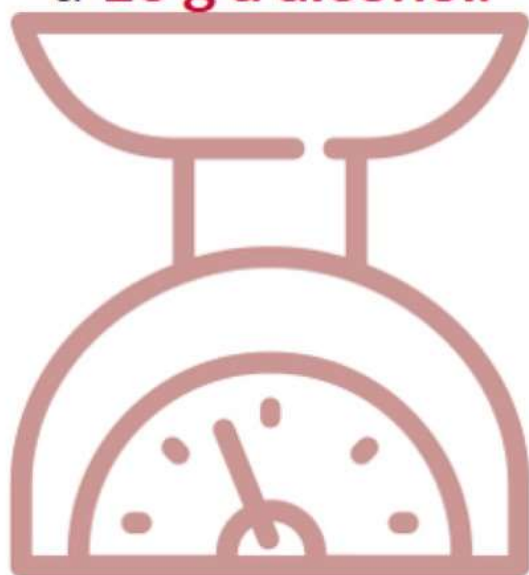


ALCOHOL, EFECTES I RISCOS

Consum de risc:

UBE

Unitat de beguda estàndard equival a **10 g d'alcohol.**

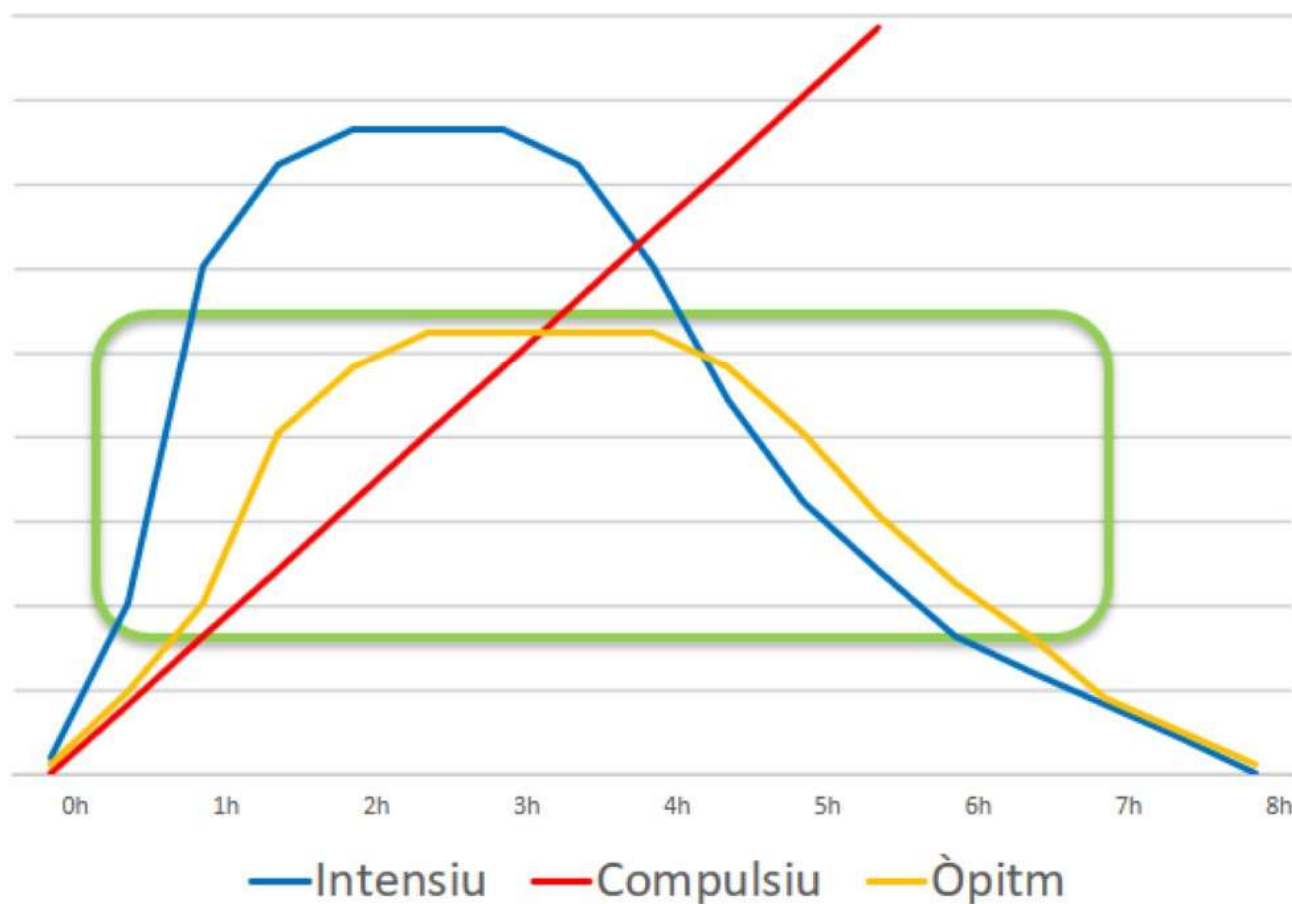


	<i>UBE al dia</i>	<i>UBE a la setmana</i>	<i>UBE per ocasió</i>
<i>Home (80 kg.)</i>	<i>Màx. 4</i>	<i>Màx. 28</i>	<i>Màx. 6</i>
<i>Dona (60 kg.)</i>	<i>Màx. 2,5</i>	<i>Màx. 18</i>	<i>Màx. 4,5</i>

Tipus	Format	UBE
<i>Vi</i>	<i>Copa - 100ml</i>	<i>1</i>
	<i>Ampolla - 750ml</i>	<i>8,5</i>
<i>Cervesa</i>	<i>Quinto - 200ml</i>	<i>1</i>
	<i>Mitjana - 330ml</i>	<i>1,5</i>
	<i>Litre - 1000ml</i>	<i>4,5</i>
<i>Licor</i>	<i>Cigaló (carajillo)- 25ml</i>	<i>0,75</i>
	<i>Xarrup (xupito) - 45ml</i>	<i>1,5</i>
	<i>Combinat (cubata) - 60ml</i>	<i>2</i>
	<i>Litre de combinat (cubalitre) - 240ml</i>	<i>8</i>
	<i>Ampolla de licor - 1000ml</i>	<i>32</i>
<i>Vermut</i>	<i>Got - 125ml</i>	<i>1,5</i>

EFFECTES DESITJATS I NO DESITJATS

Coma etílic
Somnolència
Malestar
Mareig
Descoordinació
Alteracions en la parla
Augment de la sociabilitat
Eufòria
Desinhibició
Pessigolleig, lleugeresa
Sense efectes



COM IDENTIFICAR ELS SIGNES D'INTOXICACIÓ

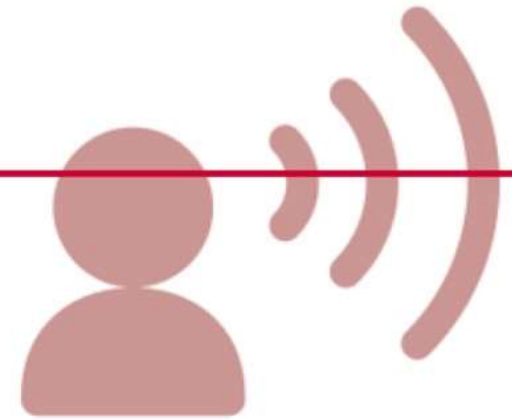
- Motricitat **fina**.
- Motricitat **global**.
- Descens del **nivell d'alerta**.



- **Respiració** lenta o superficial.
- **Sudoració**.



- **Veu**.
 - *Canvis en el volum de la veu.*
 - *Parlar massa lent o massa ràpid.*
 - *Parla poc clara.*



- **Ulls**.
 - *Somnolència.*
 - *Ulls vermells.*



MENORS

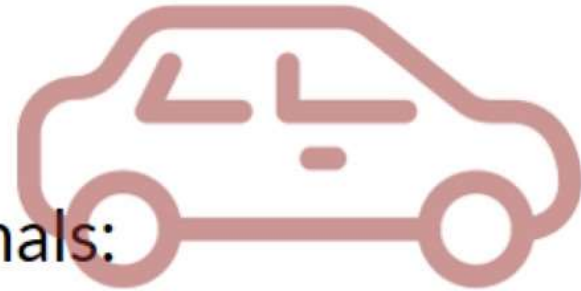
- Negar-se a servir alcohol.
- Demanar el DNI.
- Aprendre a negar-se **respectuosament**.
- **Si és un major qui compra pel menor:**
 - *Recordar que la llei prohibeix la venda o subministrament de begudes alcohòliques a menors (Llei 10/1991).*
 - *Confiscar la beguda.*
 - *Demanar que abandoni el local.*



CONDUCCIÓ



- Conductors normals:
 - *Aire expirat: 0,25mg/L*
 - *En sang: 0,5 g/L*



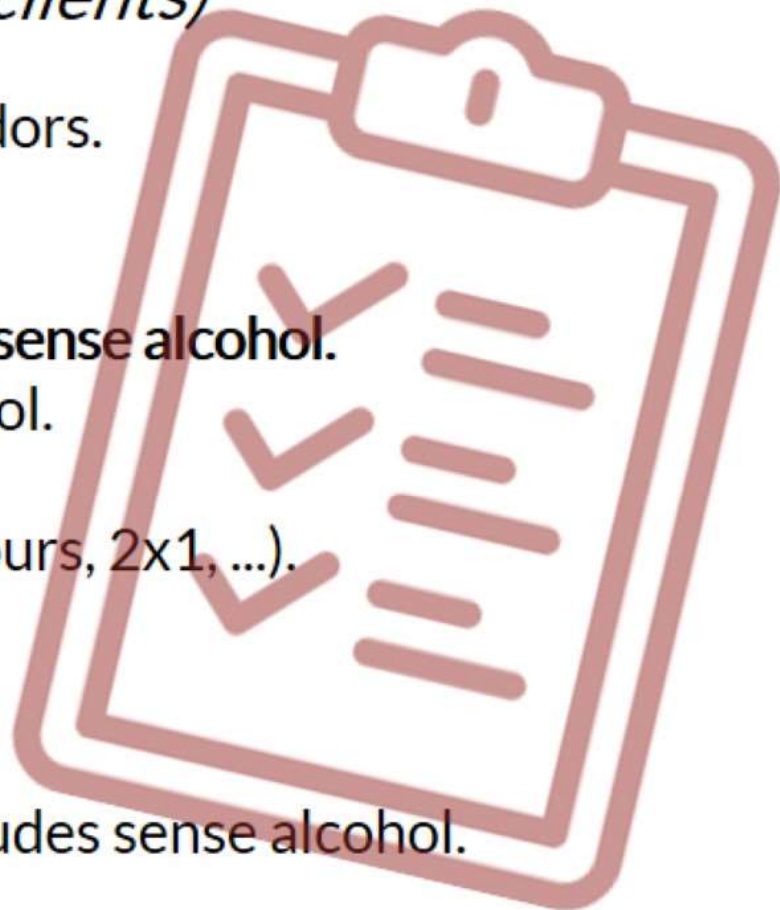
- Novells i professionals:
 - *Aire expirat: 0,15mg/L*
 - *En sang: 0,3 g/L*



CONSIDERACIONS GENERALS

(per evitar problemes i protegir als clients)

- Donar la formació necessària als treballadors.
- **Disposar d'un protocol d'actuació.**
- Elaborar unes normes de la casa.
- **Disposar d'una variada oferta de begudes sense alcohol.**
- Reduir el preu de les begudes sense alcohol.
- **No excedir-se en el contingut alcohòlic.**
- Evitar les ofertes (Llei 20/1985 "happy hours, 2x1, ...).
- **Limitar les invitacions.**
- Servir aperitius no salats.
- **Durant la última hora no servir alcohol.**
- Oferir als conductors promocions de begudes sense alcohol.
- **Disposar d'alcoholímetres.**
- Facilitar mitjans de transport als clients intoxicats (taxi, un amic que el porti...)



DISPENSANT

Prevenir.

- *Estar pendent de les conductes del client.*
- *Estar atent als factors que afecten a la intoxicació.*
- *Estar preparat per refusar una demanda d'alcohol.*
- *Eliminar les induccions.*



DISPENSANT


Actuar.

- *Oferir a la persona begudes sense alcohol (gratuïtament).*
- *Disminuir el contingut alcohòlic.*
- *Esperar a que s'acabi la beguda abans de servir-ne una altre.*
- *Trigar en servir-lo.*
- *Oferir-li menjar no salat.*
- *Compartir la informació amb les companyes.*



DISPENSANT

Protegir.

- *Parlar de manera privada.*
 - *Expressar preocupació.*
 - *No negociar.*
 - *Escoltar i empatitzar.*
 - *Demanar l'opinió a un company.*
 - *Parlar amb els seus amics.*
 - *Ser cortès (evitar borrarxo, passat...).*
 - *Recordar que la negativa és només per avui.*
 - *Estar preparat per avisar a l'encarregat/seguretat/policia.*
 - *Assegurar-se que la resta del personal està al cas de la situació.*
- 

VIOLÈNCIA

- Mantenir sempre la **calma**.
- **No caure** en provocacions.
- Conversar amb **correcció**.
- Evitar actituds de **prepotència** (argumentar correctament els motius).
- Reorientar la conversa.



VIOLÈNCIA

Senyals verbals a evitar:

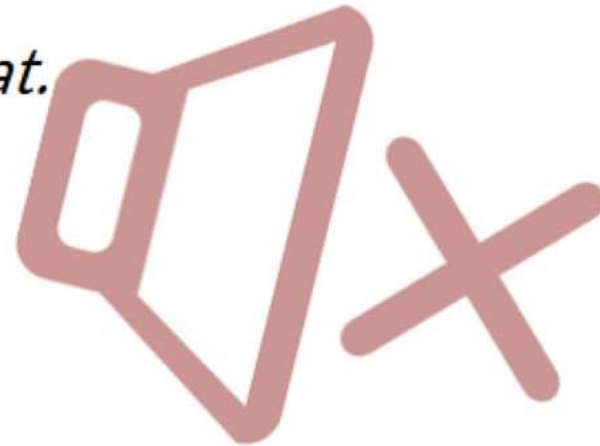
- *Apatia, menyspreu, prepotència, impaciència.*
- *Amenaces, coaccions, insults.*
- *Treure importància/depreciar les queixes, crítiques o peticions.*



VIOLÈNCIA

Senyals no verbals a evitar:

- *Llenguatge corporal desafiament, hostil o amenaçador.*
- *Contacte físic o proximitat excessiva.*
- *Contacte ocular prolongat.*
- *Moviments ràpids.*
- *Donar l'esquena.*



MÉS DROGUES

Quines son les substàncies que més us preocupen/trobeu?

Quins efectes tenen?

Com interactuen amb l'alcohol?



ATENCIÓ PRIMÀRIA

P.A.S.

Protegir.

Avisar.

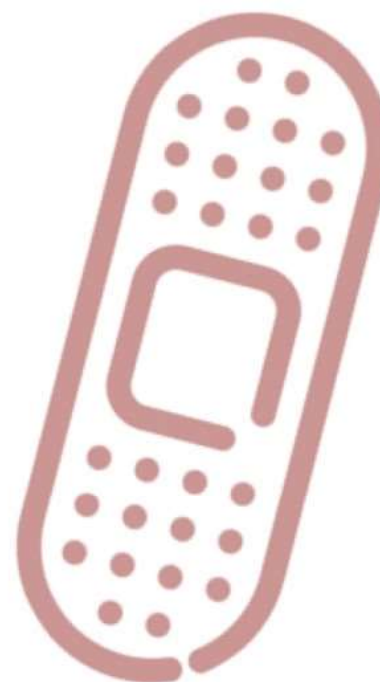
Socòrrer.



Està conscient?

Quedar-nos amb ell.

Mantenir-lo despert.



No està conscient!

Trucar al 112.

ATENCIÓ PRIMÀRIA

Lipotímia.

Causes	Síntomes	Actuació
Emocions intenses	Marejos	Col·locar la persona panxa enlaire en un lloc fresc
Calor excessiu	Les cames fan figa	Aixecar les cames
Exercici excésiu	Sensacions auditives i visuals	Afluixar la roba
	Pell pàl·lida, freda i suada	Evitar aglomeracions



ATENCIÓ PRIMÀRIA

Cop de calor.


Causes	Síntomes	Actuació
Pujada sobtada de la temperatura corporal	Pell calenta seca i vermella	Portar-la a un lloc fresc
Calor excessiu	Alteracions en la consciència. Convulsions	Refrescar el cos amb draps humits
Exercici excésiu	Pols ràpid i dèbil	
Manca d'hidratació	Respiració ràpida i superficial	



ATENCIÓ PRIMÀRIA

Coma.

Causes	Síntomes	Actuació
Traumàtic	Resposta nula als estímuls	Col·locar-la en PLS
Neurològic	Manté el pols i la respiració	Afluixar la roba
Tòxic		Mantenir la via aèria obert
		Tapar per evitar hipotèrmia



MATERIALS DE SUPORT



10 recomanacions

Sobre el consum d'alcohol i altres drogues en les festes locals.

- Promoure entorns saludables i de consciència**
 Asser la cultura de no consumir alcohol i altres drogues en entorns saludables i de consciència. Per aconseguir-ho, caldrà que els organitzadors de les festes locals treballin amb els propietaris dels bars i restaurants per aconseguir que ofereixin un entorn saludable i de consciència.
- Establir mesures sobre les begudes amb alcohol**
 Asser que les begudes amb alcohol s'ofereixin en quantitats moderades i que no s'ofereixin a menors de 18 anys. També caldrà establir mesures per evitar el consum excessiu d'alcohol i altres drogues.
- Promoure les barres sense alcohol**
 Asser que les barres sense alcohol s'ofereixin en quantitats moderades i que no s'ofereixin a menors de 18 anys.
- Compartir amb estands i actuacions de sensibilització i reducció de riscos**
 Asser que les festes locals comptin amb estands i actuacions de sensibilització i reducció de riscos.
- Promoure una actitud exemplar entre els organitzadors de les festes locals**
 Asser que els organitzadors de les festes locals tinguin una actitud exemplar i que no ofereixin alcohol i altres drogues a menors de 18 anys.
- Formar el personal de les barres i dels locals en dispensació responsable**
 Asser que el personal de les barres i dels locals rebi formació en dispensació responsable.
- Atendre l'ús del transport públic**
 Asser que les festes locals tinguin un acord amb les empreses de transport públic per facilitar l'accés dels participants.
- Vigilar locals i espais problemàtics**
 Asser que els locals i espais problemàtics siguin vigilats i que s'ofereixin serveis de suport als participants.

GUÍA PARA UNA DISPENSACIÓN RESPONSABLE DE ALCOHOL

Programa "ciudades contra la droga"

ÈTICA ETÍLICA

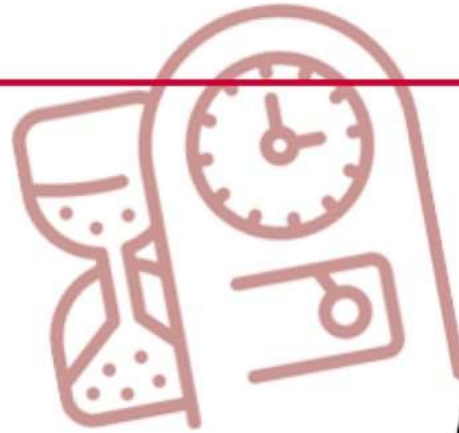
siet lies... deixat

El consum responsable d'alcohol i altres drogues és un tema clau per a la salut pública i el benestar social.

MATERIALS DE SUPORT



MATERIALS DE SUPORT



EL PERSONAL DE BARRES ESTÀ FORMAT PER AJUDAR

EN AQUESTA FESTA:

- 1 Si tens menys de 25 anys pots demanar alcohol sense pagar el DNI a la mà.
- 2 No cancies ni subestimacions, begudes alcohòliques o begudes que continguin alcohol sense pagar el DNI a la mà.
- 3 Podem col·laborar-te rebre els transports públics descomptats, així com el cost dels taxis per demanar un taxi.
- 4 Tens un pla de seguretat i una variada oferta de begudes sense alcohol.
- 5 Estem en un espai lliure d'agressions sexuals i en un entorn cap a la igualtat de tractament i respecte.
- 6 Tens un pla de seguretat i una variada oferta de begudes sense alcohol.

REG DE LA DISPENSACIÓ RESPONSABLE D'ALCOHOL

CONDICIONS A LES QUALS HA DE PODER ACCEDIR EL PERSONAL DE BARRES A LA CELEBRACIÓ DE FESTES.

- 1 No cancies ni subestimacions, begudes alcohòliques o begudes que continguin alcohol sense pagar el DNI a la mà.
- 2 Recomanem fer servir una varietat d'aliments que no s'absorben ràpidament i evitar els aperitius, pastissos, hamburgueses, pastissos i discriminacions.
- 3 No cancies ni subestimacions, begudes alcohòliques o begudes que continguin alcohol sense pagar el DNI a la mà.
- 4 No tens de subestimacions, begudes alcohòliques o begudes que continguin alcohol sense pagar el DNI a la mà.
- 5 Si tens de subestimacions, begudes alcohòliques o begudes que continguin alcohol sense pagar el DNI a la mà.
- 6 Si tens de subestimacions, begudes alcohòliques o begudes que continguin alcohol sense pagar el DNI a la mà.
- 7 Si tens de subestimacions, begudes alcohòliques o begudes que continguin alcohol sense pagar el DNI a la mà.
- 8 Si tens de subestimacions, begudes alcohòliques o begudes que continguin alcohol sense pagar el DNI a la mà.
- 9 Si tens de subestimacions, begudes alcohòliques o begudes que continguin alcohol sense pagar el DNI a la mà.
- 10 Si tens de subestimacions, begudes alcohòliques o begudes que continguin alcohol sense pagar el DNI a la mà.

PREVENIR I ACTUAR ENVERS L'ASSETJAMENT I LES AGRESSIONS SEXUALS EN L'OCI NOCTURN

PER QUÈ ÉS NECESSARI POSAR EN MARXA AQUESTES MESURES?

La violència sexual no ha estat tradicionalment considerada com un dels principals riscos de la nit. Tanmateix, cada any hi ha un nombre creixent de casos de violència sexual i agressions sexuals, així com de casos de violència sexual i agressions sexuals.

En aquest context, és important establir mesures preventives i actuar davant d'aquests casos de violència sexual i agressions sexuals.

- 1 **ENTRAR LA SEXUALITAT PROFESSIONAL EN LA PUBLICITAT PROFESSIONAL**
 La sexualitat professional és una activitat que forma part de la vida professional de molts professionals. És important que aquesta activitat sigui regulada i protegida.
- 2 **ENTRAR EL TRACTE DIFERENCIAL ENTRE HOMES I DONES DEL QUE FA AL PRU DE L'INDICADA DE LES DONES O DE QUALS-QUESSIN DELS SERVEIS DE L'ESTABLIMENT**
 És important que els establiments ofereixin un tracte diferenciat i igualitari entre homes i dones.
- 3 **DISPONER DE CARTELLERIA VISIBLE QUE EXPUGI LA CIUTAT QUE EN EL CASAI NO ÉS PERMISSIVA CAP MENA DE COMPORTAMENT SEXISTA**
 És important que els establiments disposin de cartelleria que indiqui que no és permisible cap mena de comportament sexista.
- 4 **DISPONER D'UN PROTOCOL ESPECÍFIC PER PREVENIR I RESPONDRE A LA VIOLÈNCIA SEXUAL**
 És important que els establiments disposin d'un protocol específic per prevenir i respondre a la violència sexual.
- 5 **COMPTAR AMB UNA VEIGANÇA REPRESENTA AL LOCAL, ESPECIALMENT FORMADA COM A TAL**
 És important que els establiments comptin amb una veigança representativa del local, especialment formada com a tal.
- 6 **REALITZAR FORMACIONS ESPECÍFIQUES ALS ILS I LES TRBALLADORES D'ELS ESPAIS DE FESTA**
 És important que els establiments realitzin formacions específiques als i les treballadores dels espais de festa.
- 7 **FOMENTAR LA PARITAT EN ELS PROCESSOS DE CONTRACTACIÓ I RELACIONATS AMB LES ACTIVITATS I SERVEIS DE L'ESTABLIMENT**
 És important que els establiments fomentin la paritat en els processos de contractació i relacionats amb les activitats i serveis de l'establiment.

EL MASCLISME NO SURT DE FESTA

AQUEST ÉS UN ESPAI LLIBRE D'AGRESSIONS SEXISTES

MATERIALS DE SUPORT

<http://www.mediare.cat/materials-dra/>





www.mediare.cat - info@mediare.cat

Anton Uró
661246170

anton@mediare.cat



Mediare ^{•Cat}

Joves, drogues, gènere i oci nocturn.

Mediare ^{•Cat}

Joves, drogues, gènere i oci nocturn.