



“Cuidarse siempre está de moda”: SENDA lanza su campaña de verano con más de 500 actividades en todo el país

La iniciativa considera material para fomentar conductas de autocuidado al interior de las familias y gestión de riesgos para la población mayor de 18 años



Con una jornada llena de actividades recreativas y culturales en la Costanera de Frutillar, en la Región de Los Lagos, el Servicio Nacional para la Prevención y Rehabilitación del Consumo de Drogas y Alcohol (SEDA) dio inicio a su campaña de verano “Cuidarse siempre está de moda”.

La iniciativa busca promover la prevención, el autocuidado y la creación de entornos protectores durante el período estival, con más de 500 actividades programadas en todo el país entre el 15 de enero y el 25 de febrero de 2025.

El evento contó con la presencia de Natalia Riffo, directora nacional de SENDA; la delegada presidencial, Paulina Muñoz; el alcalde de Frutillar, Javier Arismendi; y la directora regional de SENDA Los Lagos, Maritza Canobra.

La directora de SENDA subrayó la importancia de fortalecer los lazos familiares como herramienta para prevenir el consumo de alcohol y otras drogas en niños, niñas y adolescentes. “Este verano queremos invitar a las familias a compartir más tiempo juntos, dialogar y participar en actividades que promuevan estilos de vida saludables. Este es un esfuerzo de Gobierno por contar con espacios protectores y seguros”, señaló.

Uno de los ejes principales de la campaña es fomentar el diálogo al interior de las familias, considerando que 2 de cada 5 estudiantes reconoce que tiene dificultades para hablar de temas personales

con sus cuidadores, según la Encuesta de Bienestar y Juventud. Para ello, se presentó la Guía de Autocuidado, dirigida a niños, niñas y adolescentes, que incluye recomendaciones prácticas y actividades familiares.

Otro foco es incentivar decisiones responsables en jóvenes mayores de 18 años respecto al consumo de alcohol y otras drogas. En este sentido, se presentó la Guía de Gestión de Riesgos, orientada a jóvenes mayores de 18 años, con herramientas para planificar salidas responsables y consejos útiles en caso de emergencia.

“Queremos que las personas mayores de 18 años gestionen los riesgos asociados al consumo de alcohol y otras drogas, que planifiquen sus salidas y tomen decisiones considerando estos riesgos. Lo importante es pasarlo bien, pero siempre cuidándose a sí mismos y a los demás”, agregó la directora de SENDA.

GUÍA DE AUTOCUIDADO PARA NIÑOS/AS Y ADOLESCENTES

Propone juegos en familia y actividades recreativas como para fortalecer habilidades sociales y ocupar el tiempo libre. Estos materiales también ofrecen consejos a padres, como dedicar tiempo para conversar con sus hijos y construir espacios de confianza, reforzando su rol en la prevención del consumo de alcohol y otras drogas.



GUÍA DE GESTIÓN DE RIESGOS PARA JÓVENES

Recomendaciones sobre cómo planificar cómo desplazarse hacia distintos lugares de manera segura, evitar mezclar sustancias y conocer los límites personales, complementados con números útiles

en caso de emergencia.

LANZAMIENTO

El lanzamiento en Frutillar incluyó stands informativos de instituciones

Continúa en página siguiente

Viene de página anterior

“Cuidarse siempre está de moda”: SENDA lanza su campaña de verano...

como la Seremi de Salud y la Subsecretaría de Prevención del Delito, talleres recreativos como pinta caritas y dibujo, circuitos deportivos, y presentaciones ar-



tísticas que destacaron una exhibición de Zumba Kids y un solista de saxofón.

Al respecto, la delegada presidencial de Los Lagos, Paulina Muñoz, destacó el llamado a promover una cultura de autocuidado: “Estamos haciendo un llamado a las familias a compartir y promover el autocuidado en la población joven, fortaleciendo también la incorporación de más deporte, cultura y vida sana para mejorar la calidad de vida de todos y todas”.

El alcalde de Frutillar, Javier Arismendi, valoró “que esta campaña se realice aquí, en nuestra playa. Este esfuerzo se suma a nuestras medidas para mejorar la seguridad en el borde costero y en toda la comuna, en colaboración con Carabineros y la Oficina Comunal de Seguridad Pública”.

Adicionalmente, SENDA habilitó un minisitio web con información detallada sobre las actividades y cursos de la campaña, disponible en www.senda.gob.cl.

