

El 'Circuito Relife' llega a Madrid tras formar a 1.750 jóvenes contra las adicciones a sustancias y pantallas

- **CaixaBank y Fundación Relife impulsan una iniciativa dirigida a concienciar a los jóvenes de entre 15 y 18 años sobre las consecuencias de las nuevas adicciones como redes sociales, apuestas, juegos online y videojuegos, y las adicciones tradicionales como alcohol, tabaco y drogas**
- **El 40% de los adolescentes pasa al menos cuatro horas al día conectados a sus teléfonos móviles y el 45% atribuye el inicio del consumo de sustancias a problemas emocionales o familiares**
- **La jornada, a la que ha asistido el director de Acción Social de CaixaBank, Josep Parareda, ha contado con la participación de la consejera de Sanidad de la Comunidad de Madrid, Fátima Matute; de Julio Alberto Moreno, exfutbolista y fundador de Relife; del Dr. Josep Maria Fàbregas, psiquiatra especialista en adicciones; del proyecto 'Mi Huella Digital'; y de Cristina Llanas, delegada de la Asociación de Voluntarios de CaixaBank en Madrid.**
- **El 'Circuito Relife' ya se ha celebrado en Zaragoza, Tarragona, Sevilla, Barcelona y Valladolid, y también lo acogerán este curso académico Palma, Tenerife, Lleida y Toledo**

Madrid, 8 de abril de 2025

CaixaBank y la Fundación Relife han organizado este martes en CaixaForum Madrid la sexta jornada del 'Circuito Relife', un ciclo formativo dirigido a prevenir la entrada de jóvenes estudiantes de entre 15 y 18 años en nuevas adicciones como redes sociales, apuestas, juegos online y videojuegos, así como en adicciones tradicionales como alcohol, tabaco y drogas.

El programa, que ha formado ya a 1.750 jóvenes y llegará a un total de 3.500 jóvenes de diez provincias durante este curso académico, tiene como objetivo educar y debatir sobre qué son las adicciones, cómo evitarlas y, en caso de estar atravesando un proceso, a quién se puede pedir ayuda y cómo superarlas.

El 'Circuito Relife' tiene como ponente habitual al exfutbolista y fundador de Fundación Relife, Julio Alberto Moreno, quien ha compartido su experiencia personal sobre la lucha contra las adicciones y ha ofrecido herramientas para afrontarlas.

La jornada ha sido inaugurada por la consejera de Sanidad de la Comunidad de Madrid, Fátima Matute, y ha contado con la participación del psiquiatra especialista en adicciones, Josep Maria Fàbregas, y con Cristina Llanas, delegada de la Asociación de Voluntarios de CaixaBank en Madrid, que ha instado a los jóvenes a sumarse al Voluntariado CaixaBank para fomentar la responsabilidad social y el apoyo entre iguales.

Durante la sesión, 'Mi Huella Digital', una iniciativa de la empresa Youforget.me, ha impulsado un taller titulado 'Bienestar y Protección Digital. ¿Quién soy en Internet?'. Los jóvenes han aprendido a reconocer su huella digital, reflexionar sobre cómo les afecta emocionalmente y obtener herramientas para prevenir riesgos como el ciberacoso, el *grooming* o el *sexting*. A pesar de que en una escala del 1 al 5 valoran en 3,5 que el uso del móvil afecta a su bienestar mental, el 40% de los adolescentes pasan al menos cuatro horas conectados a sus teléfonos móviles diariamente y el 45% atribuye el inicio del consumo de sustancias a problemas emocionales o familiares.

Julio Alberto Moreno ha subrayado que el propósito de Relife es "poner las adicciones y sus peligros en el debate público" y ha insistido en la necesidad de hacer un esfuerzo conjunto entre administraciones, organizaciones y centros educativos. "Queremos acercar a los jóvenes información clara y real sobre las consecuencias de sus decisiones para que adquieran habilidades que les ayuden a decir no", ha destacado.

Las encuestas realizadas al finalizar la jornada reflejan que un 20% de los asistentes no serían capaces de pedir ayuda si sufrieran un problema de adicción, mientras que más del 70% considera necesaria una asignatura que refuerce sus habilidades sociales y sus hábitos saludables.

En la jornada, también, ha estado presente el director de Acción Social de CaixaBank, Josep Parareda. "Para nosotros es fundamental estar cerca de las personas, también de nuestros jóvenes, y creemos en el carácter absolutamente transformador de este programa que ahonda en dos claves que consideramos esenciales: la prevención y trabajar la concienciación". "Creemos que los proyectos de sensibilización ayudan a modificar conductas mediante el uso de herramientas educativas que fomentan la toma de decisiones informadas y promueven hábitos saludables. Y nosotros, en esta materia, tenemos mucho que decir con nuestra plataforma de Voluntariado abierta para todo el mundo", ha apuntado.

El 'Círculo Relife' inició su andadura en Zaragoza y, tras su paso por Tarragona, Sevilla, Barcelona y Valladolid, llega a Madrid para continuar en Palma, Tenerife, Lleida y Toledo.

El programa cuenta con la colaboración de la Fundación "la Caixa", la Fundación del FC Barcelona, Immunokids, Youforget.me a través de su iniciativa 'Mi Huella Digital', Diario Sport, Viceroy, Volkswagen Retail Group España y la Asociación de Directivos Deportivos

de España (ADDE).

Sobre la Acción Social de CaixaBank

CaixaBank es una entidad con una vocación profundamente social, además de un referente en banca socialmente responsable. Su actitud de servicio hacia sus clientes y toda la sociedad en general se ve reflejada en el impulso de programas de acción social y en el fomento del voluntariado, como vía para dar respuesta a los retos que demanda la sociedad.

Desde Acción Social CaixaBank se promueven iniciativas, actividades y campañas solidarias, algunas en colaboración con la Fundación "la Caixa". Gracias a su presencia en todo el territorio, su red de oficinas, la mayor de España, puede detectar las necesidades locales y ayudar desde la cercanía, así como apoyar a la Fundación "la Caixa" en la canalización de las ayudas económicas a las entidades sociales. Además, a través de la actividad financiera, la entidad ofrece servicios y soluciones para todo tipo de personas.

Por otro lado, la actuación responsable de CaixaBank ha sido reconocida por los principales organismos internacionales. El Dow Jones Sustainability Index la sitúa entre los mejores bancos mundiales en términos de sostenibilidad y la organización internacional CDP la incluye como empresa líder contra el cambio climático.

Sobre la Fundación Relife

Relife es la marca-fundación creada en 2023 por el exfutbolista de FC Barcelona, Atlético de Madrid y selección española Julio Alberto Moreno para recuperar las vidas de las personas que han caído en alguna adicción y para trabajar en prevenir estos casos. A través de programas educativos, formativos, de prevención y de ayuda, la fundación trabaja como altavoz para concienciar a jóvenes y mayores de esta problemática.