



nº 9 abril 1998

Suplemento

La revista de AUPA'M (Agrupació d'Usuaris/es i Professionals entorn de l'Autobús de Metadona)

UN NUDO DESATADO

ÍNDICE

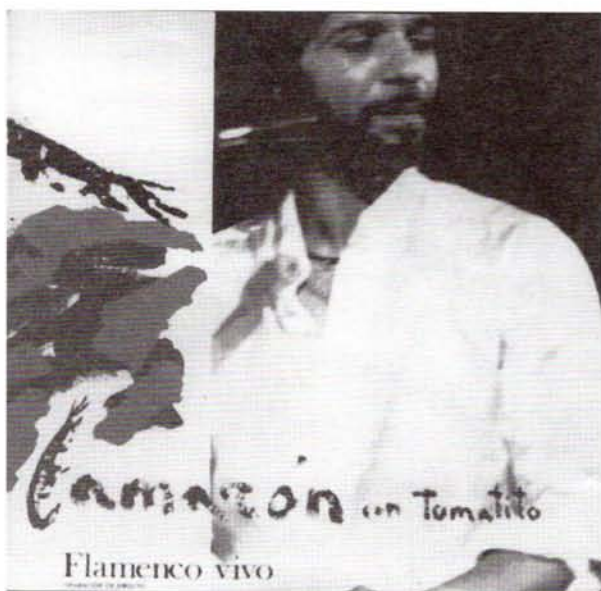
- * 2 CANCIONES * 3 EDITORIAL * 4 CONEXIÓN CON EL CORRESPONSAL * 6 QUE NOS DEN UNA OPORTUNIDAD * 7 EL EQUIPO DEL BIM INFORMA
- * 8 LOS PROGRAMAS DE MANTENIMIENTO CON HEROÍNA
- * 9 LA INAUGURACIÓN DEL NUEVO BIM
- * 11 LLEVO EN MÍ TODO LO QUE POSEO * 12 NUDOS QUE QUEDAN POR DESATAR * 13 ENFERMEDADES DE TRANSMISIÓN SEXUAL (ETS) * 15 CHISTES TÓXICOS
- ADIVINANZAS RINCÓN DE POESÍA * 16 DESDE TORREJÓN DE ARDOZ * 17 ¿QUÉ ES LA DROGA? * 18 LEY DE VIDA (O SU PROPIA VERDAD)

CANCIONES

LA FURIA (K7 Por algo más que por gusto)

Conoce tus derechos

Este es un anuncio del Servicio... ¡Público!
 Conoce tus derechos. Los tres que tienes
 Número 1: Tienes derecho a que no te maten
 Matar es un crimen
 a menos que lo haga un policía, un aristócrata
 ¡Son tus derechos!
 Número 2: Tienes derecho a comida y dinero
 siempre que no te importe y poco de esto...
 ¡Humillaciones... Investigaciones!
 Y si cruzas los dedos... ¡Rehabilitación!
 Joven delincuente... son tus derechos
 Número 3: Otro derecho, libertad de opinión,
 con tal de que no seas tan tonto
 como para intentarlo de verdad
 ¡Son tus derechos, derechos son!
 Los tres que tienes
 Se ha sugerido, en algunos lugares que esto no es
 suficiente. ¡Bien...!
 Salid de los bares. ¡Corred! Salid de los bares. ¡Tos
 contra la pared!



CAMARÓN (CD Autorretrato)

Las 12 acaban de dar

Las 12 acaban de dar, y en el reloj de la audiencia
 las 12 acaban de dar, pendiente de mi sentencia
 Dios mío, ¿qué pasará?

Y porque he nacido gitano, no crean que soy malo
 que habemos buenos y malos, y también somos cris-
 tianos



LA PULLA RECORDS (CD Donde se habla)

Escorpión

Escorpión: que cuando el fuego le rodea
 se pica a sí mismo y muere
 Aquí empieza un juego que todos conocéis: chuta,
 caballo y rey
 Entra la aguja te sientes bien, brillo en los ojos, callo
 en la piel

Se acaba pronto y tú a la vez, hay que salir a buscar
 más
 mala hostia y estar mal
 Fíame algo, ya te daré, fuerte bronca al no pagar
 Persecución, hay que correr, los coleguillas ya no se
 fían
 Como eres pobre vendes todo, pero eso es poco, y
 ahora a sudar
 y esos temblores que te dan
 Un palo desesperao, caja de ahorros, pero cuidao
 si te ligan a mamar talego y mono encerrao

Y dips y la virgen, los santos del cielo, la biblia en
 verso
 el copón bendito, el niño Jesús y los pastorcitos
 El juego continua: más suerte, más te dura
 enfrente la muerte sonrío

selección hecha por Foko

G.T.U

EDITORIAL

DES-NUDOS...

Aunque acabamos de desatar ese gran nudo que era el autobús viejo, en AUPA'M no nos dormimos en los laureles. Como se pudo ver el día de la inauguración estamos tratando de desatar otros nudos que no por ser de menos envergadura o renombre son menos importantes. Desde aquí queremos seguir luchando por solucionar los que todavía quedan en el camino:

MEJORAS EN EL NUEVO BUS: que se ponga un/a agente de salud y un/a médico; es importante poder ser atendid@s cualquier momento que necesitemos

CAS EN SANTA COLOMA: urgente!! que ya es hora de que ciertas entidades afronten y convivan con la realidad de las drogas

INTERCAMBIO DE JERINGUILLAS EN PRISIONES: basta ya de hipocresía haciendo ver que en prisión no se consume, cuando tod@s sabemos lo que hay; ¿cuánt@s entran enganchad@s-seronegativ@s y salen enganchad@s-seropositiv@s?

METADONA EN FARMACIAS Y AMBULATORIOS: para tratar de quitar ese aura de marginalidad que envuelve todo lo relacionado con dro-



gas/metadona, y poder llevar una vida normalizada

SALAS DE INYECCIÓN HIGIÉNICA (CHUTADEROS) Y MANTENIMIENTO CON HEROÍNA: por que si alguien elige la opción de drogarse, lo pueda hacer digna-

mente

Y también nos gustaría poder desatar nuestros **NUDOS PERSONALES** como pueden ser que me aprueben la pensión no contributiva, dejar-empezar-continuar con la metadona, que me renueven el próximo contrato, llegar a fin de mes, no entrar en busca y captura, que me dejen ver a mi hij@, que funcione el tratamiento contra el VIH, conseguir dos talegos rápidos... En general, conseguir el máximo de autonomía de todas las personas, sea cual sea su opción de vida. Y, para finalizar, nombrar también los nudos que se les pusieron en la garganta a nuestros educadores, Goi, Juanje y Còmic, el día de la inauguración cuando un usuario del BIM les hizo entrega de forma espontánea del **METABÚS DE ORO** al buen trabajo. ¡GLUB!

AUPA'M

EL BLUES DEL METABÚS EL BLUES DEL METABÚS EL BLUES DEL METABÚS EL BLUES DEL METABÚS EL BLUES DEL METABÚS EL BLUES DEL METABÚS EL BLUES DEL METABÚS EL BLUES DEL METABÚS EL BLUES DEL METABÚS			
Artículos:		Dibujos:	Lolo Espinosa y Rodrigo
Eugenio	usuario Pº 8	Colaboraciones:	José T., Salva, Puri, Fco. López G., Pedro Rivero, Javi González, Montse, Eva y Marta.
Eva	enfermera BIM	Comisión de redacción:	Eva, Foko, Goi (educador Pº 4-5), Juanje Guerrero (educador Pº 2), Kampanilla, Pera Manera
Foko	Agente de salud y exusuario Pº 5	Agradecimientos:	A l@s personas e instituciones que han hecho posible el nuevo BIM y a las que ayudaran a desatar los nuevos nudos, a l@s participantes en las Jornadas de trabajo horizontal, a los colectivos de los plafones, y al equipo de la Torre Balldovina
Javier Guevara	usuario Pº 4		
Jesús	usuario Extracta		
José Fontaiña	usuario Casa Bloc		
Kampanilla	exusuaria Pº 5		
Espinosa	exusuario Pº 2		
Luis	Agente de salud GID		
A. Obrador	director BIM		
Paco	usuario Pº 4		
Pedro	usuario CAS Barceloneta		
Pera Manera	Agente de salud y exusuario Pº 1		
Xavi	usuario CAS Delta		

El Blues del Metabús es una publicación GRATUITA

AUPA'M no comparte necesariamente la opinión de l@s artistas.

Intentamos utilizar un lenguaje NO SEXISTA

Nos interesa que la información que aparece en la revista llegue al máximo de gente posible. No sólo podéis reproducir lo que consideréis oportuno, sino que además os agradeceremos que lo hagáis (no olvidéis citar su procedencia)

W.T.U

CONEXIÓN CON EL CORRESPONSAL

ACTIVIDADES REALIZADAS ENTORNO AL 1º DE DICIEMBRE

Torneo 3 horas de fútbol sala con el lema Volver a vivir. Se trataba de darle una patada más al maldito bicho, seguir luchando y ganar batallas -aunque no la guerra-. Deseamos que el día de la victoria final llegue pronto. Participaron equipos de jóvenes (Pre-talleres -Santa Coloma- y Sant Roc -Badalona-), y de recursos de tratamiento (Horitzó -Hospitalet-, SPOTting -Barcelona-, Estrep -Barcelona-) además del AUPA'M-BIM. En total, 40 jugadores con entrega de placas conmemorativas. Por cierto, desaparecieron dos de ellas: procuremos potenciar el respeto entre tod@s...

Presentación del nº 8 de El Blues del Metabús: aperitivo final y mucha gente (éramos más de 80)

Lazo de solidaridad realizado conjuntamente entre Pre-talleres Currantes y AUPA'M con las personas afectadas por el VIH/sida de 70 x 30 m. en la montaña de Can Franquesa,. Gracias también a tod@s los que nos ayudaron: Alcos 89, Cipa, Antonio Paniello, Merche Ruzafa, Urbanismo...

Charlas de prevención sobre el VIH/sida en el IES La Bastida: asistieron 70 estudiantes

Exposición sobre el VIH/sida en el BIM

Participación en mesas redon-



das de la ciudad: Mujer y VIH/sida (organizada por el centro de planificación familiar de Santa Coloma) y Heroína y Marginación (organizada por Joves solidaris SAHVI). En total 60 asistentes...

Entrega de material informativo sobre AUPA'M y VIH/sida en la parada del barrio Fondo

Participación en diferentes pro-

gramas hablando de las actividades y problemática del VIH/sida en Contrabanda FM, Ràdio Gramenet y Ràdio Sants-Zona Franca

Taller de técnicas de inyección higiénica, atención de sobredosis y sexo seguro, para personas en activo con heroína y usuari@s del BIM

S.T.U



JORNADAS DE TRABAJO CONJUNTO ENTRE USUARI@S Y PROFESIONALES E INAUGURACIÓN DEL NUEVO BIM

Como ya está explicado en un artículo aparte y en la Editorial, destacar únicamente el buen ambiente que hubo a lo largo de toda la jornada. Tod@s aprendimos algo positivo y demostramos que el trabajo horizontal es un camino correcto a seguir en este campo: salimos convencid@s de ello. Sin duda, será una mañana

que recordaremos con muy buen rollo.

2 compañeros estuvieron en Ràdio Ciutat de Badalona junto al director del BIM, explicando el desarrollo y resultado de la jornada

AUPA'M SE DA A CONOCER

Además de la exposición de experiencias de toda Cataluña promovida por AUPA'M, estamos recibiendo por parte de diferentes entidades un interés por que expliquemos qué estamos haciendo, lo cual nos ayuda a pensar que estamos haciendo un buen trabajo.

Estamos orgullos@s de nuestra agrupación; enhorabuena a todas y a todos, procuremos hacer caso a nuestra compañera Isa (Kampanilla); no os rindáis nunca

transmitimos de forma audiovisual la experiencia de AUPA'M en unas jornadas organizadas por los estudiantes de educación social de la Universidad Ramon Llull y a l@s profesionales de servicios sociales del ayuntamiento de Santa Coloma



VAMOS A BRASIL AL CONGRESO MUNDIAL DE PROGRAMAS DE REDUCCIÓN DE DAÑOS

El reportero atraviesa en marzo el charco para ir a un congreso internacional y traer nuevas experiencias de trabajo en otros países. En el próximo blues informaremos.

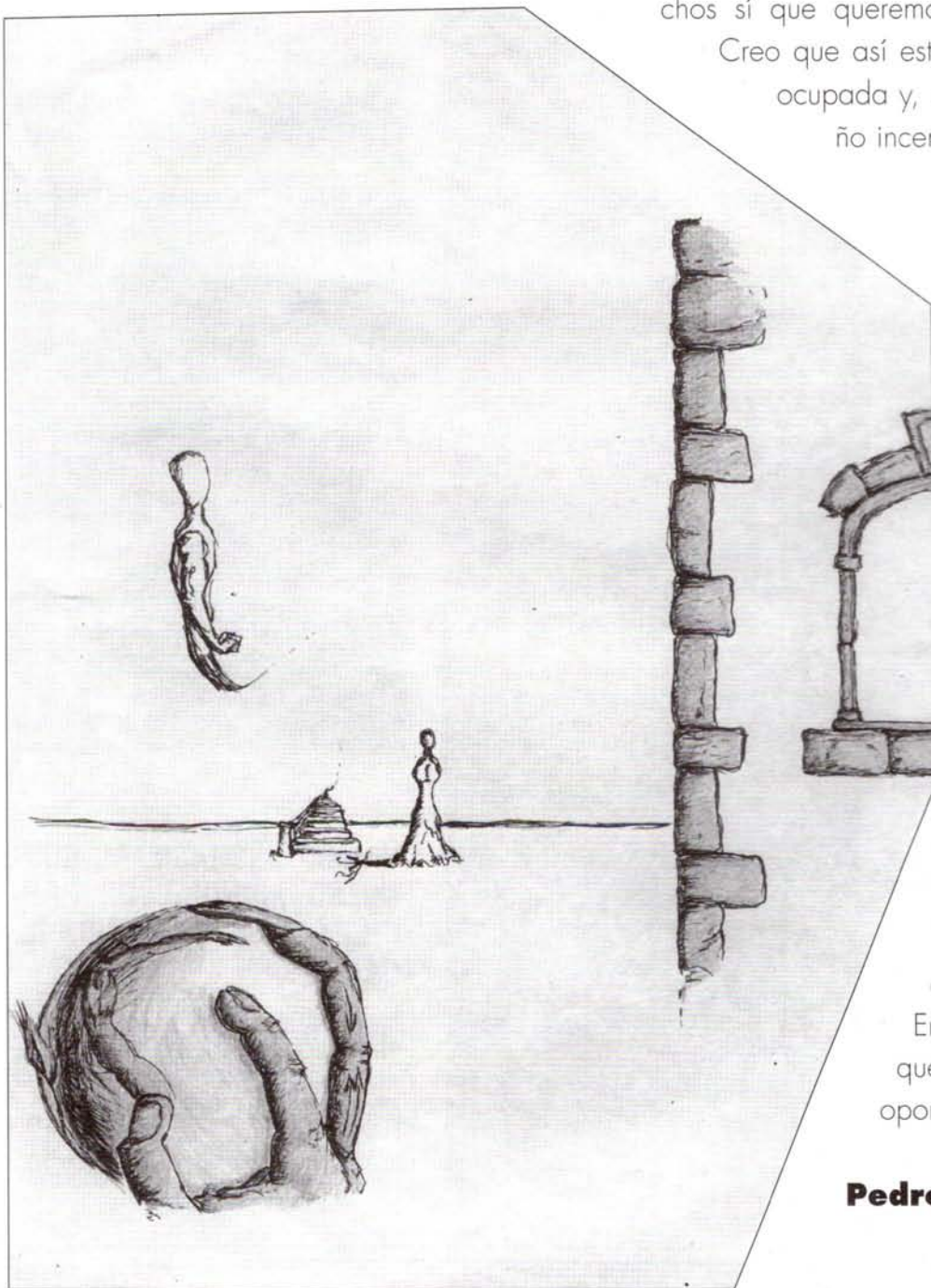
QUE NOS DEN UNA OPORTUNIDAD

Bueno, espero que leáis esto y os parezca bien.

Confío en que estéis de acuerdo conmigo en que aunque seamos ex-toxicómanos, podemos ser gente como cualquiera, a pesar de que tengamos un problema.

Pero, ya que tanto se habla de reinserción ¿por qué no nos dan una oportunidad?, oportunidad de volver a ser alguien, de formar una familia, tener un trabajo... Estoy de acuerdo en que algunos de nosotros no somos capaces de aprovechar esa oportunidad, porque prefieran estar colgados todo el día sin pensar en cambiar. Pero, por otro lado, muchos sí que queremos cambiar y ser alguien.

Creo que así estaríamos con la mente más ocupada y, si además tienes un pequeño incentivo, mejor.



Sin embargo, es muy difícil que te den esa oportunidad. Primero, si dices que tienes que tomar meta te miran mal y, también, si te piden antecedentes, algunos lo tenemos mal. Entonces ¿qué hacemos? ¿robar? ¿pedir caridad? ¡no!

Tanto hablar de reinserción ¿por qué no nos ayudan?. Hay gente que sí que son capaces de aceptarnos tal y como somos o hemos sido. Entonces, me pregunto, ¿por qué yo no puedo tener esa oportunidad?

Pedro

S.T.U

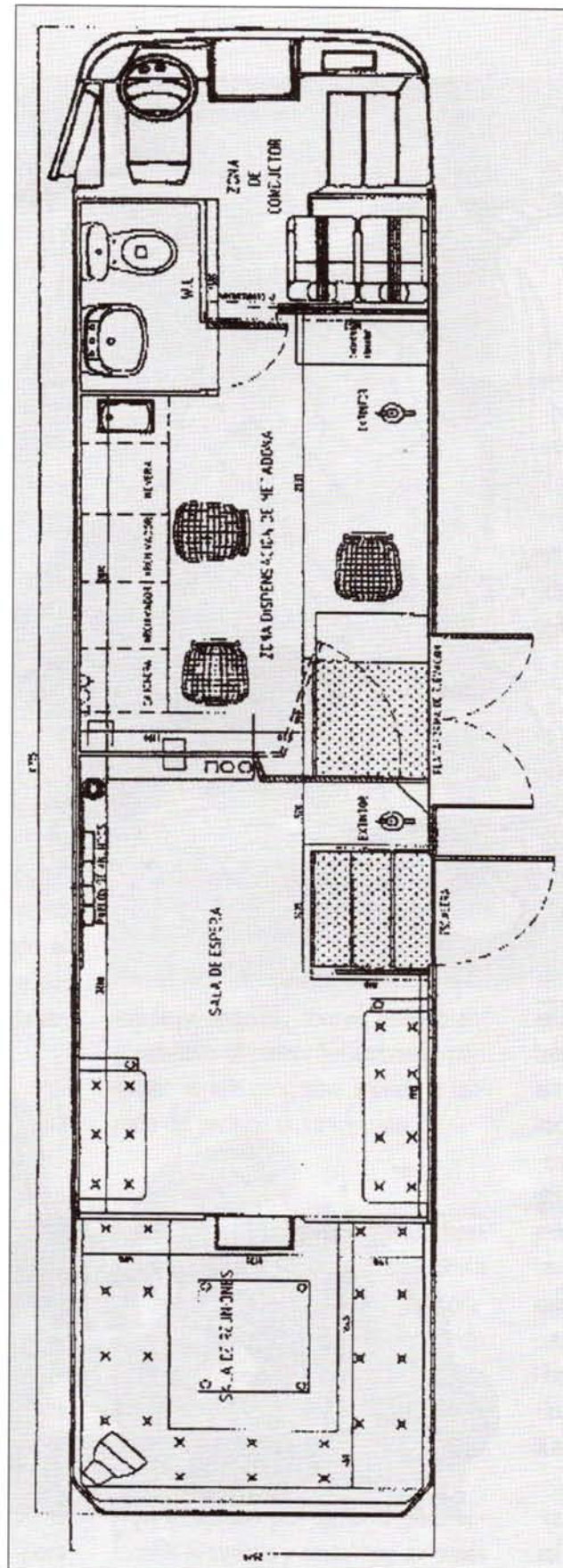
EL EQUIPO DEL BIM INFORMA

En febrero las distintas administraciones que subvencionan el autobús (Generalitat, Diputació y ayuntamientos de Badalona, Santa Coloma y Hospitalet) aprobaron el presupuesto para este 1.998

A partir del 16 de marzo habrá un nuevo director del BIM. Se llama Martí Rovira y seguro que much@s de vosotr@s ya lo conocéis. Él asumirá la responsabilidad de atender vuestras demandas

La empresa constructora del autobús nuevo - Tecnove- ya ha venido a Badalona para ver los desperfectos y anomalías que se han detectado. Se ha comprometido a solucionarlos de la forma más rápida posible en cuanto le mandemos todas las modificaciones que deseamos; si se os ocurre alguna idea, la ponéis en el buzón de sugerencias

El 1 de marzo hay 282 usuari@s en el BIM: 173 de la parada 1 a la 5, y 108 de la 6 a la 8



Los días 10 y 13 de abril (fiestas de semana santa) no habrá servicio del bus

Como sabréis el autobús nuevo tiene vídeo. Si alguien tiene algún reportaje que crea que puede ser interesante, lo puede traer para que lo veamos tod@s

En las jornadas que hicimos el día de la inauguración del BIM sobre el trabajo entre usuari@s y profesionales, pasaron más de 150 personas. Creo que podemos estar muy satisfechos.

Desde marzo Sergi se incorporará al autobús por las tardes. Es una persona que ya anteriormente había venido por el BIM. Realizará el servicio social sustitutorio durante un año, y colaborará con el equipo en todas aquellas cuestiones que crea oportuno

Recordad que algunos días de la Feria de Abril de Santa Coloma, hay cambios en la parada 5 (pallaresa)

Andreu Obrador

S.T.U.

ALTERNATIVAS AL CONSUMO EN LA CALLE: LOS PROGRAMAS DE MANTENIMIENTO CON HEROINA

INTRODUCCIÓN

Existen dos formas de prescripción de heroína sintetizada en laboratorio (diacetil morfina), cuyos efectos son muy diferentes:

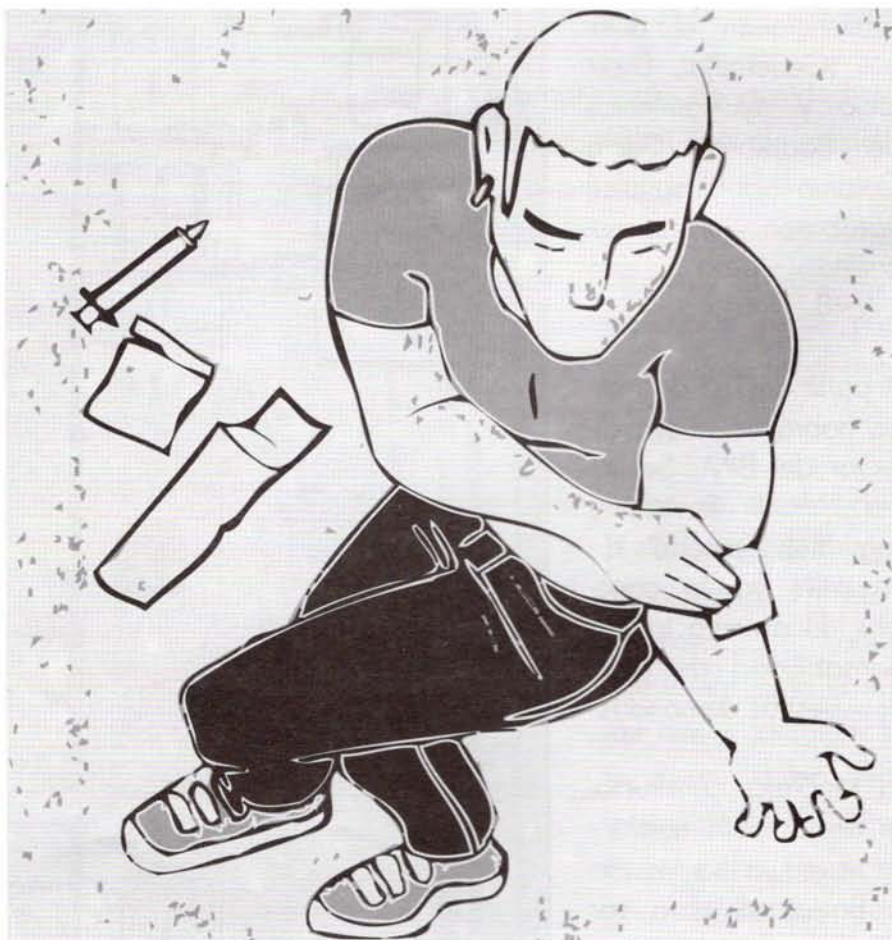
por vía parenteral (inyectada)

por vía oral (bebida)

Los PMH más conocidos comenzaron en Inglaterra en 1.982, autorizándose para su prescripción a 95 psiquiatras repartidos en los diferentes distritos municipales del país.

Actualmente, los criterios de inclusión para acceder a este programa los valora un equipo formado por un/a psiquiatra, asistente social, educador/a de calle, agente de salud y enfermero/a.

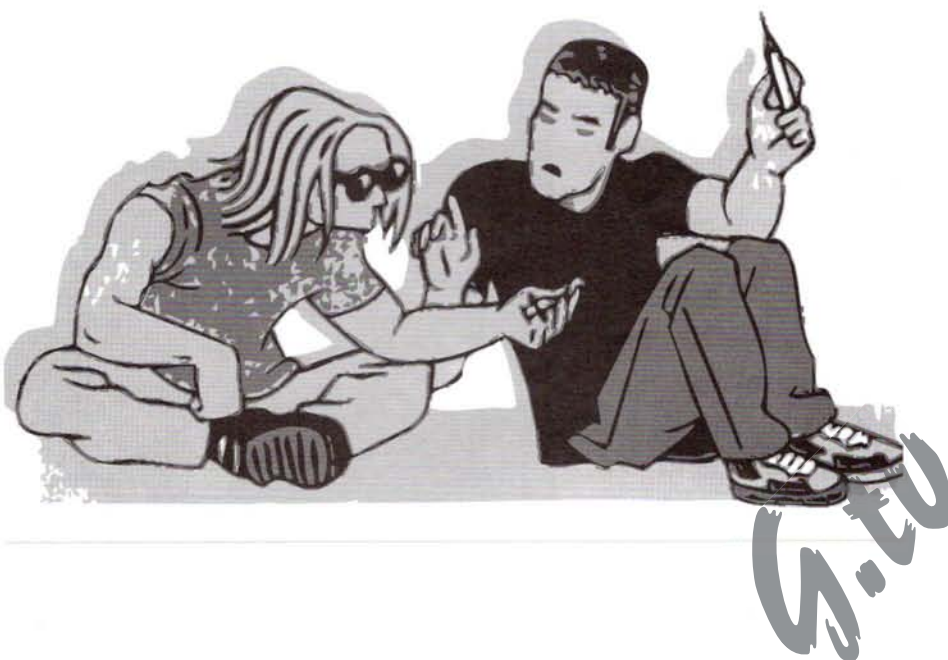
La heroína de laboratorio es 20 veces menos tóxica que la metadona, y su precio es 10 veces inferior al de la calle. Además, no está adulterado y se da bajo control sanitario.



LA EXPERIENCIA DE INGLATERRA

La experiencia más conocida de Inglaterra y con mejores resultados es la de John Marks, un médico de Liverpool. Éste en las primeras visitas pregunta al paciente si quiere hacer una desintoxicación (ambulatoria, hospitalaria o libre de drogas). En caso afirmativo, les informa de los diferentes programas existentes, pero cuando no quiere, no puede o ha fracasado en muchos tratamientos anteriores, cambia el chip y utiliza su autorización para prescribir heroína y cocaína.

Las recetas están hechas incluir el consumo de un mes entero, recibiendo en las



HEROÍNA (PMH)

farmacias las dosis semanales. Así no se tiene que acudir diariamente a un centro, permitiendo esto que se pueda pensar más en otros aspectos de la vida: trabajar, relajarse, hablar de sí mismo... En definitiva, vivir como una persona.

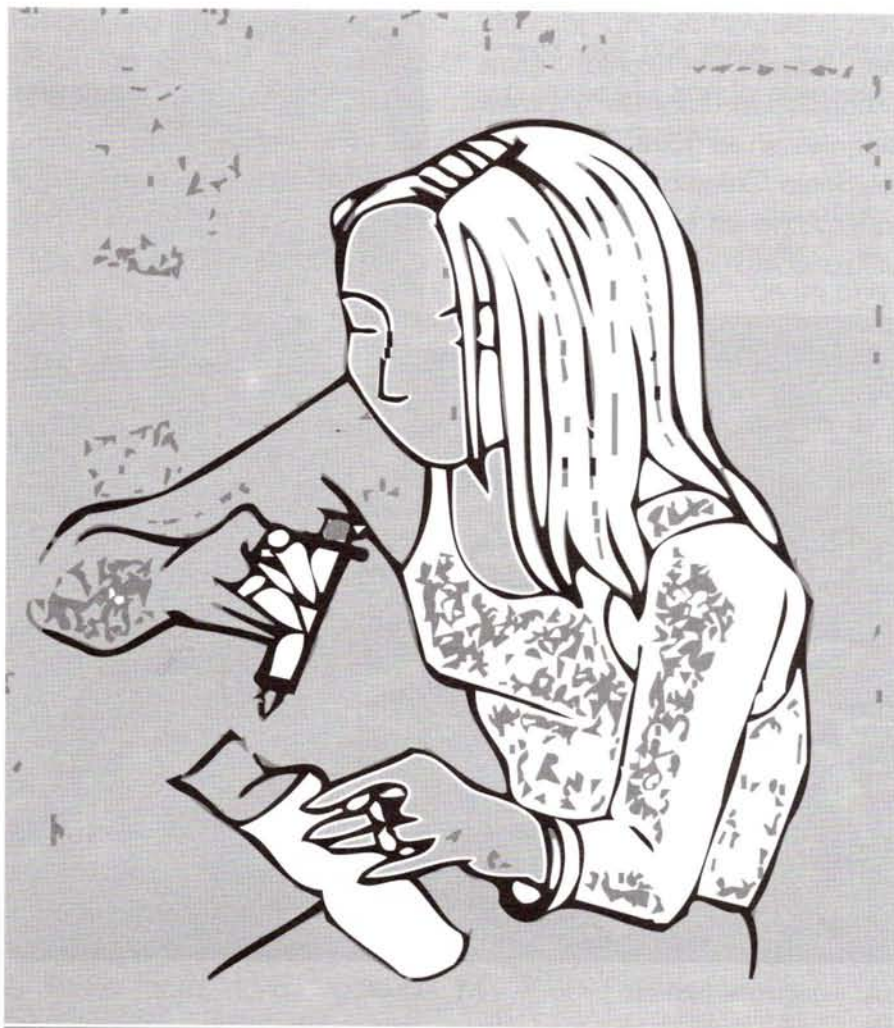
Si algún/a paciente hace una demanda de cocaína, se la receta para un sólo día -como uso lúdico-. El tratamiento también permite el uso de hachís, pero no el de benzodiazepinas ni hipnóticos, ya que su consumo es perjudicial tomando heroína.

Entre los usuari@s de Marks, se encuentran desde un catedrático de universidad, fontaneros, estudiantes, policías... Tod@s, con posibilidad de mantener una vida normalizada, realizando su trabajo, teniendo tranquilas a sus familias y -sobre todo- mejorando su calidad de vida, al no tener que realizar conductas de riesgo. En su zona de influencia, se ha llegado a un índice de VIH cercano al cero, y se ha dado una drástica reducción de la delincuencia (93% menos según la policía).

El consumo se suele estabilizar en una media diaria de 0.5 g. o sea que no aumenta con el tiempo como se había pensado siempre.

EL CASO SUIZO

Existen PMH en otros países como Alemania, Holanda, Suiza o Australia. En Suiza el método más conocido es el de Annie Minno, médico que administra la heroína por vía parenteral tres veces por día. Los inconvenientes de este programa es la dificultad de l@s usuari@s para



mantener una vida normal, estando enganchad@s al centro. Sin embargo, participar en este programa implica la retirada del permiso de conducción.

¿Y EN NUESTRO PAÍS...?

Los PMH están paralizados desde hace años -de hecho no se han puesto todavía en marcha-. Se habla de algunos proyectos piloto: básicamente Andalucía (que ya ha pedido autorización al gobierno español) y Cataluña (llegando incluso a difundirse por televisión).

Aquí se aprobó por consenso para enferm@s terminales y casos muy concretos

en 1.994 -sin carácter de ley-, sin embargo el gobierno actual lo paralizó por la alarma social que podría provocar en la población.

ÚLTIMAS NOTICIAS !! El Parlament apoya dispensar heroína a drogodependientes en algunos casos, replanteándose el enfoque que debe darse al tratamiento de la adicción a la heroína.

Nos gustaría creer que va a ser así...

Xavi y Pera

S.T.U

LA INAUGURACIÓN DEL NUEVO BIM

El pasado 30 de enero inauguramos el nuevo BIM y, a la vez, celebramos una Jornada de trabajo horizontal entre usuari@s, ex-usuari@s y profesionales en la Torre Balldovina de Santa Coloma (antiguo chutadero que en la actualidad se utiliza como espacio cultural y

lúdico).

La jornada empezó con exposiciones de miembros del SAPS y ASUT (Asociación Somos Útiles) sobre líneas de trabajo conjunto entre usuari@s y profesionales, así como experiencias a nivel estatal y europeo.

A continuación, AUPA'M expuso mediante diapositivas el desarrollo de nuestra Agrupación desde sus inicios hasta nuestros días. Paralelamente, se colgó una exposición de 11 plafones que recogen 10 grupos de personas que consumen o han consumido diferentes drogas, que llevan a cabo un trabajo similar. Resaltaban de cada uno sus actividades, ámbito de intervención y un teléfono de contacto. Nuestro deseo es que la exposición sea itinerante para poder llegar al máximo de personas.

Acto seguido, y después de una pausa para tomar un cafe-lito, empezó el acto político al que acudieron representantes del Òrgan Tècnic, Diputació, y ayuntamientos (Badalona, San-



Lolo inaugura el BIM con J. Colom y M. Arqué.



W.to



ta Coloma y Hospitalet). Tod@s ell@s reconocieron y elogiaron el trabajo realizado desde AUPA'M, después de 2 años luchando por el nuevo autobús.

A última hora, tuvo lugar la inauguración oficial del nuevo BIM que estaba atado con una cuerda llena de nudos al viejo. Cada nudo era una reivindicación aun por conseguir: un

SI ESTÁIS INTERESAD@S EN EXPONER LOS PLAFONES

sobre 10 experiencias de trabajo por parte de personas que consumimos o hemos consumido drogas (alcohol, cánnabis, drogas de síntesis, heroína y metadona),

**poneos en contacto con nosotr@s
al 93 392 74 11**

CAS en Santa Coloma, personal médico y agentes de salud en el BIM, jeringuillas en prisiones, metadona en farmacias, mantenimiento con heroína y salas de venopunción. Y desatando el último nudo, nos desligamos del bus viejo, aunque seguiremos luchando por desatar los que quedan.

Finalmente, tod@s: usuari@s, políticos, profesionales, vecin@s... disfrutamos de un aperitivo y nos demostramos que la convivencia entre tod@s puede ser casi perfecta si ponemos de nuestra parte.

Al acto asistimos más de 150 personas, lo que demuestra que esta forma de trabajo conjunto es más coherente con la realidad de la droga en nuestra sociedad y que, a diferencia del trabajo vertical, de exigencia y de poder que muchos profesionales siguen aplicando en la actualidad, debe imponerse un estilo de cooperación y diálogo.

Con esta Jornada pretendíamos demostrar que se debe intervenir conjuntamente ya que tod@s tenemos algo que aprender y -también- algo que enseñar. Ojalá que este día no sólo quede en palabras y promesas, sino que tenga una continuidad y repercuta en la calidad de vida de l@s usuari@s, que es lo que importa ¿o no...?.

Pera y Xavi

S.T.U

LLEVO EN MÍ TODO LO QUE POSEO

Hola, soy una persona que razona diferente a las demás. Esto, es una ventaja para según qué situación y una desventaja para otras... A veces, me pregunto qué hemos venido a hacer en esta vida, señores; ¿cuándo llegará el momento de ver quién soy yo?

Todo empezó en 1.976 cuando una pareja, como otra cualquiera, decidió tener un hijo. Miremos hacia atrás cuando éramos críos por un momento, recordemos aquellos tiempos de inocencia, de risas, de felicidad en algunos momentos (porque, claro está, en esta vida tenemos también malas experiencias).

La calle tiene mucho peligro y más si te dejan sólo de pequeño. Y lo digo porque yo he sido un chico de la calle. La verdad es que poco he aprendido de ella; al revés, me ha perjudicado en muchos aspectos. Pero también he de decir que es bueno conocerla porque de esta manera tienes la lección aprendida para no volver.

¿Cómo vivir feliz? el secreto que pocos saben está cada día delante de tus narices, aunque parece que queremos ig-

norarlo. Sí señores, la vida es así; pasamos una mala experiencia, pero hay que volver a empezar de nuevo. Hay mucho que aprender; recordad que hay muchas cosas que nos esperan. Pero, eso sí; siempre y cuando sepamos estar o sea, comportarnos como personas educadas. Debemos aprender de los errores para no caer jamás; sólo es tener fe un lo que hagamos a partir de ahora.



La esperanza no es un infantil sueño de locos y, si lo fuera, no sería malo. Creo que tenemos que tener paciencia, ir poco a poco; el mundo no se hizo en un día. Por este hecho, hay que pararse a pensar, pero hacerlo bien y ordenadamente. Cerrad los ojos... evitad encadenaros a vuestra suerte. Pensad por un momento en cambiar de aires, salir de la ciudad y la polución, adentra-

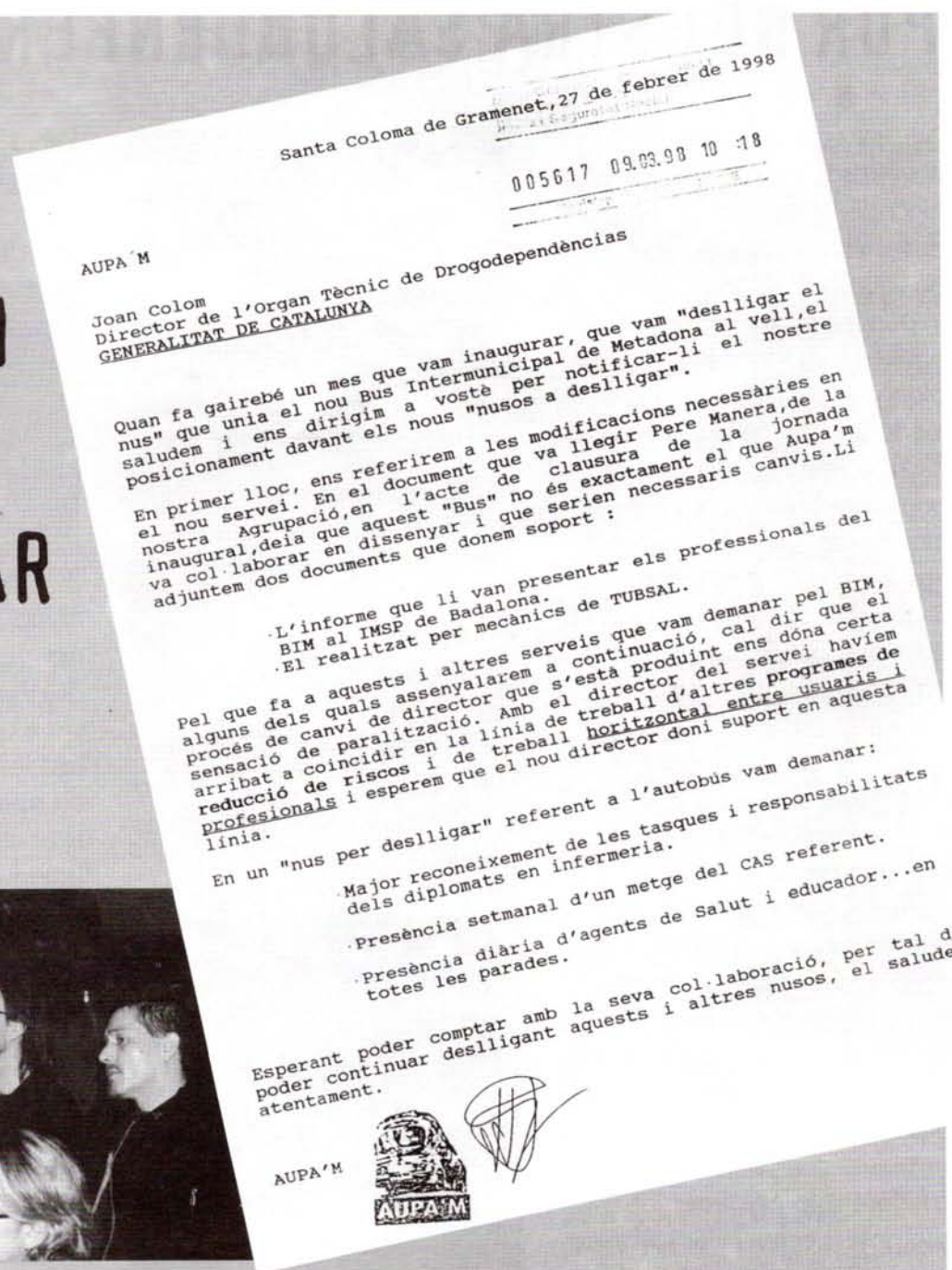
os en vuestros orígenes y recordos más antiguos; cuando erais niños e ibais al colegio. Mirad el pasado sólo por un momento; qué bellos recuerdos! que, por cierto, aun están al alcance de vosotros. Recordad todo lo que llegábamos a hacer como las salidas a la madre reina que es nuestra tierra. Éramos -y podemos serlo el resto de nuestra vida- activos. Sí señor, podemos; sólo es dar el paso para bien.

Qué bella es la vida; cuando podemos ver el camino de la realidad, todo está en nuestras manos. Tenemos tanto tiempo para descubrir, aprender, viajar, soñar, amar, disfrutar, llorar... un sinfín de cosas que dejamos atrás por no saber aprovechar el tiempo como es debido. Pero

pensad que nunca es tarde para reencontraros con vosotros mismos. Saber estar en los sitios como una persona, ser aquel niño que llevas dentro, aunque por desgracia el mundo en que vivimos demasiadas veces nos lo impide. Sé bien que he vuelto a nacer; soy otra persona gracias a mi voluntad y a creer en los que me quieren bien. Algún día pagaré todo lo que le debo a este mundo bello. Amigos hay que ser

WU

NUDOS QUE QUEDAN POR DESATAR



positivos, creer en la justicia y en la sociedad, vivir en la realidad que es esta vida. Nunca debemos vivir en esa fantasía artificial que es la droga; os aseguro que seréis felices. Os lo dice alguien que ha sufrido en sus carnes el bien y el mal. Sé que es difícil; decídmelo a mí que no quise creer hasta los 21 años. No corráis este riesgo; la vida es muy bonita para

volver a empezar desde la edad que sea. Sólo diré dos palabras más; espero que sepáis interpretar bien. Tened valor, voluntad; sólo ahí está vuestra salida a ese grave problema que es la droga.

Qué, ¿cómo estás?, estoy experimentando lo bello que es estar vivo y lo duro que puede llegar a ser. Hay que ser fuerte

y un poco más egoísta en esta hermosa piedra redonda, porque de esta manera podré triunfar, hacerme querer por la gente y querer a mis seres queridos. Amigos, qué bella es la serenidad...

José Fontaiña
(ver contraportada)

G.T.U

POR NUESTRA SALUD: ENFERMEDADES DE

No se trata este de un tema novedoso... Queremos hacer hincapié y recordar enfermedades con muchos años de historia que, en la actualidad, la importancia del sida parece haber relegado a un segundo plano. Nos referimos a enfermedades de causa infecciosa cuya forma de transmisión y contagio habitual es la relación sexual. Las ETS son las antiguamente denominadas venéreas y el microorganismo causante puede ser una bacteria, virus, hongo, parásito...

El hecho de ser drogodependiente y/o portador/a del VIH ya favorece estados de inmunosupresión (hay más posibilidades de contraer ETS) de ahí nuestra preocupación. La incidencia del sida ha supuesto cambios en los hábitos sexuales, pero todavía hay personas que no dan importancia a las prácticas de riesgo (relaciones sexuales con penetración sin condón) sólo por tener los anticuerpos, hecho que favorece la posibilidad de contraer ETS.

Podemos clasificar las ETS fijándonos en los microorganismos causantes:

BACTERIAS (sífilis, gonorrea, chancro blando, vaginosis, clamidias)

VIRUS (herpes genital, condilomas, hepatitis B, VIH/sida)

HONGOS (cándidas)

PROTOZOOS (tricomoniasis)

PARÁSITOS (pediculosis, sarna)



SÍFILIS

Enfermedad contagiosa crónica, es causada por el *treponema pallidum*, que transmite la enfermedad penetrando por la piel o las mucosas. El contagio se da con el contacto íntimo, de madre a hijo (embarazo) y por sangre.

Síntomas y curso de la infección: Cuando la bacteria entra en el organismo pasa por tres etapas:



Primera: aparece el chancre sífilico (inflamación enrojecida, bulto duro al tacto pero indoloro y con una supuración transparente) y el ganglio se inflama. Surge a las 2-4 semanas de la infección y se cura de

forma espontánea.

Segunda: esta etapa empieza sin tratamiento al 1.5 - 2 meses de la infección aparecen las manifestaciones generalizadas: las roseola sífilica (manchas en la piel parecidas a la de la roseola) aparecen y desaparecen sin dar picor. Esto puede durar 2 años.

Tercera: fase de latencia; en algunos casos y pasados 10-30 años puede afectar el organismo (especialmente al sistema circulatorio y nervioso) dejando secuelas irreversibles y -en algunos casos- la muerte. Las lesiones son más difíciles de apreciar en la mujer que en el hombre.

Tratamiento: es la penicilina: cuando se trata en la primera etapa se erradica la enfermedad, pero sin tratamiento sigue su curso. En personas con anticuerpos su curso varía con el tiempo, va más rápido y en la tercera fase afecta con más gravedad.

CHACRO BLANDO

ETS de evolución aguda causada por el *haemophilus ducreyi*. Se transmite por contagio sexual y una persona puede reinfectarse a sí misma.

Síntomas y curso de la infección: Se forma una o más lesiones ulcerosas con inflamación de la zona, blanda al tacto y dolorosa, provoca supuración purulenta. Su periodo de incubación es corto: 2-5 días.

Tratamiento: con antibiótico.

S.T.U.

TRANSMISIÓN SEXUAL (ETS)

para evitar la reinfección, hay que mantener una buena higiene



GONORREA

También denominada blenorragia, blenorrea o gonocia, es causado por el neisseria gonorrhoeae.

Síntomas y curso de la infección: Una vez en el organismo, aparece la clínica (salen los síntomas) a los 2-5 días, pero de forma distinta según el sexo:

Hombre: molestias al orinar, inflamación, picor y escozor con supuración amarillenta-verdosa, y ganas frecuentes de orinar

Mujer: menos expresión que en el hombre, aunque en algunos casos puede ser semejante; su diagnóstico es más difícil. Una mujer infectada puede transmitir en el parto una gonocia oftálmica (enfermedad en los ojos del recién nacido que se trata con antibióticos)

Tratamiento: con antibiótico

HERPES GENITAL

Causado por el herpes zoster es más frecuente en estados de inmunosupresión y de da en personas que previamente han pasado la varicela o la tienen en proceso.

Síntomas y curso de la infección: provoca lesiones de varicela (perlas con líquido que al secarse deja una costra amarillenta-marrón) y suele afectar un lado del cuerpo siguiendo la trayectoria del nervio. Provoca malestar, picor, dolor y/o alteración de la sensibilidad. Las lesiones de la piel duran más o menos 1 mes, aunque el dolor pueda durar algunos meses más. En personas seropositivas el herpes es más potente y el dolor persiste más.

Tratamiento: se hace con aciclovir (pastillas y/o pomadas), y calmantes, vitamina B y antiinflamatorios para el dolor y otros síntomas.

CONDILOMAS

También llamados verrugas genitales, están causadas por el papilomavirus humano.

Síntomas y curso de la infección: provoca la formación de unas verrugas generalmente aplanadas, de color rosa claro o blanco. A veces pueden provocar escozor o picor, pero no es habitual.



Tratamiento: protección de antibióticos y cirugía

CANDIDIASIS GENITAL

Producida generalmente por el hongo *Candida albicans*.

Síntomas y curso de la infección: provoca sensación de ardor localizada, picores que aumentan con el calor y produce una secreción espesa blanca o crema (como requesón o yogur). Es más frecuente en la mujer.

La *Candida* invade la zona favoreciéndose del descenso del pH genital

Tratamiento: antifúngicos y lavados de agua con bicarbonato (aumenta el pH)

Y AHORA QUE TENEMOS INFORMACIÓN, NOS QUEDA PREVENIR...

practicando sexo seguro (sin penetración o con condón) realizando revisiones médicas

¿SI SOSPECHAMOS QUE PODEMOS TENER UN CONTACTO...?

acudir al médico (centros de planificación familiar o ambulatorios)

realizar correctamente el tratamiento

ir con especial cuidado con las parejas sexuales

consultando con un/a especialista cualquier duda y no caer en el error del autotratamiento.

Paco y Eva

S.T.U

CHISTES TÓXICOS

Se encuentran dos colegas en la calle...
Tengo 2 noticias, una buena y una mala
¿la buena...?
que he dejado las drogas...
¿y la mala...?
que no sé dónde las he dejado y llevo to el día
desesperao...

Se vuelven a encontrar unos meses más adelante...
¿Qué te han traído los Reyes Magos?
A mí lo normal: un ordenador, lo último de los Back Street
Boys y Spice Girls... ¿y a ti?
Pos unos éxtasis, unos cogollos de maría, un par de bolitas
de heroína, unos molgrams de farlopa...
Joder ¿y cómo te lo has hecho...?
Pasando de los Reyes: yo voy directo a los camellos

ADIVINANZAS

- Di 5 días de la semana sin pronunciar sus nombres...
- Larga como una soga, y tiene dientes como una zorra...
- Una mosca y 3 medias moscas, ¿cuántas moscas volando son...?
- Un avión tiene un accidente en la frontera de Paraguay y Brasil, ¿en qué país se debe enterrar a los supervivientes...?
- Dibuja un cuadrado con sólo 3 rayas...
- Un nombre de persona que no tenga ninguna letra de Carlos

• Quintín

• A los supervivientes no hay que enterrarlos

• Una (las medias moscas no vuelan)

• La zarza

• Hoy, ayer, antes de ayer, mañana y pasado mañana

Jesús

RINCÓN DE POESÍA

LO QUE TODOS RUMOREAN...

En este bar, escribo
lo que todos rumorean al mirar,
pobre chico ¿has visto?
por la droga sin brazo está,
ay si supieran lo demás
Aunque no les falta imaginación
para poder marginar
ojalá que sus hijos
no tengan que pasar
por donde yo he pasado ya,
ni siquiera la mitad,
pues sé que en mi interior,
no se halla maldad

UNA NUEVA ETAPA; EL AUTOBÚS

Empieza una nueva etapa,
el autobús
inmaculado está
y las paradas en igual status
deben estar,
Con unos bancos
y un techo a la par,
pues a parte
de las inclemencias del tiempo
a la gente hay que acostumbrar,
ya que seres humanos somos
y no debemos dejar,
que personajes incultos
no dejen de criticar
A parte hacen falta otras cosas
ya que muchos enfermos
y padres mayores,
de pie no deberían estar

Eugenio

G.T.U

UNA NUEVA MANERA DE ENTENDER LAS TOXICOMANÍAS DESDE TORREJÓN DE ARDOZ

Nuestro primer error es no querer ver el problema realmente; no debemos negar que ante nosotros hay un mundo paralelo de vendedores/as y consumidores/as de drogas. Hay que llamar drogas a todo: las legales (tabaco, metadona, alcohol...) y las ilegales, y todas tienen consecuencias negativas.

No aceptar socialmente a cierta clase de personas adictas (como heroinóman@s) provoca marginalidad y rechazo añadido a los problemas que conlleva la ilegalidad (delincuencia, narcotráfico, adulteración, nulo control sanitario de las drogas y su impacto en el individuo, etc.). No podemos rechazar ni negar esta gran verdad.

La solución no es policial, ni de substitivos, ni disminuyendo el número de vendedores; al ser un problema complejo la solución es complicada y tarea de tod@s. Hay que reducir el número de consumidores y conseguir que no haya nuevos y, para ello, es necesaria una nueva cultura social para abordarlo. La solución tampoco es la legalización, aunque nos libremos de las mafias y de una droga adulterada que mata: no olvidemos que son sustan-

cias
nocivas
para la salud.

Además, tampoco podemos abandonar a su suerte a las personas dañadas por un consumo. Algunas podrán rehabilitarse y otras, aunque no quieran abandonar su adicción, pueden conseguir hacerlo de forma menos dañina para sí y para los demás. Esta es la filosofía de la reducción de riesgo: una nueva forma de tratar el problema de las toxicomanías que enseña a ser autónomo al drogodependiente y a hacerle entender que puede mejorar su salud y calidad de vida. El lema es: cuídate el cuerpo.

No es como en los centros de atención en los cuales se dice: abandona las drogas o toma un substitivo. Hay personas que no quieren dejarlo y otras aunque le den un substitivo no abandona otras drogas. Si esto es así, trabajaremos con esta realidad.

En nuestro centro de encuentro y acogida de drogodependientes, lo único que se exige es dejar las drogas de puertas para fuera e intentar poner a reflexionar, discutir, debatir y organizar actividades de tiempo libre. Exactamente igual que lo hacen colectivos de otra índole. Tenemos un local para que l@s drogodependientes que están en la calle, puedan tomar un café y unas galletas, intercambiar jeringuillas y recibir preservativos. Además les damos un poco de atención y charlamos de forma coloquial.

En España, existen pocos programas de este tipo; en pequeñas localidades somos de los pioneros. Espero que todo no vaya bien y que espacios como éste, se abran allá donde sean necesarios.

Luis

G.T.U



¿QUÉ ES LA DROGA?

Droga es lo que cada uno o cada una quiera que sea porque, según parece, nadie tiene la autorización necesaria y divina para decirnos lo que es.

Según la OMS (Organización Mundial de la Salud) es toda sustancia que, introducida en un organismo vivo, es capaz de modificar varias funciones del



cuerpo. Con esta definición hay más drogas de las que conocemos o se conocen.

Estas sustancias se encuentran de forma natural en las plantas, aunque también se sintetizan en laboratorios. En cada organismo reacciona de forma diferente y modifica diversas funciones.

Hay drogas beneficiosas para el ser humano; curan enfermedades o síntomas, aunque abusando de las mismas causan



alteraciones en el funcionamiento del organismo. También hay consecuencias relevantes como son la dependencia, la desadaptación social y -con más peligro- la muerte.

Bueno, el mal uso de las drogas es antiguo, aunque en la actualidad dos de sus causas son: la falta de acuerdo científico sobre sus consecuencias, y la libertad con que se mueven quienes las controlan. Actualmente, veo dos tareas urgentes a realizar: informar y curar. Estas medidas deben designarse a personas honradas que trabajen dos aspectos, el médico y social, siendo el último quizá el más importante.

Nuestra sociedad es drogadicta (quien no beba, fume, tome píldoras para dormir, reducir dolores, relajarse o sentirse bien... que tire la primera piedra) y hay que tener conciencia de que nuestro problema penetra en la raíz misma de la sociedad.



Para empezar una auténtica desintoxicación, habría que tener un poco más de honestidad personal y de espíritu social. Mientras esto no llegue, ¡ja sabéis: vida sana dentro de lo posible y más centros donde pedir información y ayuda.

Lolo Espinosa



LEY DE VIDA (O SU PROPIA VERDAD)

En el corazón una esperanza se les abría;
la esperanza divina que hiciera la voluntad del todopoderoso
que sin culpa alguna nos creó a su imagen y semejanza
¿y por qué nos envuelve el embrujo de religiones, que con ello culpan al diablo?

Pues sólo dios con una mirada hará que éste se hunda en lo más profundo de la nada, condenado por su mal pago a vivir en la oscuridad.

Si así nos creó -como he dicho antes-
Perdóname señor no por dudar de ti, sino por tener un corazón noble pero también pecador, y un alma que piensa en que eres el único que me puede ayudar.

Y me pregunto por qué yo he de ver miles y millones de imágenes no comprendidas por mi corazón, del mal que el propio ser humano se crea por la forma en que ha vivido

Pues sí que creo en ti, porque tú -sin un dedo moverse que existes

Pero lo que no comprenderé -o sí algún día con algo de miedo- es la idea de pasar



por
la oscuridad
del
puente de

la vida

Si tu voluntad lo quiere llegaré hasta tu verdad, esa luz una vez pasado el puente que me envolverá de paz y tranquilidad indescriptibles.

Pero hasta entonces, haré más que un intentaré, y con fuerza lucharé diariamente con ese miedo que nos envuelve, pues ignorando algo extraño me desaparecerá su extrañeza

Y esos episodios, si lo requieres los viviré con mis seres queridos.

Porque ni en el alma tendré miedo a perder, ni las ideas y sueños amargos volver a tener, lo cual será la esperanza y la fe de que no sólo montañas se moverán sino esperanzas de la ley del todopoderoso; ¿cómo será? amándonos los unos a los otros
Que así sea algún día no muy lejano que pasearemos hasta la eternidad, dejando perdida a la nada.

Escrito, dirigido y firmado por:

Javier Guevara

W.T.U



APLAUDIMENTS

- ☀ A tots i totes les participants en les jornades de treball horitzontal entre usuaris/es i professionals, i a l'acte d'inauguració del nou BIM
- ☀ A les entitats que han facilitat la informació per fer l'exposició en plafons d'experiències de tota Catalunya
- ☀ A tots els companys i companyes que també estan treballant a nivell estatal i europeu de forma horitzontal
- ☀ A les diferents administracions que a la inauguració del bus van prendre compromisos -com ara adaptar el nou BIM...-
- ☀ A la nova imatge que s'ha donat a la Torre Balldovina de convivència entre usuaris/es, veïnat, polítics i altres



En la foto: José V. Serrulla entrega las firmas a Joan Colom reivindicando el nuevo BIM. El día de la inauguración no pudo venir porque tenía mucha fiebre. En abril nos dejó sin verlo.

José Fontañá, te recordamos colocando el lazo de solidaridad en Can Franquesa. Recordamos tu juventud e inmensas ganas de vivir.
Ángel Zurita, te tenemos presente.

Vuestro recuerdo nos anima a seguir LUCHANDO POR LA VIDA.

AUPA'M Tel. (93) 392.74.11 Monturiol, 20 08923 Santa Coloma de Gramenet (BCN)



XIUULETS

- ☀ A Tecnove, per les deficiències i anomalies que hem detectat al nou autobús
- ☀ Als responsables de pagar les factures del Delta, per no poder fer anàlitzes per manca de bots, ni tenir preservatius
- ☀ A l'organització de la roda de premsa de la inauguració del nou BIM per no convidar a AUPA'M
- ☀ Als responsables d'institucions penitenciàries per no accedir a fer intercanvi de xeringues (PIX)
- ☀ A alguns agents de l'ordre que dificulten el PIX, portant-se xeringues o kits
- ☀ A totes les persones que han posat dificultats per l'obertura d'un CAS a Santa Coloma i a que els drogodependents tinguin atenció

AUPA'M

AH,,, ¿Y PARA CUANDO UNA BASE DE AUPA'M EN HOSPITALET? Eugenio

AUPA'M ha sido finalista en los premios Princesa Sofía para todo el Estado: ¡NOS HAN FELICITADO!