

VIEIRO

GALICIA | AÑO 35

93

JULIO 2026

PLAN NACIONAL SOBRE DROGAS

XISCA SURELLA LLULL

Delegada del Gobierno de España para
el Plan Nacional Sobre Drogas



ASOCIACIONISMO

LUCIANO POYATO

Presidente UNAD



GALICIA

JAIME FRAGA

Jefe de Prevención de Conductas Adictivas
Xunta de Galicia





HIERROS VARELA URBIETA

Oxicorte y plasma HD - Corte de perfiles

Corte y plegado de chapa - **Biselado** - Punzonado

PANEL  EDIDA

Panel Sandwich para **cubiertas** y **fachadas**

Para **casas** y **naves** - **Especiales** y de **lana de roca**

981 700 700

www.hvu.es

www.panelamedida.com

Polígono Industrial de Bértoa—15.105 CARBALLO (A Coruña)

VIEIRO'93

GALICIA | AÑO 35
JULIO 2026



18 ASOCIACIONISMO

Luciano Poyato



32 PREVENCIÓN

Isabel Caballos



37 CONSUMO

Ana Suárez



60 TRÁFICO

Carlos Nicolás



SUMARIO

CARTA DIRECTOR

Literatas 2026, Josefina Rey 4

ADICCIONES EN ESPAÑA

Delegada PNSD 7

CONSUMO EN GALICIA

Jaime Fraga 13

ASOCIACIONISMO

Luciano Poyato 18

CONVENIO XUNTA

Consejería de Sanidad 23

CONVENIO DIPUTACION

Diputación A Coruña 24

CONVENIO AYUNTAMIENTO

Ayuntamiento de Carballo 27

COLABORACIONES

Fundación Luis Calvo 28

COLABORACIÓN

Ayuda CaixaBank 31

PREVENCIÓN

Isabel Caballos 32

CONSUMO

Ana Suárez 37

ANIVERSARIO

Asociación Érguete 43

VAPERS Y TABACO

Andrea Vecino 46

SERVICIO VIEIRO

Información, atención y asesoramiento 53

JURÍDICO

Servicio atención jurídica 57

TRÁFICO

Carlos Nicolás 60

VIVIR CONECTADOS

Jota Llorente 73

ESTADO DE CUENTAS

Balance 2025 74

7 ADICCIONES ESPAÑA

Delegada PNSD



VIEIRO

REVISTA GRATUITA

PRESIDENTA Josefina Rey Baldomir

DIRECTOR Xosé María Arán Rodríguez

EDITA Asociación Vieiro

Depósito Legal C-1727/92

ISSN 1138-3933

REDACCIÓN Y ADMINISTRACIÓN

Rúa Xazmíns, n.º 2 - baixo

15100 CARBALLO (A Coruña)

Tel.: 981 756 161

e-mail: vieiro@vieiro.org

Web: www.vieiro.org

IMPRIEME Imprenta MUNDO

Tel.: 981 64 99 00

www.imprentamundo.com

Vieiro está integrada en:



VIEIRO, no se hace responsable de la opinión de sus colaboradores/as en los trabajos publicados. No se permite la reproducción total o parcial del contenido de esta revista.

CARTA DEL DIRECTOR

Xosé María Arán Rodríguez
Director Revista Vieiro y
responsable de comunicación



FINA REY BALDOMIR RECIBE EL RECONOCIMIENTO LITERATAS 2026 POR SU COMPROMISO SOCIAL Y EDUCATIVO

La presidenta de Vieiro fue distinguida con el premio Literatas 2026 por la Fundación Eduardo Pondal de Ponteceso A Coruña, en el Día Internacional de la Mujer. Desde Vieiro felicitamos a nuestra presidenta por su incansable labor social. El galardón reconoce la labor colectiva de prevención de las adicciones que desarrolla la entidad.

La presidenta de la asociación Vieiro, Fina Rey Baldomir, fue una de las personas reconocidas en la gala **Literatas 2026**, a mujeres destacadas por su compromiso social, cultural y literario; celebrada en la sede de la Fundación

Eduardo Pondal, en un acto que reunió autoridades, representantes institucionales y público asistente coincidiendo con la conmemoración del Día Internacional de la Mujer.

Fina Rey Baldomir, recibió el premio de la mano del alcalde de Carballo, Daniel Pérez López. Junto a ella también fueron reconocidas Teresa Ferreira Lavandeira, Manuela Ures Blanco, Isabel Freijeiro García y Concha Seoane López, con entregas realizadas por representantes institucionales de Vimianzo, Ponteceso, Malpica de Bergantiños y Cee.

Un reconocimiento compartido con el equipo de Vieiro

Durante su intervención, Fina Rey Baldomir recogió la distinción "con sincera humildad y profunda gratitud", confesando sentirse "sorprendida" por compartir este galardón con mujeres a las que definió como referentes por su compromiso social.

La presidenta de Vieiro quiso dejar claro que el premio trasciende el ámbito personal y que representa al trabajo colectivo de la entidad. "Este es, sin duda, un reconocimiento al compromiso colectivo del proyecto de Vieiro", señaló, agradeciendo especialmente la labor de todo el equipo de voluntarios y colaboradores que participan en la iniciativa.



"La raíz de todo bien crece en la tierra de la gratitud". Gracias Fina por ser la tierra que forma nuestro vieiro.

Fina Rey Baldomir recibe el premio "Literatas 2026"

GRUPO BERGANTIÑOS

TANATORIOS

24 Horas CARBALLO
981 70 15 05

24 Horas CEE
981 74 60 30

*"El que no ejerza con profesionalidad,
no tiene futuro.."*



CREMATORIO CARBALLO - Telf. 981 70 15 05

A XUNQUEIRA - Telf. 981 74 60 30

BERGANTIÑOS - Telf. 981 70 15 05

CABANA - Telf. 981 75 41 65

CARNOTA - Telf. 981 85 73 31

FISTERRA - Telf. 981 74 05 82

LARACHA - Telf. 981 60 58 58

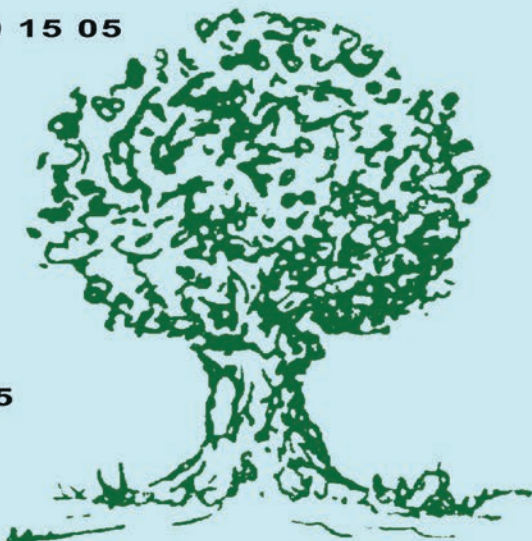
MALPICA - Telf. 981 72 09 23

MUROS - Telf. 981 74 60 30 - 981 86 89 05

MUXIA - Telf. 981 74 24 19

PONTECESO - Telf. 981 71 46 39

PONTE DO PORTO - Telf. 981 73 03 14



PREVENTIVA, S.A.

Para estar seguro

**Decesos, vida, jubilación, accidentes, coches, motos,
invalidez, hogares, comercio, comunidades, etc.**

Atención al cliente las 24 horas: 981 70 15 05

grupobergantininos@asforber.com
info@tanatoriosgrupobergantininos.com
tanatorioxunqueira@gmail.com
www.tanatoriosgrupobergantininos.com

*Protege lo que
más quieres*



**Mejorar la salud y el bienestar
de nuestros pacientes
es nuestro principal objetivo**

Odontología General
Endodoncia
Implantes
Odontopediatría
Periodoncia

Ortodoncia
Cirugía Maxilofacial
Fisioterapia ATM
Logopedia

**NUEVAS
INSTALACIONES**



**C/ Camiño Novo, nº 17 - Carballo
981 756 511 - www.ortodix.es**



ADICCIONES EN ESPAÑA

Xisca Surella Llull
Delegada del Gobierno de España
para el Plan Nacional Sobre Drogas

LA SITUACIÓN ACTUAL DE LAS DROGAS EN ESPAÑA: AVANCES, TENDENCIAS Y RETOS

España cuenta con una trayectoria de más de cuatro décadas de políticas públicas en materia de drogas basadas en la evidencia, la coordinación institucional y la colaboración con el tercer sector. Estas últimas entidades han desempeñado un papel imprescindible, tanto en la prevención como en la atención integral y multidisciplinar de las personas afectadas y en su incorporación social.

Por ello, **quiero comenzar este artículo reconociendo el trabajo de entidades como la Asociación Vieiro, que desde hace años desarrolla una labor ejemplar en las comarcas de Bergantiños, So-**



neira y Fisterra. Su esfuerzo en la prevención y en la atención a las personas con adicciones, sus familias y personas allegadas, y en la defensa de sus derechos, refleja el valor del trabajo comunitario y la importancia de la colaboración entre las instituciones públicas y las organizaciones sociales.

Desde la Delegación del Gobierno para el Plan Nacional sobre Drogas trabajamos para promover políticas basadas en la evidencia que contribuyan a mejorar la salud de la población y reducir los daños asociados al consumo de sustancias y a otras conductas adictivas, situando siempre a la persona en el centro y actuando desde una perspectiva de salud pública, equidad y derechos humanos. Para poder diseñar estas políticas es imprescindible conocer bien la realidad. Para ello, contamos con el Observatorio Español de las Drogas y las Adicciones (OEDA) que realiza encuestas poblacionales, trabaja con indicadores y con el Sistema Español de Alerta Temprana, todo lo que nos permite analizar ten-

dencias, anticipar riesgos y orientar políticas basadas en la evidencia.

Los datos más recientes dibujan un escenario complejo, en el que conviven avances significativos con nuevos desafíos. Por un lado, observamos descensos o estabilización en varios consumos entre la población joven y adulta; por otro, persisten prevalencias elevadas en sustancias como el alcohol y el cannabis, aparecen nuevas formas de consumo y cobran cada vez mayor relevancia las adicciones comportamentales. Comprender esta realidad en toda su complejidad es fundamental para seguir avanzando hacia una sociedad más saludable y más informada.

LA SITUACIÓN ENTRE ADOLESCENTES • ESTUDES 2025

La encuesta ESTUDES 2025, realizada a más de 35.000 estudiantes de 14 a 18 años, muestra una tendencia global de descenso o estabilización del consumo de todas las sustancias psicoactivas, tanto legales como ilegales. Observamos un descenso importante en el consumo de tabaco y cannabis pasando de prevalencias de consumo en los últimos 12 meses del 27,7% al 21,2% en el caso del tabaco y del 21,8% al 15,5% para el cannabis. Aunque también existe una disminución del consumo de cigarrillos electrónicos en los últimos 12 meses, las prevalencias de este consumo siguen siendo altas (más del 40% de los estudiantes los han utilizado). No podemos obviar tampoco que la prevalencia del consumo de alcohol sigue siendo alta en este sector de población: el 73,9% lo ha probado alguna vez y el 51,8% lo ha consumido en los últimos 30 días. Además, sigue siendo la sustancia con menor riesgo percibido entre los y las adolescentes y aquel por el cual los adolescentes declaran mayor accesibilidad.

Además de los datos comentados, quiero resaltar dos aspectos importantes. Uno de ellos es las diferencias que observamos por sexo: las chicas presentan mayores prevalencias en alcohol, tabaco o hipnosedantes, mientras en los chicos está más extendido el consumo de drogas ilegales. Estas diferencias obligan a incorporar de manera transversal la perspectiva de género en todas las políticas. Otro aspecto clave a tener en cuenta son las adicciones sin sustancia: en las últimas encuestas hemos observado un aumento de la prevalencia de juego de azar online y presencial en los chicos (se estabiliza en el caso de las chicas) y medimos por primera vez el uso problemático de redes sociales, encontrando prevalencias del 15,7% en chicas y del 14,9% en chicos.



ADOLESCENTES • ESTUDES 2025		ESTUDIANTES 14-18 AÑOS		
SUSTANCIA	EDICIÓN ANT.	2025	TEND.	
Tabaco (últ. 12 m)	27,7%	21,2%	Baja	
Cannabis (últ. 12 m)	21,8%	15,5%	Baja	
Cigarrillos electrónicos (alguna vez)	—	+40%	alta	
Alcohol (lo ha probado)	—	73,9%	·	
Alcohol (últ. 30 días)	—	51,8%	·	

Más de 35.000 estudiantes. El alcohol sigue siendo la sustancia con menor riesgo percibido y mayor accesibilidad declarada entre los adolescentes.



GRUPODIMOLK

*Calidad que se nota,
confianza que se queda.*

En Grupo Dimolk
conducimos contigo.

Encuentra tu
**VEHÍCULO de
OCASIÓN** al
mejor precio en
Grupo Dimolk.



ESCANÉAME



DIMOLK



NISSAN ANTAMOTOR

ISUZU

DIMOLK
ocasión

www.grupodimolk.com



620 354 597





ENERGÍA RENOVABLE

1 Respetuosa con el medio ambiente

2 Fuente de energía inagotable

3 Imprescindible para combatir el cambio climático

POR UN PLANETA MÁS SOSTENIBLE



GARAYSA®



© INMA FLORES

LA POBLACIÓN ADULTA • EDADES 2024

La encuesta EDADES 2024, realizada a población de 15 a 64 años, confirma que el alcohol (76,5%), el tabaco (36,8%) y el cannabis (12,6%) son las sustancias con mayor prevalencia en los últimos 12 meses. El consumo de alcohol se mantiene estable respecto a 2022, aunque aumenta ligeramente el consumo diario (10,5%). El consumo intensivo (binge drinking) afecta al 16% de la población y se concentra en jóvenes adultos. Aunque el tabaco continúa descendiendo, seguimos observando prevalencias de consumo diario un poco por encima del 25%. Por el contrario, el uso de cigarrillos electrónicos ha aumentado de forma notable en los últimos años, casi duplicándose respecto a 2020. El cannabis muestra una tendencia creciente en población adulta en comparación con ediciones anteriores, consolidándose como la droga ilegal más extendida. Especial atención merecen los hipnosedantes y analgésicos opioides, cuyo consumo es más frecuente en mujeres y en personas de mayor edad. Se trata de consumos menos visibles, a menudo medicalizados, que exigen estrategias específicas de vigilancia, prescripción prudente y abordaje sin estigmas.

RETOS Y PRIORIDADES PARA LA NUEVA ESTRATEGIA NACIONAL SOBRE ADICCIONES

La situación actual muestra avances importantes, pero también desafíos complejos y cambiantes. Nuestra responsabilidad es anticiparnos, evaluar lo que hacemos y reforzar aquello que ha demostrado funcionar. Solo así podremos avanzar hacia una sociedad más saludable, más segura y más justa.

Abordar el fenómeno de las drogas y las adicciones exige una mirada amplia y sostenida en el tiempo. Los resultados de las encuestas nos recuerdan que se trata de una realidad dinámica, que evoluciona con la sociedad y que requiere respuestas igualmente adaptativas.

Estamos trabajando ahora en la Nueva estrategia de Adicciones que va a marcar las políticas en adicciones de los próximos 8 años. Los datos presentados nos ayudan a plantearnos alguna de las prioridades y retos que deberemos abordar.

Uno de ellos, es conseguir que el Proyecto de Ley de Alcohol y Menores salga adelante. Hemos visto como el alcohol sigue estando normalizado en nuestra población. Los datos de consumo de alcohol entre adolescentes siguen siendo altos. La medida tiene como objetivos contribuir a la desnormalización del consumo de alcohol y aumentar la percepción del riesgo asociado a su consumo para así prevenir el consumo de alcohol en menores de edad.

16%

Consumo intensivo de alcohol (binge), concentrado en jóvenes adultos.

EDADES 2024

15,7%

Uso problemático de redes sociales en chicas (14,9% en chicos).

ESTUDES 2025 · 1ª medición

10,5%

Consumo diario de alcohol en población adulta.

EDADES 2024

Los datos también indican que debemos atajar las adicciones comportamentales como la ludopatía o el uso problemático de las redes sociales. Para ello será imprescindible no solo vigilar y monitorizar los datos sino diseñar estrategias preventivas basadas en la evidencia, fomentar la extensión de programas de prevención que han demostrado su eficacia en el ámbito escolar y familiar y avanzar y mejorar la coordinación para mejorar la formación, el diagnóstico precoz y la atención integral de estas adicciones.

Señalar que debemos tener en cuenta también la perspectiva de género, dada la evolución diferencial de los consumos en drogas de manera general y la creciente complejidad de los perfiles de riesgo, sin olvidarnos de las barreras aún existentes en el acceso a los servicios públicos. Las encuestas nos indican un mayor consumo de hipnosedantes y analgésicos opioides en mujeres que en hombres. Va a ser fundamental considerar de modo efectivo la perspectiva de género a la hora de plantear estrategias de prevención

y tratamiento y también en el diseño de futuras políticas, teniendo en cuenta que son consumos menos visibles y con mayor estigma.

Finalmente, quería resaltar que ninguna estrategia pública puede desarrollarse con éxito sin el compromiso de la sociedad. El trabajo que realizan entidades como la Asociación Vieiro es un ejemplo claro de cómo la intervención cercana, el conocimiento del territorio y la atención directa a las personas marcan la diferencia. Las organizaciones del tercer sector han sido históricamente una pieza clave en la respuesta frente a las adicciones en nuestro país y siguen siendo hoy un aliado imprescindible para las administraciones públicas.

Continuar fortaleciendo esta colaboración, compartiendo conocimiento y sumando esfuerzos será esencial para afrontar los retos que tenemos por delante y para seguir avanzando hacia una sociedad más saludable, más justa y más consciente de los riesgos asociados a las adicciones.

Ninguna estrategia pública puede desarrollarse con éxito sin el compromiso de la sociedad. El trabajo de entidades como la **Asociación Vieiro** demuestra cómo la intervención cercana, el conocimiento del territorio y la atención directa a las personas marcan la diferencia. El tercer sector sigue siendo hoy un aliado imprescindible para las administraciones públicas.



© INMA FLORES



LA LEY 6/2025, UNA NORMA NECESARIA PARA MEJORAR LA SALUD DE LA JUVENTUD GALLEGA

La Ley 6/2025, de 23 de diciembre, de protección de la salud de las personas menores y prevención de las conductas adictivas, es una norma impulsada por la Xunta de Galicia y aprobada por el Parlamento de Galicia con el objetivo principal de cuidar la salud de la infancia y de la adolescencia frente a los riesgos derivados del consumo de sustancias adictivas y de otras conductas que pueden generar dependencia. Se trata de una ley pensada no solo para las personas menores de edad, sino también para la sociedad en su conjunto, ya que busca cambiar hábitos, actitudes y percepciones que están muy normalizadas.

¿POR QUÉ ERA NECESARIA ESTA LEY?

La infancia y la adolescencia son etapas clave del desarrollo físico, emocional y social. Durante estos años, el cerebro aún está en proceso de maduración, por lo que el consumo de alcohol, tabaco, cannabis u otras sustancias, así como ciertas conductas adictivas, pueden tener consecuencias especialmente graves y duraderas.

En Galicia, como en el resto del Estado, el consumo de alcohol sigue estando socialmente bien valorado y muchas veces se minimizan sus efectos. Lo mismo ocurre con el tabaco, con los cigarros electrónicos o con las bebidas energéticas, cada vez más presentes entre la gente joven. A esto se suman nuevas realidades, como el juego con dinero, los videojuegos o el uso excesivo de las redes sociales y de las tecnologías digitales, que pueden provocar problemas escolares, familiares, sociales y de salud mental.

Ante esta situación, la ley propone una respuesta amplia y coordinada, basada en la prevención, en la educación y en la limitación del acceso de las personas menores a productos y actividades nocivas. No se trata solo de prohibir, sino de informar, sensibilizar y ofrecer alternativas saludables.

¿QUE REGULA LA LEY 6/2025?

La ley establece un marco general para prevenir las conductas adictivas en menores de edad y para avanzar en la desnormalización social de las mismas. Para eso, actúa en varios ámbitos al mismo tiempo:

- + *La promoción de estilos de vida saludables.*
- + *La educación para la salud desde la infancia.*
- + *La prevención de las adicciones con y sin sustancia.*
- + *El control de la venta, de la publicidad y del consumo de bebidas alcohólicas y energéticas, los productos del tabaco y productos relacionados y el cannabis.*
- + *La coordinación entre las distintas administraciones públicas.*
- + *La inspección y el régimen sancionador para garantizar el cumplimiento de la norma.*

La ley se aplica a todas las actuaciones que se desarrollen en el territorio de Galicia, tanto públicas como privadas, siempre dentro de las competencias de la Comunidad Autónoma.

LOS PRINCIPIOS QUE INSPIRAN LA LEY

Uno de los aspectos más importantes de la norma son los principios que la guían. La ley parte de la idea de que la protección de la salud de las personas menores es una responsabilidad compartida entre las administraciones públicas, las familias, la comunidad educativa, los profesionales sanitarios y la sociedad en su conjunto.

Entre estos principios destacan:

- + *La prioridad de la prevención frente a la intervención.*
- + *La promoción activa de estilos de vida saludables.*
- + *La implicación de las familias como elemento clave en la educación y en la prevención.*
- + *La participación de la comunidad y de la juventud.*
- + *La atención especial a las personas menores en situación de vulnerabilidad.*
- + *La coordinación entre administraciones para evitar duplicidades.*
- + *El uso de la evidencia científica para diseñar las políticas públicas.*

PROMOVER LA SALUD DESDE EDADES TEMPRANAS

Una parte fundamental de la ley se centra en la promoción de la salud. Esto significa ayudar a las personas, especialmente a las más jóvenes, a adquirir conocimientos, habilidades y actitudes que les permitan tomar decisiones saludables.

En este sentido, la ley apuesta por campañas informativas y formativas que expliquen de manera clara los riesgos asociados al consumo de alcohol, tabaco, cannabis, bebidas energéticas y otras sustancias. También se busca aumentar la percepción de riesgo, ya que muchas de estas conductas son vistas como poco peligrosas cuando, en realidad, pueden tener consecuencias graves.

La familia ocupa un lugar central en esta estrategia. La ley reconoce el papel de las madres, padres y personas tutoras como principales referentes de las personas menores y promueve su formación para que puedan establecer límites, comunicarse mejor con sus hijos e hijas y detectar señales de alerta.

PREVENIR LAS ADICCIONES SIN SUSTANCIA

Una de las novedades más destacadas de la Ley 6/2025 es la atención que presta a las adicciones sin sustancia. Aunque solo están reconocidos como trastornos en las clasificaciones internacionales el juego patológico y el trastorno por uso de videojuegos, la ley tiene en cuenta esta problemática, así como el uso excesivo de las tecnologías digitales y las redes sociales.

En este ámbito, se promueve un ocio creativo y saludable, en el que el juego y la tecnología tengan un lugar equilibrado, sin desplazar otras actividades fundamentales como el estudio, el deporte, el descanso o las relaciones sociales.

La norma también impulsa la formación del profesorado, del personal sanitario y de otros profesionales para detectar situaciones de riesgo e intervenir de manera temprana. Además, se fomenta el uso de herramientas como el control parental y los sistemas de clasificación de contenidos.

La escuela, la comunidad y la sanidad como espacios clave.



ASESORIA  *ERVANTES*



**FISCAL
LABORAL
MERCANTIL**

Rúa Gran Vía, 23-25, 1º • Telf.: 981 70 27 55 • Fax: 981 70 26 85 • 15100 CARBALLO



aluger e venda de maquinaria
andamio europeo - plataformas elevadoras

981 75 55 05 - 981 75 57 20
Rúa do Cobre, Par. A5/A6 - 15105 CARBALLO
www.reneymar.com

La prevención de las conductas adictivas no se limita a un único ámbito. La ley identifica varios espacios prioritarios de intervención:

- + *El ámbito educativo, integrando la educación para la salud en los proyectos educativos de los centros y formando al profesorado.*
- + *El ámbito comunitario, promoviendo actividades culturales, deportivas y de ocio alternativo que refuerzan hábitos saludables.*
- + *El ámbito sanitario, especialmente desde la atención primaria y la pediatría, incorporando el cribaje y el consejo preventivo sobre consumo de alcohol, tabaco, cannabis, bebidas energéticas y uso de las pantallas, implicando también a las familias.*

LIMITAR EL ACCESO A LOS PRODUCTOS MÁS NOCIVOS

Junto con la educación y la prevención, la ley establece importantes limitaciones al acceso de las personas menores de edad a determinados productos.

En el caso del alcohol, se refuerzan las prohibiciones de venta, suministro y consumo por menores, se establecen restricciones horarias para la venta nocturna y se limita de manera muy estricta la publicidad, especialmente cerca de centros educativos o en espacios dirigidos a la infancia.

En relación con el tabaco, la ley había equiparado los cigarros electrónicos a los productos del tabaco tradicional, aplicándoles las mismas restricciones. También se amplían los espacios libres de humo para proteger a las personas no fumadoras.

Una medida especialmente relevante es la prohibición de la venta y del consumo de bebidas energéticas por personas menores de edad cuando tengan un alto contenido en cafeína (32 mg o más por 10 ml). La ley justifica esta decisión por los riesgos

32 MG

por cada 10 ml es el límite de cafeína a partir del cual la ley prohíbe la venta y el consumo de bebidas energéticas a personas menores de edad.

Ley 6/2025 • riesgos de sueño, cardiovasculares y de ansiedad

que estas bebidas suponen para la salud infantil y adolescente, como problemas de sueño, cardiovasculares o de ansiedad.

INFORMACIÓN, COORDINACIÓN Y PARTICIPACIÓN SOCIAL

La ley también apuesta por mejorar el conocimiento sobre las conductas adictivas en Galicia. Para eso, crea sistemas de información integrados en el sistema de salud que permitan analizar los consumos, evaluar las políticas públicas y mejorar las intervenciones.

Desde el punto de vista organizativo, se establecen mecanismos de coordinación entre la Xunta de Galicia, los ayuntamientos y otras entidades, así como una comisión específica para la prevención de las adicciones en menores. Además, se reconoce el papel de las asociaciones y entidades sociales que llevan años trabajando en este ámbito.

¿QUÉ PASA SI NO SE CUMPLE LA LEY?

Para garantizar que las medidas no queden solo en el papel, la ley incluye un régimen de inspección y sanción. Se establecen infracciones leves, graves y muy graves relacionadas con la venta, la publicidad o el consumo indebido de las sustancias reguladas.

Las sanciones pueden ser impuestas tanto por la administración autonómica como por los ayuntamientos, reforzando así la capacidad de control y respuesta ante incumplimientos como el botellón o la venta de alcohol a menores.

EN RESUMEN

La Ley 6/2025 es una norma integral que busca proteger la salud de las personas menores de edad desde una visión amplia y preventiva. No se limita a prohibir conductas, sino que, apuesta por la educación, por la corresponsabilidad social y por la creación de entornos más saludables.

Su objetivo último es contribuir a que la infancia y la adolescencia en Galicia crezcan en condiciones que favorezcan su bienestar físico, mental y social, sentando las bases de una sociedad más consciente, más responsable y más saludable en el futuro.

ASOCIACIONISMO

Luciano Poyato Roca
Presidente de UNAD,
Red de Atención a las Adicciones



EL PAPEL DEL ASOCIACIONISMO ANTE LOS NUEVOS RETOS DE LAS ADICCIONES

En las últimas décadas, el fenómeno de las adicciones ha experimentado profundas transformaciones que interpelan directamente a nuestra sociedad, a los sistemas públicos y, de manera muy especial, al movimiento asociativo.



Un ejemplo de este compromiso sostenido lo encontramos en la Asociación Vieiro, entidad gallega fundada en 1991 y que este año cumple 35 años de trabajo ininterrumpido a favor de las personas afectadas por adicciones, tanto a sustancias como comportamentales, con una clara orientación hacia la juventud y las familias.

Hoy convivimos con una realidad compleja y cambiante en la que las adicciones a sustancias siguen presentes, pero se entrelazan cada vez más con las adicciones sin sustancia, los problemas de salud mental y las desigualdades sociales. En este contexto, el asociacionismo en el ámbito de las adicciones continúa siendo un pilar esencial, aunque no exento de desafíos.

Desde UNAD, la Red de Atención a las Adicciones, observamos con preocupación cómo los cambios sociales, tecnológicos y económicos influyen en los patrones de consumo y en las conductas adictivas. El acceso temprano a las pantallas, la normalización del consumo de alcohol y otras sustancias, el auge del juego online, o la precariedad que afecta a las personas, especialmente a las más jóvenes, configuran un escenario que exige respuestas integrales, coordinadas y sostenidas en el tiempo.

Las entidades sociales que trabajamos en este ámbito llevamos décadas demostrando que la atención a

las adicciones no puede reducirse únicamente a una respuesta sanitaria. Las adicciones son un fenómeno social, relacional y comunitario, que afecta no solo a las personas que las viven, sino también a sus familias, entornos y comunidades. Por ello, el asociacionismo ha sido y sigue siendo un espacio clave para la prevención, la atención integral, la reducción de daños, la inserción social y la defensa de derechos.

El movimiento asociativo en adicciones ha construido, a lo largo de los años, un conocimiento profundo y cercano de la realidad social. Entidades de todo el territorio han sabido adaptarse a los cambios, innovar en sus intervenciones y generar vínculos de confianza con las personas atendidas. **Un ejemplo de este compromiso sostenido lo encontramos en la Asociación Vieiro, entidad gallega fundada en 1991 y que este año cumple 35 años de trabajo ininterrumpido a favor de las personas afectadas por adicciones, tanto a sustancias como comportamentales, con una clara orientación hacia la juventud y las familias.**

La trayectoria de Vieiro refleja el valor del asociacionismo arraigado en el territorio. Declarada de interés en materia de drogodependencias por la Xunta de Galicia, esta entidad ha colaborado desde 1992 con el Plan de Galicia sobre Drogas, hoy integrado en el Servicio de Prevención de Conductas Adictivas de la Dirección General de Salud Pública de la Consejería de Sanidad. Este recorrido evidencia como la cooperación entre administraciones públicas y entidades sociales es fundamental para construir respuestas eficaces y cercanas a la ciudadanía.

La sostenibilidad, primer desafío

Sin embargo, el asociacionismo en adicciones se enfrenta hoy a importantes retos. Uno de los más relevantes es la sostenibilidad. Muchas entidades desarrollan su labor en un contexto de financiación



Luciano Poyato Roca, presidente de UNAD, Red de Atención a las Adicciones.

«Resulta imprescindible avanzar hacia modelos de financiación más estables, que reconozcan el valor social del trabajo de las entidades»

insuficiente, inestable y excesivamente burocratizada. La dependencia de subvenciones anuales dificulta la planificación a medio y largo plazo, limita la capacidad de innovación y pone en riesgo la continuidad de proyectos esenciales. Resulta imprescindible avanzar hacia modelos de financiación más estables, que reconozcan el valor social del trabajo que realizan las entidades y garanticen su viabilidad.

Reconocer el tercer sector

A esta realidad se suma la necesidad de un mayor reconocimiento del papel del tercer sector como agente estratégico en las políticas públicas sobre adicciones. A pesar de la experiencia acumulada y del conocimiento especializado que aportan las entidades sociales, estas no siempre son incorporadas de manera efectiva en los espacios de diseño, seguimiento y evaluación de las políticas. Avanzar hacia modelos de gobernanza más participativos y corresponsables es una necesidad inaplazable.

La perspectiva de género

Otro de los grandes retos pendientes es la incorporación real y transversal de la perspectiva de género en la atención a las adicciones. Las adicciones no afectan por igual a mujeres y hombres, ni se desarrollan en las mismas condiciones sociales, económicas y relacionales. Sin embargo, durante años, los recursos y programas se han diseñado desde enfoques aparentemente neutros que, en la práctica, han invisibilizado las necesidades específicas de muchas mujeres.

Las mujeres con adicciones continúan enfrentándose a un estigma social más intenso, a mayores barreras de acceso a los recursos y a una sobrecarga de responsabilidades de cuidado que dificulta el inicio y la continuidad de los procesos de atención. A menudo llegan más tarde a los servicios y lo hacen en situaciones de mayor deterioro social, sanitario y emocional. Al mismo tiempo, los hombres siguen socializándose en modelos de masculinidad que normalizan el consumo de riesgo y dificultan la

CINCO GRANDES RETOS

del asociacionismo ante las adicciones

01

SOSTENIBILIDAD.

«Muchas entidades desarrollan su labor en un contexto de financiación insuficiente, inestable y excesivamente burocratizada.»

02

RECONOCIMIENTO DEL TERCER SECTOR.

«Un mayor reconocimiento del papel del tercer sector como agente estratégico en las políticas públicas sobre adicciones.»

03

PERSPECTIVA DE GÉNERO.

«La incorporación real y transversal de la perspectiva de género en la atención a las adicciones.»

04

PREVENCIÓN.

«Los enfoques tradicionales ya no resultan suficientes para abordar fenómenos emergentes como las adicciones sin sustancia, especialmente entre menores y adolescentes.»

05

ESTIGMA.

«La lucha contra el estigma asociado a las adicciones, que dificulta el acceso a los recursos, la recuperación y la plena inclusión social.»

petición de ayuda. Afrontar este reto exige adaptar los recursos, formar a los equipos profesionales y diseñar políticas públicas que reconozcan estas desigualdades y apuesten por una atención más justa, equitativa y eficaz.

Prevenición desde la cercanía

La situación actual de las adicciones plantea también importantes desafíos en materia de prevención. Los enfoques tradicionales ya no resultan suficientes para abordar fenómenos emergentes como las adicciones sin sustancia, especialmente entre menores y adolescentes. La prevención debe centrarse en la promoción de la salud, el desarrollo de habilidades personales y sociales y el fortalecimiento de los vínculos comunitarios.

En este ámbito, el asociacionismo desempeña un papel insustituible. Las entidades sociales trabajan desde la cercanía, conocen los contextos locales y mantienen una relación de confianza con la población. Esta posición privilegiada les permite detectar de forma temprana situaciones de riesgo, adaptar las intervenciones a las realidades concretas y acompañar a las personas y a sus familias a lo largo de procesos complejos y no lineales.

Frente al estigma

Otro reto fundamental sigue siendo la lucha contra el estigma asociado a las adicciones. Las personas que las viven continúan enfrentándose a prejuicios que dificultan su acceso a los recursos, su recupe-

35 AÑOS

de la Asociación Vieiro al servicio de las personas afectadas por adicciones y de sus familias.

ración y su plena inclusión social. Combatir estas miradas estigmatizantes requiere un esfuerzo colectivo y sostenido, en el que el asociacionismo ha jugado históricamente un papel clave.

Un enfoque de derechos

Desde **UNAD** defendemos un enfoque integral y centrado en la persona, basado en los derechos humanos y en el respeto a la diversidad de trayectorias y necesidades. Las personas con adicciones no pueden ser tratadas como sujetos pasivos ni como problemas a gestionar, sino como ciudadanas con derechos, capacidades y potencialidades.

Reforzar el trabajo en red

Mirando al futuro, resulta imprescindible reforzar el papel del asociacionismo en la construcción de respuestas colectivas frente a las adicciones. Esto pasa por dotar a las entidades de recursos adecuados, garantizar su sostenibilidad, fomentar la innovación social y fortalecer el trabajo en red. La colaboración entre administraciones públicas, sistema sanitario, social, educativo, comunitario y entidades sociales es la única vía para abordar un fenómeno tan complejo desde una perspectiva verdaderamente integral.

En definitiva, la situación actual del asociacionismo y de las adicciones nos interpela como sociedad. No podemos permitirnos retrocesos en un ámbito que afecta directamente a la salud, el bienestar y la cohesión social. Las entidades sociales, como la **Asociación Vieiro** y tantas otras que forman parte de **UNAD**, llevan décadas demostrando su compromiso, su capacidad de adaptación y su impacto positivo en la vida de miles de personas.

Es el momento de reforzar este modelo, de apostar decididamente por el trabajo comunitario y de situar a las personas en el centro de las políticas sobre adicciones. Porque solo desde un asociacionismo fuerte, reconocido y sostenido podremos dar respuesta a los desafíos presentes y futuros de las adicciones y avanzar hacia una sociedad más justa.



Lg. de Queo de Arriba - BERTO A
Ctra. Carballo - Baldayo Km.: 1,5
15105 CARBALLO (La Coruña) ESPAÑA
Telfs.: 981 70 15 40 - Fax: 981 75 74 42
info@poliestirenosanjuan.es



placasa

www.placasa.com

Pol. Ind. de Bértoa, vial E - parcelas C2-C3-C4 - 15105 CARBALLO - A CORUÑA

Telf. +34 981 702 611 - Fax: 981 701 449 - correo@placasa.com

FABRICANTES E IMPRESORES

SOLUCIONES PARA EMBALAJES FLEXIBLES

Reutilicemos y Reciclemos juntos

Placasa ofrece el embalaje y empaquetado más adecuado para sus productos, conjugando calidad y servicio a medida. En nuestra compañía reciclamos el 100% de nuestros residuos, del mismo modo todos nuestros productos son 100% reciclables. Nuestro compromiso es seguir trabajando para la preservación de nuestros mares y paisajes. Reciclando, además de disminuir los residuos, evitamos el uso de recursos no renovables y disminuimos el uso de energía para su fabricación.



CONVENIO XUNTA DE GALICIA

Josefina Rey Baldomir
Presidenta de Vieiro

CONVENIO ENTRE LA CONSEJERÍA DE SANIDAD GALLEGA Y VIEIRO

Un año más la Asociación Vieiro firma el convenio de colaboración con el **Servicio Gallego de Salud** para el desarrollo de programas de incorporación social a pacientes con trastornos adictivos, como es el caso del Programa de Atención Jurídico Social (PAXS) financiado a través de la Dirección General de Asistencia Sanitaria y cuya finalidad es orientar y asesorar a personas con adicción y familias sobre temas jurídicos, administrativos, civiles o sociales facilitando los medios humanos y materiales que sean necesarios para atender las demandas judiciales que tengan pendientes.

Por otro lado, la Asociación Vieiro sigue gestionando la aportación de la **Dirección General de Salud Pública** desde el Servicio de prevención de conductas adictivas y a través de la subvención en régimen de concurrencia competitiva, destinada a la realización de programas de interés general para fines de carácter sociosanitario, para el cofinanciamiento de proyectos de prevención de conductas adictivas promovidos por entidades privadas sin ánimo de lucro que desenvuelven su labor en el ámbito de la prevención en la Comunidad de Galicia durante el período trienal 2025-2028.

8.004 €

PAXS · subvención 2025

134.344,20 €

Prevención · trienio 2025-2028



El Consejero de Sanidad Antonio Gómez y el Vicepresidente de Vieiro Xosé María Arán

©Xunta Galicia



EL ÁREA DE POLÍTICA SOCIAL DE LA DIPUTACIÓN DE A CORUÑA Y VIEIRO SIGUEN SUMANDO ESFUERZOS



María del Mar García Vidal, diputada de Política Social de la Diputación de A Coruña
© Diputación de A Coruña/Vieiro

6.700,80 €

Para el programa «ODISEA»
de prevención en jóvenes

La Diputación Provincial de A Coruña y a través del área de Política Social, que dirige la Diputada, **Mar García Vidal** concede a Vieiro una ayuda por importe de **6.700,80 euros**.

Esta ayuda a Vieiro se realizó por la vía de subvenciones "FOAXE-P" destinada a programas de apoyo a las familias y prevención de colectivos de menores y juventud que se desarrollan en colaboración con centros de atención a personas con adicciones, actividades transversales e información sensibilización. Vieiro presentó a la convocatoria su programa de prevención de conductas adictivas en jóvenes "ODISEA" que contó con una ayuda de **6.700,80 euros**.



SENDA ZEC VÍA VERDE

**Unha aventura
sostible agarda
por ti**

Coa Vía Verde Compostela - Tambre - Lengüelle e a Senda ZEC na Reserva da Biosfera das Mariñas sumamos 52 novos quilómetros de rutas para gozar coa bicicleta ou camiñando.

**Mergúllate na natureza e
descubre os segredos que
gardan estas rutas**



**Deputación
DA CORUÑA**

dacoruna.gal

COMUNIONES 2026
¿ARE YOU READY?

981701821 / 682257136

f POMBOFOTOGRAFO

ig POMBOFOTOGRAFO



Lavado Automático
Aspirador
Cafetería
Prensa

Gasóleos a Domicilio

E.S. AS LABRADAS  **Gasóleos
Bergantiños**

Ctra. Carballo - Ordes, Km. 1,5 - As Labradas - CARBALLO

981 756 332 - 676 170 107



CONVENIO AYUNTAMIENTO DE CARBALLO

Cristina Abelleira
Gabinete de comunicación
Ayuntamiento de Carballo

FIRMA DEL CONVENIO CARBALLO & VIEIRO



Firmado el convenio de colaboración entre el **Ayuntamiento de Carballo** y la **Asociación Vieiro** para la prevención de las drogodependencias.

Una semana después de ser aprobado por la Junta de Gobierno Local, el alcalde de Carballo, **Daniel Pérez**, y la presidenta de la asociación Vieiro, **Fina Rey**, vienen de firmar un nuevo convenio de colaboración en el ámbito de la prevención de las adicciones en todos los ámbitos.

El acuerdo también incluye los servicios de información, orientación, asesoramiento y atención jurídico-social que presta la entidad tanto a las personas toxicómanas como a sus familias, y puntualmente se financian los gastos de asistencia a centros de rehabilitación, programas de desintoxicación o de inserción para la inclusión social de las personas con conductas adictivas que carecen de recursos.

LA EDUCACIÓN, EL CANAL MÁS ADECUADO PARA COMBATIR LAS ADICCIONES

En el acto de firma del convenio, celebrado en la alcaldía, participaron también la concejala de Servicios Sociales, Igualdad y Sanidad, Maica Ures, y la secretaria de Vieiro, M^a Pilar Mata. Representantes municipales y de la entidad aprovecharon para comentar la situación actual y coincidieron en expresar su preocupación por la incidencia de las adicciones en la sociedad, especialmente en la juventud, así como la necesidad de incidir en la educación como canal más acomodado para combatirlas.



© Concello de Carballo

COLABORACIÓN

María del Carmen Bello
Vocal Junta Directiva Vieiro



35 AÑOS DE COLABORACIÓN CONSTANTE CON CONSERVAS CALVO Y LA FUNDACIÓN LUIS CALVO SANZ

© Cedida • Luciano Calvo Pumpido y Xosé M.º Arán firman el convenio anual de colaboración.

Vieiro nació en 1991 y desde sus principios, nació con una “lata de conservas bajo el brazo”, con la participación de la familia Calvo entregada en este proyecto promovido por la sociedad carballe-sa. Desde Chicha Calvo, que perteneció a la primera junta directiva de Vieiro y con Luciano Calvo, que apoyó a la entidad desde sus inicios sobre todo en la gestación de programas preventivos en el deporte con aquel famoso eslogan “el mejor vieiro es el deporte”.

Aparte de sus aportaciones personales, Vieiro también recibió la colaboración económica año tras año, primero directamente por la empresa Conservas Calvo y desde hace unos años a través de la **Fundación “Luis Calvo Sanz”**.

Muchas han sido las acciones que se han desarrollado con estas aportaciones económicas anuales: programas preventivos, ayudas económicas para familias y enfermos de adicciones, entrega de material como ordenadores o mobiliario...

Ya van 35 años y esperemos que, si sigue siendo necesaria nuestra labor, podamos seguir contando con la inestimable ayuda de la Fundación “Luis Calvo Sanz” por muchos años.

Tenemos que agradecer a la familia Calvo que nos tengan siempre presentes y agradecerles que siempre que hemos llamado a su puerta, nunca, pero nunca, ha existido un no a nuestras peticiones. Esto lo recuerda siempre nuestro vicepresidente Xosé M.º Arán, “que de bien nacidos es ser agradecidos” que desde aquel año 1991 siempre ha sido el interlocutor entre Calvo y Vieiro, así como pidiendo a muchas empresas, ayuntamientos y entidades de nuestro entorno también su colaboración.

Queremos agradecer a D. Luciano Calvo Pumpido, presidente de la “Fundación Luis Calvo Sanz” y del Grupo Nauterra, su generosidad, apoyo, humildad y cariño que nos transmite en todo momento, vaya pues nuestra gratitud, porque no siempre el que más tiene es el que más da. De corazón ¡Gracias! y que nuestro “vieiro” siga unido.



«Siempre que hemos llamado a su puerta, nunca, pero nunca, ha existido un no a nuestras peticiones.»

X. M.º Arán • vicepresidente de Vieiro



RE 100
GALICIA, S.L.

Prezo, Calidade e Variedade • Moitas cousas a 0,60 euros

 **TODOLAR**
O MELLOR PARA O SEU LAR
www.todolar.com

Decoración • Regalos • Limpeza • Menaxe • Cociña

**A Coruña - Arteixo - Bembibre - Carballo - Cee
Fisterra - Noia - Ponteceso - Sta. Comba - Vimianzo**

Almacén Maiorista: Rúa do bosque, 16 • 15100 CARBALLO (A Coruña) • Telf.: 981 757 605
e-mail: admin@todolar.com • www.todolar.com • Telf. Atención ao cliente: 902 075 295

Rotulaciones



Serigrafía

REGALOS PUBLICITARIOS

- impresión digital
- rotulos
- letras de forma
- serigrafía
- grabado láser
- tampografía

C/ Brasil, 28-bajo
15100 CARBALLO
A Coruña

Telf. 981 700 471
rotulosdessin@gmail.com



Consultoría Técnica Integral • Enxeñaría de Edificación • Eficiencia Enerxética
Enxeñaría Industrial • Medioambiente • Sostabilidade • Arquitectura • Obra Civil • Urbanismo

OBRADOIRO DE SOLUCIÓNS TÉCNICAS



981 703 583 – 981 880 955
R/Vila de Negrreira, 52, baixo · 15100 · Carballo (A Coruña)
atener@grupoatener.com · www.grupoatener.com





COLABORACIÓN CAIXABANK

Rosa Balsa Silveira
Delegada Diario de Bergantiños

UN AÑO MÁS LA FUNDACIÓN LA CAIXA RENUEVA SU APOYO CON LA ASOCIACIÓN VIEIRO



Un año más, la **Fundación la Caixa** renueva su colaboración económica con la **Asociación Vieiro** para reforzar su labor frente a las conductas adictivas.

El director y subdirector de la oficina de Caixa-bank de Carballo, D. Ángel Santos Calvo y D. Ignacio Rivero Loren, hicieron entrega a la presidenta, vicepresidente y secretaria de la Asociación Vieiro, Dña. Josefina Rey Baldomir, D. Xosé María Arán Rodríguez y Dña. M^a del Pilar Mata Fernández-Balbuena, de una colaboración por importe de **5.000 euros** de la Fundación Bancaria La Caixa.

Esta colaboración permitirá a la entidad **seguir reforzando nuestro trabajo** dirigido a atender las demandas sobre conductas adictivas con o sin

sustancia y mejorar el bienestar de la población fomentando decisiones saludables y una mayor conciencia sobre los riesgos asociados a las conductas adictivas.

La directiva de la Asociación Vieiro quiere expresar un año más su **agradecimiento** a Caixabank por este apoyo, que contribuye a fortalecer el trabajo que esta entidad desarrolla en el ámbito de la prevención, la información, la atención y el asesoramiento en problemas causados por las adicciones.

Este tipo de colaboraciones son fundamentales para que las entidades sociales podamos continuar desarrollando nuestra labor y llegar a más personas.

Con esta aportación, Caixabank reafirma su compromiso con el apoyo a proyectos y entidades del ámbito social que trabajan para mejorar la calidad de vida de la comunidad.

5.000 €

de la Fundación Bancaria «la Caixa»
para reforzar el trabajo de Vieiro
frente a las conductas adictivas.



PREVENCIÓN

Isabel Caballos
Doctora (COO y
Responsable de I+D en Celentis)



SUMISIÓN QUÍMICA MEJOR PREVENIR QUE CURAR

"Mejor prevenir que curar: Cómo la ciencia pública se aplica para protegerte de las drogas de sumisión". Vieiro utiliza las pulseras en sus programas de prevención

Imagina la escena: es viernes por la noche, la música suena alta, las luces parpadean y estás rodeada de tus amigos. Es el escenario perfecto para desconectar, reír y disfrutar de tu tiempo libre tras una larga semana. Sin embargo, en medio de la pista de baile, un pensamiento intrusivo te asalta cuando decides ir al baño: *"¿Alguien me*

vigila la copa?". Si te la llevas, capaz se te cae; si la dejas, al volver la miras con recelo, quién sabe si está en el mismo estado en que la dejaste. Esta escena, que debería ser una anécdota aislada, se ha convertido en una coreografía rutinaria casi obligatoria para miles de jóvenes, especialmente mujeres, cada fin de semana.





El ocio, que por definición debería ser un espacio de despreocupación y diversión, se ha visto profundamente empañado por una lacra silenciosa: la sumisión química. Hablamos de la administración de sustancias psicoactivas sin el consentimiento de la víctima, con el objetivo de anular su voluntad y vulnerar su libertad sexual, física o económica. El gran poder de esta violencia radica en su invisibilidad. Sustancias como el GHB (conocido como éxtasis líquido), la burundanga o la ketamina son, en su mayoría, incoloras, inodoras e insípidas. Una vez disueltas en un refresco o en una bebida alcohólica, desaparecen por completo a los sentidos y además, se eliminan rápidamente a través de la orina sin dejar huella en el organismo.

Esta invisibilidad no solo facilita la agresión, sino que genera un clima de paranoia colectiva. Hemos normalizado que salir de fiesta implique activar un estado de hipervigilancia agotador, nuestros padres (sobre todo a nosotras) nos han repetido hasta la saciedad para no soltar el vaso, desconfiar de las invitaciones y volver siempre en grupo. Ante este enemigo invisible,

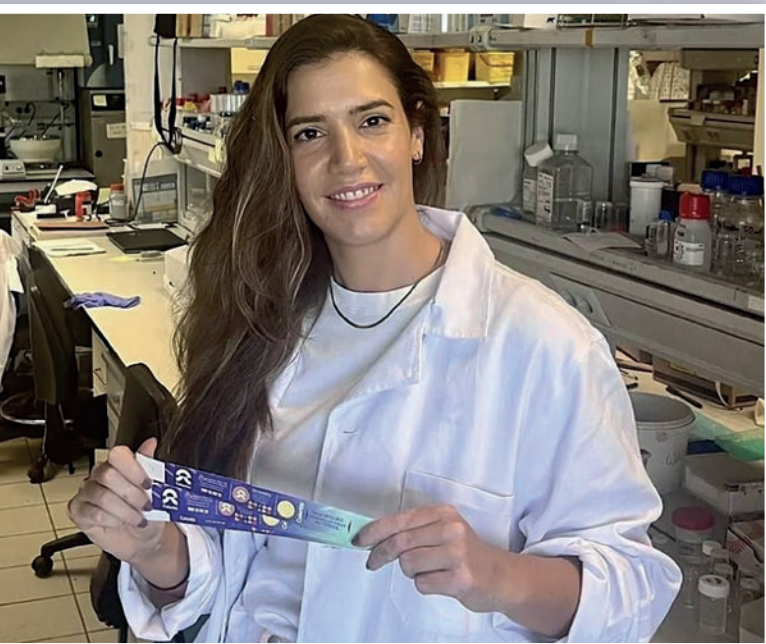
**AÑADE UNA GOTA DE TU BEBIDA
AL SENSOR. SI CAMBIA DE COLOR,
¡NO TE LA BEBAS!**

Instrucción impresa en la pulsera Celentis • Vieiro

Las advertencias bienintencionadas no son suficientes: necesitamos herramientas reales.

Para entender cómo nace la solución, debemos viajar desde la ruidosa pista de baile hasta el silencioso entorno de un laboratorio de investigación. Concretamente, a los laboratorios de la Universitat Politècnica de València (UPV) y la Universitat de València (UV). Allí, un grupo de investigadores dedicaron y dedican a día de hoy su tiempo a la nanociencia y la síntesis de sondas químicas capaces de reaccionar ante estímulos concretos. El trabajo de estos científicos es diseñar sensores a escala nanométrica; tecnologías que parecen ciencia ficción, y que son capaces de “leer” el entorno químico y reaccionar ante sustancias con características químicas determinadas.

Como científicos, nuestro deber (y nuestra vocación) es observar los problemas de la sociedad e intentar arrojar luz desde la ciencia. Ante el número alarmante de los casos sospechosos de sumisión química y la preocupación colectiva en las calles, nos dimos cuenta de que teníamos en nuestras manos el conocimiento necesario para enfrentarnos a esas sustancias invisibles. Sabíamos cómo detectarlas, pero el reto seguía siendo mayúsculo: ¿Podíamos aplicar nuestros sistemas de detección *in vitro* en una matriz tan compleja y variable como son los cócteles y copas llenos de azúcares, colorantes y alcohol? Tras años de investigación, ensayos, errores y validaciones



financiadas con fondos públicos, lo logramos, tener sondas robustas capaces de detectar en este entorno sin falsos positivos ni falsos negativos.

Sin embargo, en ese momento de celebración científica, nos topamos con una realidad aplastante: de nada sirve hacer ciencia de excelencia, publicar en las mejores revistas internacionales o tener patentes revolucionarias si esa tecnología se queda encerrada en un cajón o en un tubo de ensayo. Necesitábamos cruzar el abismo que separa el laboratorio de la calle, teníamos que llevar a la sociedad esa ciencia.

Con esta convicción rotunda nació nuestra **startup** OptiCalSens, que hoy opera bajo la marca Celentis. Fundamos la empresa con una misión clara: sacar la ciencia del laboratorio y moldearla hasta convertirla en un producto cotidiano, útil, accesible y fácil de usar para cualquier persona. El proceso de transferencia tecnológica fue un desafío enorme, tuvimos que replantearnos

todo. ¿Cómo hacemos que este sensor líquido se mantenga estable en un soporte sólido? ¿Cómo lo logramos que funcione sin necesidad de usar guantes o pipetas? Y sobre todo, ¿cómo lo fabricamos a gran escala para que su precio no sea una barrera? Porque la seguridad ciudadana no puede ser un lujo reservado para unos pocos; si el usuario final no puede permitirse comprar nuestro producto, habremos fracasado en nuestro propósito social.

Desde Celentis estamos profundamente orgullosos de cómo hemos logrado transformar la inversión en ciencia pública en una herramienta tangible que hoy nos da tranquilidad y salva a las posibles víctimas (sin contar también con la labor de disuasión que lleva a cabo). Poder entregar estas pulseras y saber que están actuando como un escudo preventivo en las calles es la mayor recompensa para un investigador.

Pero no podemos terminar esta reflexión sin hacer un llamamiento crítico y reivindicativo. Como científicos y como empresa, trabajamos

incansablemente para mejorar nuestras sondas, detectar nuevas drogas emergentes y abaratar aún más los costes de producción, diseñamos escudos más fuertes porque los ataques existen.

Sin embargo, la pulsera no cura la causa, solo diagnostica el síntoma.

Resulta profundamente triste que en pleno 2026, tengamos que invertir nuestros esfuerzos para garantizar que una persona no sea drogada en contra de su voluntad mientras se divierte. Desde Celentis soñamos con el día en que nuestro producto deje de ser necesario, soñamos con el día en que la educación en el respeto, el consentimiento y la igualdad haga que la sumisión química sea un concepto obsoleto. Hasta que llegue ese momento, hasta que la sociedad cambie de raíz, seguiremos investigando. Si la educación no llega a tiempo para frenar a quien intenta vulnerar nuestra libertad, la ciencia estará ahí, en la muñeca de cada persona, lista para encender una luz de alarma y proteger nuestro derecho a un ocio seguro y sobre todo, divertido para todos.





**Polígono
de Carballo**



www.poligonodecarballo.com



HOSTAL
★ ★ ★



Río Sil
Asador

"Summun Carnes Rojas de Galicia"

Río Sil, 43 - Carballo (A Coruña) 981 700 478 • reservas@riosil.gal



**SUMINISTROS ELÉCTRICOS
E ILUMINACIÓN
ESTUDIO Y PRESUPUESTOS
DE ILUMINACIÓN
INTERIOR Y EXTERIOR**



Telf. 981 75 73 39 - Fax: 981 70 42 69 - Río Anllóns, 42-44 Bajo - 15100 CARBALLO (A Coruña)
suelnor@suelnor.com - suelnor@hotmail.com



CONSUMO

Ana Suárez García
Doctora en Toxicología Forense

LA HUELLA DEL CONSUMO

El cuerpo tarda en borrar el rastro de las drogas. El cabello lo conserva durante meses — y eso cambia cómo se interpreta una prueba.

Cuando una persona deja de consumir drogas, comienza un proceso de recuperación que no solo implica cambios psicológicos y sociales. El organismo también necesita tiempo para adaptarse y eliminar las sustancias acumuladas durante el período de consumo.

Pero ¿cuánto tarda realmente el cuerpo en borrar esa huella? Responder a esta pregunta no siempre es sencillo. Las drogas pueden permanecer en el organismo más tiempo del que solemos imaginar, y una de las formas más sorprendentes de detectarlas es a través del **cabello**.

En los últimos años, el análisis del pelo se ha convertido en una herramienta importante en el ámbito de la toxicología clínica y forense. Gracias a él es posible reconstruir el historial de consumo de drogas durante largos períodos de tiempo.

Comprender este proceso no solo tiene interés científico. También resulta clave en contextos sanitarios, legales y sociales, especialmente en los programas de deshabituación.





¿Qué ocurre en el cuerpo cuando se consumen drogas?

Las drogas de abuso actúan principalmente sobre el sistema nervioso central. Muchas de ellas alteran los sistemas de neurotransmisores responsables de la recompensa, la motivación o el estado de ánimo. Esto explica los efectos que buscan los consumidores, pero también los cambios que pueden producirse en el cerebro tras un consumo repetido.

Con el tiempo, el organismo desarrolla adaptaciones biológicas. Aparecen fenómenos como la tolerancia —la necesidad de consumir mayores cantidades para obtener el mismo efecto— o el síndrome de abstinencia cuando la sustancia deja de estar presente.

Pero las consecuencias no se limitan al cerebro. Diferentes drogas pueden afectar al sistema cardiovascular, al hígado, a los pulmones o al sistema inmunitario. Además, el consumo prolongado suele ir acompañado de cambios en la salud mental, en la regulación emocional y en el comportamiento.

El cabello: un archivo biológico del pasado

Tradicionalmente, la detección de drogas en el organismo se ha realizado mediante análisis de sangre o de orina. Estas matrices siguen siendo esenciales en el ámbito clínico y toxicológico, pero presentan una limitación importante: solo permiten detectar consumos recientes.

El cabello, en cambio, ofrece una perspectiva completamente diferente. A medida que crece —aproximadamente un centímetro al mes— puede incorporar sustancias presentes en el organismo, lo que permite reconstruir el historial de consumo durante períodos mucho más largos.

6 MESES

es lo que pueden tardar la cocaína y los opiáceos en desaparecer del cabello tras iniciar la abstinencia.

Investigación en Toxicología Forense

Las drogas pueden llegar al cabello a través del torrente sanguíneo durante su formación en el folículo piloso. También pueden incorporarse mediante el sudor y el sebo que recubren la fibra capilar o incluso por contacto externo con el ambiente. Gracias a estos mecanismos, el cabello actúa como una especie de registro biológico que conserva información sobre la exposición a determinadas sustancias.

Esta característica ha convertido el análisis del cabello en una herramienta cada vez más utilizada en la toxicología clínica y forense. Se emplea, por ejemplo, en el seguimiento de programas de deshabituación, en investigaciones judiciales, en el control de dopaje deportivo o en estudios epidemiológicos sobre consumo de drogas.

El desafío de demostrar la abstinencia

Para muchas personas que inician un proceso de rehabilitación, demostrar que han dejado de consumir es un paso fundamental. Esto ocurre, por ejemplo, en programas terapéuticos, en procesos judiciales o en determinadas evaluaciones médicas.

El problema es que las drogas no desaparecen de inmediato del organismo. Incluso cuando el consumo ha cesado completamente, pueden seguir detectándose durante un tiempo en determinadas matrices biológicas.



TRANSPORTES RAZO

**35 AÑOS
MOVIENDO
LO QUE IMPORTA**

35 AÑOS EN RUTA CONTIGO

En el caso del cabello, esta situación puede generar interpretaciones erróneas. Un resultado positivo no siempre significa necesariamente que la persona haya recaído. Puede deberse simplemente a que el cabello todavía contiene restos del consumo previo.

Por esta razón, conocer con mayor precisión cuánto tiempo permanecen las drogas en el pelo después de iniciar la abstinencia es esencial para interpretar correctamente los resultados.

¿Cuánto tiempo permanece la huella del consumo?

Con el objetivo de responder a esta cuestión, desarrollé una investigación en el marco de mi tesis doctoral en Toxicología Forense, centrada en el estudio de la eliminación de drogas de abuso en el cabello tras el inicio de la abstinencia.

En este trabajo analicé muestras de cabello de personas con consumo crónico de drogas que iniciaron un proceso de rehabilitación en un programa de deshabituación. Las muestras se recogieron periódicamente durante varios meses y se analizaron mediante técnicas analíticas de alta sensibilidad empleadas en toxicología forense.

Los resultados permitieron observar cómo las concentraciones

de droga presentes en el cabello disminuían progresivamente a medida que avanzaba el tiempo desde el inicio de la abstinencia.

Uno de los hallazgos más relevantes de esta investigación fue comprobar que la eliminación completa de determinadas sustancias del cabello no es inmediata. En el caso de drogas como la cocaína y los opiáceos, los resultados mostraron que pueden ser necesarios hasta seis meses para que desaparezcan completamente del cabello tras el inicio de la abstinencia.

Este resultado tiene una gran importancia desde el punto de vista forense y clínico, ya que demuestra que un resultado positivo en un análisis de cabello no siempre implica una recaída en el consumo, sino que puede reflejar simplemente la persistencia de restos de consumo anterior. Por lo tanto, contribuye a mejorar la interpretación de las pruebas toxicológicas y a evitar conclusiones erróneas que podrían afectar a personas que se encuentran en proceso de recuperación.

Una huella que también puede desaparecer

El hecho de que las drogas puedan detectarse durante meses después de abandonar el consumo refleja la complejidad biológica de la dependencia. Sin embargo, también pone

de manifiesto la extraordinaria capacidad del cuerpo humano para adaptarse y recuperarse.

La investigación científica en este ámbito contribuye a mejorar los programas de tratamiento, a ofrecer evaluaciones más justas y a apoyar a quienes se encuentran en el camino de reconstruir su salud y bienestar.

Porque, aunque el cuerpo pueda conservar durante un tiempo la huella del consumo, también tiene una enorme capacidad para recuperarse cuando se inicia un proceso de rehabilitación. Comprender esta realidad nos recuerda algo esencial: que detrás de cada dato hay una historia de cambio, esfuerzo y superación.

Bibliografía

Suárez-García, A., Álvarez-Freire, I., Bermejo-Barrera, A. M., Cabarcos-Fernández, P., & Tabernero-Duque, M. J. (2023). Disappearance of codeine, morphine and 6-MAM in hair after cessation of abuse. *Forensic Science International*, 352, 111855. <https://doi.org/10.1016/j.forsciint.2023.111855>

Suárez-García, A., Álvarez-Freire, I., Bermejo-Barrera, A. M., Cabarcos-Fernández, P., & Tabernero-Duque, M. J. (2020). Duration of detection of cocaine and metabolites in hair after discontinuation of abuse. *Microchemical Journal*, 153. <https://doi.org/10.1016/j.microc.2019.104335>



Ayuntamiento de Cabana de Bergantiños

D. José Muíño Domínguez

Alcalde del Ayuntamiento Cabana de Bergantiños

Desde el ayuntamiento de Cabana de Bergantiños conocemos de primera mano el trabajo voluntarioso de esta entidad desde sus inicios.

Nos sentimos muy orgullosos de tener cerca a un referente en la comarca en la lucha contra la drogadicción. Entre todos y todas tenemos un objetivo común "crear conciencia e implicación" sobre un problema tan importante para la sociedad.

Por eso, debemos esforzarnos para tener un mayor nivel de concienciación y poder prevenir el uso indebido de las mismas, que llegue más información con datos respaldados por la ciencia, buscando propuestas alternativas basadas en la comprensión y en el respeto que eviten que la droga se convierta en nuestra compañera de viaje. Necesitamos mejores ejemplos de conductas que nos indiquen como la utilización y el uso indebido de drogas no solamente perjudica a quien las consume sino también a muchas otras personas.

Nuestros esfuerzos deben concentrarse especialmente en los jóvenes a través de iniciativas de difusión, de implicación en la práctica de actividades culturales y deportivas que les ayuden a que se sientan sanos, enérgicos y seguros de si mismos. Eso también implica alentar a los gobiernos, familias y profesorado a que participen y desempeñen plenamente las funciones que les corresponden manteniendo un espíritu común de solidaridad.

Enhorabuena a Vieiro por vuestra trayectoria, seguiremos caminando juntos.

www.concello-cabana.es





www.aranyvales.es

629885060 // 604065110
Email: info@aranyvales.es
Plaza de Galicia 14 Bajo
***** Carballo *****

La Base

Asador



UN GRITO QUE CAMBIÓ UNA SOCIEDAD

40 AÑOS DE LAS MADRES DE LA ASOCIACIÓN ÉRGUETE

40 aniversario
1985 - 2025
érguete
a s o c i a c i ó n

Un grupo de madres comenzó en el 1985 un camino que hizo que hoy la Asociación Érguete sea una entidad de referencia en Galicia que atiende a más de 7.000 personas cada año.

Imagina que tu hijo, hija, o algún ser querido tiene un problema del que no tenéis ni idea. Toma algo y está raro. No está como siempre. Nadie sabe nada. Vas de un lado a otro preguntando. No hay Internet. No hay respuestas. En la televisión hablan de drogas en ciudades que están lejos, pero eso no puede estar pasando aquí, ¿verdad? Hay gente que os echa la culpa de lo que les pasa a vuestros hijos. Hay dolor y, sobre todo, mucho miedo. Cada una de las madres fundadoras de la Asociación Érguete vivieron este camino en aquella difícil década de los años 80. Ellas encontraron en el 1985 en Vigo, hace ya más de 40 años, un lugar común en el que luchar, en el que señalar los bares donde se vendía droga, donde denunciar a los narcotraficantes y en el que llorar y reír juntas. Un lugar que fue el primer hogar de la Asociación Érguete, una entidad que hoy cuenta con más de 30 profesionales y que atiende a más de 7.000 personas cada año.



Hoy, más de 40 años después del inicio de la lucha de la Asociación Érguete, no debemos olvidar que el problema de las adicciones continúa ahí y que los narcos no dejaron de operar; sin embargo, gracias a estas mujeres, estamos mucho más preparados. No podemos olvidar su ejemplo. Hay que seguir, innovar y no dejar nunca de lado las calles ni las personas que nos necesitan. Tenemos que ser conscientes de que nuestra lucha tiene que ser en red y con la implicación de todas y todos. Administraciones, asociaciones, sistema jurídico,

**menores y sus familias
participaron el año pasado en
nuestros talleres de prevención**

Cuerpos de Seguridad del Estado y ciudadanos debemos colaborar para adelantarnos a unos criminales que cambian constantemente.

En la Asociación Érguete trabajamos cada día con el propósito de hacer este mundo mejor y ayudar a estas personas que, en muchos casos, la sociedad olvida. Uno de los programas en los que la entidad pone el foco es el de prevención. Nuestra prioridad es concienciar a las nuevas generaciones sobre cómo puede cambiar la vida una adicción, al tiempo que les dotamos de herramientas para saber decir que no y tener un ocio saludable. Este trabajo es cada vez más necesario por la irrupción de las redes sociales y el aumento de problemas de salud mental entre la población. Los y las profesionales de la entidad visitaron con sus talleres de prevención los 6.574 menores y sus familias en





15 ayuntamientos del área metropolitana de Vigo el año pasado.

En la entidad también tenemos un programa de asesoramiento jurídico gratuito para personas con problemas de adicciones. Fue el primer proyecto profesional de la Asociación Érguete. Queríamos y queremos que la Justicia y la política entiendan que la vía punitiva nunca es la ideal para una persona con esta problemática. **El año pasado 840 personas recibieron asistencia** de nuestros abogados, abogadas y profesionales. Además, en el 2025, tuvimos 35 personas residiendo en nuestras viviendas de acogida, donde ayudamos a usuarios y usuarias a ganar rutinas, formarse y mejorar en un entorno seguro. También ofrecemos a 200 usuarios con conductas adictivas y problemas legales asociados, también adolescentes, un seguimiento individualizado, familiar y varias formaciones en la entidad. En Érguete también seguimos reforzando nuestra presencia en los Centros Penitenciarios de A Lama y Teixeiro, dotando de herramientas para la vida en libertad a más de 100 personas cada año.

Además, recientemente, creamos la Oficina Eres Mujer para dar servicio a mujeres con problemas de adicciones en un contexto en el que aún faltan recursos específicos para sus realidades, que son diferentes y más vulnerables que la de los hombres. Este programa **atendió a 150 mujeres** el año

pasado y, como añadido, se creó un servicio psicológico enfocado a trabajar las relaciones de dependencia que tienen estas mujeres con sus parejas.

Todo este trabajo profesional también está enfocado en tener un impacto positivo en las calles y en la sociedad en la que vivimos. Las madres de Érguete ayudaron con sus gritos a romper prejuicios y denunciar injusticias. Nosotros, más de 40 años después, seguimos en esa lucha. Para eso, fomentamos que nuestras personas usuarias puedan dar sus mensajes a través del arte (hacemos teatro, literatura y preparamos una marca de material reciclada) y de actividades con impacto en la ciudad de Vigo y su área (exposiciones, presentaciones, jornadas de formación y una carrera anual). Nuestro objetivo es seguir buscando herramientas innovadoras a incorporar para ayudar a que ellos y ellas puedan ser escuchadas.

«AHORA NOS TOCA A NOSOTROS»

Sabemos que las sociedades pueden ser mejores de lo que son hoy. Sabemos que soñar y luchar siempre vale la pena. Las madres de la Asociación Érguete lo demostraron.

VAPERS Y TABACO

Andrea Vecino
Doctora en medicina de familia



VAPERS Y TABACO

¿ALTERNATIVA SEGURA

O NUEVO PROBLEMA DE SALUD?

Se venden como un producto moderno y «limpio». Pero el vapor no es solo agua, y la nicotina que esconden dispara la adicción — sobre todo entre adolescentes.

Hoy en día todos tenemos claro los riesgos que el tabaco supone para nuestra salud. Décadas de campañas de prevención y concienciación social, así como la implantación de políticas cada vez más estrictas, han conseguido que la población vea el tabaco como una sustancia que no solo provoca dependencia, sino que además se asocia a un gran número de enfermedades y aumenta la mortalidad evitable. Sin embargo, si hablamos de vapores o cigarrillos electrónicos parece que no lo tenemos tan claro. Son considerados una alternativa más segura e incluso inocua para nuestra salud. Esta **falsa sensación de seguridad** ha hecho que su consumo haya aumentado en los últimos años de forma exponencial, especialmente entre el público joven y adolescente que, si bien no consumen tabaco, sí se animan a probar el vapor.

49,5%

de los adolescentes ha usado un vapor alguna vez; el tabaco cae a mínimos históricos (27,3%).

Estudio ESTUDES · Ministerio de Sanidad, 2025

Uno de los argumentos que más escuchamos a favor de los vapores es su uso como herramienta para dejar de fumar, presentándose como una alternativa más segura. Son muchos los fumadores que cambian el cigarrillo convencional por el vapor con nicotina con la intención de ir reduciendo su consumo de forma progresiva y controlada. Sin embargo, esto no es tan sencillo ni seguro como



Ayuntamiento de Carballo



D. Daniel Pérez López

Alcalde del Ayuntamiento de Carballo

Desde sus inicios, impulsado por la preocupación social ante los problemas de adicción a las drogas, el proyecto de la asociación Vieiro no ha dejado de evolucionar y de buscar nuevas formas de estar al lado de las personas y las familias que más lo necesitan.

Hoy en día vivimos en un contexto diferente, pero no por ello menos complejo. Las adicciones ya no se presentan únicamente en forma de sustancias, sino que también adoptan otras formas más sutiles, como las tecnológicas, que afectan especialmente a los jóvenes. La presión de las pantallas, la hiperconectividad, el consumo constante de contenidos o la dependencia de las redes sociales son retos actuales que exigen nuevas respuestas y una mayor concienciación.

En este contexto, la labor comprometida de Vieiro es más necesaria que nunca. Sois un referente en materia de prevención, educación y apoyo. Gracias a organizaciones como la vuestra, construimos una comunidad más fuerte, mejor informada y más consciente.

Por una vida sana

www.carballo.gal





calidad & asesoramiento
profesional


especialistas en herrajes

MAQUINARIA, HERRAMIENTAS, BUZONES...
FERRETERÍA EN GENERAL

📍 C/Verdillo, 13 Bajo - 15002 Carballo

📍 Polígono de Bértola - Rúa do Cobre
Parc. C6C - 15105 Carballo

☎ 981 701 117 - 659 426 467

✉ ferreteriaaran@ferreteriaaran.com

🌐 www.ferreteriaaran.com



BERIUS

Abogados

■ Francisco Valiño Ferreiro

■ Miguel A. Ferreiro Suárez

☎ 981 703 706
981 754 838
Fax : 981 757 972

C/ Cervantes, 3-4 Portal 1-1º
15100 CARBALLO (A Coruña)
despacho@beriusabogados.com

parece. En muchos casos la forma en la que se presenta la nicotina en los vapores hace que se absorban cantidades mayores, incluso utilizando concentraciones aparentemente más bajas. Además, lo que empieza como una sustitución del tabaco termina dando lugar, en bastantes ocasiones, a un uso combinado de cigarrillo convencional y cigarrillo electrónico. Es importante saber que este uso combinado se ha asociado a un mayor riesgo para la salud que el consumo de uno solo de estos productos.

UN CAMBIO EN LOS PATRONES DE CONSUMO

En los últimos años estamos viendo un cambio en los patrones de consumo de nicotina. Según el estudio ESTUDES del Ministerio de Sanidad, en 2025 casi la mitad de los adolescentes (49,5%) ha utilizado un vapor al menos una vez, mientras que el consumo de tabaco se sitúa en mínimos históricos, siendo solo un 27,3 % de los jóvenes los que reconocen haber fumado alguna vez. En población general, el consumo de cigarrillos electrónicos desciende al 19%, mientras que el 66,6% de los españoles entre 15 y 64 años reconocen haber probado el tabaco en alguna ocasión. Aunque los últimos datos disponibles indican un ligero aumento en la percepción del riesgo asociado al vapeo (en la encuesta del último año se aprecia una mayor concienciación sobre los riesgos asociados con respecto a datos de años previos), este cambio no se ha traducido aún en una reducción clara del consumo, y su normalización social continúa siendo motivo de preocupación.

Este cambio en los patrones de consumo responde a múltiples factores. Mientras que el tabaco está rodeado de campañas de prevención, restricciones y prohibiciones, los vapores han crecido gracias al marketing que existe en torno a ellos. Nos los venden como un producto **moderno y "limpio"**, con envases atractivos y una amplia variedad de sabores que resultan especialmente llamativos para jóvenes que no se identifican con el cigarrillo tradicional. Si añadimos a la ecuación el

fácil acceso a ellos en tiendas, bares, discotecas e internet obtenemos el contexto ideal para la gran expansión que hemos visto en los últimos años.

UN VACÍO LEGAL QUE EMPIEZA A CERRARSE

El vacío legal existente durante años también ha favorecido su popularidad. A diferencia del tabaco, los vapores han estado sujetos a regulaciones menos estrictas permitiendo su publicidad en redes sociales y su consumo en espacios donde el tabaco tradicional está prohibido. No obstante, en los últimos años se han producido avances relevantes. Galicia ha aprobado restricciones específicas para el uso de vapeadores en menores y a nivel estatal el anteproyecto de **Ley Antitabaco** de septiembre de 2025 introduce medidas más estrictas: la prohibición de vapores desechables, la limitación de sabores, la ampliación de las zonas libres de humo y vapor, la regulación del etiquetado y de la concentración máxima de nicotina, el establecimiento de un nuevo impuesto y la prohibición de publicidad en plataformas digitales. Estas medidas buscan reducir el atractivo del vapeo entre menores y frenar su percepción como alternativa segura al tabaco.

Vemos, por tanto, que vamos por buen camino, ya que se están empezando a adoptar las medidas necesarias para frenar la expansión de estos dispositivos; pero ¿qué es lo que los hace tan adictivos y qué peligros suponen para nuestra salud?

LA NICOTINA: ADICCIÓN POR DISEÑO

La nicotina es el principal componente adictivo tanto del tabaco como de los vapores. La mayoría de los líquidos de vapeo contienen nicotina, aún cuando el etiquetado indica lo contrario, y es la responsable de la rápida aparición del círculo de la adicción. Al llegar al cerebro provoca la liberación de dopamina, generando una intensa sensación de placer y bienestar. Sin embargo, esta sensación es muy breve, lo que impulsa la necesidad de volver a consumir para mantenerla, haciendo de la nicotina una de las sustancias con mayor poder adictivo. Además de su elevado potencial adictivo, el consumo de nicotina produce efectos fisiológicos inmediatos, como el aumento de la frecuencia cardíaca y de la presión arterial, alteraciones del sueño y cambios en la concentración y el estado de ánimo.

En los vapores, el potencial adictivo de la nicotina se ve reforzado por su forma de administración. El

19% de la población general usa ya cigarrillos electrónicos

66,6% de los españoles de 15 a 64 años ha probado el tabaco

uso de **sales de nicotina** permite inhalar concentraciones más elevadas con menor irritación; esto facilita un consumo más frecuente y menos consciente, incrementando el riesgo de dependencia sin que la persona perciba plenamente la cantidad consumida. Es más, incluso los vapores sin nicotina generan adicción. Esta no aparece únicamente asociada a la sustancia en sí, sino también al hábito, a la repetición del gesto y al refuerzo conductual que implica la propia acción de vapear.

EL VAPOR NO ES SOLO AGUA

El vapor que se inhala con su uso no es simplemente agua, como a menudo se publicita. Se trata de una mezcla de nicotina, propilenglicol, glicerina vegetal, aromatizantes y metales pesados procedentes de las resistencias de los dispositivos. Al calentarse, estos componentes generan sustancias irritantes o tóxicas, como formaldehído o acroleína. Estas sustancias llegan a los pulmones, donde se depositan causando inflamación y daño local, pero también pasan a la sangre provocando su distribución a nivel sistémico y extiende su efecto a otros órganos.

A corto plazo, el vapeo puede provocar tos, irritación de garganta, mareos y disminución de la capacidad pulmonar. A largo plazo, y pese a la corta historia de uso de estos dispositivos, la evidencia disponible indica que la exposición repetida a las sustancias tóxicas e irritantes aumenta el riesgo de enfermedades pulmonares crónicas, cardiovasculares y potencialmente cancerígenas. Algunos estudios preliminares apuntan ya a un aumento del riesgo de cáncer de pulmón y de eventos cardiovasculares. Se han descrito ya entidades específicas de daño pulmonar asociadas exclusivamente al uso de vapores. En definitiva, aunque se perciban como una alternativa menos dañina, los cigarrillos electrónicos también conllevan riesgos relevantes para la salud.

Lo que todos querríamos saber es si los vapores son realmente una alternativa mejor o si, por el contrario, pueden suponer un riesgo equiparable o incluso mayor que el consumo de tabaco. Lamentablemente, esta es una pregunta para la que aún no tenemos una respuesta definitiva ni la tendremos en los próximos años. Debemos tener en cuenta que mientras el tabaco es una sustancia con más de cien años de historia de consumo, los vapores son un invento reciente cuyo uso generalizado se ha extendido principalmente en la última década.

Aunque aún no sepamos con exactitud cuáles serán las consecuencias del uso prolongado de los vapores con el tabaco no existe ninguna duda. Se trata de

una sustancia ampliamente estudiada, con efectos claramente demostrados sobre la salud. Además de nicotina contiene cientos de sustancias químicas tóxicas, muchas de ellas carcinógenas, que afectan a prácticamente todos los órganos del cuerpo. Fumar se asocia a enfermedades respiratorias como bronquitis crónica y enfisema, cardiovasculares como infarto de miocardio y accidente cerebrovascular, y a múltiples tipos de cáncer, entre ellos pulmón, boca, laringe, esófago y vejiga. Por ello, el tabaco continúa siendo una de las principales causas prevenibles de mortalidad a nivel mundial.

Aun así, el uso de los vapores como alternativa para dejar de fumar no solo no es seguro, sino que tampoco ha demostrado ser realmente eficaz. A diferencia del cigarrillo tradicional, cuyo consumo es más fácil de controlar, con el vapor resulta difícil el cálculo de la cantidad consumida. Al fin y al cabo, un cigarrillo se acaba, tenemos que empezar otro y podemos contarlos. El problema con los vapores es que dependiendo del modelo pueden llegar a durar semanas, lo tenemos siempre a mano y suele producirse un consumo más frecuente. Teniendo en cuenta que hoy en día existen tratamientos y herramientas para la deshabituación tabáquica que han demostrado tanto su eficacia como su seguridad, no tiene sentido recomendar el uso de estos dispositivos con este objetivo.

Es fundamental mantener los esfuerzos de concienciación y prevención del tabaco, sin perder de vista que los vapores y cigarrillos electrónicos representan un riesgo emergente que debe abordarse cuanto antes. Es necesario informar a la población sobre los peligros del vapeo, limitar la exposición de los menores, regular la publicidad y el acceso a estos productos y promover actividades educativas y comunitarias que fomenten hábitos saludables. Del mismo modo, los profesionales de la salud debemos estar preparados para abordar la dependencia a la nicotina en usuarios de vapores tal y como lo hacemos con el tabaco.

Lejos de ser una alternativa segura, el vapeo constituye un nuevo reto para la salud pública. Abordarlo requiere respuestas integrales y adaptadas, combinando regulación, educación y tratamiento. Si no actuamos ahora, su consumo seguirá consolidándose con todas las consecuencias que esto implica.



Ayuntamiento de **Coristanco**

D. Juan Carlos García Pose

Alcalde del Ayuntamiento de Coristanco

Desde las administraciones, los gobernantes, tenemos la obligación de proporcionar a los ciudadanos los medios y también llevar a buen puerto todas las iniciativas para alcanzar un mejor bienestar sanitario de nuestros ciudadanos. No cabe duda de que hay que evitar todas aquellas actividades que sean nocivas para la salud, en el caso de las drogas tenemos que rechazarlas de pleno, aunque tengamos legalizadas algunas de ellas. Debemos diferenciar entre la moderación y el abuso indiscriminado. Ni que decir tiene que tanto las drogas ilegales como las legales, están haciendo tanto daño física y mentalmente al individuo; pero no podemos olvidar a todas las personas que también sufren a su alrededor: familiares, amigos... ellos también padecen involuntariamente el mal de las adicciones.

Entre todos tenemos que conseguir que la lacra de las adicciones desaparezca de nuestros pueblos y a las personas que se enriquezcan con ellas rechazarlas. Quiero agradecer a la Asociación Vieiro su trabajo y que siempre pueden contar con nuestra colaboración.

Es tarea de todos luchar por un mundo mejor, lleno de salud y libertad.

Por una vida sana

www.coristanco.gal



ASESORIA JURIDICA
DESPACHO DE ABOGADOS
LABORAL
CONTABLE
FISCAL
MERCANTIL
PENSIONES
CREACION DE EMPRESAS
HERENCIAS
ULTIMAS VOLUNTADES
CERTIFICADOS PENALES
TRANSFERENCIAS VEHICULOS
SEGUROS

gestionamos

INMUEBLES

Calle Perú, 16 bajo
15100 Carballo - A Coruña
Teléfono: 881 984 688
Móvil: 619 109 624
gestionamos@gestionamos64.com

www.gestionamos64.com

CALVELO

T. 981 702 066 - regalo@calveloseoane.com

R E G A L O

Plaza de Galicia, 5 - Carballo



Pandora



Sargadelos





SERVICIO DE INFORMACIÓN

María José Dosil Parafita
Educadora Social de Vieiro



BALANCE 2025

279 DEMANDAS ATENDIDAS

INFORMACIÓN, ATENCIÓN Y ASESORAMIENTO

La presidenta de Vieiro, Josefina Rey, y el vicepresidente, Xosé María Arán, durante la presentación del informe anual del servicio.

Como en años anteriores y siguiendo nuestra política de información de las actividades que realizamos, la Asociación Vieiro da a conocer el balance correspondiente al año 2025 del servicio de Información, Atención y Asesoramiento.

76

EN SEDE

Consultas presenciales
51 hombres - 25 mujeres

203

POR TELÉFONO

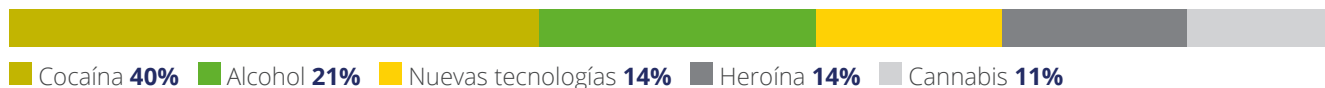
Atenciones telefónicas
47 hombres - 156 mujeres

76

DERIVACIONES

A recursos especializados
Proyecto Hombre, UCA, Adico

SUSTANCIA DE CONSUMO DE LAS PERSONAS ATENDIDAS



Este servicio que ofrece ayuda sobre cualquier aspecto relacionado con problemas derivados del consumo de sustancias y otras conductas adictivas y su tratamiento. Los datos proporcionan informa-

ción relevante sobre el número de personas atendidas, el motivo de la demanda, el perfil general, sustancia de consumo, centro de derivación y datos disgregados por sexo.

Las personas que solicitaron orientación y asesoramiento pertenecen a los ayuntamientos que comprenden el área geográfica que abarca desde A Coruña a Fisterra, siendo atendidas en la entidad un total de 279 demandas presenciales y telefónicas. De ellas, 76 fueron consultas realizadas en la sede de la entidad, siendo atendidos 51 hombres y 25 mujeres. A través de vía telefónica se han atendido un total de 203 llamadas, de las que 47 fueron realizadas por hombres y 156 por mujeres.

En lo que se refiere al motivo de las consultas, destacan en primer lugar, las referidas a la solicitud e información sobre programas de prevención, seguido en segundo lugar de solicitudes de información sobre **centros de deshabituación** relacionadas sobre todo con el consumo de cocaína y alcohol y, en menor medida, de heroína, nuevas tecnologías y cannabis. De estas últimas demandas alrededor de un 71% fueron realizadas por hombres y un 29% por mujeres en lo que respecta a la atención

presencial, y un 34% de hombres y 66% de mujeres en la atención telefónica. Realizando la mayor parte de las consultas, las familias o el/la propio/a interesado/a. Las demandas relacionadas con la orientación de habilidades y estrategias psicoeducativas de orientación a familias para el manejo de conductas de riesgo ocuparían el tercer lugar.

La sustancia más consumida por parte de las personas que solicitaron información fue la cocaína, con un 40% de los casos derivados, seguida del alcohol con un 21%, el 28% se reparte a partes iguales entre nuevas tecnologías y heroína, y para finalizar, el 11% restante corresponde al cannabis.

En cuanto a **derivación a recursos asistenciales especializados**, se realizaron un total de 17, de los cuales el 88% correspondía a hombres y el 12% mujeres. La mayoría fueron atendidos en Proyecto Hombre y en otros casos se gestionaron en otros centros de rehabilitación, como la UCA o Adico.

DESHABITUACIÓN - POR SEXO Y VÍA

ATENCIÓN PERSONAL

71%

29%

ATENCIÓN TELEFÓNICA

34%

66%

■ Hombres ■ Mujeres

Demandas de información sobre centros de deshabituación, relacionadas sobre todo con el consumo de cocaína y alcohol.

DERIVACIONES

17

A RECURSOS ESPECIALIZADOS

Atendidas mayoritariamente en **Proyecto Hombre** y, en otros casos, en la UCA o Adico.

88%

HOMBRES

12%

MUJERES

INFÓRMATE · CONSULTA · PIDE CITA



DIRECCIÓN

Rúa Xazmíns, 2 - Baixo • 15100 Carballo



TELÉFONO

981 756 161



WHATSAPP

604 075 815



WEB

www.vieiro.org



EMAIL

vieiro@vieiro.org





Ayuntamiento de **A Laracha**

D. José Manuel López Varela

Alcalde del Ayuntamiento de A Laracha

Hoy más que nunca la realidad social reclama una respuesta activa y un compromiso solidario por parte de todos. No podemos dar la espalda a las personas -vecinos, familiares y amigos- que han tomado decisiones inadecuadas tratando de buscar contenido a su vida.

La Asociación Vieiro lleva más de 30 años acompañando, alentando, escuchando y formando tanto a quienes han caído en las adicciones como a sus familias, enfrentándose activamente a esa cruda realidad y poniéndose al servicio de los que la sufren para ofrecerles una segunda oportunidad y la esperanza de rehacer sus vidas.

En el Ayuntamiento de A Laracha no sólo estamos orgullosos de formar parte de la red de colaboradores de Vieiro, también estamos comprometidos con el apoyo a sus iniciativas y agradecidos por el trabajo que desarrollan sus profesionales en la comarca de Bergantiños desde hace tanto tiempo.

En la búsqueda del ideal de una sociedad plenamente libre de drogas todos formamos parte del engranaje que permite que las personas con problemas decidan transformar sus vidas. Sumando esfuerzos podremos lograr que el mundo sea un lugar mejor para quienes más nos necesitan.

Por una vida sana

www.alaracha.gal

www.alaracha.gal/turismo

www.alaracha.gal/emprego





Compartimos a vida

GADIS

creativa Digital impresión y diseño



producción gráfica profesional

impresión gran formato · impresión plana · imprenta tradicional

corte digital · corte y grabado láser · DTF textil · bordados
lonas · vinilos · rotulación · letras corporeas

productos personalizados · diseño e imagen corporativa

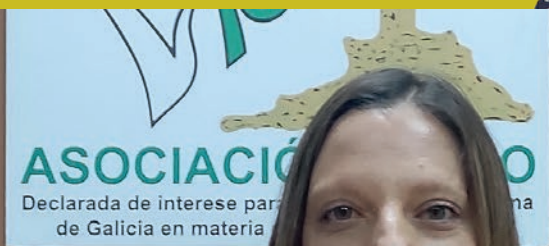


creativadigital.com
981 75 64 52



JURÍDICO

Susana Couto Ramos
Responsable de Servicios Jurídicos



— BALANCE AÑO 2025 — SERVICIO DE ATENCIÓN JURÍDICA

Vieiro presenta el balance del **Programa de Atención Jurídico-Social (PAXS)** de 2025: un servicio gratuito que, desde 2001, acompaña a las personas con adicciones que afrontan problemas legales pendientes.

Su objetivo es proporcionar cauces de asistencia orientativa y gratuita que permitan garantizar a las personas con adicción la **defensa justa de sus intereses** ante las eventualidades que se producen a lo largo del proceso adictivo, bien sea frente a la administración de justicia o ante cualquier otra administración pública.

La finalidad es informar y proporcionar orientación sobre procesos judiciales; prestar asesoramiento técnico a jueces y fiscales; establecer coordinación con abogados/as, con la red asistencial de drogodependencias, con equipos médicos y asistenciales de las instituciones penitenciarias de referencia y con todas aquellas personas que intervengan en el proceso judicial.

PROCESOS ABIERTOS POR TIPO

Procedimientos **penales** 9

Procedimientos **civiles** 1

Procedimientos **administrativos** 10

TOTAL DE PROCESOS

20

Algunas de las actividades que se llevan a cabo en este servicio son: el asesoramiento a jueces y fiscales de cara a proponer en su caso una alternativa terapéutica al ingreso en prisión debidamente valorada; la localización y revisión de diligencias y expedientes; la identificación de los/as abogados/as designados/as por el turno de oficio y entrevistas con los mismos/as para plantear la defensa; la aportación de informes psico-sociales y/o clínicos, así como de otros medios de prueba que puedan ser de interés al órgano judicial competente y la asistencia a juicios, si es el caso.

El área de influencia abarca los ayuntamientos comprendidos entre A Laracha y Fisterra: Carballo, Coristanco, Laracha, Malpica de Bergantiños, Cabana de Bergantiños, Ponteceso, Laxe, Camariñas, Muxía, Vimianzo, Zas, Cee, Corcubión, Dumbria y Fisterra. Por lo que presta servicio a una población que actualmente alcanza alrededor de **100.000 habitantes** que pertenecen a las comarcas de Bergantiños, Soneira y Fisterra.

ESTADÍSTICA 2025

PERFIL DE LA PERSONA USUARIA

100%
HOMBRES

100%
NO CONTINUÁN
ESTUDIANDO

100%
RESIDENCIA EN
VIVIENDA

FUENTE PRINCIPAL DE INGRESOS

Actividad laboral	22,2%
Prestaciones sociales	22,2%
Actividades marginales	11,1%
Ayuda familiar	11,1%
Prestaciones por desempleo	11,1%
Otros	22,3%

SITUACIÓN LABORAL

Parado con trabajo anterior	33,3%
Contrato temporal	22,2%
Otros	22,3%
Incapacidad permanente	11,1%
Desconocido	11,1%

ESTADO CIVIL

Soltero/a	77,8%
Casado/a	11,1%
Divorciado/a	11,1%

NIVEL DE ESTUDIOS

Primaria incompleta	11,1%
Primaria completa	55,6%
Secundaria 1ª etapa (EGB · ESO · FP1)	33,3%

CONVIVENCIA

Con los padres	66,7%
Con la pareja e hijos	11,1%
Solo con la pareja	11,1%
Otros	11,1%

CONSUMO, INTERVENCIONES Y DELITOS

DROGA PRINCIPAL DE CONSUMO

Heroína + cocaína	22,2%
Heroína / diamorfina	22,2%
Cannabis	22,2%
Alcohol	22,2%
Cocaína	11,2%

VÍA DE ADMINISTRACIÓN

Inhalada	44,4%
Fumada (cigarrillos o pipas)	22,2%
Oral	22,2%
Esnifada	11,2%

PROCESOS PENALES ABIERTOS POR TIPO DE DELITO

Otros	5
Tráfico de drogas	1
Contra la seguridad del tráfico	1
Contra la libertad sexual	1
Lesiones	1

EDAD DE INICIO DEL CONSUMO

0 – 14 años	11,1%
15 – 18 años	66,7%
19 – 24 años	11,1%
25 – 29 años	11,1%

Nº DE INTERVENCIONES REALIZADAS

Entrevistas con usuarios/as o familiares	66
Contacto con abogados/as	55
Gestiones en centros penitenciarios	8
Gestiones en organismos públicos	7
Redacción de escritos jurídicos	2
Gestiones en juzgados	2
TOTAL	140

MÁS INFORMACIÓN

**SERVICIO
TOTALMENTE
GRATUITO**

El programa está atendido por la abogada **Susana Couto Ramos**, en la sede de la Asociación Vieiro, **C/ Xazmíns nº 2 - Bajo, Carballo**. Para solicitarlo, acuda a la entidad o llame al **981 756 161** y concierte una cita.

Subvencionado por la Consejería de Sanidade de la Xunta de Galicia a través de la Dirección General de Asistencia Sanitaria del Servicio Gallego de Salud.

TRÁFICO

Carlos Nicolás Fraile
Redactor Revista Tráfico
Infografías: DLIRIOS



**PRESENTE EN MÁS DE 4.000 SINIESTROS
VIALES CON VÍCTIMAS EN 2022**

En la carretera, el alcohol

Cientos de personas fallecen y resultan heridas graves cada año en siniestros viales en los que el alcohol tiene un papel relevante. Diversos especialistas analizan este problema: el riesgo que supone para la conducción, las medidas que se pueden adoptar, entre ellas una próxima reducción de la tasa legal de alcoholemia y por qué, aún hoy, hay conductores que insisten en ponerse al volante después de haber bebido.

El alcohol provoca en nuestro organismo gran cantidad de síntomas incompatibles con la conducción segura. Efectos que además pueden variar y potenciarse en función del peso, el sexo, la edad y la salud de cada

persona, de cómo y cuánto se consume, del tipo de bebida alcohólica y de la combinación de esta con medicamentos y otras drogas.

"El alcohol es una sustancia psicoactiva y altera las funciones psicomotoras y perceptivas, capacidades necesarias para conducir: la coordinación, la atención, la visión, la conducta, la toma de decisiones... Conforme aumenta la cantidad ►►



ol mata



SOMOS IDENTIDADE.
SOMOS COMERCIO.
SOMOS CCA.



axober

asociación de empresarios
de Bergantiños

**Xuntos creamos
oportunidades**



www.axober.org

665 439 432 / info@axober.org



Ayuntamiento de **Laxe**

D. Francisco Charlín Oróns

Alcalde del Ayuntamiento de Laxe

Parece que hablar de drogas es hablar en pasado, de aquellos años 80 en los que estas sustancias comenzaron a entrar por las costas gallegas, extendiéndose entre sus calles y, como una epidemia silenciosa, llegando hasta gran parte de la sociedad. Las consecuencias, ya conocidas para todos y todas, fueron devastadoras.

Pero, aunque parezca que suena lejos, lo cierto es que la historia se repite en la actualidad. Mejores equipos y medios más modernos han dado paso a una nueva oleada de droga que afecta a Galicia, siendo especialmente notable entre los grupos de población más jóvenes. Nunca nos ha abandonado y sigue arruinando la vida de miles de personas en todo el mundo.

Contra esto lucha, cada día, la Asociación Vieiro. Por ello, desde el Concello de Laxe queremos mostrar nuestro profundo agradecimiento por su enorme esfuerzo e implicación en esta causa. La asistencia a personas con problemas de adicciones o realizar campañas de prevención son solo algunas de las medidas llevadas a cabo por la entidad. Esto contribuye, sin duda, a atajar desde la raíz este problema, que es la única forma de acabar con él.

Por un mundo libre de drogas

www.concellodelaxe.com





protección verde

Rúa Dr. Fleming, 43-45
1500 Carballo (A Coruña)

981 703 641

libreriabranas@hotmail.com



(Desde 1981)

LIBRERÍA - PAPELERÍA

BRAÑAS
VERDES



En la carretera, el alcohol mata

► de alcohol en el organismo, esos efectos persisten y aumentan. Su potencia puede variar, pero siempre afecta”, explica Julio Pérez, asesor médico del Observatorio Nacional de Seguridad Vial de la Dirección General de Tráfico.

PROBLEMA DE SALUD. El consumo de alcohol al volante continúa siendo hoy uno de los mayores factores de riesgo para la seguridad vial. La Organización Mundial de la Salud (OMS) señala que los usuarios de la vía pública bajo sus efectos tienen un riesgo de accidente “significativamente mayor” y estima que el alcohol está implicado en uno de cada tres siniestros viales: *“Es un gran problema de salud pública que afecta no sólo al consumidor, en muchos casos también a personas inocentes como pasajeros y peatones”*, subraya la OMS en su página web.

En España se ha detectado un aumento del número de accidentes con víctimas en los que hay alcohol (al menos un conductor positivo) en los últimos cinco años. Según datos de la DGT, en 2022 se registraron 4.283 siniestros con alcohol (20% más que en 2018), con 312 personas fallecidas (+5%) y 518 heridas graves (+10%). *“Las razones de este aumento pueden ser variadas. Las ganas de salir tras la pandemia, más problemas mentales como estrés o depresión, relajación en el cumplimiento estricto de las normas... Además, muchos “consumidores frecuentes” ya no son detenidos en los controles porque cada vez más reciben avisos de su ubicación a través de redes sociales. Y el problema se sitúa cada vez más en los conductores de 40 a 50 años. Por cierto, se observa la misma preocupante tendencia con otras drogas de abuso, con ansiolíticos, etc.”*, analiza Jesús Monclús, director del

“EL ALCOHOL EN LA CONDUCCIÓN ES UN PROBLEMA DE SALUD PÚBLICA QUE AFECTA TAMBIÉN A PERSONAS INOCENTES”.

OMS

Área de Prevención y Seguridad Vial de la Fundación Mapfre.

Los datos del Observatorio Nacional de Seguridad Vial de la DGT indican que los siniestros mortales con alcohol en los que se producen mayor número de falle-

cidos son las salidas de vía (58%) y las colisiones frontales (17%). Respecto a los conductores implicados, el 92% son hombres, mayoritariamente en turismos. No obstante, destaca un dato: el 30% de los motoristas implicados en siniestros mortales tenía una tasa de alcoholemia positiva.

UNO DE CADA TRES.

Por su parte, los informes del Instituto Nacional de Toxicología y Ciencias Forenses (INTCF) también muestran, en los resultados de sus autopsias, un aumento significativo de la presencia de esta sustancia en siniestros viales durante los últimos seis años: uno de cada tres (33%) conductores fallecidos en accidentes viales en 2023 tenía alcohol en el cuerpo; en 2018, fue uno de cada cuatro (26%). Respecto a los peatones fallecidos, el INTCF revela que, en 2023, el 29% dio positivo, casi el doble que en 2018 (16%).



La Agrupación de Tráfico de la Guardia Civil hizo 6,7 millones de pruebas de alcoholemia a conductores en 2023.



David Pérez de Landazábal
Stop Accidentes

“Es necesario valorar la vida propia y la de los demás”

Perdió a sus padres en 1987 en un siniestro de tráfico que provocó un conductor que circulaba con exceso de velocidad. Tenía 19 años. A partir de ahí, empezó a tener problemas con el alcohol. Un año después sufrió un accidente de moto, una madrugada a las 6 de la mañana. *“Me empujé contra una farola, estuve a punto de morir. Me salvó el casco. Y había bebido alcohol como para dar positivo”*, explica. Pocos años después, su hermano pequeño cogió el coche después de haber tomado una copa y perdió la vida al salirse en una glorieta. Hoy David forma parte de la asociación de víctimas de siniestros viales Stop Accidentes y comparte su experiencia vital en charlas de sensibilización. *“Beber y conducir parece inofensivo, pero no lo es. Debemos pensar en qué nos puede ocurrir. Es necesario pensar en las consecuencias, valorar tu vida y la de los demás, comprender a dónde te puede llevar una mala decisión. Nos arriesgamos, porque nunca pasa nada. O eso creemos”*.



ATGC

Actualmente, la DGT estudia rebajar la tasa máxima de alcoholemia para conductores de 0,5 gramos por litro (g/l) de sangre a 0,2 g/l, una medida que requeriría reformar la Ley de Seguridad Vial. "Con esta disminución de la tasa de alcoholemia máxima legal permitida se espera reducir el porcentaje de conductores que se ponen al volante tras haber consumido alcohol y con ello los siniestros asociados. El impacto se espera no sólo en el intervalo de tasas 0,2-0,5 g/l, sino también en valores superiores. En Suecia y Noruega, dos países de referencia, se observó una reducción significativa de la siniestralidad tras implantar la tasa de 0,2 g/l", afirma Álvaro Gómez, director del Observatorio Nacional de Seguridad Vial de la DGT, y añade que esta medida "se complementará con la implantación del alcolock en autobuses, el aumento de los controles y un proyecto sobre personas reincidentes en su consumo" (ver recuadro en página 21).

"SI BEBES, NO CONDUZCAS".
"La propuesta de reducir a 0,2 g/l en realidad debe entenderse como "ni una sola bebida con alcohol si voy a conducir" y debería aclarar su incompatibilidad con la conducción", opina Monclús. Y agrega: "Ya lo decía Stevie Wonder hace 40 años: si bebes, no conduzcas". Y parece que todavía no lo hemos entendido".

EFFECTOS DEL ALCOHOL EN EL CONDUCTOR

Concentración en sangre (gramos/litro)



1 Tiempo de reacción



2 Percepción



3 Movimientos



4 Comportamiento



5 Visión



6 Toma de decisiones



INCAPACIDAD PARA LA CONDUCCIÓN

+3 g/l

Inconsciencia

- 1 Sin reacción
- 2 Pérdida total de reflejos
- 3 Parálisis
- 4 Posible coma (+ 4 g/l)
- 5 Anulada
- 6 Anulada



CONDUCCIÓN MUY PELIGROSA

1,5-2,5 g/l

Embriaguez total

- 1 Alteración grave
- 2 Graves problemas de atención
- 3 Pérdida de control
- 4 Agitación psicomotriz
- 5 Deslumbramientos, visión doble
- 6 Gravemente afectada



CONDUCCIÓN PELIGROSA

0,8-1,5 g/l

Embriaguez importante

- 1 Alteración grave
- 2 Deterioro de la atención y reflejos
- 3 Problemas de coordinación
- 4 Impredecible, más arriesgado
- 5 Deslumbramientos, visión túnel
- 6 Adopción de mayores riesgos

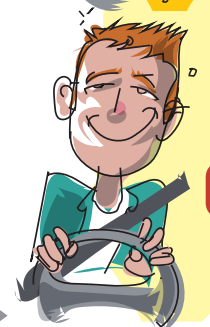


revista TRÁFICO Seguridad Vial

ALARMA, RIESGO ALTO

0,5-0,8 g/l

- 1 Aumento significativo
- 2 Peor percepción de distancias
- 3 Reacción retardada general
- 4 Inicio impulsividad y agresividad
- 5 Dificultad para ver luz roja
- 6 Alteraciones



INICIO DEL RIESGO

0,2-0,5 g/l

- 1 Aumento
- 2 Infravaloración de la velocidad
- 3 Problemas de coordinación
- 4 Tolerancia al riesgo
- 5 Deterioro del movimiento ocular
- 6 Primeros fallos

Fuente: DGT



Ayuntamiento de **Malpica** de Bergantiños

D. Eduardo J. Parga Veiga

Alcalde del Ayuntamiento de
Malpica de Bergantiños

En Malpica, como gente marinera que somos, sabemos de primera mano que el efecto de una ola al acariciar las piedras de la orilla no es suficiente para moldearlas, sino que ha de ser la inevitable insistencia del mar la que haga que ambas formas se acaben conjugando en una sola.

A las personas nos sucede algo muy similar, es la fuerza de la determinación y sobre el acompañamiento de una mano amiga que nos guíe en cada proceso, el motor que nos lleva a moldear un futuro mejor.

Por todo esto, es nuestro deber como instituciones públicas acompañar y apoyar a entidades como Vieiro, un organismo al que profesamos nuestra más sincera admiración por su lucha contra la drogodependencia y por su acción para convertir en luz la oscuridad a través de su buen hacer.

Sólo podemos daros las gracias y animaros a continuar con el increíble trabajo que desempeñáis. Siempre estaremos a vuestro lado.

Por una vida sana

www.concellomalpica.com





ESPECIALIDAD EN:
Cortinas, Colchones,
Sofás, Alfombras,
Tapicería,
Perfumes de Hogar,
Papeles decorativos.

Distribuidor: **Essenzia**
Dormire

www.xtile.es

Avda. Revolta 66-64
Carballo (A Coruña)

981 702 710

info@xtile.es

@XtileRiel



OBRADOIROS

Configuración wifi

Posicionamiento web

Redes sociales

Correos electrónicos

Venta de material informático



Mantenimiento de empresas

Instalación de redes

Servicio técnico

Configuración de servidores

Hosting y alojamientos web

669 629 624

ENTREVISTA ÁLVARO GÓMEZ

Director del Observatorio Nacional de Seguridad Vial (DGT)



“Sólo 0 alcohol tiene 0 consecuencias”

¿Somos realmente conscientes del riesgo de beber y conducir?

Si comparamos con hace 20 años, observamos mejoras, el porcentaje de controles positivos ha pasado del 5% en el año 2000 a 1,2% en 2023. Pero el riesgo de conducir tras consumir alcohol es tan alto que incluso un porcentaje pequeño de conductores puede causar un daño muy grande. La comparación con otros países también pone de manifiesto datos preocupantes: el porcentaje de conductores con tasas positivas en las noches de fin de semana es del 12%, uno de los valores más altos de Europa.

¿Es posible saber cuántas personas en total (conductores, acompañantes, peatones...) fallecen cada año en las carreteras a causa del alcohol?

No, porque hay conductores implicados en siniestros mortales a los que no se realiza la prueba, particularmente, entre las personas hospitalizadas. Pero sabemos que en aproximadamente en uno de cada tres siniestros mortales alguno de los conductores implicados dio positivo en la prueba de alcoholemia. Lo mismo para personas fallecidas.

¿Qué mensaje enviaría a los conductores de cara a estas celebraciones navideñas?

Como se dice en la última campaña de la Dirección General de Tráfico, sólo 0 alcohol tiene 0 consecuencias. Las evidencias son claras: cualquier consumo produce un incremento del riesgo, no sólo para nosotros, también para las personas con las que compartimos vehículo, y de manera general, las carreteras y las calles.

En la carretera, el alcohol mata

► Y es que a pesar del peligro que supone asociar alcohol con conducción -las estadísticas descritas reflejan las consecuencias-, aún hay ideas equívocas -como “es posible beber y conducir seguro”- y baja percepción del riesgo de circular con las capacidades mermadas, algo que los expertos relacionan con la falta de responsabilidad y también al desconocimiento (ver la entrevista en la página siguiente).

“Este problema es claramente distinto al de la velocidad y las distracciones. Estamos acostumbrados a socializar con alcohol, incluso cuando tenemos que conducir a continuación. Por otro lado, no hemos prestado suficiente atención a los conductores reincidentes o los que dan positivo en un control con tasas altas. Sí, concienciar del peligro de la primera copa es difícil, y luchar contra un problema de consumo lo es aún más. En estos casos son necesarias intervenciones psicosociales y sanitarias además de la amenaza de multa o de otro tipo de sanciones. Es necesario un conjunto de medidas contra el alcohol, empezando por educarnos y concienciarnos de que la primera bebida ya nos hace peores conductores”, argumenta Monclús.

PRESENTE EN EL 4%. Los estudios de prevalencia de consumo de sustancias psicoactivas elaborados por la DGT desde 2008, sobre pruebas de alcoholemia realizadas de forma aleatoria, muestran que en torno al 4% de los conductores consume alcohol. Una cifra que se ha mantenido estable durante casi dos décadas. Pero si vamos directamente a los siniestros con víctimas en las carreteras y revisamos la presencia de esta sustancia en los conductores implicados en ellos, veremos

**“LA PROPUESTA DE REDUCIR A 0,2 G/L DEBE ENTENDERSE COMO NI UNA SOLA BEBIDA CON ALCOHOL SI VOY A CONDUCIR”.
J. MONCLÚS**

que el 28% da positivo en la prueba. “El alcohol está presente en un porcentaje bajo de población conductora. Pero de esos pocos se matan muchos”, apunta el doctor Julio Pérez.

“Durante las últimas dos décadas hemos percibido una concienciación muy gradual y muy lenta en el problema del consumo de bebidas alcohólicas. Es una cuestión de conciencia y educación del ciudadano: hay una responsabilidad del conductor. El alcohol debería estar desterrado cuando se conduce”, sostiene Jaime Gómez, teniente coronel de la Agrupación de Tráfico de la Guardia Civil. “Hay

variedad de siniestros con alcoholemia positiva implicada, los más graves suelen ser las colisiones por alcance, las salidas de vía y los atropellos”, explica Gómez, que subraya: “La realidad es que afecta a todas las capacidades, al tiempo de reacción, a la toma de decisiones... Con alcohol, los sentidos están engañados”.

El año pasado, la Agrupación de Tráfico de la Guardia Civil (ATGC) realizó 6,7 millones de test de alcoholemia en las carreteras, un millón más que en 2022: 78.000 resultaron positivos (1,17%), lo que supone un leve descenso de tres



Los etilómetros empleados en los controles miden la concentración de alcohol en aire espirado.



ENTREVISTA

PATRICIA PÉREZ

Psicóloga del Observatorio Nacional de Seguridad Vial (DGT)



“Infravaloramos sus efectos y sobrevaloramos nuestra capacidad”

Tras décadas de concienciación, todavía hay personas que beben alcohol y conducen. ¿Es irresponsabilidad o desconocimiento?

Las dos cosas. Irresponsabilidad, porque todos conocemos los límites legales de alcoholemia y sus efectos en la conducción. Y desconocimiento porque infravaloramos los efectos del alcohol, disminuyendo el sentido de la responsabilidad y prudencia, y sobrevaloramos nuestra capacidad, asumiendo más riesgos.

¿Por qué es tan difícil concienciarnos sobre el riesgo del alcohol?

La concienciación sobre el alcohol tiene un inconveniente muy grande y es que se tiende a minimizar el peligro: restarles importancia a sus efectos es un peligro en sí y esto hace que el mensaje no tenga tanto impacto. Por supuesto, hay un factor cultural en nuestro país que normaliza el consumo y eso complica la sensibilización a los riesgos del alcohol.

¿Por qué muchas personas piensan que son capaces de conducir sin riesgo después de beber alcohol?

Por un lado, porque puede que hayan experimentado situaciones de consumo y conducción en las que han tenido la suerte de que no ha pasado nada. Y por otro, se suele pensar que la pericia al volante compensa las alteraciones que produce el alcohol. También porque hay alteraciones difíciles de identificar en uno mismo como los cambios en movimientos oculares, la fatiga ocular o la visión túnel.

Tratar alcoholismo, rehabilitar reincidentes

El Ministerio de Sanidad, las comunidades autónomas y la DGT trabajan actualmente en la elaboración conjunta de un programa para el tratamiento sanitario y la reeducación de los conductores reincidentes en infracciones de alcohol y/o drogas. Mediante este nuevo protocolo, los conductores reincidentes, con más de dos sanciones de este tipo, podrían ser evaluados por facultativos de la sanidad pública que, en cada caso, valorarían si existe una adicción al alcohol. Si la hubiera, se declararía la pérdida de vigencia del permiso, ya que el conductor no reúne las aptitudes psicofísicas necesarias, y se le ofrecería al paciente un tratamiento de rehabilitación voluntario pero necesario para recuperarlo.

“El alcoholismo es un problema de salud muy grave, con un importante impacto en la seguridad vial. Este protocolo de actuación identificaría a la persona adicta y le ofrecería un tratamiento para rehabilitarse y apartarla de la conducción mientras carezca de las aptitudes psicofísicas necesarias”, explica Concepción Guerrero, subdirectora adjunta de Recursos de la DGT. “A quienes dan positivo con altas tasas de alcoholemia, se les debería ofrecer apoyo inmediato, sin esperar a una reincidencia o algo más grave como un siniestro”, opina Jesús Monclús, director del Área de Prevención y Seguridad Vial de la Fundación Mapfre.

En el último año, más de 3.000 conductores han tenido dos o más sanciones por alcoholemias positivas y/o consumo de sustancias psicoactivas.

décimas respecto a 2022 (1,43%). Recordemos que la tasa máxima legal permitida para conductores en general es de 0,25 miligramos de alcohol por litro de aire espirado (o su equivalente, 0,5 gramos/litro de sangre) y para profesionales es 0,15 mg/l aire (0,3 g/l de sangre).

SANCIONES Y SENTENCIAS.

La creciente presencia del alcohol en la siniestralidad vial en las carreteras durante estos últimos años se refleja también en el aumento del número de sanciones durante el mismo periodo: en 2022 se impusieron 121.000 sanciones que restan puntos del permiso por alcohol, 22.600 más que en 2018. De la misma forma, 4.000 conductores acumularon más de una sanción por alcohol en 2022, el doble que en años anteriores.

En cambio, las sentencias judiciales se redujeron considerablemente durante el año pasado: según la Fiscalía para la Seguridad Vial, en 2023 los juzgados dictaron 50.071 sentencias contra conductores que habían bebido, 9.300 menos que en 2022. A pesar de ello, los delitos de alcohol en la conducción siguen siendo los más habituales con mucha diferencia: *“Desde hace años, más de un 90% del volumen de las acusaciones y condenas son por delitos contra la seguridad vial por conducir bajo la influencia del alcohol y de las drogas”, subraya la Fiscalía General del Estado en su Memoria de 2024.* ♦

ATGC



Ayuntamiento de **Ponteceso**

D. José Manuel Mato Martínez

Alcalde del Ayuntamiento de Ponteceso

Una causa social justa y, por desgracia, todavía imprescindible para prevenir y minimizar el impacto de una lacra. Así entendemos desde el Concello de Ponteceso la labor de Vieiro, una asociación imprescindible en nuestro entorno por su lucha integral contra la droga.

Apoyo, orientación y recursos tanto a quienes luchan contra la adicción como a sus familias, víctimas también. Esfuerzo didáctico para concienciar desde edades tempranas sobre los notables perjuicios que esconden las drogas. Es el trabajo impagable que esta entidad hace y que nosotros, desde el Concello de Ponteceso, solo podemos agradecer, amplificar y acompañar en todo lo que nos sea posible.

Porque aunque hemos avanzado mucho, todavía a día de hoy las adicciones representan un enorme problema para nuestra sociedad.

Precisamente por eso esta labor de concienciación sigue siendo imprescindible. Necesitamos entidades especializadas no solo en recalcar la toxicidad a nivel de salud, social y económica que provocan las drogas, sino también en cómo hacerlo para generar un verdadero impacto. Para ello, es imprescindible el apoyo institucional. Un apoyo que desde el Ayuntamiento de Ponteceso es indudable.

Por muchos años más de trabajo para que cada vez queden menos. Seguiremos caminando juntos.

Por una vida sana

www.ponteceso.gal





EMMA VARELA CHANS

Agente Exclusivo



Gran Vía, 74 - 15100 CARBALLO (A Coruña)

☎ 981 701 486 ☎ 698 109 186

✉ info@jesusvarela.com 🌐 emmavarela.seguros.generali.es

cafeslua.com



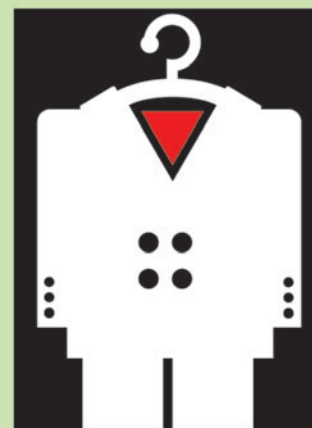
“Vivimos
A Decoración”

Rúa Hórreo, 7 • CARBALLO
Telf.: 981 75 58 73



Gran tintorería
Iglesias
Desde 1947

Alvarez de Sotomayor, 8
Teléfono 981 70 04 56
Carballo - A Coruña





VIVIR CONECTADOS

Jota Llorente
SDB - Educador Social

EL CIBERCHUPETE



Seguramente has visto esta escena más de una vez: un grupo de amigos disfruta de una tarde en una cafetería, y para que el niño pequeño de la mesa no moleste, se le da un teléfono móvil. En ese instante, queda hipnotizado por la pantalla. Otras veces, es el niño quien pide el dispositivo porque está aburrido. Así, la imagen de la pantalla se convierte en un alivio inmediato al aburrimiento, pero al mismo tiempo, se le priva de otras oportunidades, como jugar o desarrollar su creatividad.

En casos más extremos, algunos padres colocan un teléfono o una tableta frente a los ojos de sus hijos pequeños mientras comen, para que se mantengan tranquilos. Este fenómeno tan común y que todavía no tiene nombre lo podríamos denominar el ciberchupete o el chupete digital. Lo que parece una solución rápida e inofensiva está, en realidad, convirtiéndose en un hábito perjudicial que podría tener consecuencias negativas a largo plazo.

Según una investigación de la empresa de seguridad informática Kaspersky, el 47% de los niños en España usan un smartphone antes de cumplir los siete años. Además, muchos de estos menores también tienen contacto con tabletas desde muy pequeños, lo que les ofrece una gratificación inmediata que reemplaza la capacidad de tolerar la frustración o de lidiar con el aburrimiento, aspectos fundamentales para el juego creativo y el desarrollo emocional.

Un estudio publicado en JAMA Pediatrics, una reconocida revista estadounidense de pediatría, ha revelado que el

uso excesivo de tabletas en niños de entre 3,5 y 5,5 años contribuye a una mayor frecuencia de arrebatos de ira y frustración, lo que dificulta su capacidad para gestionar emociones cotidianas. En el estudio, los niños que usaban tabletas a los 3,5 años mostraron una mayor tendencia a la frustración al año siguiente, y esta tendencia se intensificó a los 5,5 años, lo que demuestra un patrón perjudicial en su capacidad para regular sus emociones. Esto evidencia que el uso de pantallas en la primera infancia puede generar un ciclo negativo que afecte a su desarrollo emocional.

No se trata de demonizar la tecnología. Las pantallas, YouTube y los videojuegos son herramientas valiosas cuando se utilizan de manera adecuada y a la edad correcta. Sin embargo, es importante que los niños y niñas no dependan exclusivamente de estas opciones para entretenerse o calmarse. Un niño de tres años que siempre recurra a vídeos o minijuegos en una tableta para combatir el aburrimiento perderá oportunidades para desarrollar la creatividad, el juego simbólico o el contacto con la naturaleza.

Invito a padres, madres, educadores e incluso abuelos a recuperar el tiempo de juego tradicional, a prestar más atención a los niños y a promover actividades que no incluyan una pantalla. Juegos simples, como el «veo, veo» durante un largo viaje en coche, son mucho más enriquecedores para los pequeños que ver vídeos sin descanso, mientras sus padres hacen lo mismo con sus móviles, excepto el conductor, espero.

ESTADO DE CUENTAS

José Luis Vila
Tesorero



ESTADO DE CUENTAS 2025

Vieiro vuelve en este 2026 y como hace siempre, a practicar la TRANSPARENCIA como objetivo prioritario a la hora de la gestión de sus fondos económicos, en 2024 comenzamos un camino para llegar a certificarnos con el sello de calidad, pero desde 1991, año de nuestra fundación, nuestra presentación de resultados ha sido trasladarlos públicamente a la sociedad, por diversos medios, como nuestra web corporativa, medios de comunicación o por la "revista Vieiro" que tienes entre tus manos. Como ONG sin ánimo de lucro, gestionamos diversos fondos provenientes de entidades públicas, privadas, recursos propios... estos fondos nos obligan a tener un control estricto de ellos, por una parte auditados por las administraciones públicas y sus órganos fiscalizadores, pero sobre todo Vieiro va más allá en gestionar y optimizar los recursos económicos ya que al final provienen de la sociedad a la que servimos.

Este año se ha añadido la auditoría externa de la empresa ALBA AUDITORES FORENSES, SLP, para la justificación de subvenciones a la Xunta de Galicia.

Las Cuentas de las entidades sociales como la nuestra, tienen que estar siempre sujetas a un estricto control y sobre todo de transparencia. Es lo mismo que decimos todos los años, porque sólo hay una máxima de hacer las cosas con: **TRANSPARENCIA, PRESENTACIÓN PÚBLICA DE RESULTADOS Y UNA GESTIÓN RESPONSABLE.**

INGRESOS

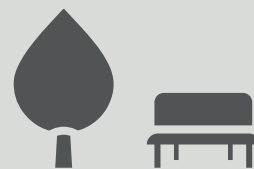
Cuotas de afiliados y asociados	1.876,00 €
Colaboraciones empresariales	2.998,49 €
Donativos anónimos	725,00 €
Donativo Fundación Luis Calvo	12.000,00 €
Donativo Obra Social CaixaBank	5.000,00 €
Subvención Xunta de Galicia	8.004,00 €
Xunta de Galicia-Sanidad	43.332,06 €
Ayuntamiento de Carballo	11.967,88 €
Subvención Diputación de A Coruña	6.700,80 €
TOTAL	92.604,23 €

GASTOS

Material de oficina	1.143,10 €
Prevención conductas adictivas	36.662,50 €
Programa afectivo-sexual	6.255,00 €
Servicio jurídico	2.897,95 €
Seguro laboral	30,13 €
Servicios bancarios y similares	141,73 €
Telefonía	1.495,36 €
Correo	316,48 €
Prensa	846,11 €
Reprografía	785,05 €
Cuotas asociaciones	130,00 €
Protección de datos	145,20 €
Revista Vieiro	1.917,51 €
Dietas personal	65,80 €
Gastos diversos	1.555,90 €
Sueldos y salarios	28.781,91 €
Seguridad Social a cargo empresa	-1.239,22 €
D.A. Servidor microserver inte	6,72 €
D.A. Convertible 2 en 1 micros	5,32 €
D.A. Mobel mesa Es-Tres E3 2MX	125,84 €
D.A. Movellínea mesa 180x160	116,16 €
D.A. Movellínea cubeta 4 cajon	59,28 €
D.A. Movellínea armario con ta	84,70 €
D.A. Movellínea armario con ta	84,70 €
D.A. Mobel suplem. armario meta	91,96 €
D.A. Mobel suplem. armario meta	91,96 €
D.A. Mobel suplem. armario meta	91,96 €
D.A. Mobel suplem. armar. metal	91,96 €
D.A. Equipos informático OR01	119,88 €
D.A. Equipos informáticos OR02	119,88 €
D.A. Monitor 21,5" LG OR03	27,55 €
D.A. Monitor 21,5" LG OR04	27,55 €
D.A. Equipos informáticos	163,05 €
D.A. Equipos informáticos	82,40 €
D.A. Equipos informáticos	449,20 €
D.A. Equipos informáticos	157,58 €
D.A. Equipos informáticos	326,82 €
D.A. Equipos informáticos	409,10 €
D.A. Equipos informáticos	449,20 €
D.A. Impresora Fast Foto escan	406,70 €
D.A. Pantalla 75" interactiva	1.381,30 €
TOTAL	88.140,50 €



CONSTRUCCIÓN
E CONSERVACIÓN
DE VÍAS



ESPACIOS E
INFRAESTRUTURAS
PÚBLICAS

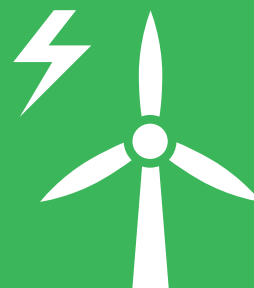


VÁZQUEZ Y REINO

www.vazquezyreino.com



CICLO INTEGRAL
DA AUGA



ENERXÍA



**Tu nueva forma de
consumir atún**

