

PASO A PASO

No.23 AGOSTO 1995

LA REHABILITACION DEL DROGADICTO

Los problemas con las drogas

por el Dr Taha Baasher

A LO LARGO DE LA HISTORIA DEL HOMBRE, la mayor parte de los países y las culturas del mundo han tenido problemas con el uso y el abuso de las drogas. Los anales más antiguos de la historia registran que las drogas se han usado por diferentes razones: más que nada religiosas, medicinales y para dar placer. Por ejemplo, el alcohol y el opio eran bien conocidos por la cultura del Antiguo Imperio Egipcio. El cannabis se usaba con frecuencia en los ritos ceremoniales hindúes y en la medicina india y china. Los problemas relacionados con las drogas, por lo tanto, no son algo nuevo.

Hoy en día, los problemas de la droga se han vuelto más variados y de un carácter más global y complicado. Las drogas naturales, como la marihuana, la cocaína, el gat, y el opio, las cuales previamente eran usadas por ciertas culturas y dentro de estilos de vida tradicionales, han sido cada vez más explotadas y su uso ha llegado ahora a un nivel epidémico. Las drogas sintéticas, tales como la anfetamina, los barbitúricos y una amplia gama de sedativos y tranquilizantes se pueden conseguir fácilmente tanto en mercados legales como ilegales.

A esto hay que sumarle la creciente costumbre entre la gente joven de algunos países de inhalar los solventes de pinturas y pegamentos.

El nivel del uso de drogas está creciendo en la mayoría de los países. Se están consumiendo drogas con más frecuencia y en cantidades más grandes. Existe también la tendencia a usar una mezcla de diferentes drogas o de combinar las drogas con alcohol.

EN ESTE NUMERO

- ¿Por qué recurrir a las drogas?
- Estudios de caso en la rehabilitación de drogadictos
- Cartas
- Títeres: cómo hacerlos y usarlos
- Recursos
- Estudio Bíblico: Seguridad en el amor de Dios
- Fumar: una costumbre fatal
- Como plantar bambú

En particular, debemos prestarle atención al abuso de la cocaína pues es la droga que más dependencia produce. En la actualidad, su abuso está llegando a niveles epidémicos en algunas partes del mundo y se está extendiendo rápidamente a otras. La costumbre tradicional de masticar coca en la región andina está siendo reemplazada en las ciudades de Sudamérica por la de fumar pasta de coca. La costumbre de comer opio entre las culturas rurales de Asia del Sur, está siendo sustituida por el uso de la heroína inyectada o fumada.

La cultura de las drogas trae consigo una serie de problemas sociales y económicos, incluyendo el crimen, la violencia y el descuido de la vida familiar. Muchos países están cada vez más preocupados por el nivel de abuso de las drogas.

Para poder prevenir el abuso de las drogas es importante identificar las razones principales por las cuales las personas recurren a su uso. Luego, es necesario tomar medidas prácticas para superar esta motivación. Las razones por las cuales se usan drogas varían mucho dentro de cada cultura. Inclusive, dentro del mismo país, los programas de prevención tendrán que variar de acuerdo a los problemas locales.

Foto: Mike Webb, Tear Fund



PASO A PASO

ISSN 0969-3858

Paso a Paso es un folleto trimestral que une a los trabajadores sanitarios con los trabajadores del desarrollo en todo el mundo. Tear Fund, editores de *Paso a Paso*, esperan que las nuevas ideas creadas sean de ayuda y estimulen el trabajo comunitario. Es una forma de alentar a los cristianos de todo el mundo a trabajar juntos con la finalidad de crear una comunidad estable y unida. Aceptamos con gratitud cualquier donación.

Paso a Paso es gratis para la gente que trabaja en campañas de promoción de la salud y del desarrollo. Lo tenemos disponible en inglés, francés, español y portugués.

Invitamos a nuestros lectores a contribuir, dándonos sus puntos de vista y enviándonos cartas, artículos y fotos.

Directora: Isabel Carter
83 Market Place, South Cave, Brough,
East Yorkshire, HU15 2AS, Inglaterra.
Tel/Fax: (0)1430 422065
Email: imc@tearfund.dircon.co.uk

Encargada de Idiomas: Sheila Melot

Comité Editorial:

Jerry Adams, Dra Ann Ashworth, Mike Carter, Jennie Collins, Bill Crooks, Richard Franceys, Sue Hanley, Suleiman Jakonda, Dr Ted Lankester, Sandra Michie, Nigel Poole, Jim Rowland, José Smith, Mike Webb

Ilustraciones: Rod Mill

Diseño: Wingfinger Graphics, Leeds

Traductores:

Luis Bustamante, Ray Cawston, Dr Jorge Cruz, María Victoria Arango Dew, Nicole Edwards, Gerard Godon, João Martinez da Cruz, Adelino Mulungo, Maria Leake, Olivier Martin, Nicole Mauriange, Jean Perry, Jean-Daniel Peterschmitt, Catherine Sample

Lista de Correos:

Escribanos, especificando el idioma que desea a: Footsteps Mailing List, Tear Fund, 100 Church Road, Teddington, Middlesex, TW11 8QE, Inglaterra. Tel: (0)181 977 9144.

Los artículos e ilustraciones de *Paso a Paso* pueden ser adaptados para uso en material de capacitación, para estimular la salud y el desarrollo rural, con tal de que el material se distribuya gratis y se le de crédito a *Paso a Paso*, Tear Fund.

Publicado por Tear Fund, compañía limitada.
Reg. en Inglaterra No 994339.
Reg. de caridad No 265464.



Foto: Santosh Verma, Tear Fund

En el noroeste de Afganistán y en algunas zonas de Paquistán, India, Myanmar y Tailandia, donde escasean los servicios rurales de salud, el opio se usa como un remedio casero para mitigar el dolor y las privaciones causadas por el frío y los rigores de la vida. Por lo tanto, hay que poner énfasis en estas necesidades prioritarias antes de poder tratar con el problema de las drogas.

¿Qué habría que prevenir? ¿Quién tendría que llevar a cabo la prevención? A nivel oficial, existen acuerdos para controlar el movimiento y la exportación de drogas. A nivel nacional, el control depende de la policía, las aduanas y las medidas gubernamentales. Por lo general, las mejores medidas de prevención son aquellas desarrolladas por las personas dentro de su propia cultura y vida social. Los grupos religiosos pueden jugar

un papel muy efectivo de prevención contra el abuso del alcohol y del tabaco mediante la enseñanza de los valores morales y la autodisciplina.

Los problemas del abuso de las drogas se encuentran entre las amenazas más destructivas de la vida moderna. Para que su prevención sea efectiva, se necesitan grandes esfuerzos de parte de las autoridades gubernamentales, una educación más difundida y campañas de concientización, y una participación activa de la comunidad.

El Dr Taha Baasher es un asesor en salud mental. Anteriormente, fue el Asesor Regional en Salud Mental de la OMS en Alejandría. Este artículo apareció por primera vez en la publicación de la OMS, World Health.



DE LA DIRECTORA

LOS DROGADICTOS son una sección de la sociedad que nos presenta un desafío en nuestro trabajo: son difíciles, insensibles y a menudo deprimentes. El trabajo de rehabilitación es muy exigente. Los proyectos más exitosos requieren más que una simple preocupación: necesitan enormes recursos de paciencia y amor, los cuales suelen existir solamente a través de la fe en un Dios amoroso. En el mundo industrializado, la rehabilitación por lo general comienza con la desintoxicación, usando un coctel de drogas substitutas que ayuden al cuerpo a perder su dependencia de las drogas mayores. Este método, sin embargo, es a menudo caro y está fuera del alcance de muchos grupos. Por eso, hemos incluido estudios de caso de grupos que usan el método conocido como cortar en seco: el abandono de las drogas sin usar drogas substitutas.

El abuso de las drogas es un problema enorme que continúa creciendo. Es fácil ignorarlo, esto es, hasta que llega a su propia comunidad. Todos nosotros, y sobre todo los jóvenes, debemos estar informados sobre los peligros y los riesgos para poder evitar que este enorme problema arruine aún más vidas. También hemos hablado sobre el abuso de la nicotina, pero nos faltó espacio para cubrir el abuso del alcohol, otra droga adictiva que destruye numerosas vidas y familias.

Esperamos que las ideas para usar títeres como medios de comunicación ayuden a iniciar discusiones y debates sobre este y otros temas. En el próximo número, investigaremos varios temas relacionados con la salud de la mujer.

Una reunión reciente de análisis de los comités de *Paso a Paso* nos ha dejado con mucho que pensar sobre nuestros planes y objetivos para el futuro. Entre las prioridades se encuentran: dar más publicidad a las ediciones en francés, español y portugués y estimular a los grupos que estén traduciendo *Paso a Paso* a sus idiomas locales. Estamos muy interesados en que nos escriban contándonos sobre las ideas de *Paso a Paso* que hayan puesto en práctica.

Isabel Carter

¿QUÉ HACE que las personas comiencen a consumir drogas adictivas? Todos tenemos algo en la vida que nos da un placer especial, cosas que nos gustaría vivir una y otra vez, cosas que nos costaría mucho abandonar. Todos dependemos de algo, la única diferencia es que las drogas y los solventes (pegamento) producen muchos daños físicos y mentales.

Todos queremos sentirnos realizados y satisfechos. Una persona adicta busca y encuentra su realización usando drogas, pero al final siempre fracasa y con frecuencia termina en la muerte. En nuestro mundo tan agitado hay cada vez más personas que recurren a los placeres breves pero irresistibles que les produce la adicción a las drogas 'duras' como la

cocaína y la heroína. Una vez que se han dado los primeros pasos en el espiral de la adicción a las drogas, es muy difícil volver marcha atrás. Las familias de los drogadictos deben enfrentar la miseria de tener que ver cómo una persona está destruyendo su vida y al mismo tiempo, por lo general, el bienestar de sus familias.

Irrealidad

Los drogadictos necesitan un cambio de vida completo. Necesitan que alguien les ayude a cambiar, pues carecen de los recursos internos para poder cambiar por sí mismos. Las cosas que los drogadictos construyen a su alrededor para traerles seguridad, fe y sentimientos, están basadas en mentiras y en lo irreal y, por lo tanto, tienen que ser eliminadas. Hay que reemplazarlas con un estilo de vida que les ayude a resolver sus conflictos y dificultades y que les lleve a una madurez personal.

Vivimos en una época en la cual las personas con frecuencia se sienten rechazadas y sin valor por lo que ven a su alrededor. La mayoría de las personas que usan drogas 'duras' son inteligentes y

¿Por qué recurrir a las drogas?

por David Partington

responsabilidades y buscar el consuelo de las drogas se hace demasiado fuerte como para resistirla.

Una filosofía distorsionada

Eventualmente, desarrollan una filosofía de la vida que justifica su

estilo de vida, al menos, en sus propias mentes. Esta filosofía incluirá algunas de las siguientes ideas:

- *El mundo nos debe nuestra subsistencia.*
- *El obtener algo por nada significa éxito.*
- *Más bienaventurado es recibir que dar.*
- *El fin justifica los medios.*
- *Lo que es tuyo, también es mío.*
- *Lo que es mío, es sólo mío.*
- *No confíes en las personas mayores de 30 años.*

Están tan convencidos de lo que creen, que consideran la ley, el orden y la autoridad como su principal enemigo. La mayoría de estos jóvenes desean ser felices y vivir en paz, pero, por lo general, se dan cuenta demasiado tarde que su 'libertad' les 'ha hecho esclavos' y su rebelión les ha arruinado. Necesitan saber qué hacer en vez de tomar drogas.

¿Aprender o no aprender un nuevo estilo de vida? Es un asunto de vida y muerte. Afortunadamente, he visto cómo Dios ha transformado numerosas vidas como para saber que una **nueva** vida es una verdadera opción.

David Partington ha trabajado durante varios años en el área de la rehabilitación de drogadictos y está basado en el Centro Cristiano de Yeldall, Hare Hatch, Reading, RG10 9XR, Inglaterra.

Cambiando Vidas

ESTUDIOS DE CASO SOBRE LA REHABILITACION DE DROGADICTOS: 1

Un diccionario define la palabra *rehabilitación* como 'restituir a una persona a su eficacia normal mediante la capacitación'. Existen varios tipos diferentes de proyectos de rehabilitación para las personas que están buscando ayuda para liberarse de su dependencia de las drogas. En estas páginas y también en las páginas 12-14 consideramos algunos estudios de caso con distintos enfoques hacia la recuperación del drogadicto.

El Programa Liberación

Cairo, Egipto

por el Dr Ehab El Kharratt

EL ABUSO DE LA HEROINA ha infestado las calles del Cairo desde 1980. Antes de esto, el mercado de las drogas consistía en drogas más suaves. El opio y el hachís se han usado durante varias décadas y el uso de los tranquilizantes y la Anfetamina aumentó rápidamente en la década de los años 70.

Se estima que hay entre 400.000 a 500.000 adictos a las drogas, la mayoría de las cuales son muchachos jóvenes. Si a esto sumamos el número de personas adictas al hachís, estamos hablando de unos dos millones de personas de una población

total de 58 millones de egipcios. El problema de las drogas está causando un daño terrible a las vidas y los ingresos de las familias egipcias.

Al no haber ningún programa de rehabilitación en funcionamiento en todo el país, menos del 1% de los adictos tratados en hospitales psiquiátricos privados o gubernamentales llegan a recuperarse.

Comenzando de pequeño

Muchas personas de nuestra iglesia estaban muy preocupadas por los amigos y los parientes de jóvenes drogadictos. En 1989, me presentaron a Adel, un adicto a la heroína que estaba en un estado económico y psicológico terrible. Le ofrecimos asistencia médica por medio de la desintoxicación y un curso de estudio bíblico con voluntarios jóvenes. Al cabo de 18 días de tratamiento, nuestro primer adicto, recibió al Señor entre lágrimas. Comenzó a orar por sus amigos y cuatro adictos asistieron a un retiro para jóvenes.

Algunas Definiciones

REPLIEGUE – El cesar de tomar drogas después de haberlas tomado regularmente. Es un proceso muy doloroso, visto que el cuerpo se ha vuelto dependiente de estas drogas.

CORTAR EN SECO – El cesar de tomar drogas sin ninguna medicina para aliviar los síntomas.

DESINTOXICACION – El cesar de tomar drogas con la ayuda de medicinas. Esto puede aliviar mucho los síntomas. Las drogas que se usan son por lo general caras.

Durante la tercer noche de esta reunión, yo tenía que predicar sobre cómo 'Jesus nos libera de la esclavitud'. Me pregunté si realmente yo creía que Dios podía liberar a estos adictos. Sabía que estos casos eran realmente serios – algunos de ellos habían sido hospitalizados más de diez veces y la mayoría tenía serios problemas con la ley. La respuesta que me dí fue que no, no creía que estas personas podían ser liberadas. ¿Pero cómo podía predicar un Evangelio que yo no creía? Hice un esfuerzo, hice un acto de fe mediante la oración y prediqué con confianza. El lugar se llenó con la presencia del Señor de tal forma que raramente lo había sentido antes o volví a sentir desde esa noche. Tres de estos cuatro drogadictos recibieron al Señor entre lágrimas y se llenaron de una alegría intensa. Después de esta reunión iniciamos un grupo diario especial de terapia devota. Cuando regresaron al Cairo se sumó a ellos un quinto adicto.



Foto: Mike Webb, Tear Fund

Ghattas, un ex-adicto que trabaja con nosotros, junto a un grupo de residentes durante un momento de oración y meditación.

Uno de los primeros pasos que dieron fue el de devolver un auto que habían robado justo antes del retiro y que iban a vender para comprar drogas. El Espíritu Santo ayudó a transformar la vida de estos muchachos. Nunca volvieron a tomar drogas. Uno de ellos ahora trabaja a jornada completa con nosotros; otro acaba de regresar de una zona de desastres dónde trabajó con refugiados realizando actividades cristianas; dos de ellos trabajan en negocios y el quinto se está preparando para su casamiento y trabajando como farmacéutico en Kuwait.

El trabajo de rehabilitación actual

Desde junio 1991 hemos alquilado un apartamento que usamos como un centro temporal de recuperación para cinco residentes a la vez. Los adictos tienen primero la oportunidad de conocer a los líderes, a nuestros ex-adictos y terapeutas y, también, el programa. Si quieren asociarse empiezan un programa de un año. Se les pide que no contacten a sus amigos drogadictos hasta que hayan completado el programa. Al inicio, quedan aislados durante dos meses, pasando el tiempo en el apartamento, haciendo estudios bíblicos, tareas de la casa, deportes y manteniendo reuniones

personales y de grupo con los líderes. Poco a poco van pasando más de su tiempo libre afuera. El sexto mes les alentamos a que empiezen a trabajar a media jornada o a estudiar.

Debido al poco lugar, hasta ahora sólo hemos incorporado 22 adictos a las drogas mayores a nuestro programa. Por la mayor parte, son adictos que han 'llegado al fondo' habiendo perdido sus trabajos, apoyo familiar y todos sus recursos económicos. De estas 22 personas, 14 han completado el programa con éxito, ahora se abstienen totalmente y sus vidas están transformadas. Este grado de éxito no se obtiene en ninguna otra parte de Egipto.

Además, también realizamos campañas de concientización contra las drogas en las escuelas, los clubes deportivos, las universidades, los campamentos juveniles y las iglesias. Los testimonios de ex-drogadictos son un instrumento muy potente para ayudar a la gente joven a evitar el camino de la destrucción.

Planes para el futuro

Nuestra visión es la de obtener una finca donde eventualmente podamos hospedar a 100 drogadictos. Nos han dado 30 hectáreas de tierra desierta en Wadi-El Natroon. Hemos hecho un pozo

de agua e instalada un sistema de riego. Hasta ahora, se han plantado 4.000 olivos y 200 palmeras. Usamos ocho hectáreas para cultivar verduras y ya hemos tenido tres cosechas. El trabajo de construcción se inició en septiembre 1994. ¡Gran parte del financiamiento ha sido local y dos cruceros del Nilo que organizamos!

Además del trabajo con drogadictos, estamos planificando ayudar a la gente local a establecer un sistema de atención de salud primaria, un programa de alfabetización y pequeñas industrias caseras elaborando alfombras tradicionales de la zona.

La Sociedad Egipcia de Psiquiatría ya ha invitado cuatro veces al Director del Programa para dar charlas. Actualmente ha habido mucho interés sobre todo en el énfasis espiritual del trabajo.

Reconocemos la gracia de Dios como la fuente de sanación, transformación y poder. Confiamos en que todo lo que está sucediendo en este trabajo le da la gloria y alabanza de las cuales es digno.

El Dr Ehab El Kharratt es el Director del Programa Liberación, PO Box 1333, Cairo, Egipto.

Usos y efectos de las drogas

Substancia	Duración	Métodos de uso	Efectos	Síntomas de sobredosis	Síntomas de repliegue
NARCOTICOS					
Opio	3-6 horas	masticado, fumado	euforia, sueño, náusea	respiración lenta, piel pegajosa, convulsiones	insomnio, ojos aguados, pérdida del apetito, temblor, calambres, náusea, vómitos, escalofrío, diarrea
Heroína	3-6 horas	inyectada, aspirada, fumada			
SEDANTES					
Barbitúricos	1-16 horas	via oral	farfulla, comportamiento ebrio, pereza	respiración entrecortada, piel pegajosa, estado de coma, posible muerte	ansiedad, insomnio, temblor, delirio, convulsiones
Tranquilizantes*	4-8 horas	via oral			
ESTIMULANTES					
Cocaína	1-2 horas	aspirada, fumada, inyectada	aumento de viveza, comportamiento excitado, insomnio, pérdida del apetito	agitación, aumento de la temperatura, alucinaciones, convulsiones, posible muerte	apatía, largos períodos de sueño, irritabilidad, depresión
Anfetamina	2-4 horas	via oral, inyectada			
CANNABIS					
Marihuana	2-4 horas	via oral, fumado	euforia, aumento del apetito	cambio de personalidad, sentido alterado del tiempo, falta de interés en metas o logros	insomnio
Hachís	2-4 horas	via oral, fumado			

* por ejemplo: Diazepam

Cuadro reproducido con permiso de CMAI, India.



El trabajo del animador

YO VEO EL INICIO de un verdadero progreso cuando las personas comienzan a hacerse cargo de sus responsabilidades. Siempre comience primero con las personas. Ayúdeles a comprender a fondo los temas que se están tratando. Por lo general, cuando se comienza despacio se obtendrá un mejor resultado al final. El visitar y hablar con las personas lleva mucho tiempo. ¡Quizás le quede poco tiempo para el trabajo de oficina! La gente a lo mejor tendrá que visitar otras zonas y aprender de las opciones que ellos han elegido. Necesitan tomar sus propias decisiones y no dejar que los 'expertos' las tomen por ellos.

Por ejemplo, hace poco obtuvimos financiamiento para realizar un proyecto de agua en una de nuestras zonas. Ayudamos a algunos habitantes de la comunidad a que fueran a ver pozos hechos a mano y pozos perforados. Los expertos luego presentaron todas las opciones a la gente. Tenían que elegir principalmente entre tres pozos perforados, los cuales podrían ser provistos, o 20 excavados a mano, los cuales requerirían ayuda de la comunidad. Se enseñaría, también, cómo construir y reparar los pozos. La gente tardó bastante en decidir cómo usar el dinero disponible. Decidieron ayudar a construir los pozos a mano. Ahora, las personas cuentan con orgullo a sus hijos: 'Mis ladrillos construyeron este pozo'. Además, la comunidad ahora puede transmitir estos conocimientos a sus hijos.

Las comunidades que discuten las cosas abiertamente estarán realizando un verdadero desarrollo. Lo mismo se puede decir de las familias. Las familias que conversan y oran, permanecen unidas.

Francis Gonahasa
Zonal Coordinator
Church of Uganda PRD Dept
PO Box 4
Mukono
Uganda

Como quemar menos leña

ME GUSTO MUCHO leer el artículo sobre la sustentabilidad ambiental en *Paso a Paso* 20. Muchos de los problemas que se mencionan se pueden vincular a la deforestación. Aunque sea importante considerar la plantación de nuevos árboles, también debemos pensar cómo podríamos consumir menos leña.

En Uganda existe la tradición de cocinar sobre tres piedras. A pesar de ser fácil de usar, este sistema consume mucha leña. Una manera fácil de consumir menos leña es construir un horno simple alrededor de las tres piedras. Coloque su olla sobre las piedras y eche un poco de agua por encima de éstas, la olla y el suelo alrededor. Haga una mezcla con arcilla y estiércol de vaca y construya una pared de barro alrededor de las piedras a la misma altura de la olla. Las paredes deberían tener unos 8-10cm de grosor, dejando un espacio de unos 3 cms entre la olla y la pared de barro para permitir que el aire circule adecuadamente por el fuego.

Deje que el barro se seque hasta que esté firme pero no duro y corte una puerta para la leña usando un cuchillo mojado. La puerta tendría que tener unos 10 cms de ancho y 15 cms de alto. Una vez que el horno esté seco se puede rellenar cualquier grieta. ¡Ya está listo para usar!

Notará que ahora usará menos leña, casi la mitad de lo que usaba antes. ¡Es una buena noticia para los árboles, el ambiente y para las mujeres y niños que no necesitan perder tanto tiempo juntando leña. ¡Un mes después de haber construido el primer horno, cada familia de nuestra comunidad estaba usando uno!

Alistair Seaman
43 Weavers Way
Tillicoultry
Scotland
FK13 6BD



¿Ideas para la basura?

HACE POCO ME INTRODUIERON a *Paso a Paso* (edición portuguesa) y me interesó mucho su objetivo de estimular nuevas ideas y alentar a las personas que trabajan en sus comunidades.

El año pasado organizamos un seminario donde se reunieron los líderes de los varios proyectos vinculados con Visión Mundial para tratar los temas de la propiedad de la tierra y nuestro ambiente. Nos apoyaron la alcaldía y el personal de la universidad de aquí. Uno de los miembros del personal es muy sensible al tema social y ha apoyado un 'foro comunitario' para obtener acceso al uso de un gran galpón donde las personas pobres pueden juntar basura y separar los distintos tipos de basura para reciclar.

Me gustaría recibir *Paso a Paso* ya que nos ayudaría en nuestras discusiones sobre temas ambientales con los líderes comunitarios. Estamos viviendo con muchas preguntas relacionadas con el ambiente: el reciclaje de la basura, los huertos comunitarios, la canalización de los pequeños arroyos que pasan por las comunidades, la falta de un servicio de colección de residuos en muchos lugares, etc.

Nos gustaría mucho si algún lector de *Paso a Paso* nos pudiera ayudar con algunas ideas relacionadas con este tema.

Léa Beray Andrade
ACMG – World Vision
Caixa Postal 848
30161-970 Belo Horizonte
MG – Brazil

DIRECTORA:

Las huertas de techo y urbanas y el uso de lombrices para reciclar basura, son algunas de las ideas que tenemos en mente para los próximos números de este año.

Cuidando la tierra

SOY UN REFUGIADO de Somalia, viviendo en un campo de refugiados en Mombasa. En este mundo, lo más importante para el ser humano es el estado de salud de la tierra, sin la cual no podemos sobrevivir. Sin embargo, las tragedias ambientales están ocurriendo en varias partes del mundo. A menudo, en los periódicos leemos de las sustancias químicas peligrosas, la basura inmundicia, los malos desagües y muchos otros problemas. Los grupos ambientalistas muchas veces presionan a



Esta chimenea en un campo de refugiados en Mombasa es para quemar basura.

Foto: Siad Hussein Sh Mohamed

los científicos y les avisan lo que está pasando. Los ministerios y los ayuntamientos tendrían que prevenir las actividades de las compañías que explotan a nuestro planeta con políticas suicidas.

¡Quién sabe lo que le hubiese pasado a nuestra tierra hoy si no fuese por la lucha de los grupos ambientalistas que se preocupan por nuestra tierra! En este campo, los refugiados han construido una chimenea para quemar toda la basura del campo; aquí estamos haciendo lo que podemos.

Siad Hussein Sh Mohamed
PO Box 98588
Mombasa
Kenia

Los beneficios de la capacitación agrícola

CONCEPCION ALVAREZ es un agricultor de 68 años de edad de la comunidad de Ojo de Agua en Honduras. Tiene nueve hijos. Empezó a trabajar la tierra independientemente cuando tenía 22 años porque quería poder controlar su vida con la ayuda de Dios. Obtuvo algunos buenos resultados, debido más a la misericordia de Dios que a sus habilidades agrícolas. Su modo de trabajar la tierra era muy tradicional, quemaba todos los tallos y sembraba al bordón. No tenía a quién recurrir para aprender nuevas ideas o técnicas.

Fue el primer agricultor de su zona que intentó plantar ajonjolí. Pero pronto su tierra comenzó a perder toda su fertilidad. Luchó durante muchos años con viviendas inadecuadas y poco dinero, incapaz de mejorar su situación.

En sus palabras: 'En 1988 se creó el grupo Diaconía Nacional y comenzó a enseñar nuevas técnicas a los agricultores. Aquí aprendí muchas técnicas agrícolas que mejoraron la vida

de mi familia. Entre algunas de las técnicas que aprendí se encuentran: control de plagas, abonos verdes, aplicación de materia orgánica, labranza mínima de la tierra, cómo plantar ajonjolí, maíz y yuca (mandioca). Estas nuevas ideas han producido cambios en mi vida que todos pueden ver. Gracias al cultivo de ajonjolí, nuestra situación económica ha mejorado mucho. Ahora tenemos una casa grande con piso de cemento y paredes de ladrillo y también tenemos una pulpería.

Sobre todo, le doy gracias a Dios porque me ha dado la oportunidad de iniciar este proceso que rápidamente ha cambiado mi vida. Quisiera alentar a las personas involucradas en actividades similares a que continúen porque ellas contribuyen al desarrollo de los agricultores y así al desarrollo de todo el país.

Mauricio Orellana
Diaconía Nacional
CONSEDE
Apdo 4339
Tegucigalpa
Honduras

¡Sean observadores!

EL PERSONAL DE DESARROLLO y los animadores no deben trabajar en la oscuridad. Necesitan tener acceso a fuentes de información que ayuden a satisfacer las necesidades de la comunidad, además de mejorar sus conocimientos sociales, políticos y culturales. El clima político puede estimular o prevenir el trabajo eficaz de desarrollo.

En el Sahel, nuevos conocimientos en el campo de la tecnología y la ciencia han ayudado a las estaciones de investigación a reclamar algunas zonas desiertas. Sin embargo, la política impide que los resultados de este trabajo tan interesante se transfieran a las comunidades.

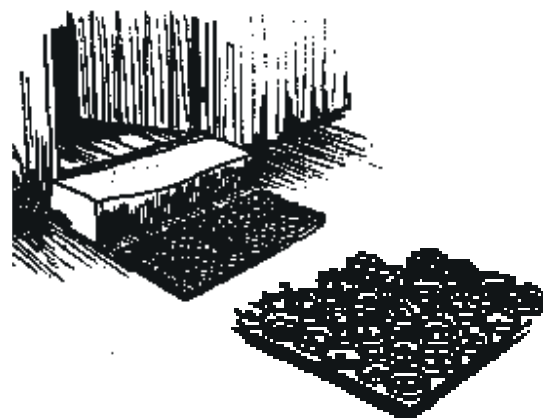
En esta zona, los agricultores han usado la práctica llamada *farro* durante varias generaciones. Esto significa que al final de un período largo de sequía, la tierra se prepara y los agricultores plantan la semilla de mijo con la esperanza de que germine cuando llueva. Ultimamente hemos tenido varios años de sequía y a menudo las semillas se pudren y hay que volver a plantarlas. Este método tradicional ya casi no da buenos resultados porque el clima está cambiando. Ahora los científicos saben que se necesita un cierto grado de humedad para que germinen las semillas. Pero a pesar de tener una estación meteorológica en nuestra zona, ésta nunca transmite la información esencial a los agricultores para que sepan cuando sería el mejor momento para sembrar mijo. Otra vez, la política impide la transmisión de información útil.

Se dice que los agricultores en ambientes rurales no quieren cambiar. Al contrario, yo creo que existe una gran necesidad de capacitar a los agricultores que están abiertos a nuevas ideas y técnicas y a canalizar los resultados del trabajo de investigación a través de ellos. Necesitan acercar más las estaciones de investigación a los agricultores. Necesitamos agricultores concientizados para que sepan lo que es útil para los agricultores en sus comunidades y capacitados para que puedan transmitir esta información.

Nohoune Leye
PO Box 10
Khombole
República de Senegal

¡Un felpudo fuerte!

ESTA ES UNA BUENA IDEA que se vió en la entrada de un pequeño hotel en Gulu, Uganda. Simplemente tiene que juntar las tapas de las botellas de soda. Clávelas con el lado afilado hacia arriba a un pedazo de madera lo más junto posible. Resultado: ¡un felpudo muy efectivo y duro para que el barro quede fuera de la casa!



Títeres

COMO HACERLOS Y USARLOS

CUANDO UN PROMOTOR DE SALUD o un animador le dice a las personas que son ignorantes o que su estilo de vida está equivocado, su reacción natural será de rechazo. La gente se pone a la defensiva en cuanto a su estilo de vida y no quiere aprender. ¿Pero, cómo reaccionarían si los mismos problemas se presentaran por medio de un cuento, una obra teatral o una función de títeres? El escuchar una historia sobre una persona o comunidad similar que tiene los mismos problemas que la audiencia, hace que los oyentes se identifiquen con los personajes, y con las soluciones que encuentran para sus problemas. Cuando la gente escucha un cuento, puede descubrir la verdad por sí misma. ¡Por lo general, los cuentos y las obras teatrales suelen ser más interesantes que las clases!

Los cuentos y las obras teatrales se pueden compartir con grupos de personas en hospitales, clínicas, salas de espera, mercados, iglesias y colegios. Son, además, una forma muy útil de enseñar sobre temas delicados como el SIDA, la familia, planificación familiar y el abuso de las drogas. Cualquier persona con algún conocimiento sobre la salud y la agricultura puede escribir un cuento o una obra teatral. Decida cuáles serán los principales mensajes que le gustaría transmitir. Luego, escriba un cuento en el cual los personajes descubren estos mensajes. Incorpore muchas cosas de interés local y quizás algunas situaciones cómicas. Trate de no transmitir demasiada información dentro de la misma obra teatral. Si logra hacerlo bien, la gente tendrá ganas de volver otra vez.

Una función de títeres atrae más gente que una charla o una discusión. Hace poco, se capacitó a un grupo de extensionistas rurales de salud en Chiapas, Sur de Méjico, a hacer títeres y presentar espectáculos. Cada vez que llegaban a una comunidad con su función, se reunía una multitud de gente de todas las edades. Este tipo de presentación es ideal para los instructores que vienen de afuera de la comunidad y que tienen dificultad en ganarse la confianza de la gente. ¡Si usted se hace famoso por ser títerero, la gente esperará ansiosamente su llegada!

Hay algunas cosas que los títeres pueden decir mejor que las personas. Pueden ayudar a los adultos a considerar temas sociales difíciles. Hay algunos temas que

serían demasiado embarazosos para la gente aunque se presenten en forma teatral. Pero si los títeres hablan de estos temas, la gente se relaja y se ríe.

Los títeres son prácticos. Se pueden hacer de telas baratas y simples. La función puede ser liviana y fácil de transportar. Una persona puede actuar varios papeles en la misma historia. En el teatro de títeres existen un sin fin de posibilidades. ¡Y lo mejor de todo, es que mientras las personas aprenden, también se divierten!

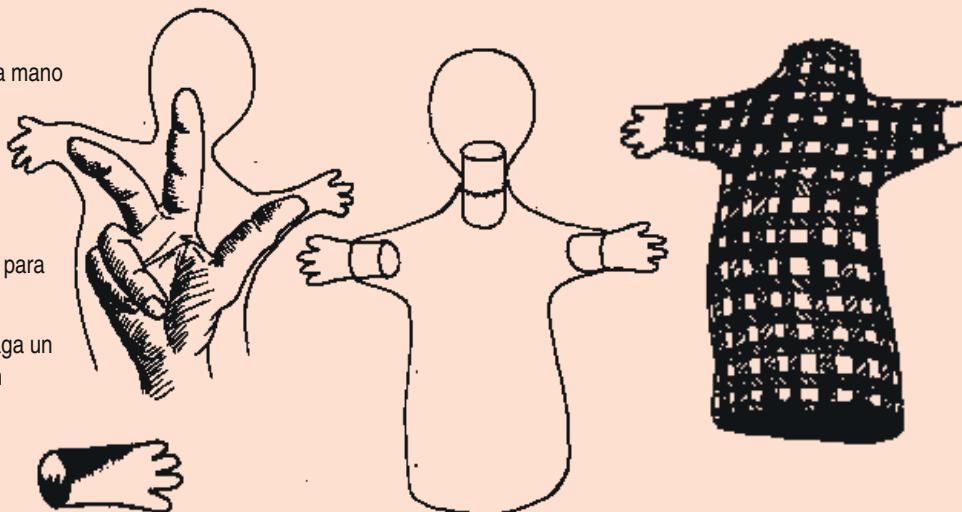
Las siguientes son algunas ideas para hacer títeres simples para contar cuentos. ¡Avísenos cómo le ha ido!

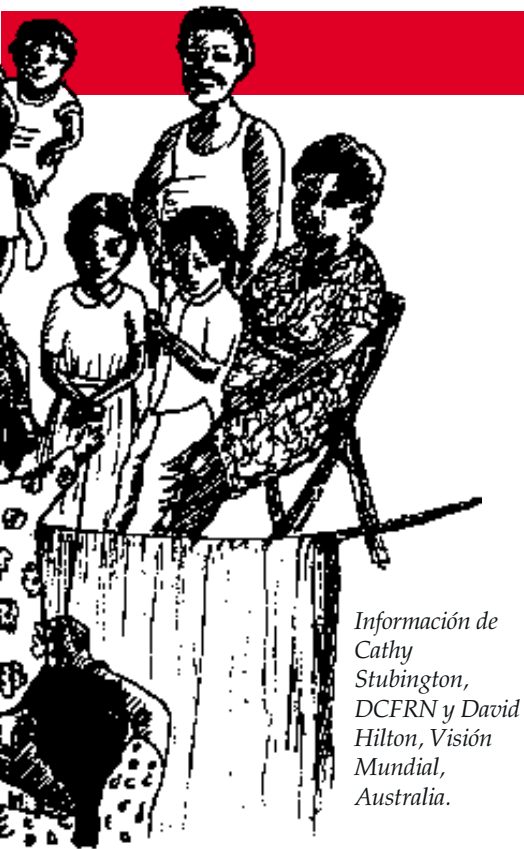


Títeres de guantes

Primero haga un patrón de papel de diario. Use la mano como una guía aproximada para el tamaño pero deje bastante espacio para poder mover la mano por dentro. Corte dos pedazos de tela y cósalos. Si está usando una calabaza puede pegar la cabeza directamente al resto del cuerpo. Opcionalmente, haga un tubo pequeño de cartón para poder pegar la cabeza al resto del cuerpo.

Si desea, puede agregarle manos (ver abajo). Haga un tubo pequeño de cartulina. Cierre un extremo con pegamento y corte la forma de la mano.



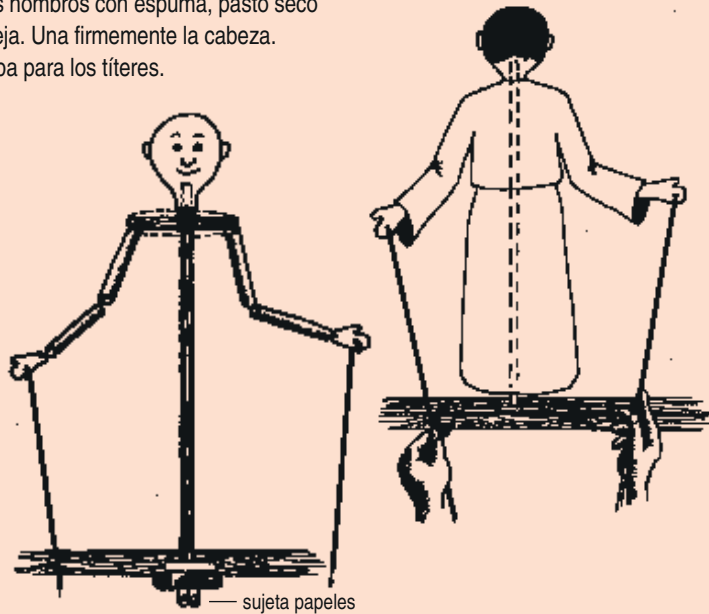


Información de Cathy Stubington, DCFRN y David Hilton, Visión Mundial, Australia.

Títeres de varillas

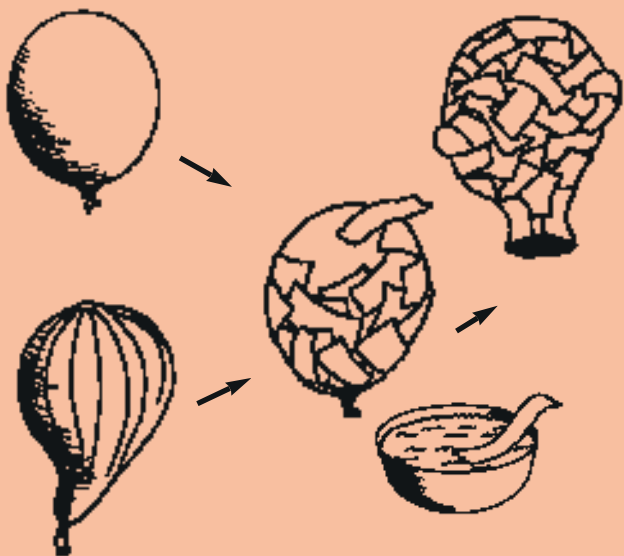
Haga la cabeza de la misma forma. Los títeres hechos con varillas se pueden hacer mucho más grandes que los títeres de mano. La forma del cuerpo se hace con dos varillas de madera atadas fuertemente. Haga los brazos con pedazos finos de bambú, tubos de cartón o rollos de papel de diario atados con cuerda. También se podría usar un tubo de tela cosido en el codo. Llene los hombros con espuma, pasto seco o tela vieja. Una firmemente la cabeza. Haga ropa para los títeres.

Durante la función quizás sea útil atar un pedazo de madera justo detrás del teatro. Entonces, se podrá sostener el títere con un sujetapapeles o ponerlo en agujeros ya hechos cuando el títere no esté en movimiento. Así tendría las dos manos libres para mover los brazos del títere.



Para hacer la cabeza

Use un globo pequeño, una calabaza o pasto atado para obtener la forma de la cabeza. Haga un engrudo con agua y harina o use pegamento para papel. Corte el papel de diario en tiras y mójelas con el engrudo y dele forma a la cabeza con muchas tiras de papel. Deje secar y luego pinte la cabeza. Use lana, paja o una piel de animal para hacer el pelo.



Construyendo el teatro

El teatro más simple se hace simplemente atando un pedazo de tela a dos sillas, árboles o muebles para esconder los títereros. Se pueden hacer también teatros de madera portátiles. Guarde los títeres en una caja fuerte o en una maleta para protegerlos.

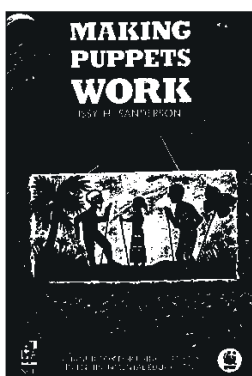


Making Puppets Work

por Issy Sanderson

Una guía que describe cómo hacer y usar tres tipos de títeres: títeres de sombra, títeres de varilla y de cuerpo. A pesar de estar escrita para comunicar mensajes sobre la educación ambiental, es una guía muy útil para cualquier persona que quiera usar títeres como un medio de comunicación. Es práctica y bien ilustrada con muchas ideas imaginativas. La guía contiene 36 páginas y cuesta £6.50 (incluyendo franqueo) de...

WWF-UK
Weyside House
Godalming
Surrey
GU7 1XR
Inglaterra.



Communicating with Children Helping Children in Distress

por Naomi Richman

Publicado por Save the Children
ISBN 1-870322-49-5 106 páginas

Este manual está basado principalmente en las experiencias de un programa en Mozambique establecido por el ministerio de educación para ayudar a los niños afectados por la guerra. En todas partes del mundo hay niños que sufren a raíz de experiencias traumáticas: guerras, catástrofes y emergencias. El manual está destinado a aquellas personas que trabajan con estos niños. Trata solamente las necesidades emocionales – no las necesidades de salud físicas. Está escrito para ayudar a las personas que desarrollan servicios y capacitan a otros para ayudar a niños en situaciones de conflicto o crisis, en campos de refugiados, con sus familias o padres adoptivos, con los niños de la calle o en el hospital.

El manual está dedicado a la comprensión de los problemas y las necesidades de estos niños: cómo desarrollar la confianza, cómo escuchar, cómo comunicarse, la culpa y la ira, la aceptación de una incapacidad, etc. A través de todo el libro hay estudios de caso y ejercicios prácticos para discutir en grupo y actuar. Se dan detalles para organizar talleres.

Un manual muy útil y práctico para aquellas personas que estén trabajando con niños necesitados. Cuesta £4.50 (incluyendo franqueo no aéreo) Pídale a...

TALC
PO Box 49
St Albans
Herts
AL1 5TX
Inglaterra.

JAMKHED

A comprehensive rural health project
por Mabelle y Rajanikant Arole

Los lectores que hayan encontrado el artículo sobre JAMKHED en *Paso a Paso* 22

Títeres

UN ESTUDIO DE CASO

Hace más de veinte años que el Programa de Salud Rural Lardin Gabas capacita a promotores de salud. Durante el curso de la capacitación que dura tres meses, usan cuentos como la forma principal de enseñanza. La mayoría de las sesiones se desarrollan de la siguiente manera:

- El instructor narra un cuento de salud de memoria.
- Se hacen preguntas a los participantes sobre lo que han aprendido.
- Se elige a un estudiante para que repita el cuento al resto de la clase, con ayuda de los otros cuando sea necesario.
- La clase se divide en grupos pequeños y cada persona narra el cuento a los demás.
- Cada grupo pequeño compone una obra teatral sobre el cuento y la presenta al resto de la clase.
- Se hace una presentación en la comunidad de la mejor obra.
- Se pide a los participantes que compongan canciones sobre las ideas del cuento y que las enseñen a la clase y a la comunidad.
- También se les pide que compongan adivinanzas, tales como esta sobre la malaria: 'Soy un animal muy pequeño con alas, sin hacer casi un murmullo, pero mi mordedura puede ser tan mortal como la de la serpiente. ¿Quién soy?'

Trate de componer cuentos u obras de títeres para enseñar a concientizar sobre el uso de las drogas. Las siguientes son algunas ideas para ayudarlo a empezar a pensar.

Revoltosos

Algunos habitantes de una zona marginal de Lima están muy preocupados a causa de las actividades de un grupo de muchachos jóvenes de su comunidad. Amenazan a los niños cuando van a la escuela, insultan a las mujeres que están esperando para juntar agua y hay muchos robos. Todos saben que los miembros del grupo toman drogas. ¿Qué pueden hacer?

El muchacho

Juana está preocupada por su hijo. Tiene 14 años y ha sido una lucha pagar la cuenta del colegio secundario donde actualmente cursa tercer grado. Le fue bien hasta el año pasado. Ahora está siempre de mal humor, es mal educado y pasa las tardes fuera de casa con sus amigos. La semana pasada lo descubrió robando de su monedero. ¿Qué debería hacer?

El marido violento

Ali, el esposo de Sita, estaba sin trabajo. Desocupado, se deprimió y comenzó a beber. Ahora la mayor parte del tiempo pasa borracho. Le pega a Sita cuando no puede encontrar el dinero que ella gana para alimentar y vestir a su familia. Sita pide a sus amigas que le aconsejen...



de interés quizás quieran saber más sobre este reciente libro. Narra la historia de dos doctores dedicados que establecen un servicio de salud en uno de los distritos más pobres de la India y lo transforman en uno de los mejores proyectos de atención primaria de salud del mundo. El libro describe cómo los médicos instruyeron a las comunidades rurales a recopilar y analizar la información de salud y a apoyar al personal de salud. El libro también describe cómo los hombres y las mujeres pobres y analfabetos produjeron cambios radicales en la salud de sus comunidades a medida que adquirían nuevas habilidades y conocimientos y aprendían a compartir valores.

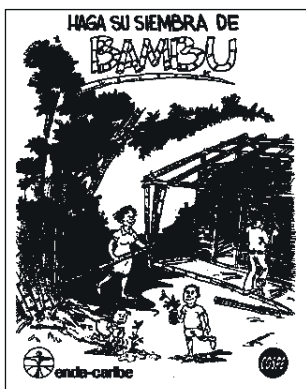
JAMKHEDE cuesta £7 (incluyendo franqueo) y se puede obtener de...

TALC
PO Box 49
St Albans
Herts
AL1 5TX
Inglaterra.

Haga Su Siembra de Bambú

Un folleto simple con instrucciones para propagar y plantar bambú. Está escrito de una manera clara, con muchas ilustraciones. Es uno de una serie de folletos (sólo en español) publicado por Enda Caribe. Escriba a...

Enda-Caribe
Apdo 3370
Santo Domingo
República Dominicana
Centro América.



Namna Ya Kutumia Mbegu Ya Soya?

¿Cómo puedo cocinar el frijol de soja?

Esta es una nueva edición en swahili de este folleto tan útil que aporta nuevas ideas para plantar, cocinar y comer frijol de soja. Se pueden obtener ejemplares a \$1 de...

Sonja Hoekstra-Foss
PO Box 22037
Kitwe
Zambia.

Solar Electricity

A practical guide to designing and installing small photo-voltaic systems

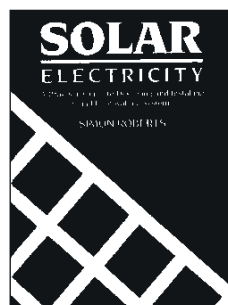
por Simon Roberts

Publicado por Prentice Hall
ISBN 0-13-826314-0 424 páginas

Los sistemas de electricidad solar son cada vez más comunes en todas partes del mundo. Son apropiados para lugares con bastante sol e ideales para lugares sin electricidad. Algunos sistemas se pueden obtener como paquetes completos. Pero con frecuencia surgen problemas para reparar y expandir los sistemas ya establecidos. Este libro provee muy buenos consejos para este tipo de situación, tanto para el usuario que no sea técnico como para los electricistas. La primera parte provee una introducción para todo tipo de sistema de electricidad solar. La segunda parte da información sobre cómo instalar los sistemas y, la tercera, describe cómo construir varias unidades electrónicas útiles que por lo general no se pueden conseguir como unidades.

El libro cuesta £19.50 (incluyendo franqueo) y lo puede obtener de...

IT Bookshop
103-105
Southampton Row
London
WC1B 4HH
Inglaterra.



Drug Dependence and Alcohol-related Problems

A manual for community health workers with guidelines for trainers

Publicado por OMS 1986
ISBN 92-4-154212-8 34 páginas

Este libro está destinado al personal de salud involucrado en el tratamiento de la dependencia de las drogas y el alcohol, un proceso largo y difícil. Los promotores de salud reciben una instrucción completa; no sólo aprenden a reconocer cómo se inician los casos de abuso, pero también a ofrecer ayuda y apoyo a los individuos y a las familias, y a cómo educar a la comunidad. La segunda parte provee pautas para los capacitadores de promotores de salud

comunitarios para desarrollar un programa de estudios y aprender las destrezas necesarias.

Cuesta £4.75 y se obtiene de...

HMSO Books
PO Box 276
London
SW8 5DT
Inglaterra.

EIRENE International

EIRENE es un grupo latinoamericano interesado en el cuidado pastoral y en mejorar las relaciones dentro de la familia. Produce una cantidad de folletos, algunos destinados a los niños, otros a consejeros personales y promotores de salud. Los siguientes son dos ejemplos de su material, disponible sólo en castellano y portugués.

Consolación y Vida

Un folleto que ayuda a las personas a comprender cómo la gente reacciona frente a las distintas crisis que ocurren en sus vidas. Da detalles de todas las reacciones y las etapas a través de las cuales pasa la gente y aconseja cómo ayudar a las personas a pasar por estas crisis. Está basado en la Biblia y contiene ejercicios prácticos.

¿Qué va a ser de mí?

Un folleto para niños que están viviendo la separación o el divorcio de sus padres. Está dividido en 30 lecciones cortas con muchas preguntas para discutir y ejemplos prácticos para ayudar a los niños a hablar sobre sus sentimientos.

Si desea más detalles sobre estos y los demás libros disponibles, diríjase a...

EIRENE
Casilla 85-56
Quito
Ecuador
S America.



Cambiando Vidas

ESTUDIOS DE CASO SOBRE LA REHABILITACION DE DROGADICTOS: 2

Comunidad La Roca

Viña del Mar, Chile

por Roberto Parra

LA ROCA se inició después de mucha discusión y oración cuando cristianos comprometidos constataron que los jóvenes abandonaban su adicción a las drogas al hacerse miembros de la iglesia, pero que luego se apartaban de ella y volvían a consumir drogas. Sintieron que estos jóvenes no recibían suficiente apoyo en sus vidas cotidianas. Su desarrollo espiritual no era suficiente para prevenir que volvieran a consumir drogas.

En 1982 se fundó la Comunidad La Roca como una comunidad de fe, amor y trabajo; al principio estaba compuesta de siete adultos y cinco niños. Desde entonces hemos ayudado a centenares de jóvenes a superar su dependencia. Nuestro éxito se debe a una combinación de nuestra fe y experiencia profesional. Sabemos que el estar bien es más que la ausencia de una enfermedad. Una buena salud implica estar bien espiritual, emocional y físicamente. Como decimos en nuestros folletos: 'una persona sólo puede estar sana si está en armonía con Dios, consigo mismo, con sus semejantes y con su ambiente natural.'

Tomamos jóvenes entre los 16 y 25 años de edad que tengan un deseo verdadero de liberarse de las drogas y que tengan un grado de inteligencia normal. Antes de ser aceptados, necesitan completar un formulario y presentarse a una entrevista personal. Sabemos que sólo les podemos ayudar y apoyar si realmente quieren que se les ayude. Mantenemos un sistema de 'puertas abiertas' y no una cárcel.

Una vez aceptados, permanecen durante un período mínimo de seis

meses como residentes de la comunidad. Esto está basado en dos fundamentos:

Inspiración espiritual – en la cual a través de oraciones y estudios bíblicos logran encontrar confianza y fuerza en el amor y poder de Dios para ayudarles a resolver sus problemas.

Terapia de apoyo – A través de trabajo en grupo, encuentran la aceptación y el apoyo necesario para ver sus problemas y encontrar soluciones. A veces el grupo puede funcionar como una especie de 'teatro' donde cada persona puede ensayar nuevas conductas, antes de



Residentes de la Comunidad La Roca en Viña del Mar, Chile.

hacerlo en un marco mayor. A nivel individual, los jóvenes reciben atención médica, consejería personal, seguimiento y terapia familiar.

En las palabras de uno de nuestros ex-drogadictos: 'Debemos reencontrarnos con Dios y con el trabajo.' Proveemos un programa de rehabilitación laboral que implica trabajar en la comunidad, aprender a usar el tiempo libre y ayudar a cada miembro a descubrir y usar sus habilidades y dones. Esto ayuda a proveer una fuente de ingresos, tanto para los individuos como para la comunidad. Organizamos una variedad de talleres, tales como carpintería, zapatería y cocina. Al comienzo los miembros prueban los distintos oficios y luego eligen cuál prefieren realizar y aprenden las destrezas necesarias para ese oficio. Nuestros métodos les ayudan

a volver a la rutina del trabajo. Esto es muy importante, pues muchas veces han perdido hasta la disciplina personal más básica.

También tratamos de organizar actividades que estimulen el desarrollo espiritual, cultural y social de cada miembro de la comunidad. Entonces, los ponemos en contacto con el arte, el teatro y la literatura. Organizamos visitas a otros grupos y familias.

Al mismo tiempo, participamos en forma activa en la prevención de la drogadicción en la comunidad. Los miembros dan charlas y cursos cortos en iglesias y escuelas. Preparamos también material escrito sobre las drogas y los efectos que tienen sobre las personas y el resto de la sociedad.

Trabajamos mejor en equipo, combinando a personas con experiencia

profesional y habilidades técnicas con ex-drogadictos, los cuales demuestran por su propia experiencia cómo pueden cambiar las personas. Seguimos el consejo de la Dra Doris Amaya, quien con casi 30 años de experiencia afirma que los programas de mayor éxito han tenido una combinación de profesionales algunos de los cuales son ex-drogadictos y otros no, para formar el equipo de tratamiento de adicciones. 'Se ha notado que la sintomatología de la enfermedad es fácil de reactivar cuando todo el personal es rehabilitado. Para evitar esto, es preferible balancear los dos tipos de profesionales y que los recuperados tengan como mínimo cinco años de rehabilitados.'

La Dra Amaya también dice: 'Los programas que combinan la ciencia con la creencia en Dios han tenido grandes éxitos. Algunos programas sólo emplean

la Biblia, la oración para la recuperación del adicto. Piensan que si la persona se convierte a Cristo, no consumirá más drogas. Sin embargo, los programas que solamente emplean la religión para la recuperación, no funcionan a largo plazo. El poder de Dios tiene que ir de la mano con el conocimiento científico para que se produzca la recuperación.'

Somos una organización abierta. Las iglesias, los académicos y otros nos pueden visitar. Realizamos intercambio entre nuestro personal y el de otros programas de rehabilitación.

¿Por qué el nombre 'La Roca'?

- Reflexión
- Oración

- Comunión
 - Amor
- ...sobre la ROCA que es Cristo.

Roberto Parra es el Director de la Comunidad La Roca la cual tiene varios proyectos de rehabilitación de drogadictos en Chile. La Roca, Andwandter 77, Viña del Mar, Chile.

Ibtida



ابتدا

Un programa de rehabilitación de drogadictos basado en la comunidad: un proyecto de la Diócesis de Karachi, Iglesia de Paquistán

EL NUMERO OFICIAL de personas que usan heroína en Pakistán era de 1.5 millones en 1994. El 80% de la heroína que se usa en el Occidente actualmente pasa por Paquistán, siendo Karachi la principal ciudad de tráfico. El opio del cual se produce la heroína se cultiva a lo largo de la frontera afgana (la Luna Creciente Dorada). En Karachi, uno de cada seis hombres usa heroína. A pesar de ser ilegales, las drogas son baratas y en muchas partes de la ciudad se usan abiertamente en la calle. Parte del problema es la falta de un sentido de dirección entre los varones jóvenes. El aburrimiento y la frustración llevan a muchos a las drogas.

Los gobiernos extranjeros están asistiendo en programas para introducir la plantación de cultivos sustitutos. La ley y las agencias que mantienen el orden tratan de prevenir su distribución. Sin embargo, las ganancias enormes hacen que su

trabajo sea muy difícil. Existen servicios limitados de desintoxicación para los drogadictos en los hospitales, pero en realidad se les da muy poco seguimiento y hay un gran porcentaje de recaída.

Ibtida trabaja con drogadictos desde 1984. En Urdu, *ibtida* significa *comienzo*. El programa ayuda a las personas de todas las religiones a dejar de tomar drogas. Cree que la mejor forma de llevar una vida libre de drogas es a través de una transformación de la vida. El énfasis del gobierno y del sector privado es de proveer servicios de desintoxicación. Ibtida, en cambio, ofrece un nuevo enfoque al abuso de drogas, enfatizando la recuperación basada en comunidades y una respuesta espiritual a su mensaje de arrepentimiento. 'Hemos encontrado que cada vez hay más drogadictos que responden a nuestro mensaje de arrepentimiento contra el pecado de la drogadicción, sean cristianos, musulmanes o hindúes', dice Philip Simpson. 'Oramos en el nombre de Jesús y la gente reconoce el poder de su nombre, cualquiera sea su religión.' Muchas de las personas que han dejado las drogas afirman que la oración es mucho más poderosa que la medicina. 'Sabemos que la mayoría de los drogadictos dejan de tomar drogas por un tiempo y luego vuelven a tomarlas. Nuestro objetivo es trabajar con las personas hasta que sean fuertes en su nueva vida.'

La mayoría de la gente deja de tomar drogas en sus hogares. Se necesitan tres personas para acompañar al drogadicto durante el trauma inicial del repliegue...

Una que desee – el mismo drogadicto tiene que querer librarse de las drogas.

Una que lo cuide – un miembro de la familia del adicto que esté dispuesto a estar con él las 24 horas.

Una que ayude – un trabajador o voluntario que se haya recuperado de las drogas y que sepa el dolor y los sentimientos que uno sufre porque él mismo ha pasado por ese camino.

Pero como bien lo saben todos los adictos, la tarea no está terminada simplemente porque uno haya dejado la heroína. Es necesario que se desenvuelva una nueva vida donde las drogas no tengan ningún papel. El programa Ibtida está compuesto por cinco pasos:

Liberación Se visita a los drogadictos en sus comunidades para discernir cuáles son los que realmente quieren dejar las drogas. El repliegue se hace normalmente en el hogar y sin medicinas. Ibtida también dirige campos de repliegue.

Disciplina Se anima a los drogadictos a que participen regularmente en las reuniones de seguimiento durante tres meses, donde reciben ayuda espiritual y social. Una vez al mes hay una 'reunión de mujeres' para parientes de drogadictos para apoyarlas y animarlas. Se estimula a las personas a que establezcan objetivos y planifiquen el uso de su tiempo. Se celebran 'cumpleaños' sin drogas con regalos pequeños – después de un mes, tres meses, seis meses y un año. Una idea nueva ha sido el Grupo Intensivo de Recuperación que dura 90 días y se maneja como un centro diurno.

Discipulado Las personas se asignan a grupos pequeños 'celulares' para aprender de la Biblia y compartirla entre los miembros del grupo y para consejería personal. Más adelante se les anima a que acompañen al personal de campo a efectuar visitas domiciliarias. Esto es importante, pues

El toque Ibtida – Semmey, un trabajador de Ibtida, anima a Rafiq quien está dejando la heroína (y está ahora totalmente libre de drogas).



Foto: Philip Simpson, CMS

aprenden de sus experiencias: los trabajadores capacitan a otros trabajadores. El testimonio de alguien que acaba de liberarse de las drogas también es muy importante. Los drogadictos pensarán 'Si él lo puede hacer, yo también puedo'.

Difusión Se comparte información sobre la recuperación de drogadictos impartiendo charlas a grupos y produciendo volantes, folletos y una revista en urdu – *Payyam-e-Ibtida* – de nuestro centro de recursos a bajo precio.

Desarrollo Se está desarrollando una red de contactos, 'DAWN' (La Red del Personal de la Adicción a las Drogas) con otros grupos en Paquistán para proveer apoyo y darse ánimo mutuo. Hay un campamento de capacitación una vez al año para adictos y voluntarios.

Aparte de los campamentos, el trabajo de Ibtida está basado en la comunidad. Al contrario de los centros residenciales, sus miembros pueden distribuir sus recursos entre una gran cantidad de gente para que así cuando los adictos estén listos para responder de una forma positiva, ya

estén de alguna forma involucrados en el proyecto.

Desde su inicio, Ibtida ha establecido contactos con miles de adictos. En 1993 trabajó con unas 750 personas. De éstas, 250 dejaron la heroína, 100 todo tipo de drogas y más de 50 personas habían estado libres de drogas entre seis meses y nueve años. En el futuro, esperamos ver:

- un proyecto en cada diócesis
- un trabajador en cada parroquia
- un maestro en cada escuela concientizando sobre el abuso de las drogas.

A pesar de que Ibtida es un grupo muy pequeño enfrentando un problema enorme, son optimistas. En urdu tenemos un dicho '*Diye se diya jelao*': 'Una lámpara enciende otra.'

Philip y Rachel Simpson son Socios Misioneros de CMS y han trabajado en Ibtida durante nueve años. Ibtida, PO Box 10433, Karachi 75530, Pakistan.

ESTUDIO BIBLICO

Seguridad en el amor de Dios

por David Partington

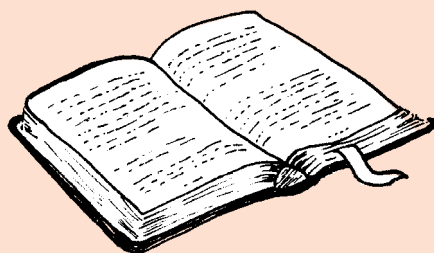
Podemos ayudar a las personas a enfrentar grandes problemas de sus vidas, sin sentirnos inseguros, si recordamos siempre que Dios está en control. El quiere que la persona que estamos ayudando sea totalmente libre. Hablar con sinceridad sobre nuestras propias vidas y nuestras debilidades puede hacer que otra persona sienta la libertad de ser honesta con su propia vida. La seguridad que tenemos en el amor de Dios nos ayuda a tener la seguridad para dejar que otros fallen.

Lea Mateo 19:16-23. ¿Qué hubiera hecho usted en esta situación?

¿Cómo reacciona usted ante las personas que no responden cuando comparte su fe con ellas?

¿Por qué piensa que Jesús dejó que el joven gobernante se alejara en vez de persuadirlo a seguir sus enseñanzas?

Creo que hay varias razones por las cuales Jesús dejó que se alejara...



- Sabía que Dios le quería y continuaría amándolo.
- Había establecido claramente las condiciones y las acciones necesarias para encontrar vida y amor.
- Le amaba.
- Le amaba tanto como para dejarlo que él eligiera.

Solos, pocos de nosotros hubiésemos tenido el coraje para actuar tan libremente como lo hizo Jesús en esta situación. A pesar de eso, podemos aprender de esta historia. Si hubiésemos intentado asiduamente, con la gracia y el amor de Dios, mostrarle a alguien el camino correcto, pues entonces la decisión es de ellos. Tenemos que estar dispuestos a dejarlos libres y a dejarlos bajo el amor y la justicia de Dios.

Oremos por aquellas personas que conocemos que están tomando decisiones sobre su fe. Oremos, también, por aquellas personas con las cuales hayamos compartido nuestra fe en el pasado (como el joven gobernante) y que tienen que tomar su propia decisión.

Punto de Vista

por David Partington de Yeldall Manor

El proceso de cambio en la vida de un adicto comienza cuando empezamos a amarlo. El drogadicto es una persona difícil de tratar, mentirosa, complicada y a menudo enferma. Han llegado más allá de poder tratarse ellos mismos pero no más allá de la ayuda de Dios. Leemos en Ezequiel 36: 26-27, 'Pondré en ustedes un corazón nuevo y un espíritu nuevo. Quitaré de ustedes ese corazón duro como la piedra y les pondré un corazón dócil. Pondré en ustedes mi espíritu y haré que cumplan mis leyes y decretos.'

Muchos años de experiencia trabajando en el área de la rehabilitación de drogadictos nos han enseñado muchas lecciones importantes, más que nada que se necesita el apoyo de toda la iglesia. La iglesia tiene todos los recursos necesarios para traerle esperanza y sanación a una persona con problemas de adicción o enfermedades de personalidad. Es el único lugar donde existe el recurso de 'amor duro'. Necesitamos ese 'amor duro' porque el amor verdadero y la disciplina son esenciales para ayudar a las personas con problemas de adicción.

Llegará el momento en el cual los drogadictos tendrán que decidir si cambiar o morir. El drogadicto siempre tiene la opción de seguir tomando drogas para sentirse mejor. Eso sólo tendrá un resultado al final a no ser que ocurran cambios profundos en poco tiempo. Hay muchos drogadictos que jamás han sentido la seguridad de una vida familiar llena de amor. Pocos han experimentado la bendición de ser amados y aceptados simplemente por lo que son. Es por eso que la iglesia necesita tomar el lugar de esa familia; ofreciendo no sólo aceptación sino también una disciplina amorosa. La iglesia debe ser una comunidad que cura, que comparte la esperanza del Evangelio a través de sus vidas y que da la bienvenida a las personas con problemas!



Foto: Jim Loring

Fumar: una costumbre fatal

por Isabel Carter

¿POR QUÉ incluir un artículo sobre el tabaco en un número destinado a la rehabilitación de drogadictos? ¿Acaso el fumar no es una costumbre social agradable? ¡Según la publicidad, el fumar nos ayuda a sentirnos en control de nuestras vidas, a relajarnos y nos hace más atractivos al otro sexo!

Ocho años de su vida

En realidad, el fumar es aparentemente una de las costumbres más peligrosas que podemos tener. Ninguna otra cosa que eligiésemos hacer en nuestras vidas, podría llegar a ser tan peligrosa para nuestra salud. El tabaco mata a una de cada cuatro personas y deja a muchas otras incapacitadas. Por lo general, el tabaco reduce la expectativa de vida en ocho años.

La OMS dice que unos 3 millones de personas mueren cada año a raíz de enfermedades relacionadas con el tabaco. Los efectos dañinos del tabaco tardan varios años en desarrollarse. No existe un efecto inmediato sobre la salud. Según los médicos expertos, los efectos dramáticos sólo se pueden observar en la tasa de mortalidad de un país, después de 25 años de un consumo creciente de cigarrillos en ese país. En los países en vías de desarrollo, entre el 40-60% de los hombres fuman, y entre el 2-10% de las mujeres. En los países industrializados, la proporción de hombres fumadores es más baja (30-40%) y la de mujeres, especialmente jóvenes, más alta (20-40%).

Las mujeres que fuman enfrentan mayores riesgos a su salud que los hombres. Además de cáncer y enfermedades del corazón, reducen su capacidad de tener hijos y hay más posibilidades de que tengan bebés anormales. Los niños de madres fumadoras tienden a ser más bajos, más lentos en el aprendizaje, y con más tendencia a infecciones del pecho. A su vez, es más probable que ellos también fumen.

Veneno

El cigarrillo contiene alquitrán y nicotina; ambos son venenos. La nicotina hace que el corazón lata más rápido, y es por eso, que después de fumar uno se siente con extra energía. Sin embargo, a su vez también dilata los vasos sanguíneos, provocando enfermedades del corazón más tarde en la vida.

El alquitrán puede causar cáncer, por lo general cáncer del pulmón. Causa también la tos del fumador. El alquitrán del cigarrillo se adhiere al interior de los pulmones, atrapando suciedades y bacterias. Los pulmones comienzan a irritarse e inflamarse resultando en la tos del fumador. Los pulmones quedan dañados y, por lo tanto, contraen pulmonía y bronquitis con más facilidad.

El fumar pasivo

No hay nada que moleste más a una persona que no fuma (especialmente si ha luchado para dejar de fumar) que fumar pasivamente. Esto sucede cuando se obliga a otras personas a inhalar el humo de cigarrillos de los fumadores mientras comparten el mismo autobús, tren u oficina. Se sabe ahora que el fumar pasivo daña la salud del no-fumador – sobre todo si inhala regularmente el humo de otras personas. Hasta la fecha, unos 40 países alrededor del mundo han prohibido fumar en el lugar de trabajo. Otros países están preparando acciones similares.

Adictos a la nicotina

¿Por qué hay tanta gente que sigue fumando? ¿Por qué hay tantas personas adictas a esta costumbre? Mucha gente ve el fumar como una costumbre social, desconociendo el hecho de que son adictos a la nicotina – la droga que contiene el tabaco. Los jóvenes fuman porque les hace sentir más grandes o porque fuman sus amigos. La venta de cigarrillos provee un ingreso enorme para los fabricantes. El tabaco es uno de los mayores cultivos de exportación – ocupando el octavo lugar en términos de

exportaciones agrícolas a nivel mundial. Sin embargo, la mayoría de los países en vías de desarrollo gastan mucho más en la importación de productos tabacaleros en comparación de lo que ganan por la exportación de la hoja cruda.

En algunos países industrializados, como resultado de la presión de grupos activistas, se ha prohibido toda publicidad de cigarrillos y la venta de cigarrillos que contienen alquitrán y nicotina. Lamentablemente, esto a menudo significa que hay más presión para la publicidad y el incremento de ventas de cigarrillos peligrosos en otros países, donde los respectivos gobiernos aceptan las bonificaciones prometidas por las compañías tabacaleras, ignorando los efectos sobre la salud nacional a largo plazo. Actualmente la venta de cigarrillos en los países en vías de desarrollo crece a un ritmo tres veces más alto de otros países.

Lo que no dicen los anuncios

Los anuncios fallan al no mostrar personas muriéndose de cáncer en los hospitales. Fallan al no explicar el daño que causan a la salud de los niños, además de la del fumador. Fallan al no mencionar lo desagradable que es el olor del humo viciado para el pelo y la ropa. Fallan en no mencionar que el fumar deja a los atletas cortos de respiración (aún cuando muchos eventos deportivos son patrocinados por compañías tabacaleras).

La buena noticia es que cuando uno deja de fumar a cualquier edad, mejora la expectativa de vida. ¿Cuántas personas conoce usted que fuman? ¿Están usted y sus amigos enterados del peligro que le puede causar a la salud más adelante en la vida? Haga lo que pueda para pasar el mensaje...

Fumar mata.



¿Sólo una costumbre social?

Foto: Greenleaf

Como plantar bambú

LA VALIOSA PLANTA DEL BAMBU tiene muchos usos. Sirve para transportar agua, como material de construcción, para la elaboración de muebles y para controlar la erosión en las orillas de los ríos. A pesar de esto, el bambú siempre escasea, ya que no suele ser cultivado por los agricultores. Crece simplemente como una planta silvestre. La mayoría de los diferentes tipos de bambú crecen de brotes que se desprenden de tallos subterráneos llamados rizomas. Al desarrollarse, los brotes pasan a formar tallos altos sobre la superficie del suelo.



Plantar con estacas* de rama

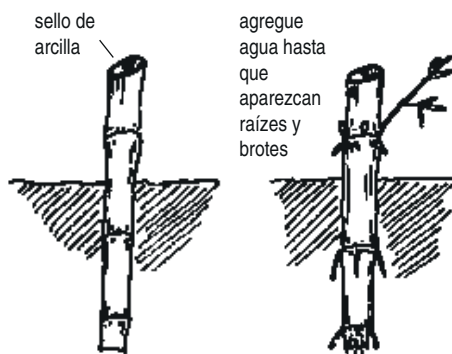
Si desea cultivar bambú, es importante utilizar los métodos correctos. Obtenga estacas de tallos altos provenientes de matas que no tengan más de tres años. Obtendrá los mejores resultados si usa estacas de la parte media del tallo. De un tallo de 10 metros obtendrán unos cuatro estacas.



Cada estaca deberá consistir de dos internudos completos y no dañados, y la mitad de un tercero.

Siembra

Plante la estaca lo antes posible luego de haberlas cortado, ya que son muy sensibles a los cambios bruscos, los



cuales pueden reducir su nivel de germinación hasta el punto del fracaso total. Las tierras arcillo-arenosas livianas son las más apropiadas para el cultivo del bambú.

Deje abundante espacio entre cada estaca sembrada. Plantelas verticalmente dejando que el internudo quede fuera de la tierra. Aplique un sello de arcilla húmeda al borde cortado del bambú sin cubrir el agujero totalmente. La arcilla actuará como desinfectante.

En este mismo agujero vierta dos tazas de agua. Agregue agua regularmente, hasta que los nudos de la estaca desarrollen raíces y brotes verdes.

Otros métodos

Puede usar también estacas más largas con cuatro o seis internudos (ver diagrama a continuación). Plante éstos horizontalmente luego de haber hecho un agujero en el internudo central. Mantenga este agujero lleno de agua hasta que los nudos produzcan raíces y brotes nuevos.

También se pueden hacer estacas utilizando los brotes que se desarrollan en los tallos del bambú. Estas estacas deben tener por lo menos dos internudos y medio.

Estos métodos pueden ser utilizados para el establecimiento de plantaciones comunales o en programas de reforestación. ¡Sigamos cultivando el bambú!



La información fue proporcionada por: Package 33 de Developing Countries Farm Radio Network, 40 Dundas St West, Box 12, Toronto M5G 2CZ, Canada.



* La palabra estacas varía de acuerdo a cada país, por ejemplo: rampollos, gajos, patillas, pies o hijos.

Publicado por



100 Church Rd, Teddington, TW11 8QE, Inglaterra
Directora: Isabel Carter, 83 Market Place, South Cave, Brough, N Humberside, HU15 2AS, Inglaterra