

Guía del Facilitador

DESCRIPCIÓN

Los estudiantes universitarios están en una edad en la que se encuentran vulnerables a comenzar a consumir medicamentos recetados de forma indebida—podemos cambiar esto aumentando la conciencia y creando un entorno universitario que garantice el uso seguro de medicamentos.

Los medicamentos recetados nos pueden ayudar a vivir vidas más largas y sanas, pero cualquier medicamento tiene el potencial de hacer daño, especialmente cuando se abusa de él. El mal uso de medicamentos recetados es uno de los problemas más urgentes referentes a la salud pública, siendo las sobredosis de drogas nuestra principal causa de muerte accidental.

Los jóvenes adultos pueden hacer mal uso de los medicamentos recetados para manejar sus vidas, con poca comprensión de las posibles consecuencias sociales, físicas, académicas, financieras y legales que conlleva hacerlo. Mientras que la mayoría de los estudiantes universitarios no abusan de los medicamentos recetados, hay estudios que indican que la edad media de la primera vez en que hacen mal uso de las mismas cae dentro de los tradicionales años de estudios universitarios. En consecuencia, ahora es el momento de cultivar un entorno universitario para el uso seguro de medicamentos.

Los recursos que ofrece la universidad de Generation Rx se enfocan en tres temas:

- 1 Recursos generales para el uso seguro de medicamentos:** estos recursos educan a los adultos jóvenes sobre cómo usar medicamentos de forma segura, enfatizando por qué es importante que incorporen estas prácticas a su vida diaria.
- 2 Recursos específicos para opioides recetados para aliviar el dolor:** estos recursos discuten cómo los opioides recetados pueden mediar la dependencia y la adicción, y le orientan sobre cómo usar estos medicamentos de forma segura, además de las acciones que debe tomar en caso de que ocurra una sobredosis.
- 3 Recursos específicos para estimulantes recetados:** estos recursos abordan los prejuicios comunes que existen en relación a los estimulantes recetados, le presenta destrezas para rechazar invitaciones al uso indebido, y recalca alternativas positivas para facilitar el éxito académico.



Creemos que los estudiantes de edad universitaria están listos para presentar estos recursos y compartir estos mensajes importantes a través de la educación entre pares. Y por supuesto, los miembros profesionales del personal pueden ser útiles en la educación de los estudiantes sobre estos asuntos. Como tal, lo que sigue es información para estudiantes o para el personal que presentará los recursos “Generation Rx University” en las universidades.

¿Qué información encontraré en esta guía del facilitador?

Esta guía del facilitador contiene información para presentar correctamente los recursos de Generation Rx University en las universidades. En esta guía encontrará:

- 1 Para Comenzar —**
una guía para ayudarle a planificar su programa.
- 2 Resumen de Actividades —**
un resumen del programa y de los materiales necesarios para cada actividad.
- 3 Carta de Introducción —**
una carta que los facilitadores comparten con los dirigentes de la organización que haya seleccionado para su programa. Esta carta está diseñada para ayudarle a introducir el propósito de su programa educativo y la importancia que tiene esta información. Un archivo editable se encuentra en línea en la *sección de Introducción*.
- 4 Guía para la sesión de preguntas y respuestas —**
un recurso para los facilitadores que contiene una lista de las preguntas más frecuentes que hacen los participantes del programa, con respuestas sugeridas.



PARA COMENZAR:

A continuación, encontrará una breve discusión de directrices con estas preguntas para ayudarle a planificar su programa educativo.

¿Quién es mi audiencia?

Los recursos Generation Rx University son adecuados para los jóvenes adultos y estudiantes de edad universitaria (18-25).

¿Quién puede presentar estos recursos?

Estos recursos están diseñados para la educación entre pares, pero cualquiera puede presentarlos. Los estudiantes profesionales en los campos de la salud, la farmacia o la medicina son recursos maravillosos y tienen ansias por hablar con otros de estos mensajes importantes, considere la posibilidad de asociarse con uno de ellos para presentar un programa en vivo.

¿Qué tipos de recursos educativos hay disponibles?

Se ofrecen tres tipos de recursos educativos:

- 1 **Actividades**—para la programación en vivo
- 2 **Videos**—para compartirse en plataformas digitales o para la programación en vivo
- 3 **Ayudas Visuales**—para publicar en áreas de alto tráfico



ACTIVIDADES

Se ofrecen tres actividades para los programas educativos en vivo—en esta sección se incluye información adicional para la presentación de estas actividades.

VIDEOS

Se ofrece un vídeo exclusivo para cada actividad o como recurso independiente. Considere compartirlas con los estudiantes por medio de las plataformas digitales, tales como el correo electrónico o las redes sociales.

AYUDAS VISUALES

Le invitamos a imprimir estos recursos y publicarlos en las áreas de alto tráfico dentro del recinto. Encontrará sugerencias sobre cómo maximizar sus usos en **GenerationRx.org**.

¿Se pueden personalizar estos recursos para mi colegio o universidad?

Existen las siguientes oportunidades para personalizar el contenido para su colegio o universidad:

- Modifique la información del presentador en la diapositiva de título de todas las actividades que utilicen PowerPoint®.
- Modifique la ayuda visual, "Para Asistencia", que se encuentra como archivo editable en **GenerationRx.org**. Lo invitamos a que personalice este cartel con recursos específicos del recinto para ayudar a los estudiantes a encontrar asistencia (por ejemplo, los centros de bienestar dentro del recinto, consejeros académicos, etc.).
- Igualmente, se encuentra una diapositiva titulada "¿Necesita ayuda? Utilice los Recursos del Recinto" entre las actividades que utilizan PowerPoint®. Los facilitadores pueden personalizar esta diapositiva con recursos específicos del recinto antes de usarlas en vivo con el programa.
- Tenga en mente que cualquier estadística que se presente viene de datos nacionales—si están disponibles, le invitamos a que en estas discusiones comparta estadísticas similares específicas a su colegio o universidad.



PREPARACIÓN

¿Dónde debo presentar un programa en vivo?

Hay un número de sitios lógicos donde puede presentar su programa. A continuación, le ofrecemos una lista de posibles contactos y lugares:

- Residencias estudiantiles (asesores residentes o directores de residencias)
- Organizaciones deportivas (entrenadores y administradores atléticos)
- Las organizaciones y clubes académicos (asesores del club, los líderes de las organizaciones)
- Fraternidades y sororidades (los líderes de dichas organizaciones)
- Orientaciones estudiantiles (administradores de programa)

¿Cómo puedo hacer los arreglos para un programa en vivo?

En un breve mensaje por correo electrónico o llamada telefónica, preséntese y explíqueles su interés en proveerles un programa educativo sobre la prevención del mal uso de medicamentos recetados. Considere prestarle a su contacto la 'Carta de Introducción' para ayudarle con dicho encuentro. Sea lo más flexible posible con las fechas de su evento, y enfatice su disponibilidad para adaptarse a sus necesidades. Por último, sea persistente, y no se desanime si no le responden de inmediato.

¿Cuál es el itinerario del programa para un programa en vivo?

Hay tres actividades disponibles para la programación en vivo—cada actividad también incluye un vídeo para que sea presentado. Le invitamos a seleccionar una de las actividades de la siguiente tabla y que siga este esquema para el itinerario del programa:

- 1 Presentar a los facilitadores
- 2 De ser posible, pedirle a los participantes que se presenten
- 3 Realizar la actividad seleccionada (consulte el "Perfil de Actividad" para asistencia)
- 4 Cerrar con una sesión de preguntas y respuestas (consulte la "Guía de Sesiones de Preguntas y Respuestas" para obtener ayuda)



ACTIVIDAD



EL VIDEO acompañante sobre GenerationRx.org

Universidad de GenerationRx
Juego de Trivia

Prácticas Seguras de
Medicación por Vida

Superando la Epidemia de
Opioides *actividad de discusión*

El Impacto del Mal
Uso de los Opioides
Recetados

El Impacto del Uso Indebido de
Estimulantes Recetados *actividad
dramatizada*

El Impacto del Mal
Uso de Estimulantes
Recetados

Sugerimos que los facilitadores planifiquen un programa de 1 hora—cada actividad requiere aproximadamente 45 minutos para presentar, dejando de 10 a 15 minutos para una sesión de Preguntas y Respuestas. Todas las actividades pueden presentarse ante cualquier tamaño de audiencia. Para maximizar la participación y el debate, considere la posibilidad de dividir a los participantes en pequeños grupos de 4 a 6 personas, o pida a los participantes que se asocien con alguien sentado junto a ellos para discutir cualquiera de las preguntas presentadas. Finalmente, los requisitos tecnológicos incluyen acceso a internet para ver los vídeos, así como el acceso a una computadora con Microsoft PowerPoint® para las primeras dos actividades en la lista.

¿Hay algo que no deba hacer?

- Simplemente no "sermonee" a los estudiantes universitarios—involúcrelos en su programa, haciéndoles preguntas y alentando la participación de la audiencia. Intente aplicar estas tácticas para maximizar la discusión:
 - **Piensen/Discutan/Compartan**—aliente a los participantes a que primero piensen por sí mismos sobre cada pregunta presentada. Entonces, discutan la pregunta con un compañero o en un grupo pequeño. Finalmente, pida a los participantes que compartan el consenso del grupo con los demás en la audiencia.
 - **Intercambio de tarjetas con notas**—compre unas tarjetas de índice pequeñas. Distribuya varias de las tarjetas a cada participante. Luego de hacer una pregunta, pida a cada participante que escriba su respuesta en una tarjeta. Cada participante debe entonces intercambiar sus tarjeta con otro individuo—este "intercambio" se debe repetir de 3 a 4 veces. Una vez que se termine el intercambio, pida a los participantes que formen grupos pequeños para discutir las respuestas en sus tarjetas. ¿Están de acuerdo o no con los pensamientos escritos? Anime a los grupos pequeños a que compartan sus pensamientos con el grupo entero. Esta estrategia funciona mejor con preguntas que generan diferentes opiniones o respuestas.



PREPARACIÓN

- No "glamorice" el uso indebido de medicamentos recetados, que incluye hablar sobre los "beneficios" del abuso de los medicamentos, como la pérdida de peso o el aumento en la energía.
- No sugiera que la mayoría de los jóvenes adultos abusan de los medicamentos recetados. Estudios recientes sugieren que en promedio, sólo 1 de cada 4 jóvenes adultos (aproximadamente el 25%) han abusado de medicamentos recetados —aún menos son aquellos que los hacen regularmente (McDaniel (2015). Centro de Estudios sobre la Vida Estudiantil (Center for the Study of Student Life), Universidad Estatal de Ohio).
- Cuando hable sobre los peligros del mal uso de medicamentos recetados, no implique que el peligro consiste en tomar medicamentos recetados. Lo que estamos tratando de evitar es el uso de estos medicamentos por razones ajenas a la medicina, su uso sin haber sido recetados por un médico, o su uso en formas distintas a las recetadas.

¿Si no puedo presentar un programa en vivo, aún puedo crear conciencia?

¡Sí! Le invitamos a considerar las siguientes opciones:

- Difunda los mensajes principales de cada actividad a través de las redes sociales;
- Comparta los recursos de vídeo por medio de correos electrónicos u otras plataformas digitales;
- Difunda o publique las ayudas visuales en áreas de alto tráfico.

PERFIL DE LA ACTIVIDAD

1 Juego de Trivia de la Universidad de Generation Rx

PREVIO AL PROGRAMA:

- Descargue e imprima los puntos de conversación para el facilitador (1 copia por facilitador)

DURANTE EL PROGRAMA:

- Asegúrese de que la computadora que usted está usando para dar la presentación esté conectada al internet
- Acceda al video, *Prácticas Seguras de Medicamentos por Vida (Safe Medication Practices for Life)*, en GenerationRx.org

- Acceda a la presentación de PowerPoint®, *Juego de Trivia de Generation Rx University*

- Realice la actividad usando los puntos de conversación como guía—los puntos de conversación le indicarán que reproduzca el vídeo en un momento específico durante la actividad.

2 Cómo Superar la Creciente Epidemia de Opioides actividad de discusión

PREVIO AL PROGRAMA:

- Descargue e imprima los puntos de conversación para el facilitador (1 copia por facilitador)

DURANTE EL PROGRAMA:

- Asegúrese de que la computadora que usted está usando para dar la presentación esté conectada al internet
- Acceda al video, *El Impacto del Mal Uso de los Opioides Recetados (The Impact of Misusing Prescription Opioids)*, en GenerationRx.org
- Acceda a la presentación de PowerPoint®, *Cómo Superar la Epidemia de Opioides (Rising Above the Opioid Epidemic)*
- Realice la actividad usando los puntos de conversación como guía—los puntos de conversación le indicarán que reproduzca el vídeo en un momento específico durante la actividad.

3 El impacto del uso indebido de estimulantes recetados actividad dramatizada

PREVIO AL PROGRAMA:

- Descargue e imprima los puntos de conversación para el facilitador (1 copia por facilitador)
- Descargue e imprima las escenas de *El Impacto del Uso Indebido de Estimulantes Recetados (The Impact of Misusing Prescription Stimulants)*—vea los puntos de conversación del facilitador para determinar el número correcto de copias.

DURANTE EL PROGRAMA:

- Asegúrese de que la computadora que usted está usando para dar la presentación esté conectada al internet
- Acceda al video, *El Impacto del Uso Indebido de Estimulantes Recetados (The Impact of Misusing Prescription Stimulants)*, en GenerationRx.org
- Realice la actividad utilizando los puntos de conversación como guía—los puntos de conversación le indicarán cuándo iniciar el vídeo al principio de la actividad.



CARTA DE INTRODUCCIÓN

Estimado (inserte el nombre del líder),

¡Saludos! Mi nombre es (inserte su nombre) y soy un estudiante de (inserte el colegio o la universidad), así como un promotor de Generation Rx—una iniciativa educativa a nivel nacional para promover prácticas seguras en el uso de medicamentos en un esfuerzo para prevenir el mal uso de medicamentos recetados. Generation Rx es posible a través de una alianza entre el Cardinal Health Foundation y el Colegio de Farmacia de la Universidad Estatal de Ohio. Como el embajador de esta iniciativa, le escribo para establecer una comunicación y solicitar su permiso para presentar un programa educativo para los estudiantes de su organización sobre el uso seguro de medicamentos.

¿Por qué es importante enseñar a los estudiantes cómo usar medicamentos de forma segura? Es verdad que los medicamentos recetados pueden ayudarnos a vivir vidas más largas y sanas, pero cualquier medicamento tiene el potencial de hacer daño—especialmente cuando se abusa del mismo. El mal uso de medicamentos recetados es uno de los problemas más urgentes referentes a la salud pública, siendo las sobredosis de drogas nuestra principal causa de muerte accidental. Los jóvenes adultos pueden hacer mal uso de los medicamentos recetados para manejar sus vidas, con poca comprensión de las posibles consecuencias sociales, físicas, académicas, financieras y legales que conlleva hacerlo. Mientras que la mayoría de los estudiantes universitarios no abusan de los medicamentos recetados, hay estudios que indican que la edad media de la primera vez en que hacen mal uso de las mismas cae dentro de los tradicionales años de estudios universitarios. Por lo tanto, ahora es el momento de cultivar un entorno universitario para el uso seguro de medicamentos.

El programa educativo incluye actividades interesantes y participativas que se concentran en enseñarles a los estudiantes universitarios a usar prácticas seguras de medicación, así como técnicas para rechazar la invitación al uso indebido y a que se involucre en alternativas positivas. También habrá una oportunidad para que la audiencia participe en una sesión de Preguntas y Respuestas.

¿Usted me ayudaría a cultivar un entorno universitario para el uso seguro de medicamentos? He incluido mi información de contacto a continuación. Favor de comunicarse conmigo, a su conveniencia, para discutir más a fondo esta oportunidad. Para más información sobre Generation Rx, favor de visitar GenerationRx.org.

Información de Contacto: *(Insertar información de contacto)*

Esperamos recibir noticias tuyas.

¡Gracias previas por su tiempo y apoyo!

Sinceramente,
(Insertar firma)





SESIÓN DE GUÍA PARA LAS PREGUNTAS Y RESPUESTAS

Tras la terminación de su programa, le invitamos a ofrecerles a los participantes la oportunidad de hacer preguntas. A continuación, encontrará una lista de las preguntas más frecuentes que los participantes del programa hacen, con respuestas sugeridas.

Se recomienda que imprima este documento y lo traiga consigo al programa para usarlo de referencia durante la sesión de preguntas y respuestas.

¿Dónde puedo encontrar más información sobre...?

GenerationRx.org es un excelente recurso para obtener más información relacionada al mal uso de medicamentos recetados. Lo que sigue es un ejemplo de la información que se puede encontrar en la sección 'Aprender' de GenerationRx.org, incluyendo enlaces a otros sitios web relacionados a estos temas:

- Pautas para el almacenamiento y desecho de medicamentos
- Cursos o juegos en línea
- Los signos y síntomas comunes que ayudan a reconocer el abuso
- Recursos para localizar centros de tratamiento para trastornos de abuso de sustancias
- Pasos para tomar acción en caso de una sobredosis
- Instrucciones de cómo usar y tener acceso a la naloxona como un agente de rescate en caso de una sobredosis de opioides

¿Dónde encuentro recursos para educar a otros?

La **Sección de Acciones** a Tomar en **GenerationRx.org** contiene recursos gratuitos, listos para usar, y adecuados a la edad, para educar a personas de todas las edades en su comunidad

(incluyendo a niños, adolescentes, estudiantes universitarios, profesionales, pacientes y ciudadanos de la tercera edad).

¿Cómo debo intervenir si sospecho que un amigo o miembro de la familia está abusando de medicamentos recetados? ¿Qué debo hacer?

Generación Rx se concentra en estrategias educativas para prevenir el mal uso de medicamentos recetados. Para encontrar los recursos de intervención, le invitamos a consultar los recursos del recinto identificados en la siguiente pregunta o a uno de los siguientes recursos:

Asociación para Niños Libres de Drogas: www.drugfree.org/resources

Clínica Mayo: <http://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/mental-illness/in-depth/intervention/art-20047451>

¿Cómo consigo ayuda?

Si piensa que usted o alguien a quien usted conoce, podría tener un problema, use los recursos del recinto para encontrar ayuda. Estos recursos incluyen centros de salud y bienestar para estudiantes, los programas de recuperación del servicio de asesoría del recinto, colegio o universidad, y consejeros académicos. *Nota al Facilitador: para cada una de estas categorías de recursos, le invitamos a que comparta los recursos específicos del recinto con los estudiantes.*

Además, hable con su proveedor de servicios de salud. Estos podrían referirle a especialistas médicos, centros de tratamiento o proveedores de tratamiento asistido por medicamentos que le puedan ayudar.

La Administración de Servicios para el Abuso de Sustancias y la Salud Mental de EE. UU. también ofrece un Localizador de Servicios de Tratamiento para la Salud Conductual para personas que buscan centros que ofrezcan tratamiento para el abuso de sustancias y los problemas de adicción.

Visite www.findtreatment.samhsa.gov, o llame a la línea directa al 1.800.662.HELP para encontrar el centro de ayuda más cercano.

GenerationRx.org

Síganos en @TheGenRx



Traído a usted por:



THE OHIO STATE UNIVERSITY
COLLEGE OF PHARMACY



CardinalHealth™
FOUNDATION