



EN CASA  
**BRINDAMOS SALUD**

PROGRAMA PREVENTIVO PARA FAMILIAS CON MENORES  
EN ETAPA INFANTIL Y PRIMARIA



# Questionario Pre

<https://forms.gle/9gd4dW3MBvduBqecA>



# Primera sesión

- **Tomar conciencia** sobre nuestro nivel de **autoconsumo** de alcohol



- **Reflexionar** sobre la percepción del **riesgo**



- **¿Qué ejemplo damos a nuestros hijos e hijas normalizando este consumo?**

# Reflexión sobre el consumo de alcohol

**Pizarra de lluvia de ideas o Nube de etiquetas:**

Ejercicio dinámico de lo que nos sugiere el concepto “Consumo de Alcohol”

OPCIÓN A)

<https://www.menti.com/alw78xzcv6px/>

Resultados del Mentimeter

<https://www.mentimeter.com/app/presentation/alm3jk6s477fgsyv56cdtnkc5ubq52ys/9aphn4st54og>

OPCIÓN B)

[https://jamboard.google.com/d/1JngvmRO\\_TTYuZd1OCVUP-gn2AjWLdsnfuBhLLO1Fmno/edit?usp=sharing](https://jamboard.google.com/d/1JngvmRO_TTYuZd1OCVUP-gn2AjWLdsnfuBhLLO1Fmno/edit?usp=sharing)

Reflexionar, comentar el resultado

# Reflexión sobre el consumo de alcohol

Test “Audit-C” online:

[bit.ly/TestAlcohol](https://bit.ly/TestAlcohol)



Test “¿Tengo que preocuparme?” online: -AUDIT-

<https://encuestas.msssi.gob.es/limesurvey/index.php/768276?lang=es>



# Test AUDIT

<https://bit.ly/3p3ePXL>



# Para pensar:

## JUSTIFICACIONES DEL CONSUMO Y PERCEPCIÓN DE RIESGO

- ❖ Todos beben, es normal
- ❖ Bebo lo mismo que el resto
- ❖ Así lo paso mejor
- ❖ Si quiero beber, no le importa a nadie
- ❖ A mí no me afecta
- ❖ Sólo bebo cuando salgo de fiesta
- ❖ Sólo bebo hasta tener un “puntito”
- ❖ Yo controlo



¿Reconocemos estas justificaciones?, ¿se nos ocurren otras?  
Si un hijo/a nos argumentara estas razones, ¿cómo nos sentiríamos?

# Percepción de riesgo

Se propone cumplimentar las preguntas que se recogen en la encuesta EDADES sobre la percepción de riesgo de consumo de diferentes sustancias:

[bit.ly/RiesgoAlcohol](https://bit.ly/RiesgoAlcohol)



# MODELAJE

## ¿Qué hacer como madre o padre?

# Modelaje y hábitos

- Los niños ven, los niños hacen

<https://www.youtube.com/watch?v=HGwhQAIKfBU>

- Ten cuidado con el alcohol, él no lo tiene contigo

[https://www.youtube.com/watch?v=\\_FqD-XbJdUg](https://www.youtube.com/watch?v=_FqD-XbJdUg)

# Gracias