

TALLER AUTOESCUELAS

**Sesión de reducción de los
accidentes de tráfico asociados
al consumo de alcohol, cannabis
y otras drogas**



Unidad elaborada por:

M^a Dolores de las Heras Renero. Comisionado Regional para la droga

En colaboración con:

- Rosa Sánchez Moreda. Plan municipal sobre drogas de Medina del Campo (Valladolid)
- M^a Elena Romera Moneo. Plan Municipal sobre drogas de Aranda de Duero (Burgos)

POBLACIÓN DIANA

- Alumnado de las autoescuelas de la ciudad y/o municipio/s.

OBJETIVOS

Generales:

- Incrementar la percepción del riesgo asociada a conducir bajo los efectos del consumo de alcohol, cannabis y otras drogas.
- Favorecer el cambio de actitudes promoviendo una conducción responsable y segura.
- Reducir las conductas de riesgo asociadas a la conducción bajo los efectos de sustancias y, por tanto, los daños que conlleva, como la siniestralidad en carretera.

Específicos:

- Mejorar los conocimientos sobre la situación actual sobre la siniestralidad en carretera asociada al consumo de alcohol y/u otras drogas.
- Promover la reflexión sobre la percepción de riesgo de dicha problemática.
- Trabajar sobre los principales factores de riesgo asociados a los accidentes de tráfico y tomar conciencia de la propia vulnerabilidad, especialmente en menores y jóvenes.
- Reflexionar sobre los factores de riesgo relacionados con la socialización de género que influyen en la mayor o menor implicación en accidentes de tráfico.
- Informar sobre los efectos que el consumo de alcohol y/o de cannabis puede tener sobre la conducción a todos los niveles (físico, psicológico, legal...).
- Reforzar la idea de incompatibilidad entre la conducción y cualquier consumo de alcohol y/u otras drogas.
- Desmitificar las falsas ideas sobre los controles de tráfico de alcohol y otras drogas.
- Reflexionar y valorar alternativas seguras de desplazamiento ante el consumo de alcohol y cannabis.
- Conocer la valoración del alumnado con respecto al Taller y su utilidad.

COMPONENTES

- Binomio alcohol, otras drogas y accidentes de tráfico.
- Accidentalidad asociada: situación actual
- Percepción de riesgo respecto a la conducción y el consumo de drogas.
- Factores de riesgo asociados a los accidentes de tráfico en menores y jóvenes.
- Alcohol y efectos físicos y psicológicos sobre el organismo, especialmente en la conducción.
- Cannabis y efectos físicos y psicológicos sobre el organismo, especialmente en la conducción.
- Controles de alcohol y de otras drogas (mitos). Consecuencias por dar positivo: normativa legal.
- Alternativas seguras ante el consumo de alcohol y cannabis y la conducción.

DURACIÓN DEL TALLER: 1h 30 min.



DESARROLLO DE LA SESIÓN

Equipo necesario

- Un ejemplar de la unidad para el profesional.
- Presentación en power point y equipo para visualizarla.
- Pizarra y tiza.
- Fotocopias de las situaciones de alcohol y cannabis de la última actividad.
- Gafas de simulación alcohol.
- Folletos de la DGT Muévete sin alcohol y Muévete sin cannabis de 12-15 años y/o 16-18 años. Muévete sin cocaína (optativa). Disponible en: https://www.dgt.es/es/seguridad-vial/educacion-vial/recursos-didacticos/jovenes/STOP_DRUGS_Muevete_sin.shtml
- Cuestionario de evaluación pre/post test
- Cuestionario de evaluación del proceso



Actividad Nº 1: Bienvenida y presentación de la sesión

5'

Dar la bienvenida a las personas asistentes y explicar que en esta sesión la metodología de trabajo partirá de un debate sobre sus percepciones de riesgo, para luego exponer la información más relevante sobre cómo actúa el alcohol y el cannabis, principalmente, en la capacidad para conducir; posteriormente discutirán sobre las alternativas a la conducción, tras lo cual quienes participan ejemplificarán el derecho a decir NO al consumo y a no montarse en un vehículo conducido por alguna persona que haya bebido.



Actividad Nº 2: Realización del pre-test

5'

Dedique unos minutos a pasar el pretest bien por escrito o a través del enlace <https://forms.gle/igeCRWG1pmbQECyd8>



Actividad Nº 3: Datos de accidentabilidad

5'

Para el desarrollo de la actividad puede apoyarse en las diapositivas de la presentación (desde la número 2 a la número 18, algunas aparecen en oculto para utilizar a criterio de la persona que dirige la formación). **Información relevante.** En el cómputo general, las víctimas mortales se han reducido más de la mitad durante la última década (2006-2016), pese a ello, el número de personas muertas anualmente supera las 1000 personas. Dimensione el número de fallecidos con referencia a localidades de su provincia con cifras similares de habitantes, para que sean más conscientes de lo que supone.

Respecto a las cifras de jóvenes (*Informe de jóvenes y seguridad vial en España 2017, Mapfre*), las víctimas mortales entre 15 y 34 años han pasado de 1.696 a 421 (2016), lo que supone una reducción del 75%. Entre las razones que lo justifican se encuentran: la mejora de las carreteras y de los vehículos, el endurecimiento del Código Penal y la educación vial. Aun así, más de una persona joven muere al día en las carreteras. Aunque los y las jóvenes parecen conscientes de los riesgos de mezclar la conducción con el alcohol o las drogas -la mitad de las personas

encuestadas en este informe, lo señalaron como entre las principales causas de fallecimiento en carretera en sus edades y tres de cada cinco admitieron que se han montado alguna vez en un coche con un/a conductor/a que había bebido y el 20% con uno/a que había consumido cannabis. La mitad de los y las jóvenes fallecidas pierden la vida en fin de semana y por la noche.

Los datos del Informe 2020 del Instituto Nacional de Toxicología son concluyentes: **el 48,7% de los/as conductores/as de fallecidos presentaron resultados positivos a drogas y/o psicofármacos y/o alcohol** (Disponible y actualizable en: <https://www.mjusticia.gob.es/es/ministerio/organismos-entidades/instituto-nacional/documentacion/memorias>)

Cuando se hace el análisis de una única sustancia objetivada capaz de afectar a las facultades para el manejo de un vehículo, **el alcohol sigue siendo la que mayoritariamente está presente**, en un 63,9% de los/as conductores/as fallecidos que dieron positivo, además de un 41,2% que dio positivo a otras drogas y, un 27,5%, positivo a psicofármacos.

Independientemente de si hubo consumos asociados de drogas de abuso, alcohol y/o psicofármacos, y dentro de otras drogas detectadas, la cocaína fue la más detectada (60,8%), seguida de cannabis (53,3%). Entre las combinaciones más frecuentemente detectadas aparece la de alcohol y cocaína, en un 51,9%.

Comente que esta sesión se centrará en el alcohol y el cannabis, por ser las sustancias de mayor prevalencia de consumo entre los y las menores y jóvenes, sin excluir, cuando lo precise, el abordaje de la cocaína.

Pida que reflexionen acerca de sus actitudes ante la conducción bajo los efectos del consumo. Pregunte:

- ¿Han subido en un vehículo (coche, moto) conducido por alguien que ha consumido?
¿Por qué lo hicieron?
- ¿Conocen gente que conduce tras haber consumido alcohol, cannabis u otras drogas?
- ¿Conocen a alguien cercano que haya tenido un accidente de tráfico con resultado de lesiones, incapacidad o muerte?
- A quienes tengan carnet de moto, pregunte si han conducido habiendo consumido. Recuerde que los menores de edad no pueden beber alcohol.

Concluya: Cada vez más, tanto la población juvenil, como la general, son más conscientes de los riesgos relacionados con el consumo de sustancias psicoactivas y los accidentes de tráfico, por tanto, la mayoría no consume cuando va a conducir. Aun así, datos como que cada día muere una persona joven en las carreteras y que en el año pasado un 48,7% de los conductores fallecidos dio positivo –cifra que va en aumento en estos últimos años–, nos llevan a insistir en la necesidad de seguir trabajando en esta línea y tratar de reducir los factores de riesgo asociados a los accidentes de tráfico por el consumo de alcohol y otras drogas. En la medida en que quienes se inician en la conducción eviten conductas de riesgo, se logrará que las cifras de siniestralidad se reduzcan.



Tras conocer cómo está la situación actual al respecto, **pregunte** qué piensan acerca de esos datos, si les parece una cifra elevada, normal o baja y si era una cifra que se esperaban. Tras concretar que se trata de un porcentaje que en estos últimos años va en aumento, les preguntamos por qué creen que sucede esto.

A continuación, para identificar ideas y actitudes al respecto, tanto por parte la persona que imparte la sesión como por parte de los/as participantes, así como para fomentar una actitud crítica, **realice la actividad sobre percepción de riesgo**.

Se parte de la proyección de diapositivas 19 y 20 con diferentes afirmaciones sobre la percepción de riesgo y la conducción bajo los efectos del alcohol, cannabis y/o de otras drogas y se les pregunta directamente si es frecuente pensar de esa forma y con cuál o cuáles de ellas se identifican más. Se exponen brevemente argumentos al respecto.

El profesional decidirá qué listado de ideas va a emplear en función del perfil (edad, tipo de carnet de conducir, actitudes,...).

1. *Los accidentes los tienen los demás. Yo controlo.*
Argumento: Cuidado con la idea de control, ese supuesto control puede convertirse en tolerancia y posteriormente en dependencia. Por otro lado es necesario dejar claro que las primeras consumiciones afectan directamente a la conducción.
2. *Si te sientes bien, se puede conducir bajo los efectos del alcohol/cannabis. Además hay trucos para no dar positivo.*
Argumento: Efectos del consumo de alcohol y cannabis en la conducción. Ley de tráfico. Tasa de alcoholemia. Controles alcohol y drogas. Sanciones.
3. *Se exagera mucho el efecto de las drogas para conducir: lo importante es conocer los límites y como mucho dependerá de la cantidad.*
Argumento: Efectos del consumo de alcohol, cannabis y otras drogas en la conducción. Riesgo desde el primer sorbo, calada. Factores relevantes en jóvenes e inexperiencia en la conducción.
4. *El mayor riesgo de consumir alcohol u otras drogas es que te pillen y te sancionen.*
Argumento: Efectos del consumo de alcohol en la conducción. Ley de tráfico. Controles alcohol y drogas. Sanciones.
5. *Cuando consumes alcohol y/o porros, lo único que hay que hacer es conducir con cuidado.*
Argumento: Efectos del alcohol y cannabis en la conducción.
6. *Los porros tranquilizan y ayudan a conducir mejor.*
Argumento: Efectos del cannabis en la conducción.

7. *Los peligros de la conducción son una lotería. No tiene sentido arruinarte la diversión por pensar en ellos. Al fin y al cabo la vida está llena de riesgos y conducir colocado es uno más que no tiene que preocupar especialmente.*

Argumento: Efectivamente, es una lotería, que cuanto más juegas más probabilidad hay de que te toque. En este caso, cuanto más veces conduzcas bajo situaciones de riesgo, mayor probabilidad hay de que te toque un accidente con consecuencias como la lesiones importantes o incluso la muerte.

8. *Viajar con una persona bajo los efectos de sustancias que está conduciendo tiene riesgos, pero peor es quedarse solo/a y tener que “buscarte la vida” con el transporte.*

Argumento: Cada uno es libre la decisión que toma en este caso y en otros, pero la persona ha de tener claro y asumir los riesgos que corre como por ejemplo si decide viajar con una persona que conduce estando bajo los efectos de las drogas: el riesgo de lesiones, incapacidad o muerte por accidente de tráfico.

9. *Tus colegas ven normal que bebas, fumes cannabis o cocaína aunque tengas que conducir luego.*

Argumento: Muchas personas en su grupo o con sus iguales evitan criticar el comportamiento de consumo de algún miembro del grupo, sobre todo por miedo a ser rechazados, a discutir, a ser ridiculizados, etc.

10. *Si yo no bebo alcohol, solo voy a cervezas (con alcohol); no hay tanto riesgo.*

Argumento: El alcohol de cualquier bebida es el mismo, aunque unas sean fermentadas y otras destiladas, lo que varía es la concentración de alcohol; pero además de esto hay que tener en cuenta la cantidad que se toma (tomarse 2 cervezas es lo mismo que tomarse un gim tonic). Muchas personas desconocen lo que suponen las Unidades de Bebida Estándar y su equivalencia en contenido alcohólico. Es clave trabajar este concepto para que puedan calcular cuánto beben y qué tipo de consumo tienen.

Seguidamente, se recogen dos conclusiones importantes (diapositivas 21 y 22):

- Que existe una baja percepción de riesgo al respecto.
- Que la percepción de riesgo es un indicador presente y futuro de la evolución de esta problemática asociada al binomio alcohol y/u otras drogas-conducción; de hecho, ésta será mayor cuanto menor sea nuestra percepción de riesgo.



Actividad N° 5: Factores de riesgo asociados a los accidentes de tráfico en menores y jóvenes, desde la perspectiva de género **10'**



Tras conocer la percepción de riesgo del alumnado y hacer que sean conscientes de cuál es esa percepción y sus consecuencias, **pregunte** si creen que las personas más jóvenes y los y las conductoras noveles tienen mayores riesgos.

Se recomienda utilizar el siguiente vídeo sobre dos jóvenes que se graban y fallecen tras un accidente o cualquier otro en que aparezcan jóvenes (diapositiva 23).



<https://www.youtube.com/watch?v=COo-L7yKSXE>



Pregunte qué factores han concurrido para tener este desenlace. Comente que la población joven tiene más probabilidad de conducir y de viajar en condiciones en las que concurren determinados factores de riesgo: alcohol y/o drogas, nocturnidad, velocidad, edad, invulnerabilidad, conducción exhibicionista (diferencias de género: más presente entre los chicos debido a la asociación de su rol con el riesgo). Hacer referencia a la diapositiva, en la que se han recogido los factores que aparecen a continuación (centrarse en aquellos que se consideren más relevantes para el grupo).

- Baja percepción de riesgo.
- Los y las jóvenes NO suelen ser conductores “profesionales”. Falta de experiencia en la conducción.
- Utilizan el automóvil en circunstancias específicas: momentos puntuales del día; desplazamientos cortos, y esporádicamente más largos; vías y trayectos “conocidos” que potencian el exceso de confianza...
- Asunción de riesgos inherentes a su edad que influyen directamente en la toma de decisiones (adoptar comportamientos temerarios, infringir las normas de tráfico: “me da tiempo voy a saltarme el semáforo”). El género tiene un gran impacto en este sentido.
- Falsa seguridad en sí mismo/a (soy capaz de conducir aunque haya bebido mucho)
- Factores añadidos del contexto: lugares de ocio que requieren la utilización del vehículo privado, fomento del consumo de alcohol y otras drogas vinculado a la diversión, trasladan a la noche/madrugada la diversión, cansancio y sueño...
- Cada vez salen por la noche con menor edad y cada vez llegan más tarde.

Información relevante. Los resultados del estudio realizado por la Universidad Politécnica de Madrid, “*Mujeres conductoras en España. Implicación en accidentes de tráfico y comparación con los conductores varones*” refleja que las mujeres conductoras son más prudentes que los hombres, tienen menos accidentes y son menos graves, respetan más las normas de tráfico, corren menos y en general, no asume tantos comportamientos de riesgo como los hombres, y eso se traduce en menos accidentes y menos víctimas. La investigación refleja que los conductores varones:

- ❖ Ponen más en riesgo las vidas del resto de los ocupantes del vehículo.
- ❖ La tasa de mortalidad en conductores es el doble que en el caso de las conductoras y sufren el doble de accidentes que las mujeres.
- ❖ Aunque una de las diferencias más notables se refiere a la conducción bajo los efectos de las drogas. ***La tasa de infracciones por consumo de alcohol y drogas en accidentes de tráfico es cinco veces más en hombres que en mujeres, las mujeres no cogen el coche con tanta facilidad si han consumido alcohol y otras drogas.***



Pregunte por qué creen que sucede esto. Tras sus respuestas incidir sobre los modelos referenciales de género y poner de relieve que:

Los chicos deben cuestionar el seguir manteniendo viejos estereotipos de la masculinidad (valientes, que buscan el riesgo, trasgresores, etc.) y, las chicas, que la igualdad no se basa en asumir los valores y/o los comportamientos que se presumen como propios del género

masculino; el autocuidado que se vincula a lo femenino es un valor positivo que todas las personas tendrían que incorporar. En definitiva, reforzar la idea de que estamos hablando de ser personas que valoran su autonomía para decidir y comportarse de manera saludable.

Continuamos con la revisión de factores de riesgo desde la influencia del rol de género (masculino):

- ✓ Menor percepción de riesgo y la búsqueda del riesgo.
- ✓ Sobreestimación de sus capacidades. Comportamiento imprudente.
- ✓ Exhibicionistas ante el grupo de iguales (ocupantes de la misma edad dentro del vehículo - conductor y acompañantes varones -) Sobre este último se puede proyectar un video en el que un chico tiene una conducta temeraria para impresionar a una joven.
- ✓ Conducen a mayor velocidad que la media.
- ✓ Búsqueda del efecto psicoactivo de alcohol y otras sustancias. Consumo intensivo de alcohol, consumo de cannabis y otras drogas en fines de semana, como otra conducta de riesgo para demostrar su valía...

Concluimos que el desconocimiento de estos factores, el no ser conscientes de su influencia, contribuye a esa percepción de riesgo sea baja y aumenta el riesgo de accidentes, haciendo que la población de conductores/as noveles y de jóvenes sea más vulnerable en este sentido. Recordamos el dato de que los accidentes de tráfico, en la juventud, son la primera causa de muerte.

Insistir que la edad y los roles de género son cuestiones relevantes a tener muy en cuenta para prevenir los accidentes de tráfico.



Actividad N° 6: El alcohol. ¿Por qué afecta a la capacidad para conducir? ¿Es el alcohol un estimulante, qué efectos tiene sobre el organismo?

15'

Presente el **caso de Berta y María** para hacer la exposición sobre el alcohol. Recoja los comentarios y desarrolle los contenidos partiendo del caso. Comente cómo el vehículo nos acompaña en los espacios y momentos de ocio, y como el alcohol está con frecuencia también presente. Para dar respuesta a las preguntas del caso, comente los contenidos. Puede utilizar para la exposición las diapositivas de la presentación (desde la número 25) y la información del **Anexo informativo**.

Destaque los elementos relevantes sobre el alcohol para entender cómo afecta a las capacidades para conducir: depresor del sistema nervioso, tolerancia y dependencia, proceso de absorción, eliminación, factores que influyen en la velocidad de absorción y por tanto en la concentración en sangre, la unidad de bebida estándar y la curva de alcoholemia, a mayor cantidad de alcohol mayor tasa de alcoholemia, el patrón de consumo en atracón, comente cómo el metabolismo del alcohol explica por qué una persona puede estar aparentemente "normal" y en pocos minutos estar bajo un fuerte borrachera o incluso entrar en coma etílico.

A medida que vamos explicando todas estas cuestiones vamos dando respuesta, también, a las siguientes preguntas:



¿Se puede conducir bajo los efectos de pequeñas dosis de alcohol? ¿Y si se tiene la sensación de estar bien? ¿No hay problemas para la conducción si estoy por debajo del límite legal? No se debe conducir bajo los efectos del alcohol, su consumo tiene efectos desde la primera consumición. A veces la sensación de borrachera es de repente, dependiendo del patrón de consumo y de los factores asociados a la velocidad de absorción del alcohol. Cualquier alcoholemia por pequeña que sea, puede alterar la capacidad de conducir incrementando el riesgo de accidente. Desde la primera consumición el alcohol comienza a producir cambios y el riesgo se multiplica por dos o tres antes de dar positivo en los controles de tráfico. Mito: que por debajo de positivo no hay peligro.

¿Para no dar positivo en un control de alcoholemia, ¿cuánto tiempo tiene que trascurrir entre el último consumo de alcohol y la conducción? Ver los datos de la diapositiva 37.

¿Hay trucos para engañar al alcoholímetro en un control de alcoholemia? La medición de la alcoholemia por aire espirado se basa en que el alcohol se elimina por vía respiratoria. No existe ninguna forma de acelerar la eliminación del alcohol.

Proyectamos las diapositivas sobre los **efectos del alcohol en la conducción**.

Ver actividad de simulación de efectos en la conducción del alcohol en el anexo de ampliación - para realizar en caso de que se disponga de más de hora y media para realizar el Taller.

Actividad N° 7: El cannabis. ¿Por qué afecta el cannabis u otras drogas a la conducción? **15'**

Desarrolle este apartado basándose en los contenidos del Anexo informativo y con el apoyo de las diapositivas (desde la número 44).



Pregunte al grupo si saben qué es el cannabis. Valore la conveniencia del video de la campaña de tráfico o buscar algún otro más significativo. **EL PORRO MÁS CARO DEL MUNDO**



<https://www.youtube.com/watch?v=-Rw9r9jBD2M> Duración: 1'

Actividad. Presente el **caso de Mario y Luis**. Formule las preguntas de por qué el cannabis afecta a la capacidad para conducir, qué es el cannabis, cuáles son sus efectos y consecuencias. Recoja los comentarios y desarrolle los contenidos sobre cannabis partiendo del caso.

Destaque los elementos relevantes del cannabis: No es una sustancia inocua, es una droga, una sustancia depresora del sistema nervioso que en ocasiones se comporta intensificando y modificando la manera de percibir y sentir la realidad. Tiene efectos claros en la conducción desde su primer consumo. Las formas de consumo inhalado, de calada profunda, hace que llegue directa y rápidamente al cerebro afectando a la capacidad de conducir, disminuyendo la capacidad de atención, provocando mayores distracciones al centrarse en pequeños detalles y obviando el resto de los estímulos externos, crea somnolencia, etc.

Proyectamos la transparencia sobre los **efectos del cannabis en la conducción**.

A medida que se van explicando todas estas cuestiones también se da respuesta a las siguientes preguntas:



¿Se puede eludir un positivo en las pruebas de drogas (cannabis, cocaína, etc.) de tráfico? ¿Cómo? Indicar que beber mucha agua, beber leche, que existen productos en internet para camuflar los efectos. Minimizan los riesgos en la conducción. Cuando se les dice que un porro a nivel psicomotor equivale aproximadamente a una concentración de alcohol en sangre de 0.80, lo ven exagerado y empiezan a justificar que depende del porro que sea.

¿Cuánto tiempo tiene que trascurrir entre el último consumo de cannabis u otras drogas y la conducción? Para no dar positivo en un control de drogas (5/6 horas).

Para cerrar, aclare cualquier duda que haya surgido. Identifique resistencias y trate de argumentar para cambiar la percepción de riesgo sobre el cannabis.



Pídales que ahora, tras conocer más sobre el alcohol y el cannabis den respuesta a las siguientes preguntas, **¿Por qué es tan peligroso el consumo de alcohol y otras drogas cuando se va a conducir cualquier vehículo? ¿Está justificada la prohibición de conducir bajo los efectos de cualquier sustancia?** El consumo de alcohol está directamente relacionado con un aumento importante de los accidentes de tráfico y con la mortalidad por los mismos, ya que altera las principales funciones que se utilizan en la conducción (coordinación, orientación, precisión, visibilidad y toma de decisiones).



Actividad Nº 8: Controles de alcohol y otras drogas. Consumo 0,0 10´



Lance las siguientes cuestiones y vaya dando respuesta. Desarrolle este apartado con el apoyo de las diapositivas –desde la 51- y del video.

¿Es obligatorio someterse a las pruebas de alcoholemia y drogas? ¿Quiénes están obligados? ¿Cuál es la consecuencia de negarse a ello?

Proyectar la diapositiva que recoge quiénes están obligados y la consecuencia de negarse. Lo está cualquier persona implicada en un accidente de tráfico (coche, moto, bicicleta, etc.), todos los conductores/as con síntomas de estar bajo los efectos de alcohol u otras drogas, si se es requerido/a durante un control preventivo.

¿Cuáles son las consecuencias derivadas de dar positivo en un control de alcohol o drogas?

Proyectar las diapositivas que recogen las consecuencias administrativas e, incluso, penales, que conlleva el conducir con presencia y/o bajo la influencia de alcohol y de otras drogas. Se leen algunas y, sobre todo, se relaciona con ejemplos (recordar lo trabajado en la actividad sobre el alcohol, concretamente la fórmula para calcular la alcoholemia recogida en la diapositiva número 63):



Poner el vídeo siguiente sobre testimonios de personas que han sufrido un accidente de tráfico por conducir bajo los efectos del alcohol. <https://youtu.be/jU9d55XeSUY> (Duración: 3' y 22'') -diapositiva número 64.

Comentar algún testimonio real de una persona joven que entró en la cárcel por haber matado a una persona como consecuencia de haber conducido bajo los efectos del alcohol (Delitos viales, vidas rotas. Revista DGT) Seleccione uno de los dos casos-diapositivas 65 o 66. <https://revista.dgt.es/es/reportajes/2019/04ABRIL/0402-Cinco-testimonios-vidas-rotas-delitos.shtml>

Conclusiones:

- Incompatibilidad entre el consumo de alcohol, el cánnabis y otra drogas con la conducción.
- El consumo de alcohol como el de otras drogas incrementa el riesgo de tener un accidente, así el cannabís lo incrementa en tres veces.
- Desde la primera Unidad de Bebida Estándar hay riesgo. La única tasa de alcoholemia que realmente segura es el 0,0 gr/l.
- **Tendencia mundial a promover el consumo 0 tanto para drogas como para alcohol en la conducción.**
- Hay una línea muy fina entre la infracción y el delito y añadir que, además, si de forma imprudente, se cometen homicidio o lesiones graves y se ha cometido un delito contra la seguridad vial -como son los casos de conducir bajo los efectos del alcohol u otras drogas o a una velocidad excesiva-, o una infracción a la normativa administrativa de tráfico, esta conducta pasará automáticamente a ser considerada imprudencia grave. Las penas serán de entre 1 y 4 años de cárcel en caso de muerte y hasta 1 año en caso de lesiones.
- No hay consecuencia peor que sufrir o causar lesiones con resultado de muerte.
- En caso de que se disponga de más de hora y media para realizar el Taller; se puede incluir en este apartado la actividad para conocer el procedimiento que se sigue en un control de alcohol y de otras drogas en el anexo de ampliación.



Actividad Nº 9: Alternativas seguras, y derecho a decir NO. Cierre

8'



Apóyese en las diapositivas.

Por último, trabaje brevemente cómo afrontarían la situación **para no dejar conducir a una persona que ha consumido** y resistirse a la presión de **montar en un vehículo conducido por alguien** que ha consumido. ¿Qué harían, que le dirían? Reflexionar sobre alternativas de transporte seguro y de su derecho a decir NO.

Se proyectan las diapositivas con los casos de alcohol y de cannabís, se plantea su lectura en voz alta, por parte de la persona responsable del taller o de algún voluntario/a, se va dando respuestas en voz alta a las preguntas planteadas.

Señale los riesgos del conductor/a designado/a: pese a ser una figura muy popular, no carece de riesgos. Actualmente está desaconsejada por los potenciales riesgos en la seguridad vial (mayor distracción por la desinhibición de los/as acompañantes) y por el aumento del consumo en los/as acompañantes del conductor/a sobrio (*Hoy me puedo pasar, no conduzco*). La clave es que el conductor no haya bebido nada y todas las personas (o la mayoría) que monten en el coche o en

la moto estén en condiciones de dejar conducir de forma adecuada (no tengan grandes ingestas de alcohol, se promueva un consumo de bajo riesgo (4UBE/día en chicos y 2,5 UBE en chicas).

CASO DE ALCOHOL

Carlos ha salido con Pablo de fiesta y han estado bebiendo calimocho y un combinado. Cuando van a regresar Pablo le dice que, aunque haya bebido puede conducir sin peligro, el controla, lo ha hecho más veces y sin problemas. Además, él tiene estrategias para reducir los efectos y que no le pillen: espera una hora para despejarse, va más despacio, se mete por caminos comarcales o los colegas le dicen como eludir los controles de tráfico avisándole de dónde se encuentran. Insiste en que está bien y que no sean niñatos y monten con él. Sin embargo, su amigo no se siente seguro de ir con él, y tampoco quiere que se vaya solo conduciendo.

¿Qué otras formas de presión se suelen ejercer para convencer al otro de que haga lo que él quiere? niñato, blandengue, aburrido, etc.

¿Montarías con él, le dejarías conducir? Al fin y al cabo, no es para tanto, el riesgo siempre está ahí, y él conduce bien. Si nunca pasa nada...

¿Cómo tratarías de disuadirle de que no está en condiciones de conducir, qué alternativas tendrías, qué harías, qué le dirías? Aunque tú creas que no pasa nada, el alcohol te afecta y no es seguro, que lo hayas hecho otras veces no significa que haya riesgos importantes, nos jugamos mucho, si no sale bien ... Vamos a llamar a un taxi o similar; vamos a coger el búho o llamo a mi hermano y que nos venga a buscar...

Como acompañantes y ante la presión para montar con él en el coche, ¿qué alternativas tendrías, qué le dirías, qué harías? Disculpa, pero yo no monto contigo tal y como estás, no te lo tomes a mal, pero con esto no juego, los riesgos son muy importantes, la conducción no es una tontería...

CASO DE CANNABIS

Ana ha salido con Luis de fiesta en la moto, y tiene previsto regresar con él a casa. Luis se ha fumado un porro y bebido dos cervezas. Está preocupada, no le apetece que la lleve a casa en esas condiciones.

Luis insiste en que se monte, que el controla, que además si les paran, la multa no sería para ella, que ya hace tiempo que se fumó el porro y que se encuentra bien, que ya lo ha hecho más veces y nunca le ha pasado nada, sigue insistiendo y diciéndole que cómo va a volver él solo, que ya la vale, que vaya amiga, que es una rajada.

¿Qué otras formas de presión se suelen ejercer para convencer al otro de que haga lo que él quiere?

¿Montarías con él, le dejarías conducir?

¿Cómo tratarías de disuadirle de que no está en condiciones de conducir, qué alternativas tendrías, qué harías, qué le dirías?

Como acompañantes y ante la presión para montar con él en el coche, ¿qué alternativas tendrías, qué le dirías, qué harías?

Concluya la importancia de tener siempre presentes las alternativas seguras en vez de las “decisiones fáciles”, que las pongan en práctica y ejerzan, en su caso, el derecho a decir NO, de tomar la decisión sin la presión del grupo o de colegas, y de poner en práctica sus competencias y estrategias de afrontamiento ante la presión para hacer valer sus opiniones e intereses y comportarse de acuerdo con ellos. Anímelos a tomar decisiones meditadas, y a utilizar las estrategias asertivas que defienden sus derechos y, opiniones. Tener siempre presente que es mucho lo que está en juego.

*En caso de que se disponga de más de hora y media para realizar el Taller, se recomienda ver video “**Diez drogas que no debes tomar**” cuyo enlace está recogido en el **anexo de ampliación**.*

 **Realización del post-test** **5'**

Dedique unos minutos a pasar el pos-test bien por escrito o a través del enlace copiándolo en el navegador. <https://forms.gle/Ae3cQEpW1sse2nBD6>

 **Cierre de la sesión** **2'**

Recordar la conveniencia de no sobrevalorar sus capacidades e infravalorar los riesgos: a más conductas de riesgo (consumo de alcohol y/o otras drogas, velocidad, distracciones,...) mayor probabilidad de verse envuelto en un accidente de tráfico, como conductor/a o acompañante, con resultado de incapacidad y/o muerte. Anime a que confíen en sí mismos y mismas, valorar los pros y contras al tomar la decisión de conducir un vehículo (coche o moto) si se ha consumido alcohol u otras drogas o a montar o no con alguien que ha consumido. La clave es **DECIR NO y NO CONSUMIR si se va a conducir. En la conducción 0,0 alcohol y otras drogas.**

ANEXO INFORMATIVO

EL ALCOHOL

El alcohol es un **depresor del sistema nervioso central**, y como tal, afecta negativamente a las aptitudes mentales y psicomotrices. Los efectos iniciales son de desinhibición y disminución del sentido del ridículo, euforia, esto sucede porque el alcohol deprime las zonas del cerebro que controlan nuestros comportamientos, al disminuir el control tenemos un mayor atrevimiento a la hora de bailar, ligar, hacer bromas, etc. y esto se interpreta como un efecto estimulante.

Tomado en cantidades mayores, el alcohol provoca impulsividad, subestimación de los riesgos y una mayor afectación psicomotriz (alteración coordinación ojo mano, disminución precisión de movimientos y de la rapidez de reacción), alteración de la percepción (visión en túnel, se pierde la visión lateral; alteración en la percepción de los colores, lo que altera la visión de los semáforos...). Ello puede comportar conductas de riesgo como peleas, gamberradas, accidentes de tráfico y conductas temerarias (en la carretera y en otros lugares), conductas que suelen ser más frecuentes entre los chicos en los que el rol masculino se vincula al riesgo y no se promueve la prudencia y el autocuidado.

Cantidades aún mayores pueden provocar sopor y, eventualmente, un estado de **coma etílico** con inhibición de las funciones del sistema nervioso central con síntomas como pérdida de conciencia, hiperventilación, depresión respiratoria, excitación psicomotora en forma de agitación o temblores y más tarde síntomas de parálisis, el estado de confusión, hipoglucemia, náuseas, sudores y vómitos, entre otros.

Metabolismo del alcohol. Absorción y eliminación

Tras la ingestión de una bebida alcohólica, el alcohol etílico es absorbido muy rápidamente, principalmente en el intestino (80%) y en menor medida en el estómago de allí pasa a sangre, y se distribuye por todos los tejidos, llegando al cerebro rápidamente.

MUY IMPORTANTE: *Todo el alcohol contenido en las bebidas ingeridas termina en la sangre, no existen ninguna forma de impedirlo. Únicamente se puede variar la velocidad con que se absorbe y otros factores que influyen sobre la concentración en sangre:*

- **La cantidad de alcohol ingerida.** La absorción es mayor cuanto mayor es la cantidad de alcohol ingerido, y las cifras de alcoholemia son también más elevadas.
- **El grado alcohólico de la bebida.** Las bebidas de mayor graduación (licores, aguardientes) tienen una velocidad de absorción más rápida que las de menor graduación (cerveza, vino). Con el mismo volumen de bebida, se ingiere y absorbe más alcohol con las primeras.
- **El tiempo empleado en beber.** Cuando se bebe despacio la alcoholemia va elevándose progresivamente, sin ascensos bruscos, dando tiempo a que se vaya eliminando. Cuando se hace deprisa, se incrementa mucho la velocidad de absorción y se producen picos de concentraciones de alcohol en sangre por no dar tiempo a la eliminación, teniendo consecuencias mucho más negativas sobre el cerebro y el resto del organismo. A más alcohol en menos tiempo, mayor riesgo de intoxicación. **Relación con el patrón de consumo juvenil, consumo en atracón, y con las intoxicaciones etílicas, “borrachera”**

- **“Consumo en atracón” (“binge drinking”).** Patrón de consumo muy común entre los jóvenes. Consiste en consumir bebidas alcohólicas rápidamente, beber 4 o más UBE para las chicas y 5 o más UBE para los chicos, en dos o menos horas. Este consumo implica que no hay tiempo para eliminarlo y en poco tiempo se alcanzan altos niveles de concentración en sangre, produciendo con mayor facilidad la intoxicación etílica (borrachera) y aumentando el riesgo de coma etílico. Se trata de un comportamiento de alto riesgo con graves consecuencias también para la movilidad tanto como peatón como conductor de vehículos.
- **El llenado/vacío del estómago.** El tiempo necesario para la absorción puede hasta duplicarse, cuando la ingestión se realiza con el estómago lleno, lo que supone una menor velocidad de absorción.
- **El contenido en gas de la bebida.** Las bebidas gaseosas aceleran la absorción del alcohol. Este ocurre con los vinos espumosos, el cava y los combinados que se elaboran utilizando un refresco carbonatado. Cuando se intenta rebajar una copa mezclándolo con un refresco, la cantidad de alcohol permanece constante, únicamente se diluye.
- **El peso.** las personas con menor peso tienen menor cantidad de agua en el organismo por lo que el mismo alcohol absorbido presenta una mayor concentración.
- **El sexo.** las mujeres en general pesan menos, tiene menos agua en su organismo y metabolizan el alcohol más despacio. Por lo tanto, son más susceptibles a los efectos del alcohol y alcanzan tasas de alcoholemia más altas que los hombres ante la cantidad de alcohol ingerida.

¿Cómo se elimina el alcohol?, ¿Cuánto tarda el organismo en eliminar el alcohol? El hígado es el órgano encargado de eliminar el alcohol; aproximadamente un 95%, dejando el restante 5% a través de orina, sudor, saliva y excrementos.

Un concepto importante para saber el tiempo en que tarda el alcohol en eliminar alcohol es la **Unidad de Bebida Estándar** (10gr de alcohol puro/litro de bebida: una cerveza y ½ de combinado), es una forma rápida y práctica de conocer la cantidad de alcohol consumida y tan sólo precisa de una tabla de equivalencias con la cantidad y tipo de bebida alcohólica consumida para calcular el consumo.

Una vez se ha absorbido el alcohol, lo único que se puede hacer para eliminarlo es dejar que el hígado haga su trabajo, y eso implica tiempo. **El hígado metaboliza el alcohol a una velocidad constante** (100 miligramos por kilo de peso corporal y hora) o lo que es lo mismo **1 UBE/hora** (aprox. 10g alcohol/hora), aunque en general tardará más en las mujeres que en los hombres. No importa la cantidad de alcohol consumida, el hígado solo puede metabolizar una cierta cantidad de alcohol de cada vez. Así que una persona que haya consumido dos gin-tonic (4 Unidades de Bebida Estándar) tardará como mínimo 4 horas después de la última ingesta, para eliminarla por completo, aparte de los factores de velocidad de eliminación.

La concentración de alcohol en la sangre denominada **Tasa de alcoholemia**, representa el volumen de alcohol que hay en la sangre y se mide en gramos de alcohol por cada litro de sangre (g/l). La alcoholemia alcanza su **valor máximo** (pico de alcohol) **entre los 30 y 90' min después de la última ingesta**, momento en que los efectos son más evidentes. Se mide en gramos por litro de sangre y por miligramos de alcohol por litro de aire espirado. Este último es el sistema habitual de los controles de tráfico.

EL CANNABIS

Descripción. El *cannabis sativa* es una planta que contiene THC (tetrahidrocannabinol), el principal principio activo del hachís y la marihuana. El primero se obtiene de la resina de la planta, que una vez prensada forma una pasta compacta y marronácea, ('chocolate' o 'mierda', costo) que habitualmente se consume se mezclado con tabaco en forma de cigarrillos llamados 'porros', 'canutos', etc. La marihuana ('hierba', 'maría') es una mezcla de flores, hojas y tallos de la planta, secados y triturados, que también se fuma, a menudo sin mezclarla con tabaco. Las diferentes partes de la planta del cannabis que se consumen tienen distintas concentraciones del THC, por lo que sus efectos y daños pueden ser diferentes.

El consumo de marihuana está extendido en nuestro país y entre los más jóvenes; actualmente los cultivadores están manipulando las plantas para que tengan mayores niveles de THC, por lo que incrementa la capacidad adictiva y los efectos son más impredecibles. Habitualmente se consume fumada, mezclada con tabaco. El aceite y las hojas de cannabis se consumen también por vía oral (la absorción es más lenta y difícil de controlar).

Efectos agudos. El cannabis es un depresor del sistema nervioso que, en ocasiones, se comporta como un estimulante, intensificando o modificando la manera de percibir y sentir la realidad. Provoca sequedad de boca, aumento de la frecuencia cardíaca, sudores, enrojecimiento de los ojos (con caída del párpado), además de ligeras alteraciones de la coordinación, la memoria y la capacidad de concentración, lo que tiene un impacto directo sobre las capacidades que son necesarias para una correcta conducción.

En el plano psicológico, los efectos dependen de la personalidad, las expectativas, el entorno, etc. En general, incluyen una sensación de bienestar, con tendencia a ver la parte cómica de las cosas (risa fácil), alteraciones del sentido del tiempo (se pasa muy rápida o muy lentamente), al igual que disminución de la capacidad de reacción y alteraciones (ligeras) de la percepción: la música, los colores, el paso del tiempo, etc. Todos estos efectos tienen un impacto directo en la conducción de vehículos aumentando el riesgo de producir un accidente de tráfico con resultado de lesiones o incluso la muerte.

Después, a menudo, se tiene mucha hambre y se experimenta tranquilidad. Otras veces, la intoxicación provoca somnolencia, pasividad e indiferencia por el entorno. También puede provocar ansiedad importante, ideación paranoide (por ejemplo: "se ríen de mí") y agitación. Los efectos del cannabis a veces son imprevisibles, no siempre provocan los mismos efectos y experiencias; varían en función de las circunstancias, como la variedad de la planta, la concentración de THC, el estado de ánimo y situación de quien la consume, etc. Existe consenso en la comunidad científica acerca de la mayor vulnerabilidad a los efectos negativos del cannabis en edades precoces, tanto por factores neurobiológicos como personales y contextuales.

Riesgos del consumo. Su consumo repetido (diario) genera tolerancia y puede generar dependencia, e incluso síndrome de abstinencia. Los factores que facilitan los problemas con el consumo tienen que ver con multiplicidad de variables, incluyendo la edad de inicio (si es antes de los 15 años el riesgo se eleva de forma importante), el nivel de uso (frecuencia, intensidad) y variables de personalidad, contextuales y genéticas.

A menudo se dice que fumar cannabis puede llevar a tomar otras drogas más peligrosas. Sin embargo, no hay evidencias claras que prueben que induzca, directamente, a consumir otras drogas; si bien, puede propiciar una mayor interacción con consumidores de drogas y facilitar así el acceso a su mercado y consumo.

El consumo regular puede provocar problemas respiratorios (expectoraciones, catarrros, etc.), debidos tanto a los derivados del cannabis como al tabaco con el que suele mezclarse (en más del 85% de los casos). Las pautas de consumo habitual (aspiración profunda, retención del humo, apurado máximo del cigarrillo, ausencia de filtro) agravan este riesgo. Además, tanto el hachís como la marihuana suelen estar adulterados lo cual implica riesgos: el hachís con piensos compuestos, aceites, estiércol, derivados del petróleo como goma de coche, o plásticos, y la marihuana, con productos químicos para eliminar parásitos e insectos, además de que puede tener hongos o bacterias y provocar infecciones.

Así mismo, el consumo regular afecta a la memoria y dificulta el aprendizaje. Puede hacer que una persona pierda el interés general, por los estudios, el trabajo,...esté apática, sin iniciativa personal,...esto es lo que se denomina "síndrome amotivacional", pudiendo tener consecuencias muy negativas en el futuro de los adolescentes. Además, el consumo habitual o muy intenso implica riesgo de sufrir trastornos psiquiátricos, que en ciertos casos con predisposición pueden hacerse crónicos (psicosis, depresión y ansiedad).

Algunos mitos sobre el cannabis:

1. ¿Es el cannabis una sustancia natural, es buena?

El consumo de cannabis provoca alteraciones en el funcionamiento normal del cerebro, lo cual no es nada ecológico. Muchas sustancias que produce la naturaleza son tóxicas para el hombre: natural son es sinónimo de inocuo, ni de saludable para el consumo. Que una sustancia sea o no nociva para la salud no tiene nada que ver con su carácter natural o artificial. El opio y el tabaco también son naturales y nadie duda de sus riesgos. Hay otras muchas sustancias naturales muy peligrosas (algunas setas,...)

Actualmente tampoco podemos decir que buena parte del cannabis que se comercializa sea muy natural. Hemos visto las adulteraciones que tienen tanto el hachís como la marihuana, y la manipulación genética de las semillas que se está haciendo o la forma especial de cultivo para lograr una mayor concentración de THC (principio activo), y con ella mayores efectos psicoactivos (que no terapéuticos).

2. ¿Tiene el cannabis usos terapéuticos y por tanto fumar porros es bueno?

El hecho de que alguno de los componentes del cannabis tenga utilidad terapéutica (muchas de ellas están aún en estudio), no significa que sea inocua. Existen determinados efectos beneficiosos para el tratamiento de algunas enfermedades o dolencias, y se está investigando su eficacia en relación con los medicamentos tradicionales. Por ejemplo, parece que alguno de los componentes del cannabis (trasformado en un medicamento en el que controla la dosis) puede disminuir las náuseas y vómitos asociados a la quimioterapia, estimular el apetito en enfermos de SIDA, mejorar la gestión del dolor en procesos patológicos, o para el tratamiento de la espasticidad de la esclerosis múltiple. Ahora bien, hay un largo camino para conocer si su eficacia es superior a otros fármacos ya disponibles, en qué dosis y por qué vía de consumo, que nunca será la fumada por los riesgos que tiene; por tanto "no hay porros terapéuticos".

En cualquier caso, una cosa es el posible efecto beneficioso del THC (sin olvidar sus efectos perjudiciales) o del CBD y otra el de los porros. Son dos cosas diferentes. Por ejemplo, los antioxidantes del vino son saludables, pero el alcohol no los es, ¿lo debería consumir una embarazada? y más cuando hay otros alimentos (frutas y verduras) que los tienen y en mayor concentración. Los usos médicos del cannabis se corresponden en su práctica totalidad con la extracción de algunos principios activos (cannabinoides sin efectos psicotrópicos) para desarrollar fármacos obtenidos en laboratorio, y no con el hachís o la marihuana. También existen medicamentos derivados del opio y nadie piensa que sea sano consumir heroína. Aunque es cierto que son necesarias más investigaciones sobre esta sustancia, para valorar ventajas y riesgos.

Sin embargo, el consumo de hachís o marihuana con fines recreativos no tiene ninguna utilidad terapéutica, ni supone ningún beneficio para la salud de las personas consumidoras, antes al contrario.

3. ¿El cannabis no tiene capacidad adictiva? ¿No es adictivo?

Los datos que se expusieron al principio demuestran su poder adictivo. El cannabis es la primera droga ilegal, a nivel nacional, en los inicios de tratamientos si excluimos el alcohol. Alrededor de un 9% de consumidores en el último año, son consumidores de riesgo y potencialmente pueden evolucionar hacia un problema adictivo.

Algunas pistas para saber si se está enganchado son: cuando se fuma solo, para evadirse de los problemas, por la mañana, cuando se está nervioso, porque no se tiene... La adicción implica que la persona que consume tendrá dificultad para controlar su consumo y no podrá detenerlo aunque interfiera con muchos aspectos de su vida. Habitualmente el porro se hace con tabaco por lo que su probabilidad de dependencia aumenta. Las personas adictas sufren de tolerancia, se necesita consumir más dosis para conseguir los mismos efectos.

ANEXO DE AMPLIACIÓN DE LA DURACIÓN DEL TALLER CON PROPUESTA DE MÁS ACTIVIDADES

Para incluir en la Actividad nº 6



Simulador de efectos en la conducción alcohol. Pida dos personas voluntarias para que salgan a realizar una simulación de los efectos del alcohol cuando consumen. El/la profesional debe ir guiando la simulación para mostrar los efectos de desinhibición y descoordinación motora. Se puede pedir a cada pareja de participantes que uno/a de ellos/as se coloque las gafas de simulación y cogidos de la mano se den una vuelta por el aula para hacer visibles los efectos del consumo de alcohol. Estas gafas simulan el efecto del alcohol sobre la visión, de manera que refuerza el trabajo sobre los efectos directos que tiene sobre la conducción.

Para incluir en la Actividad nº 8

Cuál es el procedimiento que se sigue en un control de drogas, para ello, se puede visualizar los siguientes vídeos donde se muestra el procedimiento:

- Vídeo alcohol y drogas (+ 8'35 min): <https://www.youtube.com/watch?v=EW05O18RwW8> (explica cómo se hace el control de alcoholemia y con menos detenimiento el cannabis y otras drogas).
- Vídeo de detección de droga: <https://www.youtube.com/watch?v=6i8twuroKXw>

PROCEDIMIENTO DE LAS PRUEBAS:

- **INFORMACIÓN:** Antes de comenzar la prueba, el/la agente informará a la persona que conduce de la obligación de someterse a dicha prueba. Negarse es delito (pena de prisión de 6 meses a 1 año, y privación del derecho a conducir de 1 a 4 años).
- **SALIVA:** Generalmente, primero se realiza una prueba de alcohol. A continuación, se toma una muestra de saliva con unos dispositivos especiales. A esta toma se le llama "indiciaria" y su objetivo es detectar la posible presencia por consumo reciente de sustancias ilegales.
- **SEGUNDA MUESTRA:** Si el test da positivo en algún tipo de sustancia, se toma una segunda muestra de saliva, que se envía directamente a un laboratorio para su análisis y confirmación del positivo. La persona que conduce no podrá volver a ponerse al volante de su coche.
- **SANGRE:** La persona que conduce puede solicitar que se le realice un análisis de sangre como prueba de contraste. La extracción será realizada por personal sanitario en un centro hospitalario o de salud. Si es positivo, el/la solicitante deberá pagar los gastos.
- **EXPEDIENTE:** Los resultados del laboratorio toxicológico se unen al informe del/de la agente de la Guardia Civil y se inicia el correspondiente expediente, bien en vía administrativa (la sanción es de 1.000 euros y la pérdida de 6 puntos), bien en vía judicial (penas de prisión de 3 a 6 meses o multa de 6 a 12 meses o trabajos en beneficio de la comunidad de 30 a 90 días, y privación del derecho a conducir de 1 a 4 años).

Para incluir como actividad nº 10, antes de la realización del post-test.



Si lo considera oportuno cierre la sesión con la presentación de los vídeos de la última transparencia "**Diez drogas que no debes tomar**"

https://www.youtube.com/watch?v=lcrC_zB8Jpw (Duración: 1´ 50´´).

CUESTIONARIO DE EVALUACIÓN

CUESTIONARIO PRE-TEST TALLER AUTOESCUELAS

Este cuestionario es **confidencial**. Contesta con sinceridad a las siguientes preguntas marcando la casilla que refleje mejor tu opinión o situación. No tienes que poner tu nombre, pero si rellenar el siguiente **CÓDIGO DE IDENTIFICACIÓN** que se crea de la siguiente manera:

Código ID: Primeras dos letras de tu provincia, primeras 2 letras de tu 1ª Apellido, y tu fecha de nacimiento: día (dos dígitos) y mes (dos dígitos) y año nacimiento (cuatro dígitos).

En total 12 dígitos: _ _ _ _ _ **EDAD:** ____ **SEXO:** Hombre Mujer

FECHA de realización del cuestionario: __ / __ / ____

Marca o Tacha con una "X" la opción que mejor se corresponda con tu opinión e indica la información complementaria que se pide con letra clara

1. ¿Qué opinas de conducir bajo los efectos de las siguientes sustancias? (marca la opción que consideres).

	Nada peligroso	Poco peligroso	Bastante peligroso	Muy peligroso
Alcohol				
Cannabis				
Cocaína				

2. ¿Piensas que una persona está en condiciones que conducir después de haber consumido alcohol?

a. Sí b. No c. Depende (Indica la cantidad a partir de la que hay riesgo: _____)

3. ¿Crees que una persona está en condiciones de conducir después de haber consumido cannabis?

a. Sí b. No c. Depende (Indica la cantidad a partir de la que hay riesgo: _____)

4. ¿Crees que una persona está en condiciones de conducir después de haber consumido otras drogas? ¿Cuál/es (cocaína, etc.): _____

a. Sí b. No c. Depende (Indica la cantidad a partir de la que hay riesgo): _____

5. ¿Hay algún truco para "engañar" al alcoholímetro si se ha consumido alcohol?

a. Sí Qué trucos: _____
b. No c. No sabe/No contesta

6. ¿Hay algún truco para "engañar" en los controles de drogas si se ha consumido cannabis?

a. Sí Qué trucos: _____
b. No c. No sabe/No contesta

7. ¿Hay algún truco para “engañar” en los controles de drogas si se ha consumido otras drogas? ¿Cuál/es (cocaína, etc.?): _____

- a. Sí Qué trucos: _____
b. No c. No sabe/No contesta

8. ¿Tienes carnet de moto?

- a. **No (pasa a la pregunta 9)** b. **SÍ. Continúa con las siguientes preguntas:**

8.1. ¿Has conducido alguna vez después de haber consumido algo de alcohol?

- a. Sí b. No c. No Sabe/No contesta

8.2. ¿Has conducido alguna vez después de haber consumido cannabis?

- a. Sí b. No c. No Sabe / No contesta

8.3. ¿Has conducido alguna vez después de haber consumido otras drogas?

- a. Sí ¿Cuál/es?: _____
b. No c. No Sabe / No contesta

9 ¿Has montado alguna vez con un conductor/a que hubiera consumido alcohol?

- a. Sí b. No c. No Sabe/No contesta

10 ¿Has montado alguna vez con un conductor/a que hubiera consumido cannabis u otras drogas?

- a. Sí ¿Cuál/es?: _____
b. No c. No Sabe/No contesta

11 ¿Qué alternativas conoces para no conducir después de haber consumido alcohol, cannabis u otras drogas o de montar con un conductor/a que las haya consumido?

12 ¿Qué harías y qué le dirías a tu colega que ha consumido alcohol, cannabis u otras drogas y quiere conducir un vehículo (moto, coche)?

GRACIAS POR TU COLABORACIÓN

CUESTIONARIO DE EVALUACIÓN

CUESTIONARIO POST-TEST TALLER AUTOESCUELAS

Este cuestionario es **confidencial**. Contesta con sinceridad a las siguientes preguntas marcando la casilla que refleje mejor tu opinión o situación. No tienes que poner tu nombre, pero si rellenar el siguiente **CÓDIGO DE IDENTIFICACIÓN**, que se crea de la siguiente manera:

Código ID: Primeras dos letras de tu provincia, primeras 2 letras de tu 1ª Apellido, y tu fecha de nacimiento: día (dos dígitos) y mes (dos dígitos) y tu año nacimiento (cuatro dígitos).

En total 12 dígitos: _ _ _ _ _ **EDAD:** ____ **SEXO:** Hombre Mujer

FECHA de realización del cuestionario: __ / __ / ____

Marca o Tacha con una "X" la opción que mejor se corresponda con tu opinión e indica la información complementaria que se pide con letra clara

1. ¿Qué opinas de conducir bajo los efectos de las siguientes sustancias? (marca la opción que consideres).

	Nada peligroso	Poco peligroso	Bastante peligroso	Muy peligroso
Alcohol				
Cannabis				
Cocaína				

2. ¿Piensas que una persona está en condiciones que conducir después de haber consumido alcohol?

a. Sí b. No c. Depende (Indica la cantidad a partir de la que hay riesgo): _____

3. ¿Crees que una persona está en condiciones de conducir después de haber consumido cannabis?

a. Sí b. No c. Depende (Indica la cantidad a partir de la que hay riesgo): _____

4. ¿Crees que una persona está en condiciones de conducir después de haber consumido otras drogas? ¿Cuál/es (cocaína, etc.): _____:

a. Sí b. No c. Depende (Indica la cantidad a partir de la que hay riesgo): _____

5. ¿Hay algún truco para "engañar" al alcoholímetro si se ha consumido alcohol?

a. Sí – Qué trucos: _____

b. No c. No sabe/No contesta

6. ¿Hay algún truco para "engañar" en los controles de drogas si se ha consumido cannabis?

a. Sí – Qué trucos: _____

b. No c. No sabe/No contesta

7. ¿Hay algún truco para “engañar” en los controles de drogas si se ha consumido otras drogas? ¿Cuál/es (cocaína, etc.): _____
 a. Sí -Qué trucos: _____ b. No c. No sabe/No contesta

8. Qué probabilidad hay de que hagas las siguientes conductas en los próximos meses:	Muy Probable	Probable	Poco probable	Muy poco probable
8.1. Conducir bajo los efectos del alcohol				
8.2. Conducir bajo los efectos del cannabis				
8.3. Conducir bajo los efectos de otras drogas				
8.4. Montar en un vehículo cuyo conductor ha consumido alcohol en las 2 horas previas				
8.5. Montar en un vehículo cuyo conductor/a ha consumido cannabis en las 2 horas previas				
8.6. Montar en un vehículo cuyo conductor/a ha consumido otras drogas en las 2 horas previas				

9. ¿Qué alternativas conoces para no conducir después de haber consumido alcohol, cannabis u otras drogas o de montar con un conductor/a que las haya consumido?

10. ¿Qué harías y qué le dirías a tu colega que ha consumido alcohol, cannabis u otras drogas y quiere conducir un vehículo (moto, coche)?

11. Consideras que el taller:

11.1 ¿Ha mejorado tus conocimientos sobre el impacto del alcohol en la conducción?

Poco Regular Bastante Mucho

11.2 ¿Ha mejorado tus conocimientos sobre el impacto del cannabis en la conducción?

Poco Regular Bastante Mucho

11.3 ¿Ha mejorado tus conocimientos sobre el impacto de otras drogas en la conducción?

Poco Regular Bastante Mucho

11.4. ¿Si consumes alcohol u otras drogas, el taller ha hecho que te cuestiones tus consumos en relación a la conducción?

Poco Regular Bastante Mucho

12. ¿Estas satisfecho con la participación en el taller?

Poco Regular Bastante Mucho

13. ¿Consideras que el taller ha sido útil para tu futuro como conductor y pasajero de un vehículo?

Poco Regular Bastante Mucho

GRACIAS POR TU COLABORACIÓN