



Estudio Diagnóstico sobre la Situación de los Actuales Modelos de Ocio Juvenil asociados a Consumo de Alcohol y/u otras Drogas

10 noviembre 2021 – 31 marzo 2022

ÍNDICE

Contenido

Introducción y objetivo.....	3
Metodología.....	3
Resultados.....	7
Encuestas.....	8
Caracterización sociodemográfica.....	8
Ocio juvenil.....	10
Riesgos asociados.....	11
Ocio que consideran habitual.....	13
Recursos de ocio.....	14
Propuestas alternativas de ocio.....	15
Talleres participativos con adolescencia y juventud.....	19
Instituto de Educación Secundaria Ciudad de los Ángeles.....	20
Éxito Escolar con Jóvenes en Educación no Obligatoria.....	22
Proyecto de Menores no Acompañados.....	23
Proyecto de Personas Ex tuteladas.....	24
Voluntariado Joven y Equipo Técnico.....	25
Reflexiones y conclusiones.....	28
Propuestas.....	31
Actividades de ocio saludable.....	31
Actuaciones preventivas dentro de los contextos de ocio juvenil.....	32
Campañas de sensibilización:.....	32
Acciones de reducción de riesgos en entornos de ocio juvenil.....	33
Puntos de dinamización nocturna.....	33
Bibliografía.....	35

Introducción y objetivo

El presente estudio trata de entender la situación actual del ocio juvenil, relacionándolo con los posibles riesgos asociados al consumo de alcohol y/u otras drogas, recogiendo las voces de la adolescencia y los y las jóvenes que lo protagonizan.

Se trata de analizar qué concepto de ocio tiene la adolescencia y la juventud, si conciben que tenga riesgos asociados y si guarda relación con el consumo de alcohol y/u otras drogas.

El informe se ha realizado a partir de dos aproximaciones metodológicas: encuesta y talleres participativos con la adolescencia y la juventud.

El objeto del proyecto es la realización de un estudio sociodemográfico sobre la situación de los actuales modelos de ocio juvenil asociados al consumo de alcohol y/u otras drogas, con el fin de identificar sus principales características y factores determinantes, de manera que los resultados nos permitan actualizar y rediseñar la estrategia de intervención preventiva dirigida a la reducción de los riesgos asociados a los diferentes espacios de ocio de adolescentes y jóvenes de la ciudad de Madrid.

Metodología

Fase inicial y de diseño

En el mes de septiembre de 2021 se comenzó con la búsqueda de un esquema de estudio o diagnóstico cuyo producto final pudiera dar respuesta a la necesidad actual de la población adolescente y juvenil de la ciudad de Madrid en torno a la diversificación de actividades de prevención y reducción del riesgo en entornos de ocio (ocio nocturno, fiestas, espacios abiertos y locales de ocio).

Durante este mes se realizó una búsqueda bibliográfica sobre los contenidos del estudio y se recabaron experiencias y reflexiones similares que facilitarían el desarrollo del diagnóstico.

En el mes de octubre se presenta a la licitación Cruz Roja, cuyo contrato se adjudica el 3 de noviembre de 2021. El plazo de ejecución del mismo será desde el 10 de noviembre hasta el 31 de marzo de 2022.

En la oferta queda determinada la metodología a llevar a cabo en el diagnóstico, siendo:

- A. Búsqueda bibliográfica sobre los contenidos del estudio.
- B. Diseño del muestreo: personas entre 14 y 25 años y personas vinculadas a sus entornos de ocio, cuya información se recabará en centros formativos, espacios juveniles culturales y de ocio y grupos de jóvenes que trabajan con iguales.
- C. Diseño del proyecto: elaboración de cuestionarios y dinamización de los grupos para obtener la información necesaria.
- D. Recogida de información.
- E. Reflexiones y conclusiones: análisis pertinente de la información recabada.
- F. Propuestas: elaboración de propuestas de actuaciones relacionadas con:
 - a. Propuestas de actividades de ocio saludable.
 - b. Propuestas de actuaciones preventivas dentro de los contextos de ocio juvenil.
 - c. Propuesta de acciones de reducción de riesgo en entornos de ocio juvenil.
- G. Informe final.

El 18 y 24 de noviembre de 2021 se incorpora el personal técnico que llevará a cabo la gestión y dinamización del estudio.

Entre el 18 y el 28 de noviembre, tras varias revisiones y las modificaciones pertinentes entre Cruz Roja y el Departamento de Adicciones, se da por finalizado el cuestionario que será utilizado a lo largo de todo estudio con la población diana.

Trabajo de campo

Entre el 28 de noviembre y el 28 de febrero se da difusión y se coordinan las acciones necesarias para el desarrollo del estudio, así como la cartelería y material necesario (Anexos III y IV)

Teniendo en cuenta el periodo vacacional, los talleres participativos son programados para los meses de enero y febrero.

	Septiembre 2021	Octubre 2021	Noviembre 2021				Diciembre 2021					Enero 2022			Febrero 2022				Marzo - Abril 2022					
			1-7	8-14	15-21	22-28	29-5	6-12	13-19	20-26	27-2	3-9	10-16	17-23	24-30	31-6	7-13	14-20	21-27	28-6	7-13	14-20	21-27	28-6
Fase inicial y de diseño:																								
Generación de esquema de diagnóstico	█																							
Búsqueda de bibliografía		█																						
Licitación del estudio			█																					
Generación y formación de equipo técnico				█																				
Diseño de los cuestionarios				█																				
Diseño de los contenidos				█																				
Análisis de experiencias similares nacionales e internacionales		█	█	█	█	█																		
Trabajo de campo:																								
Difusión y coordinación del proyecto		█	█	█	█	█	█	█	█	█	█	█	█	█	█	█	█	█	█	█	█	█	█	█
Aplicación de cuestionarios								█	█	█	█	█	█	█	█	█	█	█	█	█	█	█	█	█
Realización de grupos de participación												█	█	█	█	█	█	█	█	█	█	█	█	█
Reflexiones y propuestas																					█	█	█	█
Redacción del informe final																						█	█	█
Presentación informe final																								█

Tabla 1 Fases del diagnóstico

Resultados

El universo o población de referencia a la que se pretenden extrapolar los resultados es la población residente en la Ciudad de Madrid de 14 a 24 años, ambos inclusive. La base utilizada para seleccionar la muestra incluye la difusión a todos los distritos independientemente de su tamaño.

La encuesta está compuesta por 16 ítems con varios estilos de respuesta (sí o no, respuesta múltiple, respuesta libre: Anexo I) cuya difusión se realizó a través de un enlace y un código QR para facilitar el acceso a la misma. En cuanto a los talleres participativos, el contacto ha sido directo con los grupos escogidos.

La difusión general del estudio se ha realizado a través del envío de correos electrónicos, con un total de 387 receptores de información:



Gráfico 2. Datos de difusión del estudio

Los resultados expuestos se van a organizar, en primer lugar, según las encuestas y, en segundo lugar, con las propuestas recogidas en los grupos participativos según los bloques específicos de los aspectos relevantes que busca el objeto del proyecto: ocio juvenil y su percepción de riesgo del ocio relacionado con las conductas adictivas.

La información relativa a estos bloques es analizada desde las diferentes cuestiones indicadas en la encuesta y los puntos clave de los grupos participativos realizados.

Es importante destacar que, en todo momento, tanto en las encuestas como en los grupos de participación con adolescentes y jóvenes, se les trasladó la importancia de responder a las cuestiones planteadas teniendo en cuenta al colectivo al que pertenecen y así, una percepción lo más amplia posible.

Encuestas

En este diagnóstico, la encuesta es la base fundamental de los resultados y las conclusiones además de las propuestas de los talleres participativos.

Entre diciembre de 2021 y el 15 de marzo de 2022 se han completado un total de 1.332 encuestas (Anexo II). Como se ha mencionado, el procedimiento de recogida de información ha sido a través de un cuestionario online autoadministrado. Los resultados obtenidos en las mismas se presentan a continuación según los bloques determinados:

- Caracterización sociodemográfica
- Concepto de ocio
- Riesgos asociados al ocio
- Tipo de ocio
- Recursos de ocio: adiciones y mejoras
- Propuestas alternativas de ocio

Caracterización sociodemográfica

Atendiendo al género la muestra se distribuye de manera asimétrica entre hombres y mujeres y otros / prefiere no decirlo.

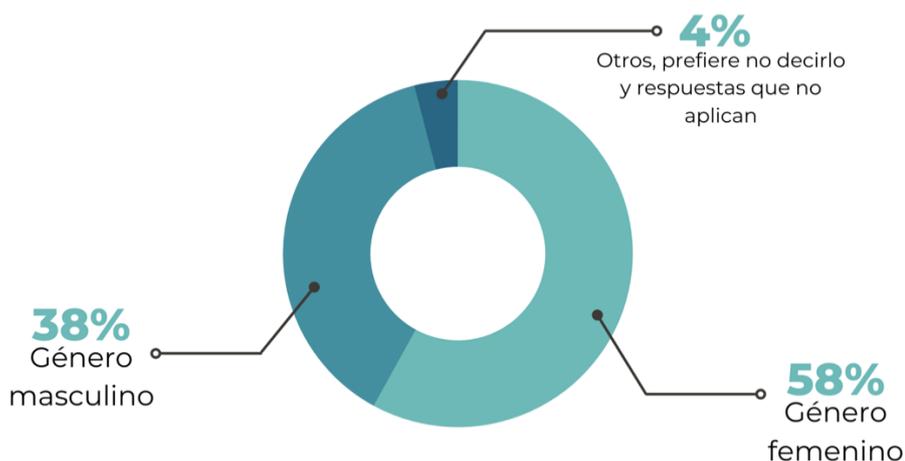


Gráfico 2. Género de la muestra

En cuanto a la edad, hemos obtenido respuesta por parte de los intervalos de edad expuestos en el marco muestral y un pequeño porcentaje por debajo de 14 y por encima de los 24 años, siendo aquellas personas adultas que están vinculadas a los espacios de ocio de la adolescencia y la juventud.

Rango de edad	Porcentaje
Menos de 14	3%
Entre 14 y 17	52%
Entre 18 y 20	19%
Entre 21 y 24	22%
Más de 25	4%
No válidos	0%

Tabla 3 Resultados encuesta. Rangos de edad

Otro de los aspectos valorados para la caracterización sociodemográfica es el nivel de estudios o si se encuentran trabajando, características que pueden afectar al tipo de ocio que desarrollen la adolescencia y juventud.

Situación actual	Porcentaje
Estudiando	79%
Trabajando	7%
Ambas	12%
Ni estudia ni trabaja	2%

Tabla 4 Resultados de encuesta. Situación actual

En cuanto a los distritos, como se puede observar en el Anexo II están todos representados, por lo que la muestra ha conseguido tener propuestas de los diferentes ámbitos de la ciudad de Madrid.

Es importante destacar que es mayoritariamente un público activo, bien en empleo o en estudios y no representando la población menos activa y con más tiempo libre.

Ocio juvenil

Concepto de ocio

Como indica la introducción con este diagnóstico se pretende trasladar el concepto de ocio que tienen la adolescencia y juventud de la ciudad de Madrid, relacionándolo con sus riesgos y la posible relación que guarde con el consumo de alcohol y/u otras drogas.

Según indica Beatriz Martín Padura, *el ocio entendido en un sentido amplio, como el tiempo libre del que se dispone para disfrutar, estar con amigos/as, desconectar, [...] en una búsqueda por crear sus reglas, por disfrutar de un espacio conquistado para la búsqueda de la propia identidad, para medir límites, para conocer a otros y conocerse a sí mismos* (Rodríguez, E. y Ballesteros, J.C. (2019). Jóvenes, ocio y TIC. Una mirada a la estructura vital de la juventud desde los referentes del tiempo libre y las tecnologías).

En la encuesta realizada, se establecieron diferentes cuestiones para estudiar el concepto de ocio. En las tablas expuestas a continuación se muestran aquellas acciones que se asemejan al concepto de ocio de las personas que han participado en la encuesta:

¿Qué consideras como ocio?	Porcentaje
Pasar tiempo con amistades	78%
Practicar hobbies	68%
Ver series y pelis	62%
Hacer deporte	59%
Asistir o ver eventos culturales	51%
Usar redes sociales o videojuegos	45%
Salir de noche	43%
Descansar	37%
Hacer compras o gastar dinero	22%
Beber alcohol	12%
No hacer nada	11%
Juegos de azar (ruleta, bingo, apuestas deportivas...)	11%
Fumar cannabis	8%
Hacer apuestas deportivas	5%

Tabla 5 Resultados encuesta. Concepto de ocio

¿Crees que existe un ocio saludable y uno que no lo es?	Porcentaje
Sí	95%
No	5%

Tabla 6 Resultados encuesta. Ocio saludable

Como se puede observar en la Tabla 4, las cinco propuestas más valoradas por parte de las personas participantes son: pasar tiempo con amistades, practicar hobbies, ver series y películas, hacer deporte y asistir o ver eventos culturales, dejando como opciones menos valoradas beber alcohol, no hacer nada, juegos de azar, fumar cannabis o hacer apuestas deportivas.

Por otro lado, en la Tabla 4, se observa que un 95% considera que sí existe un ocio que es saludable y un ocio que no lo es. Comparando los resultados con la Tabla 5, se puede ver la división de ambos tipos de ocio, las cinco opciones más valoradas como acciones de ocio coinciden con un ocio saludable, entendido como aquel ocio que proporciona bienestar y permite el desarrollo personal y social. Por otro lado, cinco de las propuestas menos consideradas son aquellas que conllevan algún riesgo para la salud.

Por tanto, se puede determinar que la muestra de personas adolescentes y jóvenes es consciente de que hay acciones de ocio saludables y que existe un ocio no saludable que implica ciertos riesgos, como se observa en el próximo punto.

Riesgos asociados

Uno de los aspectos que tiene en cuenta este diagnóstico, es la percepción que tienen la adolescencia y la juventud sobre los posibles riesgos asociados al ocio.

Como Ballesteros, J.C (2009) en *Ocio (y riesgos) de los jóvenes madrileños*, hay que tener en cuenta que la influencia del grupo en las representaciones sociales condiciona un cambio de actitud frente al riesgo en ese tiempo de ocio adolescente y joven y no presuponer que por el hecho de ser joven y/o tener ocio, se incremente el riesgo de las situaciones.

Como se indica en la Tabla 6, un 89% indica que sí consideran que el ocio pueda conllevar riesgos. De este 89%, un 97% ha indicado que sí existe un ocio que no es saludable.

¿Consideras que el ocio puede conllevar riesgos?	Porcentaje
Sí	89%
No	11%

Tabla 7 Resultados encuesta. Riesgos asociados

De cara a identificar propuestas que llevar a cabo con las conclusiones de este análisis, se plantea en qué espacio existe un mayor riesgo asociado al ocio, contemplándose ocio nocturno, diurno o ambas.

¿Dónde consideras que existe mayor riesgo?	Porcentaje
Diurno	2%
Nocturno	70%
Ambas	28%

Tabla 8 Resultados encuesta. Mayor riesgo

Un 70% indica que existe un mayor riesgo en las actividades de ocio nocturno. De este 70%, un 95% indica a su vez que existe un ocio que no es saludable. Por este motivo, las propuestas del diagnóstico se van a centrar, en su mayoría, en acciones destinadas al ocio nocturno y no saludable.

Como se indica en *Jóvenes, ocio y TIC. Una mirada a la estructura vital de la juventud desde los referentes del tiempo libre y las tecnologías* (Rodríguez, E. y Ballesteros, J.C. (2019)), la principal novedad en las actividades de ocio es la incorporación del ocio a través de las herramientas tecnológicas. Por este motivo, en el diagnóstico se han introducido diferentes variables relacionadas con el uso de las nuevas tecnologías y los riesgos asociados a los mismos.

¿Dónde consideras que existe mayor riesgo?	Porcentaje
Online	11%
Presencial	40%
Ambas	49%

Tabla 9 Resultados encuesta. Riesgo en tipo de ocio

En esta cuestión gran parte considera que los riesgos se encuentran tanto de manera presencial como online y un 94% de dichas respuestas, consideran que es un ocio no saludable.

¿Crees que el ocio puede favorecer alguna de estas situaciones?	Porcentaje
Posibilidad de contagio de COVID-19	83%
Mayor accesibilidad al consumo de alcohol	77%
Descuido de otras actividades por exceso de tiempo dedicado al ocio	75%
Mayor gasto del dinero previsto	72%
Situaciones de violencia (peleas, robos, acoso...)	69%
Mayor accesibilidad al consumo de otras drogas	66%
Relaciones sexuales de riesgo	44%

Tabla 10 Resultados encuesta. Situaciones de riesgo

Como se observa en la Tabla 9, las situaciones que consideran que conllevan más riesgo dentro del ocio adolescente y juvenil, son: posibilidad de contagio de la COVID-19, mayor accesibilidad al consumo de alcohol, descuido de otras actividades por exceso de tiempo dedicado al ocio, mayor gasto del dinero previsto y las situaciones de violencia (peleas, robos, acoso, etc.).

En cuanto a la accesibilidad al consumo de alcohol, es importante destacar que un 60% de las respuestas pertenecen a personas menores de los 18 años. Valorando el global de las opciones de riesgo asociadas al ocio, gran parte de las propuestas que se extraigan del diagnóstico irán dirigidas a la prevención y/o la reducción de los riesgos asociados al consumo de alcohol, ya que están directamente relacionadas con las posibilidades de contagio de COVID-19, mayor gasto del dinero previsto e incremento de las situaciones de violencia.

Ocio que consideran habitual

Esta cuestión de la encuesta, de respuesta libre, pretende recoger aquellas actividades que la adolescencia y la juventud realiza de manera más habitual en su tiempo libre. A continuación, se muestran aquellas que se repiten con mayor frecuencia ordenadas según las repeticiones en la encuesta:

- Pasar tiempo en eventos culturales (conciertos, teatro, festivales, cine...)
“Actividades culturales, visitas a clubes, actividades deportivas, conciertos, viajes, quedadas con amigos.” Salir de fiesta, practicar deporte y acudir a eventos sociales y culturales”
- Pasar tiempo al aire libre (excursiones, parque, etc.) y con amistades.
“Ir al cine, salir con amigos a parques u otros sitios; etc.”
- Actividades deportivas: *“Deportes comunes o entretenimiento”*
- Pasar tiempo en redes sociales, internet, videojuegos.

“Pasar tiempo con amigos, jugar videojuegos, estar con el móvil, mucha accesibilidad a internet”

- Consumo de alcohol.

“Salir de 'tranquis' y acabar tirados en el suelo de la cantidad de alcohol que han consumido, en general, sé que hay gente que no bebe como es mi caso y otros que están tranquilos jugando.”

- Salir de fiesta.

“Ir de fiesta a discotecas o fiestas en casas”

“Salir de fiesta, quedar con amigos y otros planes culturales o artísticos (conciertos, festivales, cine, etc.)”

¿En qué entornos consideras que se desarrollan?	Porcentaje
Local o negocio cerrado	36%
Espacio abierto	47%
Casas o espacios privados	20%

Tabla 11 Resultados de encuesta. Entorno en el que se desarrolla

Relacionando los datos de la Tabla 10, es importante destacar que, un 58% de las personas entre 14 y 17 años consideran que el ocio se lleva a cabo en espacios abiertos, mientras que un 51% (entre 18 y 20 y entre 20 y 24 años), considera que es más habitual en locales o negocios cerrados.

Esto puede ser debido al tipo de espacios que frecuentan de manera habitual, siendo más normal realizar un ocio en parques entre los 14 y 17 años y en negocios (bares, discotecas, pubs...) o locales privados a partir de los 18 años. Por este motivo, las propuestas que se realicen en este diagnóstico deben ser establecidas teniendo en cuenta los rangos de edad, y a su vez el factor económico y social.

Recursos de ocio

Dentro del cuestionario se ha incluido un módulo de recursos de ocio con el cual se puede valorar si la adolescencia y juventud considera que existen suficientes recursos y si cuentan con la información necesaria para conocerlos.

¿Consideras que la juventud tiene suficientes recursos de ocio?	Porcentaje
Sí	69%
No	31%

Tabla 12 Resultados encuesta. Suficiencia de recursos de ocio

¿Crees que tenéis suficiente información sobre los recursos de ocio disponibles en Madrid?	Porcentaje
Sí	32%
No	68%

Tabla 13 Resultados encuesta. Información sobre recursos de ocio

Si se analizan de manera cruzada los datos obtenidos en ambas respuestas, se puede observar que las personas encuestadas opinan que:

- Sí existen suficientes recursos de ocio pero que no hay información al respecto (41%)
- Sí existen suficientes recursos de ocio además de haber información disponible sobre ellos (29%)
- No existen suficientes recursos de ocio ni información disponible (28%)
- No existen suficientes recursos de ocio, pero sí información de los disponibles (3%)

Como conclusión ante esta cuestión, es importante recoger la necesidad de facilitar el acceso a la información sobre los recursos de ocio ya existentes.

¿Qué cosas podrían mejorarse o deberían incluirse en el ocio?	Porcentaje
Mayor accesibilidad (mejor ubicación, gratuito, etc.)	34%
Que se cuente con la población adolescente y joven en el diseño de actividades y recursos	23%
Más información	22%
Más alternativas	19%
Otras	2%

Tabla 14 Resultados encuesta. Mejoras o adiciones en el ocio

En la Tabla 13, ante la cuestión ¿qué cosas podrían mejorarse o deberían incluirse en el ocio?, consideran que los aspectos a tener en cuenta son una mayor accesibilidad a los recursos en cuanto a ubicación y a coste económico, que se tenga en cuenta a la población destinataria en su desarrollo y mayor información sobre el ocio disponible.

Propuestas alternativas de ocio

La recogida de estos datos se ha llevado a cabo con respuesta abierta, por lo que el análisis de las propuestas se realiza de una manera cualitativa y por franjas de edad. Como se puede observar

en el desarrollo de las propuestas de actividades de ocio que le gustaría tener disponible a la adolescencia y juventud, la gran mayoría comparten áreas de interés (actividades deportivas, culturales, etc.).

Población entre 14 y 17 años

Estas propuestas corresponden al 52% de las encuestas realizadas.

- Actividades deportivas y/o al aire libre: "practicar deporte, por ejemplo, más variedad de "maquinas" de deporte sencillas en algún parque público..."; *"hacer actividades al aire libre gratuitas, bonus para los adolescentes con descuentos en actividades."*
"Hacer actividades al aire libre gratuitas, bonus para los adolescentes con descuentos en actividades"
- Actividades culturales y asociativas: *"cursos titulados para menores de edad"; "Un club de lectura, bingo para menores, torneos gratuitos en la calle, cine en la calle gratuito"; "Hacer puntos de encuentro para que adolescentes y/o jóvenes se encontrarán allí para conocer a más gente, con algún tipo de supervisión"; "Más actividades relacionadas con la cultura, que tengan mayor acceso a todas las personas como los museos, exhibiciones, tours para conocer monumentos."*
- Pasar tiempo con amistades: *"establecimientos públicos para hacer actividades de ocio" "Sitios para estar con mis amigas"; "sitios en los que poder estar": "Maneras de quedar con mis amigos sin tener riesgo de covid o de que te roben/acosen por la calle".*
"Creo que en Villaverde, deberían haber más locales de ocio seguros, no hay cafeterías, no hay espacios cerrados donde poder quedar de forma gratuita, solo hay bazares, bares y ya los parques están llenos de gente que no usa mascarilla y no son espacios seguros para que los adolescentes quedemos"

Población entre 18 y 20 años

Estas propuestas corresponden al 19% de las encuestas realizadas.

- Actividades deportivas y/o al aire libre: *"Salidas a la montaña ofreciendo un bus que haga ruta, proponiendo una marcha y planes para después. Ir a museos. Conocer la historia de tu ciudad callejeando y obteniendo info".*
"Una mayor oferta de eventos deportivos gratuitos, así como de fiestas con música sin necesidad de que exista alcohol."

- Actividades culturales y/o asociativas: *"Actividades que fomenten el arte y la creatividad; talleres o actividades para conocer las emociones; actividades deportivas..."; "Que el Ayuntamiento o alguna asociación prestase locales a jóvenes para hacer fiestas locales reuniones. Lo vi en Nantes, Francia, y eran locales con juegos de mesa, billares, etc. Y sofás para pedirles prestados para pasar el rato"*
- Pasar tiempo con amistades: *"Espacios cerrados donde poder ir con amigos en invierno sin necesidad de tener que consumir como en una cafetería, actividades juveniles"*
"Un lugar dónde poder acceder libremente y accesible para cualquier persona joven. Donde se tengan en cuenta los intereses reales; un futbolín está genial, pero, la gente joven busca otra cosa. Igual que, si se hacen actividades, que no sean ir a patinar solo, que existan ofertas de todo tipo."

Población entre 21 y 24 años

Estas propuestas corresponden al 22% de las encuestas realizadas.

- Actividades deportivas y/o al aire libre: *"...escapadas a sitios naturales (montañas, río, pueblos), formación de equipos para deportes (con un precio más accesible que el de la mayoría de los clubes)"; "Rol en vivo, de distintos tipos, airsoft, survival zombie y otros, ocio alternativo y sano porque no bebes alcohol y haces ejercicio"*
"Creación de espacios para la juventud en cada barrio o distrito de la ciudad para así poder conocer a gente de tu barrio y crear una comunidad con gente con tus mismo intereses e inquietudes y una situación social similar a la tuya. Teniendo un espacio disponible en el que haya areas para practicar deporte, areas de descanso y areas de entretenimiento, los jovenes dejaríamos de basar nuestro ocio en el consumo de alcohol y la asistencia a discotecas"
- Actividades culturales y/o asociativas: *"Mas cultura segura y responsable, alternativas reales a la fiesta nocturna, zonas comunes como skateparks"; "Actividades de desarrollo comunitario en todos los barrios"; "que existan espacios comunitarios donde los jóvenes puedan reunirse y desarrollar sus propias iniciativas"; "Espacios abiertos y gratuitos q enfoquen el ocio más allá del consumo. Q los jóvenes puedan participar en el desarrollo de su comunidad: decorar espacios, hacer performances, asistir/crear eventos culturales... Si los jóvenes se implican en la creación/organización de eventos en su propio barrio, se involucran más (y llama la atención a la gente de su edad, q es más probable q asista)."*

Pasar tiempo con amistades: " espacios gestionados por jóvenes, espacios exterior donde conjuntamente con otras edades hacer actividades culturales, tener acceso a los escenarios de los centros culturales para poder practicar nuestra música, nuestras redes sociales, poder proyectar nuestros tik tok, nuestros vídeos, podernos reunir en sitios seguros que sean nuestros, que nos dejen dirigirlos, que exista oferta cultural para los jóvenes en los centros culturales de los distritos pero que nos interesen, no la programación que siempre ponen y que no encaja con nosotros para nada, etc. etc."; "Espacios (sobre todo en invierno) donde puedas estar con tus colegas tranquilamente, con música y mesas y ambiente estilo "bar".

No hay espacios para poder estar en la ciudad con tus amigos sin tener que consumir obligatoriamente. Las alternativas a ellos son los bancos que no están bien diseñados para socializar, o los parques que sólo puedes frecuentar según la temporada del año. No hay infraestructura dedicada al ocio libre y accesible en la ciudad. La ciudad está diseñada para pasar o para gastar pero no para estar.

Población fuera del marco muestral (menor de 14 y mayor de 24)

Estas propuestas corresponden al 6% de las encuestas realizadas. Al igual que en los rangos de edad que entran en el marco muestral, se identifican algunas áreas comunes entre las respuestas.

- Actividades deportivas y/o al aire libre: "más actividades deportivas para jóvenes con mejor accesibilidad"; "deporte, compras, salir al campo o hacer rutas"; "escalda"; "Eventos deportivos gratuitos, partidas de juegos (sin apuestas)"
- Actividades culturales y asociativas: "Quedar, descansar, ir a sitios nuevos, probar nuevas comidas, pintar, leer, escribir, grabar pelis/ cortos"; "Clubs de lectura, excursiones, juegos de mesa, torneos de juegos", "Espacios de encuentro de gente joven".
- Pasar tiempo con amistades: "Lugares donde estar con tus amigos"; "Salir con amigos"; "Espacio de ocio en grupo, para jóvenes que participen solos y solas"

Talleres participativos con adolescencia y juventud

A través del equipo técnico del proyecto se han organizado un total de 15 talleres participativos con adolescentes y jóvenes en cinco espacios diferenciados. Dentro de estos talleres se han realizado debates en torno a los distintos temas planteados en el diagnóstico.

Para asegurar la recogida de toda la información, además de la toma de nota en los debates, se ha hecho uso de una herramienta digital (Mentimeter) donde los y las participantes han podido, de manera anónima, volcar todas las propuestas, las cuales están reflejadas al completo en el Anexo V.

Una vez finalizado cada taller participativo, se hacía entrega a los y las participantes de una guía de ocio juvenil (Anexo VI) para promover un ocio saludable.

Estos talleres han sido divididos en dos espacios:

- Realización de la encuesta.
- Recogida de propuestas:
 - De ocio saludable para la población adolescente y juvenil.
 - Actuaciones de prevención dentro del contexto de ocio juvenil.
 - Acciones de reducción de riesgos en entornos de ocio juvenil.

Los espacios donde se han llevado a cabo estos talleres han sido escogidos de manera que la representatividad de distritos, edades, perfiles, sea amplia y así poder tener diferentes propuestas desde sus perspectivas y realidades.

Nombre del centro/proyecto	Edades	Número de participantes
IES Ciudad de los Ángeles	14-18	298
Éxito Escolar con Jóvenes en Educación no Obligatoria	16-22	17
Proyecto de Menores no Acompañados	15-17	7
Proyecto de Extutelados	18-23	6
Voluntariado Joven y Equipo Técnico	20-24	13

Tabla 15 Numeración de talleres participativos

Instituto de Educación Secundaria Ciudad de los Ángeles

Ocio saludable

Fundamentalmente, las propuestas recogidas sobre las actividades de ocio saludable que las y los participantes de este grupo participativo han realizado, se han dividido en cinco grandes bloques:

- Actividades culturales o de ocio.
- Actividades deportivas.
- Actividades urbanas alternativas y actividades al aire libre.
- Existencia de espacios donde realizar actividades en espacios cerrados.

En la mayoría de las respuestas, tanto las recogidas a través de los momentos de debate como a través de la herramienta digital utilizada, se ha registrado la necesidad de que dichas actividades y recursos sean mucho más accesibles, tanto a nivel económico como de ubicación, reivindicando en muchas de las ocasiones la descentralización de los recursos de ocio ya existentes en la ciudad de Madrid (*"Que sean gratuitos, que sean más cercanos, que sea más accesible, que tenga más variedad, más protección, que haya más sitios especializados para poder hacer deporte o cualquier hobby"; "Más actividades gratuitas. Mayor accesibilidad y horarios normales"*).

La mayor representatividad de respuestas pertenece al área de **actividades culturales o de ocio**, en su mayoría matizadas, como se ha señalado anteriormente, con que dichas actividades y recursos sean más accesible económicamente para la población adolescente y joven. Para ello proponen que existan espacios recreativos y de ocio gratuitos una vez a la semana: *"Queremos ir al cine gratis todos los sábados"; "Poder ir al parque de atracciones gratis todos los viernes", "Que las actividades ya existentes, como la Warner, sean más económicas para los jóvenes y así se frecuenten más"*.

También proponen la posibilidad de que se realicen visitas culturales, talleres y actividades, de nuevo, señalando la necesidad de mejorar su accesibilidad: *"Más talleres y actividades subvencionadas por el ayuntamiento que ayude a los jóvenes a descubrir lo que les gusta"; "Más variedad de actividades con mayor acceso económico"; "Actividades baratas, más cercanas y más variedad de éstas"*.

En esta línea, la segunda categoría de respuestas con más representatividad es la de **actividades deportivas**, con el matiz de la accesibilidad económica con diferentes opciones. Se proponen descuentos en las matrículas de polideportivos públicos y gimnasios, sistemas de becas para la

participación en equipos o torneos deportivos y mejoras en las instalaciones deportivas públicas, entre otras: *“Que bajen costos de centros deportivos o que por lo menos ayuden a lo que no pueden pagar”*; *“Me gustaría poder jugar al fútbol pero es muy caro”*, *“que hubiese actividades gratuitas que cuando vayas a hacer un deporte que te den un bono transporte gratis porque hay que gente que no puede ir hasta ahí”*, *“Torneo de distintos deportes gratis”*, *“poder ir al gym gratis o que lo rebajen un 70%”*, *“Más pistas de futbol en los barrios”*

Por otro lado, proponen también en múltiples ocasiones la realización de **actividades, salidas, talleres y juegos al aire libre**, teniendo mucho peso en este apartado la posibilidad de realizar salidas y excursiones fuera del lugar de residencia habitual (campamentos, salidas de fin de semana con pernocta, etc.): *“Excursiones, ir al campo, estar más en la naturaleza y menos en lo tecnológico, visitar lugares turísticos de Madrid”*; *“Excursiones a la nieve o a la montaña, actividades deportivas gratuitas”*; *“Hacer campamentos económicos”*; *“Excursiones gratuitas al campo que nos distraigan de la tecnología”*.

Finalmente, se han registrado también muchas propuestas de actividades y la existencia de **recursos y espacios públicos cerrados donde poder simplemente estar** con las y los amigos; espacios cerrados que puedan ser utilizados libremente por un lado, y con actividades organizadas por otro: *“Lugar público gratis para jugar a juegos de mesa, jugar a videojuegos, leer, tomar café...”*; *“Más sitios para poder ir a bailar de una manera controlada, es decir, ir de fiesta sin un riesgo mayor y para gente de menor edad por ejemplo desde los 14 hasta los 18 en adelante pero con garantía de seguridad”*; *Centros de ocio con actividades que ayude a la gente a conocerse. Que sea en espacios abiertos o cerrados con actividades chulas como campeonatos de algún deporte, torneo de algún videojuego”*; *“Zonas juveniles donde puedan jugar juegos de mesa, como el fútbolín pingpong, billar...”*; *“Un sitio para poder ir y jugar con tus amigos”*

Actuaciones preventivas

Fundamentalmente, las acciones preventivas en las que se centran las y los jóvenes integrantes de este grupo, son **campañas y acciones de sensibilización**, con diferentes formatos, metodologías y llevadas a cabo en diferentes espacios.

Valoran muy positivamente y proponen que dichas acciones sean protagonizadas por personas que han pasado por procesos de deshabituación de adicciones, con o sin sustancias, y no únicamente por profesionales de estos ámbitos y/o centradas en lo teórico de la cuestión.

Proponen talleres, charlas, campañas y acciones de sensibilización prácticos y centrados en la persona en cuestión y en todos los ámbitos de afección de las adicciones.

En cuanto a los espacios de realización destacan su interés de que sean llevados a cabo en y desde los centros educativos, los centros culturales o de ocio y a través de plataformas digitales o redes sociales: *“Realizar más charlas sobre el consumo de alcohol en centros educativos, sobretudo en los últimos cursos de primaria y los primeros de la ESO”;* *“Alumnos de secundaria afectados por el alcohol den charlas sobre los efectos que ha tenido el alcohol sobre ellos”;* *“Se puede enseñar la consecuencias que hay al consumir alcohol a través de contar una historia real y hacer ver las consecuencias que pueden causarse”;* *“Acercaros a las personas que lo sufren contando la experiencia de una persona que ha pasado lo mismo y gracias a x cosas lo ha dejado”;* *“Las actividades para reducir los riesgos serían hacer más charlas de lo importante que es saber hasta dónde llegar con el consumo de alcohol y drogas para que muchos jóvenes sean conscientes de lo que puede traer todo ello”.*

Acciones de reducción de riesgos

Como actuaciones para reducir riesgos de un ocio asociado al consumo de alcohol es **endurecer el control y la vigilancia** o implementar nuevas restricciones asociadas al consumo. Por otro lado, **reducir las ventas y/o restringir el acceso a bebidas alcohólicas**: *“Controlar la venta de alcohol en menores de edad mediante el DNI, sobretudo en bazares y supermercados”;* *“Más guardias, no vender alcohol a personas que no sean mayores de edad y aunque lo sean si tienen pinta de consumir no véndeselo”;* *“Vigilar las ventas de los pequeños comercios sobretudo, ya que es ahí donde normalmente se consigue el alcohol”.*

Éxito Escolar con Jóvenes en Educación no Obligatoria

Ocio Saludable

Las propuestas de ocio saludable recogidas a través de este grupo participativo presentan bastantes similitudes con las propuestas por el resto de grupos del estudio.

Aparecen, de nuevo con mucho peso, los **espacios y actividades deportivas**, las **actividades de ocio o recreativas gratuitas** o muy bajo coste y los **espacios o centros donde poder llevar a cabo talleres**, *“fiestas”* y poder aprender cosas nuevas *“Una zona de bolos o de talleres creativos que se celebre una vez al mes en un espacio amplio para poder probar nuevas experiencias como cocina,* Como novedad proponen el tener acceso a **formaciones e información educativa sobre temas de interés juvenil** *“[...] acceso a conferencias, charlas y todo tipo de información educativa respecto a*

*gustos como el Emprendimiento, Ventas, Marketing, Desarrollo profesional, oratoria, finanzas...”; “Que haya un centro donde los adolescentes estén a gusto con sus gustos”; una mayor accesibilidad a **espacios de reunión** que puedan ser utilizados a su vez para el estudio y la existencia de más **zonas verdes**: “Cine gratis. Biblioteca con zona de trabajo grupal donde se pueda estar en silencio y hacer ruido (como casa del lector de Legazpi) Más zonas verdes para pasear con muchos tipos de plantas y salas de exposición (como un museo en la naturaleza)”.*

Actuaciones preventivas

Las acciones preventivas en las que se centran las y los participantes de este grupo focal, van dirigidas, casi en su totalidad, en la **publicación y difusión de información a través de plataformas o herramientas digitales**. Valoran muy positivamente la posibilidad de que existiesen, en los espacios públicos, herramientas a través de las cuales pudieran conocer los riesgos que conlleva el elegir uno u otro tipo de ocio: *“Que hubieran qr con toda la información de ese sitio, de drogas etc...”; “Por medio de anuncios, propaganda...”; “Propaganda por medio de redes sociales”; “Aplicación movil con foros integrados de opiniones ajenas etc..”.* Se enfocan, principalmente, en la importancia de lo digital frente a lo analógico y hacen hincapié en la necesidad de que información que les llegue sea atractiva, dinámica y útil.

Reducción de riesgos

Las actuaciones de reducción de riesgos propuestas tienen, en este punto, que ver con que exista una **mayor frecuencia en los servicios de transporte público**; teniendo en cuenta los distritos de la ciudad de Madrid más alejados de los centros de ocio nocturno actual: *“Que haya más transporte y menos consumo ya q hay chicas que pueden pasarle cosas y tal.”; “La apertura del metro 24 horas. Aumento del precio del alcohol”*

Por otro lado, sus propuestas de reducción de riesgos, también versan sobre campañas de sensibilización, la promoción de actividades alternativas y el endurecimiento de los métodos de consecución de sustancias. Algunas de las propuestas mencionadas son *“Deportivas”; “Promover el deporte”; “Dar información sobre la mezcla del alcohol”; “Educando desde el instituto a las personas las consecuencias que habrían”.*

Proyecto de Menores no Acompañados

Ocio saludable

Este grupo fue escogido con el objetivo de representar aquella población adolescente menos arraigada y con pocos recursos. Por este motivo ha sido el grupo con mayor complejidad a la hora

de extraer conclusiones por la barrera idiomática existente. Aun así, de nuevo se puede comprobar que el colectivo adolescente presenta, a pesar de sus diferencias y especificidades, muchas características comunes en cuanto a gustos y necesidades. Como prioridad indican la importancia de las actividades deportivas *“Yo me gusta ir a jugar a fútbol”, “Me gustaría hacer deporte”; “Aprender kicboxing”,* las salidas y excursiones al aire libre y fuera de los recursos y lugares de residencia *“en verano me gustaria viajar en setios no me conoze y tambien conozer amigos nuevos y me gustaria jugar al tns”; “Me gusta viaje”; “Me gusta ir a montañas”,* la existencia de lugares de encuentro y reunión y la gratuidad de las actividades: *“setios gratuitos para todo el mundo”.*

Acciones de sensibilización

Las acciones preventivas en las que se centra este grupo son, casi en su mayoría, en **campañas y acciones de sensibilización a través de centros escolares** y recursos de formación. Al tratarse de jóvenes que presentan dificultades de comprensión y expresión de la lengua castellana, hacen hincapié en la necesidad de que estas formaciones se apoyase en **recursos audiovisuales sencillos** y herramientas como pizarras o material de papelería. También, demandan que la información de prevención de riesgos de un ocio asociado al consumo de alcohol y otras sustancias, llegue a través de **redes sociales**: *“Por el tili o por Instagram”; “Pizzara”; “En instagram”; “En redes sociales”*

Reducción de riesgos

Como consecuencia de la barrera idiomática anteriormente referida, y a pesar de que se contaba con el apoyo de un mediador intercultural de origen árabe, fue muy complejo poder explicar el contenido de este módulo de discusión. Por ello, en este apartado no se recogió ninguna información de utilidad para el estudio.

Proyecto de Personas Ex tuteladas

Ocio saludable

En este grupo participativo se intensifica la demanda de gratuidad, facilidades de acceso y amplitud de horarios y frecuencias en las actividades. Lo deportivo y recreativo son las categorías de mayor interés entre las y los participantes que conforman este grupo. Al tratarse de jóvenes que han sido institucionalizados y actualmente no lo son, la demanda de espacios de reunión y la realización de actividades dirigidas grupales adquiere una mayor importancia que en otros grupos observados con anterioridad.

Acciones de sensibilización

El modo en el que las y los participantes de este grupo solicitan que se lleven a cabo acciones de sensibilización es, fundamentalmente, a través de dispositivos móviles, redes sociales o por televisión. Valoran positivamente la inclusión de figuras de referencia para las y los jóvenes, como *influencers, youtubers, o tiktokers*.

Reducción de riesgos

Del mismo modo que con las y los participantes del grupo de discusión de menores no acompañados, la barrera idiomática supuso una dificultad muy grande a la hora de poder especificar el contenido de este punto, por lo que nos centramos en mayor medida en el ocio saludable y en las acciones de sensibilización.

Voluntariado Joven y Equipo Técnico

Ocio saludable

Al tratarse de un grupo de discusión integrado en su mayoría por profesionales y jóvenes cercanos a la edad máxima que contempla este estudio, la atención recayó mayoritariamente en extraer conclusiones de las propuestas realizadas por el resto de grupos de discusión y debate. De este modo, el área de actividades alternativas de ocio saludable sin riesgos pasó a un segundo plano y las propuestas se centraron en las posibles actuaciones de sensibilización y prevención y las acciones para reducir riesgos.

Acciones de sensibilización

Las acciones de sensibilización y prevención en las que se centra este grupo de discusión siguen fundamentalmente la línea de las propuestas descritas por los grupos de discusión anteriormente citados. Sigue vigente la importancia del envío y difusión de la información a través de **redes sociales**, con especial hincapié en TikTok e Instagram. Como novedad, añaden la posibilidad de realizar **podcasts gratuitos en plataformas para la reproducción de música o vía streaming** como Spotify. Por otro, también consideran importante que se cuente con la colaboración de **personas influyentes** o de referencia para las y los jóvenes; con la novedad de utilizar canciones para la difusión de cierta información.

También, se propone la creación de aplicaciones móviles a través de las cuales se pueda recibir información del tipo de sustancia solicitada y se desplieguen acciones para la reducción de riesgos.

En contraposición y alejándose de lo *digital*, se propone la creación de **ferias en los Centros Educativos con puntos de información** sobre distintos temas de interés como sexualidad, prevención del consumo de sustancias o adicciones sin sustancias. De este modo, la información estaría dirigida no sólo a las y los jóvenes estudiantes de los Centros Educativos donde se realizasen dichas actividades, sino también a sus familiares. En esa línea, se propone también la creación de **puntos de información familiar** donde se traten dichas problemáticas desde una perspectiva multidisciplinar y objetiva, para que luego sean las familias las que puedan apoyar y acompañar a las y los jóvenes en esos procesos. Así mismo, se propone que tengan lugar charlas divulgativas llevadas a cabo por personas que ha pasado por procesos de deshabituación de drogas u otro tipo de adicciones.

Reducción de riesgos

Como actuaciones para reducir riesgos de un ocio asociado al consumo de alcohol se propone, entre otras cosas, la **difusión de los recursos de ocio joven** existentes en la ciudad de Madrid, como por ejemplo las Oficinas de Información Juvenil o el proyecto Qdate.com; así como la difusión de los proyectos ya existentes para acceder a dichos recursos.

En contextos donde el consumo es inmediato, se proponen acciones de reducción de riesgos inmediatos, como **puestos de dinamización nocturna** en espacios *calientes* con dos actores diferenciados: personas captadoras que se distribuyen por la zona y la instalación de un puesto de atención fijo donde poder dirigirse en caso de emergencia; tanto como para solicitar información (qué hacer en caso de intoxicación etílica, a quién acudir, si denunciar en caso de robo, sufrir una agresión, etc.) o cualquier tipo de material disponible.

En esta línea, se contempla la posibilidad de que en estos puntos se haga entrega de un **kit de reducción de riesgos** que contenga: pañuelos de papel, preservativos, barreras de látex, gel hidroalcohólico, guía de información en QR (sobre relaciones sexuales de riesgo, consumo de sustancias, puntos de atención de emergencia, etc.); se propone también que estos kits vayan en cajas metálicas con la información serigrafada en su exterior y la entrega de pulseras de tela con información o teléfonos de interés. También, se contempla la utilización de gafas de simulación etílica o de realidad aumentada

Por otro lado, se propone también la **entrega de alcoholímetros** en puntos de recogida de vehículos (aparcamientos públicos, parkings públicos en zonas de fiesta o botellón...); también, se propone la instalación de alcoholímetros de obligado funcionamiento en los vehículos de alquiler

distribuidos por la ciudad, de modo que el vehículo -al tratarse en su mayoría de coches, patinetes o motos eléctricos- no se encienda si se sobrepasa la tasa permitida.

Reflexiones y conclusiones

A lo largo de las revisiones de las encuestas y el desarrollo de los talleres, se observa que las propuestas y reflexiones de la adolescencia y juventud sobre el ocio y posibles riesgos asociados, son muy similares, independientemente del rango de edad, ubicación o género.

Durante la realización del diagnóstico, tanto en las encuestas como en los grupos participativos, la población diana se centró principalmente en acciones de ocio saludable y acciones de prevención, siendo complicado redirigir el debate y extraer propuestas orientadas a la reducción de consumo y riesgos asociados en contextos de ocio nocturno adolescente y juvenil.

Por otro lado, las acciones que propone el público diana, coinciden con propuestas que, de alguna manera, ya se vienen realizando o se han realizado en proyectos y espacios dinamizados por el Ayuntamiento o entidades juveniles de la ciudad de Madrid, tanto en contextos de ocio alternativo, como acciones de prevención o actividades en contexto de ocio nocturno. Por este motivo, se valora necesaria la difusión y accesibilidad de la información a este tipo de recursos o servicios y la necesidad de darles continuidad.

En los resultados se puede observar que la importancia de “pasar tiempo con las amistades”, aunque sea sin hacer nada concreto, es el aspecto más valorado en las cuestiones de ocio. Tanto en las encuestas como en los grupos participativos, demandan de manera insistente la existencia de espacios autogestionados donde puedan pasar tiempo con amistades sin coste económico.

Uno de los aspectos a destacar en su concepto sobre el ocio, es que conocen la existencia de que existe un ocio saludable y otro que conlleva acciones no saludables y que, en ocasiones, conlleva la asunción de ciertos riesgos.

Es interesante mencionar que las opciones más valoradas como concepto de ocio son aquellas ligadas a un ocio saludable como, por ejemplo: pasar tiempo con amistades, practicar hobbies, ver series y películas, hacer deporte y eventos culturales. Sin embargo, aquellas acciones que pueden conllevar un riesgo asociado, como beber alcohol, los juegos de azar, fumar cannabis o hacer apuestas deportivas, son las menos valoradas como opciones de ocio entre la adolescencia y juventud.

Estos riesgos son considerados por casi un 90% de las personas que han participado en el diagnóstico, indicando además el 70%, que son más habituales en espacios de ocio nocturno que en ocio diurno. Con este dato, es necesario valorar que las propuestas a determinar vayan encaminadas a realizar acciones preventivas o de reducción de riesgos en espacios de ocio nocturno, tanto en espacios abiertos (calle, parques, aparcamientos, etc.) como en espacios cerrados (locales, bares, pubs, etc.) o en centros educativos y similares.

Aquellos riesgos que ponen de manifiesto en mayor medida son: la posibilidad de contagio de COVID-19, una mayor accesibilidad al consumo de alcohol, descuido de otras actividades por exceso en tiempo destinado al ocio, mayor gasto de dinero previsto y las situaciones de violencia (robos, agresiones, acoso...). En cuanto al riesgo identificado como mayor accesibilidad al consumo de alcohol, es importante destacar que un 60% de las respuestas pertenecen a personas menores de los 18 años y que, algunas de las propuestas de reducción son: endurecer el control y la vigilancia de aquellos espacios donde se venda alcohol a menores, restringir las ventas (limitación horaria, limitación de espacios de venta o incremento del coste).

Una vez identificados riesgos, se traslada la cuestión del ocio que consideran más habitual entre la adolescencia y la juventud: pasar tiempo en eventos culturales, pasar tiempo al aire libre y con amistades, actividades deportivas, pasar tiempo en redes sociales o internet o videojuegos, el consumo de alcohol y salir de fiesta.

Según indican los datos obtenidos, el entorno donde se desarrolla de manera habitual el ocio difiere en función del rango de edad, ya que un 58% de las personas entre 14 y 17 años consideran que el ocio se lleva a cabo en espacios abiertos, mientras que un 51% (entre 18 y 20 y entre 20 y 24 años), considera que es más habitual en locales o negocios cerrados (pubs, bares, discotecas, locales alquilados...)

Esto puede ser debido a las limitaciones económicas y de acceso a ciertos espacios. Por este motivo, las propuestas preventivas y de reducción de riesgos que se realicen deben ser establecidas teniendo en cuenta los rangos de edad y los espacios donde se lleven a cabo.

Traslada la falta de información de los recursos de ocio disponibles, por lo que es importante recoger la necesidad de facilitar el acceso a la información sobre los mismos.

De cara a incluir acciones o mejoras en el ocio actual, las propuestas más valoradas son una mayor accesibilidad a los recursos (mejor ubicación, menor coste o gratuidad) y que se tenga en cuenta a la población adolescente y joven en el diseño de las actividades.

Se observa que la mayoría de las propuestas realizadas por parte de la población diana comparten áreas de interés: actividades deportivas, salidas al aire libre, actividades culturales, de bajo coste o gratuidad, descentralización de las actividades, espacios abiertos al ocio autogestionados, etc. Es interesante la comparación entre los aspectos que consideran habituales en el ocio y la demanda, ya que muchas de ellas coinciden.

Como se ha mencionado al inicio de las conclusiones, ha sido complicado extraer acciones innovadoras orientadas exclusivamente a contextos de ocio nocturno y la reducción del consumo y los riesgos asociados a este tipo de ocio.

En cuanto a las nuevas tecnologías, uso de internet y redes sociales, si bien es cierto que se les quiso dar un espacio específico en el diagnóstico, tanto las encuestas como los grupos participativos hacen menos referencias a este aspecto de lo considerado en un inicio, dando la visión de que se realiza un uso “moderado” de estos medios en cuestión de ocio. Por otro lado, los juegos de azar o apuestas no lo contemplan como una situación de ocio habitual, por lo que las propuestas irán más orientadas a la prevención y reducción de riesgos asociados al consumo de alcohol y/u otras sustancias.

Propuestas

Se parte de la demanda solicitada por parte de la población diana de descentralizar las acciones, tanto de los recursos de ocio como de reducción de riesgos en puntos de ocio nocturno.

Es importante tener en cuenta el resultado obtenido de dónde se lleva a cabo el ocio. En caso de personas menores de 18 años, el ocio se localiza en su mayoría en espacios abiertos, mientras que mayores de 18 años, se centra en locales de ocio nocturno. Por este motivo, será necesario adaptar las diferentes acciones y materiales en función de la edad y de la ubicación.

Las propuestas están organizadas según el contexto y situación:

- Propuestas de ocio saludable
- Actuaciones preventivas dentro de los contextos de ocio juvenil
- Acciones de reducción de riesgos en entornos de ocio juvenil

Actividades de ocio saludable

A lo largo del diagnóstico se indican las acciones de ocio propuestas por la población diana, siendo necesario facilitar la información sobre los recursos ya existentes, ya que la mayoría existen o pueden llevarse a cabo de manera autónoma en proyectos o servicios destinados a ello.

- Acceso a **actividades culturales** (conciertos, festivales, cine, teatro) a bajo coste (por ejemplo, con un bono cultural desde los 14 años) o gratuitas.
- Acceso a **actividades deportivas** (bajo coste o gratuitas) en centros deportivos (gimnasios, polideportivos, pistas) y espacios abiertos (incrementar las zonas destinadas a acciones deportivas y arreglar las que están disponibles).
- Acceso a **espacios abiertos y autogestionados** donde “pasar tiempo con amistades” sin necesidad de pago.
- Acceso a: cursos con titulación para menores de 18 años, campamentos, excursiones, actividades al aire libre... A muy bajo coste o gratuitas.

Actuaciones preventivas dentro de los contextos de ocio juvenil

Campañas de sensibilización:

La población diana apuesta por la prevención y acciones de sensibilización en centros educativos desde el primer ciclo de la ESO y publicidad en espacios transitados y a través de las redes sociales:

- **Centros educativos y similares:**
 - Sesiones de sensibilización llevadas a cabo por personas de edades cercanas que han sufrido situaciones derivadas del consumo de sustancias o por adicciones comportamentales.
 - Sesiones de sensibilización en el primer ciclo de la ESO con el objetivo de prevenir el consumo y/u orientar a la reducción de riesgos llevadas a cabo por personal externo al centro.
 - Posibilidad de solicitud por parte del alumnado, no dependiendo la impartición de estos talleres del propio centro y, en caso de no ser viable, que tengan acceso directo a las entidades o servicios que lo lideran.
 - Facilitar la información de servicios y recursos disponibles en los centros educativos (institutos, centros de formación profesional, universidades, etc.)
- **Transporte público:** la población diana hace especial alusión a zonas de espera.
 - En metro: andén (en suelo) y vagones.
 - EMT: marquesinas y carrusel de imágenes.
- **Espacios abiertos,** como parques donde se realicen acciones de ocio nocturno: información en bancos y/o placas.
- **Geocatching:** establecido por distritos y que contenga información sobre:
 - Tipos de sustancias.
 - Riesgos asociados.
 - Recursos disponibles, tanto de ocio saludable como de prevención y reducción de consumo de sustancias.

Como propuesta para incentivar la participación, la población diana traslada la posibilidad de obtener algún tipo de recompensa cuando finalice la actividad.

- **Redes Sociales y Podcast:** a través de figuras de referencia para las y los jóvenes, como *influencers, youtubers, o tiktokers*.

- **Creación de aplicaciones móviles** a través de las cuales se pueda recibir información del tipo de sustancia solicitada y se desplieguen acciones para la reducción de riesgos.

Acciones de reducción de riesgos en entornos de ocio juvenil

Puntos de dinamización nocturna

Incremento de los espacios de dinamización nocturna en los espacios de ocio adolescente y juvenil, con el objetivo de abarcar el mayor número de distritos posible.

- **Puesto de atención “fijo”** gestionado por personal cualificado en el cual se entregue información, tanto del uso, consumo y reducción de riesgos derivados como de riesgos asociados al consumo, además de derivar a los recursos disponibles (PAD Joven, quiere-t-mucho, servicio [SobreDrogas](#) de Cruz Roja Juventud, comisarías cercanas en caso de robo, situación de acoso, teléfonos de interés, etc.)
- **Dinamizadores/as en espacios de ocio nocturno** que informen sobre los riesgos asociados al consumo de alcohol y/u otras sustancias, tanto en espacios abiertos como las zonas cercanas a los locales frecuentados.
 - Entrega de “kit de reducción de riesgos”: preservativos, gel hidroalcohólico, mascarillas, silbato, gel hidroalcohólico. Se propone también que estos kits vayan en cajas metálicas con la información serigrafiada en su exterior.
 - Guía sobre sustancias e información de reducción de riesgos, así como recursos de interés.
 - Formulario que permita, a largo plazo, conocer la evolución del consumo y el tipo de ocio establecido por la adolescencia y juventud. Se propone la puesta en marcha de este cuestionario con el objetivo de realizar de manera periódica un seguimiento para reorientar, en caso de ser necesario, las acciones puestas en marcha, así como conocer las tendencias de la población diana.
- **Sensibilización en locales de ocio** a través de las guías realizadas disponibles en códigos QR (p.e en baños) sin necesidad de presencialidad.

- **Alcoholímetros** en puntos de recogida de vehículos (aparcamientos públicos, parkings públicos en zonas de fiesta o botellón...). También se propone la instalación de alcoholímetros de obligado funcionamiento en los vehículos de alquiler distribuidos por la ciudad, de modo que el vehículo - coches, patinetes o motos automáticos- no se encienda si se sobrepasa la tasa permitida.
- **Espacios libres de consumo** en horario nocturno con actividades alternativas y zona de uso propio y sin un coste económico.

Bibliografía

- Rodríguez, E. y Ballesteros, J.C. (2019). Jóvenes, ocio y TIC. Una mirada a la estructura vital de la juventud desde los referentes del tiempo libre y las tecnologías. Madrid: Centro Reina Sofía sobre Adolescencia y Juventud, Fad. DOI: 10.5281/zenodo.3537638
- Lasén, A. y Megías, I. (2021). Tecnologías, incertidumbres y oportunidades en la integración online/offline. Una aproximación cualitativa a los y las jóvenes durante la pandemia. Madrid: Centro Reina Sofía sobre Adolescencia y Juventud, Fad. DOI: 10.5281/zenodo.4958134
- Rodríguez San Julián, Elena. (2019). Distintas miradas y actitudes, distintos riesgos. Ellas y ellos frente a los consumos de drogas. Centro Reina Sofía sobre Adolescencia y Juventud, Fad.
- Ballesteros, J. C. (2020) Hábitos de consumos de sustancias y adicciones comportamentales entre jóvenes y adolescentes madrileños. Madrid. Fad: Centro Reina Sofía sobre Adolescencia y Juventud. DOI: 10.5281/zenodo.4022074
- Mendoza Pérez, K., Morgade, M., Márquez, R. y Gimeno, Ch. (2021) Prácticas invisibles: Análisis de la incidencia e impacto del juego patológico en las trayectorias vitales de los adolescentes y jóvenes. Madrid: Centro Reina Sofía sobre Adolescencia y Juventud, Fad. DOI: 10.5281/zenodo.5040162
- Megías, I. (coord.); Orgaz, C.; García, M.C.; Amézaga, A. y Carrasco, C.L. (2021). ¿Qué nos jugamos? Análisis del juego off y online a partir de las experiencias y las autorrepresentaciones de las personas jóvenes dentro de contextos socioeconómicos, culturales y relacionales. Estudio comparado en Madrid y Vitoria-Gasteiz. Madrid: Centro Reina Sofía sobre Adolescencia y Juventud, Fad.
- Instituto de Adicciones. Madrid Salud. Propuestas y alternativas en relación al “botellón”.
- Ballesteros, J.C (2009) Ocio (y riesgos) de los jóvenes madrileños. Madrid: Centro Reina Sofía sobre Adolescencia y Juventud, Fad.

SI FORMAS PARTE, **TOMA PARTE**

