

Boletín de Salvaguarda

Dirección de Convivencia Escolar

Octubre – 2025



Recomendaciones de exposición a pantallas

Los adultos juegan un rol clave en guiar y supervisar el uso de dispositivos en los niños y adolescentes. Deben establecer límites de tiempo frente a pantallas, fomentar pausas y promover actividades saludables como juegos al aire libre, lectura y otras sin tecnología. Además, al dar ejemplo con un uso responsable de dispositivos, contribuyen al desarrollo físico, emocional y social de los niños, niñas y adolescentes.



FUNDACIÓN Para la
Convivencia Digital



Si quieres información sobre la charla de "Claves para educar en la era digital.", haz click en la imagen



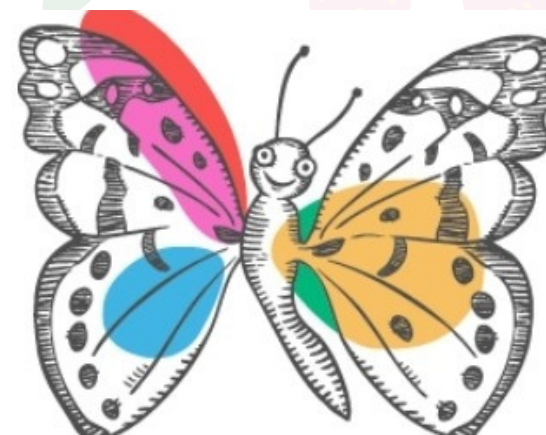
¿Por qué es necesaria la participación ciudadana de niñas, niños y adolescentes?

La ciudadanía es un conjunto de competencias, conocimientos, habilidades y aptitudes que le permite a los niños, niñas y jóvenes enfrentar la relación con los otros y participar de manera activa

La participación ciudadana de los estudiantes es fundamental porque les permite ser protagonistas de su propio entorno, expresar sus opiniones y aportar a la toma de decisiones que afectan su vida cotidiana. Participar desde temprana edad fomenta sentido de responsabilidad, autoestima y habilidades sociales, además de fortalecer la democracia y la inclusión en la sociedad.



Promover su participación es reconocer sus derechos y contribuir a formar ciudadanos conscientes, empáticos y activos.



Chile
para niños

Visiten el link "[Practicando la ciudadanía](#)" en Chile para Niños y anímense a imaginar y conversar sobre el mundo en el que les gustaría vivir.



Ideas para desarrollar la bondad en los niños y niñas

La bondad se entiende como la disposición a actuar con empatía, respeto y generosidad hacia los demás. No es sólo un acto aislado de ayuda, sino una actitud que impulsa a cuidar y valorar a quienes nos rodean.

En la niñez, este valor se aprende principalmente a través del ejemplo. Los adultos, tales como familiares, docentes y cuidadores cumplen un rol esencial al mostrar gestos cotidianos de amabilidad, solidaridad y respeto. Promover la bondad desde temprana edad contribuye a formar personas más empáticas y capaces de construir relaciones basadas en el respeto y la cooperación.



Campaña del mes: Sé amable y
sé un ejemplo de bondad

Sé un buen modelo a seguir: los niños aprenden viendo a los adultos actuar con respeto y empatía.

Explícales que los pequeños actos tienen un gran impacto: sonreír, saludar o ayudar en cosas simples tiene un gran impacto.

Aclarar que no siempre es fácil: La bondad no siempre es fácil; lo importante es intentarlo y celebrar cada gesto amable.



Para más información,
haz click en la imagen

El éxtasis, también conocido como MDMA, es una droga sintética que altera el estado de ánimo y la percepción. Su consumo puede generar efectos inmediatos como euforia, aumento de energía y sensación de cercanía con los demás, pero también efectos peligrosos: deshidratación, aumento de la temperatura corporal, palpitaciones, ansiedad y confusión.

Los adultos tienen un rol fundamental en guiar, proteger y acompañar a los adolescentes. Esto implica escuchar sus inquietudes, orientar sus decisiones y brindar apoyo emocional, fomentando su autonomía de manera segura. Ser un modelo de conducta responsable y ofrecer información clara sobre riesgos y consecuencias ayuda a que los adolescentes tomen decisiones informadas y desarrollen hábitos saludables.

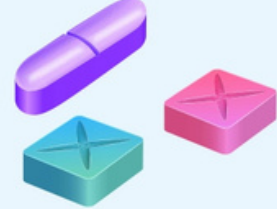
Boletín

SEDA
PREVIENE

Diciembre
2024

> RIESGOS DEL CONSUMO
DE ÉXTASIS (MDMA)

El éxtasis es una droga sintética que actúa como estimulante y alucinógeno, habitualmente contiene metanfetamina además de otras sustancias como la cafeína, efedrina y cocaína. Generalmente se consume por vía oral en pastillas y su nombre se debe a que junto al efecto energizante, provoca un efecto a nivel emocional y corporal, distorsionando nuestra percepción temporal y sensorial.



> EFECTOS
ADVERSOS

Como todo estimulante puede generar abuso y dependencia. Su consumo puede provocar taquicardia y aumento de la presión arterial. Además, una persona que ha consumido éxtasis puede bailar por mucho tiempo, lo que asociado al calor provocado por la intensa actividad física y el encierro puede producir deshidratación e hipertermia (aumento de la temperatura corporal) todo esto puede desencadenar crisis convulsivas y puede llevar a la muerte por un problema renal agudo o por alteración cardiovascular.

Otras consecuencias del consumo de éxtasis son el bruxismo, dolor de cabeza, rigidez muscular o articular y aumento de la presión arterial. También puede generar convulsiones, inflamación cerebral e insuficiencia renal aguda. La combinación de MDMA con otras sustancias como alcohol puede aumentar el riesgo de efectos adversos como la deshidratación, pues su efecto diurético estimula la excreción de orina.



Un estudio de análisis químico del éxtasis incautado en Chile identificó entre sus componentes el **MDMA, la cafeína y la ketamina**.

Se encontró una cantidad baja de MDMA, lo cual produciría que las personas en busca de sus efectos consumieran cada vez más porciones de ella, generando un consumo final aún mayor. La cafeína se encuentra en cantidades muy altas, las cuales al ser mezcladas con otras sustancias pueden causar arritmias y/o convulsiones. Un uso crónico de esta sustancia afecta el sistema cardiovascular, causando irritabilidad, cefaleas e insomnio.

En los comprimidos de éxtasis se identificó el uso de otros adulterantes, como metanfetaminas e incluso sustancias de uso veterinario. Si sabemos que cualquier droga es peligrosa por sí sola, al mezclarla con otras sustancias su riesgo puede ser mucho más grave.

Las personas adquieren y usan éxtasis pensando que conocen lo que consumen, sin embargo, este estudio demuestra que cada uno de estos componentes es distinto, es riesgoso y representa un alto riesgo para las personas y su integridad. Si deseas más información o necesitas más ayuda puedes escanear el siguiente código QR o llamar al 1412.



SEDA
Previene

soyprovidencia

Corporación
DESARROLLO
SOCIAL
EDUCACIÓN Y SALUD

Para más información,
haz click en la imagen