

¿quiénes?

## CARMEN MILLÉ MOYANO

*Calidad de vida para los jóvenes*

Norma Ávila Jiménez



Fotos: Ernesto Navarrete

Los adolescentes se pueden hacer adictos a las drogas por baja autoestima: consumen con más ahínco sustancias que saben que los pueden matar. Pero también se puede llegar a la adicción por exceso de autoestima: ésta hace pensar al joven que “ingerir esas sustancias no le va a hacer daño”, dice la doctora Carmen Millé Moyano, quien ha trabajado en la prevención de las conductas de riesgo en los jóvenes desde hace varias décadas. Su interés por elevar la calidad de vida de la juventud la ha llevado a formar parte del equipo técnico que coordina las actividades de prevención de riesgos en más de 1600 escuelas preparatorias del país, dentro del programa CONSTRUYE -T, de la Secretaría de Educación Pública. Este programa, explica la autora de nueve libros y más de 100 artículos, “solicita a cada escuela diagnosticar las necesidades

de sus estudiantes con el objetivo de dirigirlos hacia la construcción de proyectos sanos. El problema de las adicciones no se puede enfocar aisladamente; se relaciona con violencia intrafamiliar, actos delictivos y formas particulares de relacionarse”.

El entusiasmo de Carmen

Millé, directora del Centro de Respuestas Educativas y Comunitarias A.C. (CRECE), contribuye a que un millón y medio de alumnos participen en este programa, que abarca 253 actividades para reflexionar sobre la salud, los objetivos en la vida, y las relaciones familiares, sociales y con la comunidad.

La doctora Millé, profesora del posgrado de la Facultad de Ciencias Políticas y Sociales de la UNAM, hace hincapié en que para rehabilitar a un joven adicto hay que ayudarlo a aceptar nuevos hábitos que lo alejen de lo que le despierta la necesidad de consumir sustancias dañinas. “No basta con que escuchen pláticas acerca de los efectos de las drogas, porque eso sólo los impactan en lo racional, pero no los lleva a modificar sus conductas. El cambio en sus formas de vida es esencial”, dice Carmen Millé. La doctora en sociología señala que si el joven acostumbraba ir a determinado lugar los fines de semana, tendrá que aprender a pasar ese tiempo en una actividad cultural, con su familia o con nuevas amistades.

En ciertos momentos de la plática, la emoción que brilla en sus ojos y que también se refleja en su voz envuelve el ambiente, como cuando explica que en una preparatoria en donde el director y los profesores son muy activos, han logrado que durante los fines de semana, los alumnos no sólo participan en algún taller cultural, sino que ellos mismos lo impartan a otras personas, incluyendo adultos. “Es impor-

tante que la mirada del adulto hacia el joven sea de respeto, de convicción en los conocimientos que éste ofrece”.

Con el fin de mantenerse sana y poder seguir investigando, capacitando y promoviendo la salud mental y física en escuelas, comunidades, estancias y reclusorios Carmen se levanta temprano para ejercitarse por 30 minutos en casa, además de dedicar 15 minutos a caminatas por las calles de Coyoacán. También le brindan bienestar las diversas manifestaciones artísticas que disfruta cada fin de semana. “Mi marido, Salvador, y yo revisamos las carteleras y dedicamos los sábados y domingos a visitar las exposiciones del momento. Cuando podemos, vamos al cine, a ver las películas que exhiben en la Cineteca Nacional”.

El arduo trabajo que realiza —reconocido por la Organización de las Naciones Unidas y la Organización Mundial de la Salud— no le quita el buen humor, que se nota cuando Carmen Millé nos cuenta sobre su hija y sus nietos.

### Personalmente

**Si pudieras viajar en el Universo, ¿a dónde te gustaría ir?** Hay muchas cosas que tenemos que mejorar en la Tierra: me quedaría aquí.

**¿Qué lugar del planeta te gustaría visitar?** Los canales de Tierra del Fuego para admirar los icebergs, los pingüinos, las focas y los leones marinos.

**¿Si pudieras viajar en el tiempo?** Al siglo V a.C., en el apogeo de la democracia ateniense.

