

Plan Provincial para el **Abordaje
Integral de los Consumos
Problemáticos 2025-2027**

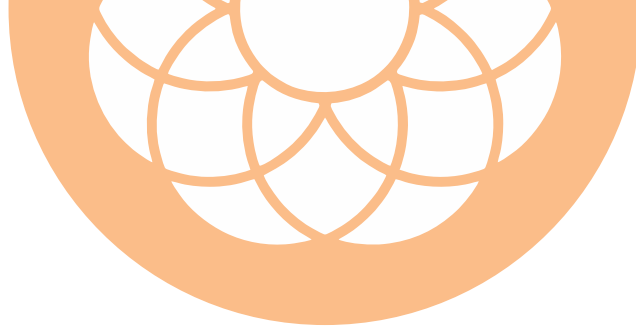
GUIA PARA PADRES Y FAMILIAS



San Juan
Gobierno

Ministerio de Familia
y Desarrollo Humano

Dirección de Prevención y Asistencia
de los Consumos Problemáticos



AUTORIDADES

- Gobernador de la Provincia de San Juan
Dr. Marcelo Orrego

- Vicegobernador y Presidente nato de la Cámara de Diputados de la Provincia de San Juan
Dr. Fabian Martin

- Ministro de Familia y Desarrollo Humano
Prof. Carlos Platero

- Secretario de Promoción Social
Dr. Ramiro Pavone

- Subsecretario de Desarrollo Social
Prof. Miguel Blanquier

- Directora de Prevención y Asistencia de Consumos Problemáticos
Lic. Daniela Merlo





Estimadas familias:

Desde la Dirección de Prevención y Asistencia de los Consumos Problemáticos creemos profundamente que la prevención comienza en los vínculos, en la escucha y en el cuidado cotidiano que construimos entre todos.

Los consumos problemáticos representan una realidad compleja que atraviesa a personas, familias y comunidades. Por ello, entendemos que su abordaje requiere compromiso, acompañamiento y una mirada integral centrada en la salud, los derechos y la dignidad de cada persona.

Sabemos que las familias cumplen un rol fundamental. Muchas veces son quienes primero detectan cambios, brindan contención, acompañan procesos y sostienen la esperanza en los momentos más difíciles. Por eso, hemos elaborado esta guía como una herramienta práctica de orientación, que permita acceder a información clara, reconocer señales de alerta, fortalecer factores de protección y conocer los recursos disponibles para pedir ayuda. Nuestro compromiso es estar presentes en cada rincón de la provincia, promoviendo acciones de prevención, asistencia y acompañamiento que fortalezcan las redes comunitarias y generen más oportunidades de cuidado para todos los sanjuaninos y sanjuaninas.

Los invitamos a recorrer estas páginas con la convicción de que prevenir es una tarea compartida. Cuando una familia escucha, acompaña y se involucra, está construyendo salud. Cuando una comunidad se compromete, está generando oportunidades para una vida más plena.

Porque nadie debe atravesar estas situaciones en soledad.

Lic. Daniela Merlo

Directora de Prevención y Asistencia de los Consumos Problemáticos
Ministerio de Familia y Desarrollo Humano - Gobierno de San Juan.



San Juan
Gobierno

Ministerio de Familia
y Desarrollo Humano

Dirección de Prevención y Asistencia
de los Consumos Problemáticos

1. ¿QUÉ SON LOS CONSUMOS PROBLEMÁTICOS?

Los consumos problemáticos son aquellas conductas de consumo —con o sin sustancias— que afectan negativamente la salud física, mental, emocional y social de una persona.

No solamente hablamos de drogas ilegales. También pueden existir consumos problemáticos relacionados con:

- Alcohol
- Medicamentos
- Tecnología
- Compras compulsivas
- Tabaco
- Juego
- Redes sociales
- Apuestas online

Cada situación es única y debe ser abordada desde una mirada integral, humana y libre de prejuicios.

2. SEÑALES DE ALERTA

Algunas señales que pueden indicar un posible consumo problemático son:

- Cambios bruscos de conducta o humor
- Aislamiento social o familiar
- Bajo rendimiento escolar o laboral
- Irritabilidad o agresividad frecuente
- Alteraciones del sueño o apetito
- Desinterés por actividades habituales
- Necesidad constante de dinero
- Mentiras o conductas ocultas
- Descuidos en la higiene personal
- Problemas familiares o sociales vinculados al consumo

Una señal aislada no siempre indica un problema, pero la presencia de varias señales sostenidas en el tiempo puede requerir orientación profesional.

3. PREVENCIÓN: EL ROL DE LA FAMILIA

La familia ocupa un lugar fundamental en la prevención.

Algunas acciones que ayudan a fortalecer el cuidado:

- Escuchar sin juzgar
- Generar espacios de diálogo
- Compartir tiempo de calidad
- Establecer límites claros
- Acompañar emocionalmente
- Promover actividades saludables
- Fortalecer la autoestima
- Estar presentes en la vida cotidiana

La prevención se construye desde el vínculo, la confianza y la cercanía.

4. MITOS Y VERDADES



“Si consume una vez, ya es adicto”

No siempre. Cada situación requiere evaluación profesional.



“Hablar sobre drogas incentiva el consumo”

Hablar con información clara y responsable ayuda a prevenir.



“Los consumos problemáticos solo afectan a jóvenes”

Pueden atravesar a personas de cualquier edad.



“Pedir ayuda es un signo de debilidad”

Pedir ayuda es un acto de cuidado y responsabilidad.

5. ¿CÓMO TRABAJAMOS?

La Dirección de Prevención y Asistencia de los Consumos Problemáticos desarrolla acciones integrales en todo el territorio provincial.

● ÁREA DE PREVENCIÓN

- Jornadas preventivas
- Talleres en escuelas
- Talleres en clubes deportivos
- Capacitaciones institucionales
- Actividades comunitarias
- Campañas de concientización
- Trabajo con municipios
- Promoción de hábitos saludables en espacios públicos y privados

● ÁREA ASISTENCIAL

- Entrevistas de admisión
- Tratamiento ambulatorio
- Terapias individuales
- Terapias grupales
- Terapia multifamiliar
- Talleres terapéuticos
- Acompañamiento integral
- Derivaciones y articulación institucional

6. LA IMPORTANCIA DE PEDIR AYUDA

- Buscar ayuda a tiempo puede marcar una gran diferencia.
- El acompañamiento profesional permite construir estrategias de cuidado, fortalecer vínculos y mejorar la calidad de vida de las personas y sus familias.
- Nadie atraviesa estas situaciones solo.

7. ORIENTACIONES PARA ACOMPAÑAR A LOS/AS ADOLESCENTES EN SU DESARROLLO:

Ante un posible consumo problemático, sugerimos a las familias evitar actitudes que se caractericen por un exceso de control o su contrapartida, una ausencia del mismo.

Estas posturas pueden generar distanciamientos, desentendimientos, intolerancia, que perjudican las formas de vinculación con nuestros hijos/as, nos alejan de convertirnos en adultos significativos, y crean cierta desconfianza en ellos/as.

Les proponemos asumir el desafío de encontrar un equilibrio, por ejemplo: conociendo y monitoreando las actividades y relaciones de nuestros hijos/as, pero no desde esta manera, nos acercaremos desde el sentido de cuidado, ofreciéndonos como referentes en que los/as adolescentes puedan confiar, transmitiendo ganas, convicciones, cercanía y calidez, entre otras cualidades.

Resumiendo lo anterior:

- Cuidar con relación al consumo de drogas implica acompañar a los jóvenes a través de la escucha y la interpelación de las prácticas.
- La escucha es un factor clave para que el diálogo sea posible. Es importante escuchar sin juzgar, tener una apertura al diálogo no implica ser permisivos, es importante al cuidado.
- Escuchar es entender, comprender o dar sentido a lo que se oye a partir de registrar no sólo lo que la persona está expresando directamente, sino también los sentimientos, ideas o pensamientos que subyacen a lo que se está diciendo.

Si logramos escuchar y mirar a los/as adolescentes minimizamos el riesgo de un consumo problemático.

MANERAS EN QUE UN FAMILIA PUEDE ACOMPAÑAR:

- **Ayudar en la construcción de una autoestima sólida.** Escuchando y valorando sus opiniones, reconociendo sus logros y fortalezas, evitando insultarlos, menospreciarlos o encasillarlos en roles o estereotipos (en frases como, por ejemplo: “Sos un vago”, “a vos no te interesa nada”).
- **Establecer normas adecuadas y claras.** Poner los límites necesarios y regular la libre voluntad de los/as adolescentes, suele ser una tarea compleja, aunque fundamental para su bienestar y desarrollo.
- **Transmitir valores a cuidar y respetar.** Mostrar coherencia, ser un referente positivo brindando ejemplos de conductas desde la acción y no sólo desde la palabra.
Crear una buena relación afectiva con los hijos/as. Abrir al diálogo y registrar los estados de ánimo, sentimientos y necesidades de los jóvenes. Ser demostrativo de sus afectos positivos.
- **Promover actitudes de autocuidado.** Favorecer y ofrecer un uso satisfactorio del tiempo libre, no exclusivamente asociado al consumo. Compartir alguna actividad deportiva y/o lúdica en un ambiente abierto, en contacto con la naturaleza, entre otros.

8. ACTIVIDADES PARA HACER EN FAMILIA

- Compartir comidas sin pantallas • **Realizar actividades deportivas**
- **Conversar sobre emociones** • Fomentar espacios recreativos
- Promover hábitos saludables • **Participar en actividades culturales**
- Generar momentos de escucha y confianza



San Juan
Gobierno

Ministerio de Familia
y Desarrollo Humano

Dirección de Prevención y Asistencia
de los Consumos Problemáticos

9. GUÍA DE RECURSOS PARA PEDIR AYUDA

TRABAJAMOS EN TODA LA PROVINCIA

La Dirección desarrolla acciones preventivas y asistenciales en los 19 departamentos de San Juan, promoviendo una red de cuidado y acompañamiento comunitario.

Dirección central:

Hipolito Yrigoyen 2950 este, Santa Lucía.

UMCOP (Unidad Municipal de Consumos Problemáticos)

- ALBARDÓN:** lunes a viernes de 7.30 a 12.30 hs. Edificio de Desarrollo Social (Coronel Guerrero y Mitre).
- ANGACO:** lunes a viernes de 8:30 a 13:00hs. Acción Social (Calle San Martín y Segovia - Villa el Salvador).
- CALINGASTA:** lunes, martes, miércoles de 8:00 a 13:00hs (CCI Barreal);
jueves 8:00 a 13:00hs (CCI Tamberías).
- CAPITAL:** Lunes, miércoles y viernes 8:00 a 13:00hs. Subsuelo del Edificio de acción social (Calle Mitre, entre Caseros y Güemes)
- Lunes a viernes 8:00 a 13:00hs. Centro San Benito (Calle San Francisco del Monte 189 oeste).
- CAUCETE:** Lunes y viernes 8:00 a 13:00hs DTC Caucete (Barrio Pie de Palo Manzana R Casa 20)
Miércoles de 13:00 a 18:00hs (Políticas sociales del municipio).
- CHIMBAS:** lunes a viernes de 8:00 a 13:00hs (calle Centenario 1138 oeste).



San Juan
Gobierno

Ministerio de Familia
y Desarrollo Humano

Dirección de Prevención y Asistencia
de los Consumos Problemáticos

- IGLESIA:** lunes a viernes de 8:00 a 13:00hs. Municipalidad (Avenida Santo Domingo).
- JÁCHAL:** miércoles y jueves de 9:00 hs a 15:00 hs en CECOIF (Gral. Paz entre Florida y Agustin Gómez n°157).
- POCITO:** Lunes a viernes de 8:00 a 13:00hs. Ubicación del centro de atención y acompañamiento de los consumos problemáticos (calle Lemos 7821 sur).
- Lunes a viernes de 8:00 a 13:00hs. Municipalidad de Pocito (Vidart 1073 y Santa Maria de Oro).
- RAWSON:** Lunes a jueves de 8:00 a 13:00hs, Centro Francisco (Félix Aguilar 1191 oeste Barrio la Estación sector 2);
- Lunes a viernes de 8 a 13 hs. República del Líbano y España (Ex coloso) 1° piso.
- RIVADAVIA:** Lunes a viernes de 8:00 a 13:00hs. Anexo municipal (libertador 5135 oeste);
- Lunes a viernes de 8:00 a 13:00hs en Centro Terapéutico (Av. Ignacio de la Roza 4636 oeste, La Bebida, Rivadavia).
- SANTA LUCÍA:** lunes a viernes de 8:00 a 13:00 hs. Municipalidad de Santa Lucia (Aberastain 590 sur).
- SAN MARTÍN:** Lunes, miércoles, jueves, viernes de 8.30hs a 13.30hs;
Martes 12:00hs a 17:00hs. Municipalidad, Acción Social (Av. Sarmiento 112 oeste).
- SARMIENTO:** lunes a viernes de 8:30hs a 13:00hs. (Calle José Ares, Media Agua).



San Juan
Gobierno

Ministerio de Familia
y Desarrollo Humano

Dirección de Prevención y Asistencia
de los Consumos Problemáticos

- ÚLLUM:** lunes a viernes de 8.30 a 12.30hs. Calle Pasaje Obrero esquina ruta 60 en Espacio leila Rodríguez (ex centro de jubilados)
- VALLE FÉRTIL:** lunes y martes de 8:00 a 18:00 horas, miércoles y jueves de 8:00hs a 13:00hs. Oficinas de Desarrollo Humano (calle General Acha entre Rivadavia y Laprida).
- ZONDA:** lunes a viernes de 8:30 a 12:30. Edificio de Acción social (Ruta 12 km 24)
- 9 DE JULIO:** martes, miércoles y viernes de 8:00 a 13:00hs. Diagonal San Martín s/n esquina Gobernador de la Roza. Acción Social (ex salita).
- Lunes, miércoles y jueves de 9:00hs a 13:00hs (salón de protección civil);
- 25 DE MAYO:** Martes de 9:00 a 14:00hs y viernes de 10:00hs a 18:00hs (CIC de Santa Rosa).

CENTROS DE ATENCIÓN Y ACOMPAÑAMIENTO

- CAPITAL:** Centro de día San Benito - Calle San Francisco del Monte 189 oeste.
- CHIMBAS:** Unión vecinal Chimbas Norte - Calle Centenario 1138 oeste.
- CAUCETE:** Barrio Pie de Palo, Manzana R Casa 20.
- RIVADAVIA:** ·ZONA CENTRO: Av. Libertador 5135 oeste
·LA BEBIDA: Av. Ignacio de la Roza 4636 oeste.
- POCITO:** Calle Lemos 7821 sur, pasando calle 5.

*"La prevención de los consumos problemáticos es una
responsabilidad compartida que requiere compromiso,
escucha y presencia.*

*Entre todos podemos **construir una sociedad más
saludable, solidaria e inclusiva.**"*



San Juan
Gobierno

Ministerio de Familia
y Desarrollo Humano

Dirección de Prevención y Asistencia
de Consumos Problemáticos

Dónde recurrir ante
consumos problemáticos
en San Juan



Dirección central:

Dirección de Prevención y Asistencia
de Consumos Problemáticos

Hipolito Yrigoyen 2950 este, Santa Lucía.