

## SUMARI

<i>Pròleg</i> de Monsenyor Joan-Enric Vives i Sicília, Arquebisbe d'Urgell i Copríncep d'Andorra.....	9
<i>Mapa d'addiccions. Claus d'orientació en un fenomen complex</i> , de Josep Solé.....	13
<i>L'addicció a les pantalles. Reptes educatius i saludables de les tecnologies digitals en infants i adolescents: manual de supervivència</i> , de Miquel Àngel Prats .....	67
<i>L'elaboració del projecte de vida en persones amb addicció</i> , de Francesc Torralba.....	91

## PRÒLEG

L'objecte d'aquest llibre és les addiccions. S'hi aborda d'una manera interdisciplinària una temàtica molt complexa que té una gran transcendència social. Tota addicció constitueix una privació de llibertat per a la persona que la pateix, una pèrdua de les facultats per determinar-se per un mateix.

Hi ha múltiples formes d'addicció i cadascuna requereix una perspectiva terapèutica. Davant d'un problema de tal magnitud, cal unir tot l'esforç humà i tècnic, ja que l'addicció no tan sols té una dimensió individual, sinó que afecta directament l'entorn afectiu de la persona que la pateix, és a dir, sobretot la família.

En aquest llibret es recullen les ponències que van tenir lloc a la Càtedra de Pensament Cristià del Bisbat d'Urgell, dirigida pel professor Francesc Torralba, que celebra anualment el Bisbat d'Urgell durant el mes de maig. Els ponents van exposar els seus punts de vista a través de les seves ponències, que van ser objecte, *a posteriori*, d'un diàleg obert i aclaridor.

A més del punt de vista mèdic, el llibre també recull l'enfocament educatiu i ètic. Primer s'aborda la noció d'*addicció* i les múltiples formes que pot tenir en el nostre món, des de la drogoaddicció fins a les noves formes d'addicció tecnològica que pateixen joves i adults a la nostra societat. Finalment, s'explora l'abordatge ètic de l'addicció, com respondre-hi i quins són els principis ètics que han de regular aquesta resposta: el respecte a la sublim dignitat de la persona humana, independentment de quina sigui

la seva patologia o addicció; el deure de promoure una llibertat sana dins d'un projecte de vida que construeixi plenament la persona i el principi de solidaritat que existeix, per respondre a la situació i evitar la caiguda en la indiferència.

L'addicció és una forma d'alienació, però, a més, és una expressió de la fragilitat humana. Tot ésser humà està exposat a la caiguda, a la malaltia, al fracàs, a la ferida, a la mort. Ningú no és aliè a la possibilitat de sucumbir a una addicció. Tota addicció és un segrest de la identitat personal, una forma de servitud que usurpa a la persona la seva capacitat de governar-se i de regular-se per si mateixa.

La persona addicta es converteix en un ésser estrany, aliè a si mateix, sense voluntat, que depèn d'una substància o d'un producte, de manera que es transforma en un objecte al servei d'un fi que el destrueix. La persona humana, en tant que ésser creat a imatge i semblança de Déu, és un ésser digne per si mateix, un ésser que ha de ser tractat sempre i en qualsevol circumstància com un fi i mai únicament com un instrument. Prevenir qualsevol forma d'addicció i combatre les addiccions que en el cos social constitueix una exigència ètica i política, una expressió de solidaritat i de responsabilitat. No podem ser aliens a aquesta realitat ni contemplar-la com un objecte estrany al nostre ésser.

Als textos de l'Antic i del Nou Testament se'ns recorda el caràcter làbil i vulnerable de l'ésser humà, que és comparat amb la pols o amb un vas d'argila. Precisament perquè l'ésser humà és fràgil, en resulta el fet que en tot el teixit de la vida és imprescindible l'exercici de la cura.

Si fóssim déus, no ens caldria tenir cura els uns dels altres, però atesa la nostra radical fragilitat, requerim, d'una manera imprescindible, la pràctica de la cura tant en l'àmbit físic com en l'anímic.

La fragilitat té, a més d'una connotació inevitablement física, també una de signe moral. Evoca la possibilitat de caure, de fallar,

d'errar i, per tant, també la necessitat de penediment i de reconciliació. La fragilitat pot ser de caràcter conscient o inconscient. Quan un mateix sap que es pot trencar, que pot ser ferit, que pot sucumbir al mal, ja té consciència dels seus límits, cosa que el fa més savi que el qui ignora la seva fragilitat.

La fragilitat té un caràcter ambigu. D'una banda, és negativa perquè denota limitació, carència, indigència i precarietat, en definitiva, labilitat, però, de l'altra, és positiva, perquè és la mateixa arrel del nexa de la relació interpersonal. La fragilitat ens exigeix obrir-nos als altres. Quan experimentem una situació de vulnerabilitat, ens adonem de la necessitat que tenim dels altres per poder suportar-la i poder-s'hi enfrontar dignament.

L'experiència de fragilitat, a més, ens permet sintonitzar amb la fragilitat dels altres i això ens fa més fraterns, més humans. En situacions de fragilitat, no tan sols ens adonem del valor que té la comunitat i els vincles de compassió que s'hi teixeixen, sinó que, a més, experimentem la nostra petitesa, la nostra insignificança i, paral·lelament, la necessitat que tenim de Déu perquè ens sostingui a cada instant. Això ens fa humils des d'un punt de vista ontològic i ens permet desferrar-nos de la supèrbia existencial.

La fragilitat moral té el seu correlat teològic en el concepte de *pecat*. El pecat existeix quan es transgredeix la llei de Déu i la transgressió és conseqüència de la fragilitat o debilitat moral. Quan un es reconeix a si mateix com a fràgil o teològicament com a pecador, s'adona de la necessitat que té de la gràcia de Déu per rebre el do del perdó i per guarir les ferides que ha provocat en el seu ésser la fragilitat, sabent que, com diu el salm 103, 8.13-14: «El Senyor és compassiu i benigne, lent per al càstig, fidel en l'amor (...) Com un pare s'apiada dels seus fills, el Senyor s'apiada dels fidels, perquè sap de quin fang ens va formar i es recorda que som pols.»

L'addicció és una expressió de la fragilitat humana. Davant de la fragilitat, s'imposa l'ajuda mútua, la resposta ètica, la

misericòrdia. Tanmateix, perquè aquesta resposta sigui eficaç i, finalment, alliberi la persona de la servitud de l'addicció, és imprescindible el coneixement, les aportacions de la ciència mèdica, de la psicologia, de les diferents branques del saber que permeten endinsar-nos en els efectes que té l'addicció en un ésser humà.

Aquest petit llibre ens ajuda a clarificar la qüestió i a entreveure propostes esperançadores per abordar amb encert aquest drama social que tant patiment genera.

JOAN-ENRIC VIVES I SICÍLIA

Arquebisbe d'Urgell i Copríncep d'Andorra

# MAPA D'ADDICCIONS CLAUS D'ORIENTACIÓ EN UN FENOMEN COMPLEX

JOSEP SOLÉ PUIG

## Introducció

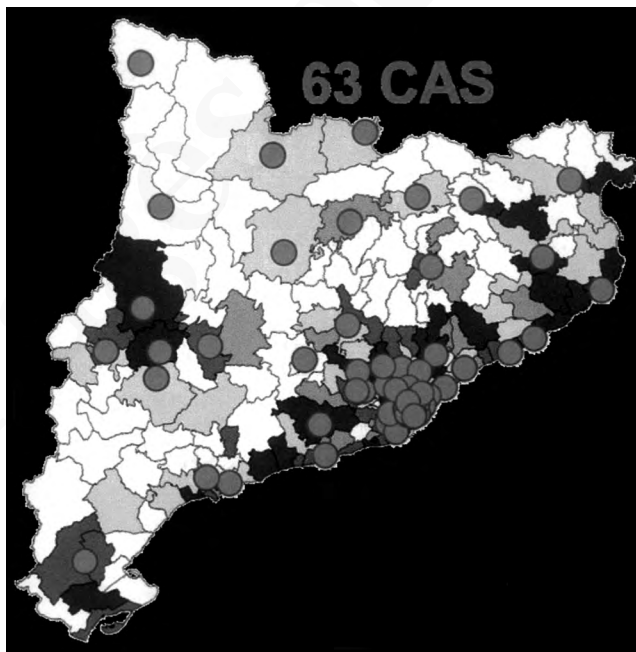
Li agraeixo el títol a Francesc Torralba; el subtítol és meu. No hi ha dubte que les addiccions determinen una realitat difícil d'abastar. Quan això passa, allò que cal fer, d'entrada, és disposar d'algun ajut cartogràfic i mirar d'orientar-nos. Sortosament, he trobat un mapa dels CAS de Catalunya actualitzat l'any 2023. I què són els CAS? Doncs un CAS és un centre d'atenció i seguiment de drogodependències, és un ambulatori especialitzat en drogoaddiccions. Es van fundar a partir del començament dels anys vuitanta. He de dir que el primer, inaugurat el 1981 pel gran demòcrata cristià Miquel Coll i Alentorn, va ser el CAS de Creu Roja al Raval de Barcelona, del qual jo en vaig ser el primer psiquiatre.

Abans d'entrar en matèria, però, tots estem d'acord que per afrontar el greu problema de les addiccions allò que ens cal és, sens dubte, esperança. Als afectats i les seves famílies en primer lloc, ja que al llarg del tortuós i sovint enganyador itinerari del tractament i la rehabilitació hi ha malauradament un nombre molt elevat de circumstàncies en què és molt fàcil perdre l'esperança. Les recaigudes en la conducta addictiva després de mesos i fins i tot anys d'haver deixat l'alcohol o les drogues són anímicament devastadores per a pacients i familiars. Poden abocar al nihilisme, a actituds de desesperança de vegades tan profunda que als cuidadors i terapeutes se'ls fa difícil ajudar a afrontar-la. En aquest punt val

la pena recordar que la, potser, una mica oblidada *spes* dels autors clàssics —des de Pau de Tars a l’Ernst Bloch del principi *esperança i les utopies concretes*— esdevé de la màxima actualitat precisament en aquest context del sofriment humà. Qui pateix el flagell de les addiccions ha de mantenir l’esperança, ha de lluitar amb tota la seva fortalesa —una altra virtut, per cert. Aquest llenguatge pot semblar antiquat però si hi pensem de forma acurada, quan parlem amb mots ara habituals com *motivació* i *propòsits a llarg termini* no estem fent altra cosa que traduir conceptes que venen de lluny i que se’ns fan una i altra vegada presents a l’hora d’ajudar a recuperar i mantenir l’esperança dels afectats i els familiars.

Figura 1

MAPA DELS CENTRES D’ATENCIÓ I SEGUIMENT  
DE DROGODEPENDÈNCIES A CATALUNYA



Font: Victor Martí, portaveu de la Coordinadora dels CAS (vegeu bibliografia).

Per començar, la millor manera de calibrar l'abast del problema que s'ha afrontat és conèixer la infraestructura pública, sanitària i social que al llarg de dècades ha anat sorgint al país i a Europa. Val la pena fer-ho perquè ens permet conservar l'esperança gràcies a l'existència de realitats tangibles i valuoses quan es tracta d'ajudar persones que pateixen problemes físics, psíquics i també socials. Tots els dispositius que de seguida veurem són una demostració que quan parlem d'esperança no ho fem de manera retòrica i sobre el buit, sinó que ho fem des d'una actitud professional sens dubte seriosa i implicada i amb recursos i eines que han demostrat ser útils en molts casos. Per tant, el problema hi és, sí, i és un problema d'allò més greu i que afecta molta gent, però hi ha motius reals d'esperança i els esforços de tots plegats —pacients, famílies, cuidadors— no són debades. Basar la nostra esperança en els recursos materials i humans existents, en dispositius i equips de professionals i voluntaris entregats a la seva tasca, permet posar en primer lloc la solució i no el problema. Permet pensar, jo crec que de manera legítima, el mapa d'addiccions en termes de “mapa de les principals mesures disponibles per fer front a les addiccions i ajudar les persones que les pateixen”.

### **Dispositius d'ajuda al territori**

Tornem al mapa. Veiem com els CAS, els centres d'atenció i seguiment de drogo dependències, són nombrosos i s'han anat distribuint arreu de Catalunya a les ciutats més importants. La Seu d'Urgell en disposa d'un i també capitals comarcals veïnes com ara Vielha, Puigcerdà, Tremp i Solsona. En el mapa es pot veure com es concentren a les àrees d'influència de Barcelona, Lleida i Girona, on hi ha més població i per tant més persones afectades pel consum d'alcohol i drogues. Les dotacions de professionals en els diferents CAS varien segons el volum de la població que han d'atendre. Els CAS més ben dotats inclouen professionals de la medicina i/o psiquiatria, psicologia, infermeria i treball social.



© dels textos: Josep Solé Puig, Miquel Àngel Prats Fernández  
i Francesc Torralba Roselló, 2024

© del pròleg: Joan Enric Vives i Sicília, 2024

© d'aquesta edició: Pagès Editors, S L, 2024

Sant Salvador, 8 - 25005 Lleida

editorial@pageseditors.cat

www.pageseditors.cat

Primera edició: juny de 2024

ISBN: 978-84-1303-553-6

DL: L 303-2024

Imprès a Arts Gràfiques Bobalà, S L

www.bobala.cat

◀ imprès a **lleida** ▶

Qualsevol forma de reproducció, distribució, comunicació pública o transformació d'aquesta obra només es pot fer amb l'autorització dels seus titulars, llevat de l'excepció prevista per la llei. Adreceu-vos a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos, [www.cedro.org](http://www.cedro.org)) si necessiteu fotocopiar, escanejar o fer còpies digitals de fragments d'aquesta obra.