

**CAPÍTULO I**  
**PLANTEAMIENTO Y JUSTIFICACIÓN DE LA**  
**PRÁCTICA INSTITUCIONAL**

## **1.1. Planteamiento del Problema**

El consumo de alcohol y drogas entre adolescentes es una preocupación creciente debido a sus graves implicaciones tanto a nivel individual como social. Durante la adolescencia, un período crucial del desarrollo, los jóvenes enfrentan diversos factores de riesgo que los predisponen al uso de sustancias psicoactivas, como la presión de su grupo, problemas familiares, entre otros. Este comportamiento, con sus consecuencias inmediatas y a largo plazo en la salud del desarrollo personal, subraya la importancia de implementar estrategias de prevención efectivas que fomenten estilos de vida saludables y capaciten a los jóvenes para tomar decisiones informadas, responsables respecto al consumo de alcohol y drogas.

El consumo de bebidas alcohólicas u otras sustancias adictivas representa un problema social significativo. Las repercusiones del uso excesivo generan un impacto negativo considerable en la salud física y mental de los individuos, afectando no sólo a quienes consumen dichas sustancias, sino también a su entorno cercano. Este fenómeno conlleva desafíos como la desestructuración familiar, el abandono escolar, complicaciones legales y embarazos no deseados, tal como destaca Antonio Prieto Terán (Prieto, 2022, p. 9)

Los adolescentes son susceptibles al consumo de drogas debido a la presión de su grupo, la curiosidad, la influencia de los medios de comunicación, factores genéticos, problemas de salud mental, la disponibilidad de drogas en su entorno; la búsqueda de aceptación, la exploración de nuevas experiencias, el deseo de aliviar el malestar emocional es motivadores comunes detrás del consumo de drogas en esta etapa de la vida.

Según el informe de la UNODC, se afirma que “el consumo de drogas aumentó rápidamente entre los países en desarrollo durante el período 2000-2018 que en los países desarrollados. Las personas adolescentes y adultas jóvenes representan la mayor parte de quienes consumen drogas, mientras que los jóvenes son también los más vulnerables a los efectos de las drogas porque son quienes más consumen y sus cerebros están todavía en desarrollo” (p. 68)

Según señala Fuentes. “La adolescencia constituye un período crucial en el desarrollo humano, marcado por cambios significativos que delinear la transición de la niñez a la adultez. Durante esta etapa, se experimenta el descubrimiento de la propia identidad, así como el desarrollo de valores adaptativos, funcionales y decisivos. Sin embargo, también se presentan desafíos, siendo el consumo de drogas uno de los problemas más impactantes en este período”, (Fuentes, 1990, p. 87)

El consumo de drogas entre adolescentes puede tener consecuencias graves, que van desde problemas de salud física y mental hasta repercusiones sociales y académicas. Además, el uso de drogas en una edad temprana aumenta el riesgo de adicción a largo plazo y puede sentar las bases para problemas más graves en la edad adulta.

Según el Informe Anual de la Junta Internacional de Fiscalización de Estupefacientes (JIFE), el consumo de alcohol y tabaco entre la infancia y la adolescencia está estrechamente relacionado con el inicio del uso de sustancias psicoactivas. A menudo, el alcohol y el tabaco preceden el consumo de cannabis u otras sustancias controladas.

Estudios que realizaron un seguimiento desde la infancia hasta la edad adulta han mostrado que mientras más pronto se inicie el consumo de alcohol, tabaco y cannabis entre los 16 y 19 años, mayor es la probabilidad de que las personas utilicen opiáceos y cocaína en la adultez (JIFE, 2020, p. 107)

En un estudio realizado con 265 adolescentes mexicanos entre 12 y 19 años, se reveló que "las prevalencias del consumo de drogas lícitas e ilícitas denotan un incremento significativo, lo cual es preocupante, debido a que durante la adolescencia cualquier cantidad consumida es riesgosa y dañina para la salud física y mental" (Castillo, 2023, p. 68)

Un estudio realizado en Bolivia examinó la edad promedio de inicio del consumo de alcohol por ciudad, destacando que Sucre y Cobija son las localidades donde el consumo se inicia antes de los 16 años, siendo Sucre la de mayor prevalencia. En el resto de las ciudades, el inicio de dicho consumo se sitúa alrededor de los 16 años, destacándose especialmente en El Alto y Potosí. Este descubrimiento implica información valiosa para el diseño de políticas de prevención del abuso de alcohol, ya que retrasar el inicio de este consumo podría

contribuir significativamente a reducir las posibilidades de abuso (Mercado, 2018, p. 79)

El consumo de bebidas alcohólicas en diferentes festividades religiosas es considerado como un factor de integración, pero también como un problema social. En Bolivia, la droga legal más consumida es el alcohol. De acuerdo con un estudio realizado el 15 de noviembre de 2021 por la (OMS) Organización Mundial de Salud, en el país cada persona consume de 8,9 litros de alcohol al año, por debajo de Chile que consume 9,6 litros y Argentina 9,3 litros (Campos, 2021, p. 12)

El consumo excesivo de alcohol conlleva a problemas serios de convivencia social, laboral, escolar y familiar, lo que resulta en un aumento de accidentes de tránsito y un incremento de la delincuencia, poniendo en riesgo el bienestar individual y social de las personas.

La Asamblea Legislativa Plurinacional decretó la Ley Nacional 259 de Control al Expendio y Consumo de Bebidas Alcohólicas, que regula el expendio y consumo de bebidas alcohólicas, así como las acciones e instancias de prevención, protección, rehabilitación, control, restricción y prohibición, estableciendo sanciones ante el incumplimiento de las mismas, en obediencia a la Constitución Política del Estado Plurinacional de Bolivia.

Según la Constitución Política del Estado Plurinacional de Bolivia, se promueve, protege y garantiza los derechos de todos los bolivianos. Por ello, el Estado decreta la ley de lucha contra el tráfico ilícito de sustancias controladas, que atentan y vulneran la salud pública, la seguridad interna del Estado y el desarrollo integral de la sociedad.

Según el informe brindado por el Mayor Richard Céspedes, director departamental interino de la FELCN, la modalidad de venta en esta ciudad es a través del microtráfico, y por el bajo costo, la droga que más se comercializa es la marihuana, de alto consumo entre los menores de edad. Tras analizar estas estadísticas, se iniciaron campañas de concientización sobre el daño del consumo de drogas en los diferentes establecimientos, con el fin de disminuir el consumo dentro de los colegios. Las drogas de mayor consumo en la ciudad son la marihuana y, en segundo lugar, la cocaína. Céspedes también indicó que, con el inicio de las fiestas carnavales, se incrementa el número de consumidores debido a la

gran cantidad de visitantes extranjeros que llegan a la ciudad (Espinoza, 2019, p. 49)

En la ciudad de Tarija, la prevalencia de vida es 61.60%, muy cerca de la proporción nacional; es decir, 60 personas de cada 100 han consumido alcohol alguna vez en su vida. La prevalencia anual alcanza el 37.17% y la prevalencia mensual registra un 13.36%. La información del consumo de alcohol según rangos de edad a nivel nacional sitúa a las personas de 25 a 35 años como las de mayor prevalencia anual (64.3%). La ciudad de Tarija presenta una mayor prevalencia anual (51.01%) en personas de 25 a 35 años de edad. La edad promedio de inicio de consumo es de 18.77 años (G.A.M.T., 2017-2022, p. 3)

Actualmente, existen muchas formas en que los adolescentes pueden conseguir drogas o alcohol sin la necesidad de comprarlos en una tienda. La gran disponibilidad de sustancias ilegales en la mayoría de las comunidades brinda a los adolescentes un fácil acceso a las drogas, siendo los colegios los principales lugares de distribución. Los adolescentes pueden desarrollar formas específicas de encontrar y distribuir drogas entre ellos sin que los adultos descubran lo que está sucediendo, aprovechándose de la falta de supervisión de los padres o tutores.

En términos de edades, se observa que, el 34% de las personas comprendidas entre los 15 y 25 años muestran una inclinación hacia el alcoholismo. Este porcentaje aumenta al 36% en el rango de edades de 26 a 50 años. Sin embargo, el grupo de edad con el mayor índice, alcanzando el 44%, corresponde a aquellos mayores de 51 años que tienden a esta adicción. Estos datos resaltan la relevancia de considerar diferentes grupos de edad al abordar el problema del alcoholismo (G.A.M.T., 2017-2022, p. 4)

Según la entrevista realizada por Espinoza a la licenciada Marlene Rollano Chamas, jefa de prevención del Instituto de Prevención, Tratamiento, Rehabilitación e Investigación de Drogodependencias y Salud Mental, "la población masculina tiene el mayor índice de consumo de bebidas alcohólicas con un porcentaje del 75.73%, mientras que en la población femenina es del 67.97%". Actualmente, Tarija ocupa el primer lugar de consumo de alcohol con un 47%, de acuerdo a los datos de investigación que maneja INTRAID (Espinoza, 2019, p. 82).

Asimismo, la Ley Municipal N-048 tiene por objeto establecer el horario y restringir el consumo de bebidas alcohólicas durante la celebración de las Fiestas de 15 años, que se realizan en establecimientos públicos dentro de la jurisdicción municipal de la Ciudad de Tarija y la Provincia Cercado (Ley Municipal N-048, 2014)

En una entrevista realizada al director Miguel Patiño, de la Unidad Educativa San Roque turno tarde, menciona que "se encuentra preocupado por la falta de apoyo psicológico en la orientación de los estudiantes. Aunque dentro del establecimiento no se encontraron estudiantes consumiendo bebidas alcohólicas, observó que algunos pretendían ingresar en estado etílico. Señaló que fuera del establecimiento y en sus alrededores se observa a estudiantes consumiendo bebidas alcohólicas o con cigarrillos, lo cual es sumamente preocupante debido a que la mayoría de los estudiantes provienen de familias disfuncionales o están a cargo de tutores que son consumidores consecutivos" (Patiño, 2023)

De la misma manera, en una entrevista realizada a la directora Silvia Murillo de la Unidad Educativa Lindaura Anzoátegui de Campero turno tarde, menciona que "el problema dentro del establecimiento es el consumo de marihuana más que el alcohol, debido a que la unidad educativa se encuentra en el centro, frente a la plazuela Sucre. Recalcó que el problema es la marihuana, y que los chicos fuman en el baño, donde se siente un fuerte olor. El año pasado llamamos a la FELCN para que realizara una requisa, no se encontró marihuana, pero sí la pipa utilizada para fumar. Los cursos en los que se detectó este problema eran los de último año escolar" (Murillo, 2023)

## **1.2. Justificación**

La presente Práctica Institucional es crucial, ya que aborda de manera objetiva la problemática del consumo de sustancias en las Unidades Educativas, centrándose particularmente en la prevención integral entre adolescentes de 15 a 19 años. Proporcionar información detallada durante esta Práctica Institucional, capacita a la toma de decisiones informadas, promoviendo el desarrollo del pensamiento crítico necesario para evaluar situaciones.

La ejecución de esta Práctica Institucional tiene una relevancia significativa, especialmente respaldada por la colaboración con la Institución INTRAID, que ha facilitado la adopción del programa "Líderes Juveniles". Este programa propone fortalecer a los estudiantes proporcionándoles herramientas para abordar temas cruciales como los riesgos asociados al consumo de alcohol y drogas, el desarrollo de la autoestima, la colaboración en grupo, la formación de liderazgo, el fortalecimiento de los valores, la promoción de la resiliencia, la valoración de la amistad, la importancia de la familia y la toma de decisiones responsables.

A través de entrevistas realizadas a los directores de dos Unidades Educativas en la ciudad de Tarija, se han identificado dos realidades distintas que requieren especial atención. En la Unidad Educativa San Roque, se observa un preocupante consumo excesivo de alcohol, vinculado a situaciones de familias disfuncionales entre los estudiantes. Por otro lado, en la Unidad Educativa Lindaura Anzoátegui de Campero, uno de los factores que afecta el desarrollo de los estudiantes es el consumo de marihuana, aparentemente por la ubicación de la Unidad Educativa en el centro de la ciudad, ya que es el sector donde se encuentra una gran cantidad de estudiantes de varios colegios, también se considera una zona donde se trafica este tipo de sustancias por antisociales.

Es fundamental destacar las necesidades evidentes en ambas Instituciones, ya que no pueden pasar desapercibidas. Por esta razón, es de vital importancia realizar intervenciones específicas en los estudiantes de las Unidades Educativas.

Estas acciones deben dirigirse a reducir el índice de consumo, llevar a cabo programas preventivos adaptados a las realidades particulares de cada institución. La incidencia focalizada en estos contextos contribuirá significativamente a abordar y mitigar los desafíos asociados al consumo de sustancias, promoviendo un entorno educativo saludable y propicio para el desarrollo integral de los estudiantes.

Este trabajo ofrece un aporte práctico y sustancial al introducir un programa de prevención de riesgos frente al consumo de alcohol y drogas, diseñado específicamente para estudiantes de nivel secundario. La relevancia de este enfoque preventivo radica en la necesidad de abordar de manera temprana y efectiva las problemáticas asociadas al consumo de sustancias adictivas en esta etapa crucial del desarrollo.

El presente trabajo representa una contribución práctica de gran relevancia mediante la ejecución de un programa integral de prevención de riesgos asociados al consumo de alcohol y otras drogas, focalizado de manera específica en estudiantes de nivel secundario. Este enfoque preventivo adquiere una importancia crucial, dada la necesidad de abordar de manera temprana y eficaz los desafíos vinculados al consumo de sustancias adictivas durante esta etapa fundamental del desarrollo juvenil.

La implementación de un programa de prevención de riesgos no sólo aborda la urgencia de intervenir tempranamente, sino que también se erige como una estrategia fundamental para moldear y fortalecer el desarrollo integral de los jóvenes durante esta fase crucial de sus vidas. Al dirigirse específicamente a estudiantes de nivel secundario, se reconoce la particular vulnerabilidad y la influencia significativa que esta etapa de la vida puede tener en las decisiones relacionadas con el consumo de sustancias.

El programa, asimismo, persigue la toma de conciencia acerca de los riesgos, las consecuencias asociadas al consumo de alcohol y drogas entre los estudiantes. Para lograr esto, se llevan a cabo charlas educativas, talleres interactivos, se proporciona material didáctico adecuado. El propósito es brindar a los jóvenes información clara, precisa sobre los efectos negativos del consumo de sustancias, abordando tanto los impactos físicos como psicológicos, así como los peligros potenciales de la adicción.

Durante la implementación del programa, se cubren varios módulos. El primero se centra en el desarrollo personal e incluye temas como la importancia de la vida en comunidad, el liderazgo, la comunicación, la adolescencia, la autoestima, los valores personales, familiares, y la toma de decisiones. El segundo módulo aborda el tema de las drogas e incluye información sobre el alcohol, el alcoholismo, el tabaco, los inhalantes, la marihuana o la cocaína. Por último, el tercer módulo trata la sexualidad e incluye temas como el autoconocimiento sexual, la construcción de identidades de género, la salud integral, los mitos, los roles de la sexualidad, finaliza con una sesión de clausura y evaluación.

La argumentación detrás de esta estrategia radica en la necesidad de empoderar a los estudiantes con conocimientos sólidos que les permitan tomar decisiones informadas y conscientes sobre su bienestar. La información clara sobre los riesgos asociados al consumo de sustancias, respaldada por métodos educativos interactivos y materiales didácticos, busca no solo informar, sino también fomentar la reflexión crítica, promover actitudes y comportamientos saludables entre los jóvenes. La concienciación efectiva sobre las consecuencias adversas del consumo de alcohol o drogas contribuye directamente a la prevención y al desarrollo de una mentalidad proactiva frente a estos riesgos.

La práctica propuesta ofrece beneficios metodológicos específicos al actualizar las técnicas y estrategias aplicadas de manera grupal. Se centra en aspectos cruciales del desarrollo personal, resaltando la importancia de la vida en grupo, el liderazgo, la comunicación, las relaciones familiares y personales.

**CAPÍTULO II**  
**CARACTERÍSTICAS Y OBJETIVOS DE LA**  
**INSTITUCIÓN**

## **2.1. Antecedentes de las Unidades Educativas San Roque, Lindaura Anzoátegui de Campero e INTRAID**

El Liceo de Señoritas Lindaura Anzoátegui de Campero se fundó el 15 de mayo de 1941 mediante Resolución Ministerial Nro. 18/1941, que disponía la creación en la ciudad de Tarija de un centro educativo con la razón social de Liceo de Señoritas Carmen Echazú, para la formación humanística del sector femenino. En el año 1943, a sugerencia del entonces profesor del establecimiento, Federico Ávila, se le cambió el nombre por el de Lindaura Anzoátegui de Campero, en honor a una de las damas tarijeñas destacadas del siglo XIX, poeta, novelista y esposa del General Narciso Campero.

A partir de 1998, atendiendo a las innovaciones de la Reforma Educativa, el colegio comenzó a albergar a jóvenes de ambos sexos. La mayoría de sus exalumnos son profesionales que han entrado exitosamente a competir en el mercado laboral, llevando en alto el nombre del colegio.

La Unidad Educativa Mixta San Roque nació a la vida educativa en marzo de 1943 como escuela básica para hijos de obreros con el nombre de “Tomás O’Connor Darlach”. Posteriormente, se le dio el nombre de “San Roque” por el populoso barrio donde se encuentra. Los estudiantes que se educan en el establecimiento provienen del Barrio San Roque, 4 de Julio y zonas adyacentes; son de familias que desempeñan actividades laborales en comercio, construcción, transporte, labores domésticas, profesiones, entre otras.

El Instituto Nacional de Prevención, Tratamiento Rehabilitación e Investigación en Drogodependencias y Salud Mental INTRAID Tarija, es una institución gubernamental, sin fines de lucro. Fue creada el 12 de agosto de 1988 con la finalidad de brindar atención en aspectos psico sociales de la salud mental, iniciando sus actividades en el área preventiva.

El 15 de diciembre de 1990 amplía sus servicios con la creación del Centro de Tratamiento y rehabilitación en drogodependencias y alcoholismo. Los servicios que brinda INTRAID tienen como prioridad mejorar la salud de la población, dando cobertura a programas prioritarios de plan estratégico de salud.

## **2.2. Objetivo General de las Unidades Educativas e INTRAID**

La Unidad Educativa Lindaura Anzoátegui de Campero tiene como objetivo proporcionar una educación integral de excelencia que vaya más allá del mero aprendizaje académico. Se busca estimular el desarrollo holístico de los estudiantes, abarcando su crecimiento académico, intelectual, emocional y social. Esto implica no sólo transmitir conocimientos, sino también fomentar habilidades cognitivas, creativas, cultivar valores éticos, morales; promover el bienestar emocional, social, y preparar a los estudiantes para enfrentar los desafíos del mundo real con confianza y competencia. En esencia, se busca formar individuos completamente preparados para contribuir de manera significativa a la sociedad, alcanzando su máximo potencial en todos los aspectos de sus vidas.

El objetivo de la Unidad Educativa San Roque es garantizar una formación integral a través de la aplicación de estrategias innovadoras, participativas y reflexivas. Su misión es fomentar el aprendizaje activo y el espíritu emprendedor, permitiendo a los estudiantes construir sus propios conocimientos. Esto se logra mediante la colaboración interactiva con todos los actores educativos, con el fin de que los estudiantes adquieran competencias, capacidades y valores que satisfagan sus necesidades humanas al contribuir a mejorar su calidad de vida.

El objetivo central de INTRAID, es: Atender aspectos psicosociales de la salud, brindando servicios que tienden a mejorar la salud mental de la población, dando cobertura a aquellos programas prioritarios del Plan Estratégico de la Salud.

## **2.3. Objetivos de las Instituciones**

- Como objetivo específico del colegio Lindaura Anzoátegui de Campero es promover el desarrollo integral de los estudiantes a través de programas educativos y formativos que impulsen el liderazgo, la comunicación efectiva a través del fortalecimiento de valores personales o familiares. Además, se busca crear un entorno seguro de apoyo que facilite la toma de decisiones informadas responsables, contribuyendo al bienestar, al éxito académico y personal de los adolescentes.
- Objetivo Específico del Colegio San Roque es fomentar el crecimiento integral de

los estudiantes mediante la implementación de programas educativos innovadores por medio de actividades formativas que desarrollen habilidades de liderazgo, comunicación efectiva y valores éticos. Además, se pretende crear un ambiente seguro de apoyo que promueva la toma de decisiones informadas responsables, asegurando el bienestar emocional, social y académico de los adolescentes.

- Como objetivo específico de INTRAID es crear en la sociedad y en los grupos vulnerables de todas las edades, condiciones que favorezcan el desarrollo y mantenimiento del mejor nivel posible de la salud mental.
- Orientar, capacitar educar a la población en prevención integral del uso indebido de drogas y alcohol.
- Rehabilitar drogodependientes y alcohólicos.
- Apoyar con consejería y asesoramiento a las familias de alcohólicos, drogodependientes de salud mental.
- Facilitará las personas cuya salud mental esté alterada o que corran riesgo de ver comprometido su equilibrio psíquico, a obtener una respuesta adecuada a sus necesidades y a una atención oportuna y apropiada.

### **2.3. Misión**

Misión del colegio Lindaura Anzoátegui de Campero

Es brindar una educación integral de calidad, fundamentada en valores éticos y morales, que promueva el desarrollo académico, personal, social de los estudiantes. Nos comprometemos a proporcionar un ambiente de aprendizaje seguro, inclusivo, estimulante, donde se fomente el pensamiento crítico, la creatividad, la responsabilidad ciudadana. Buscamos formar individuos comprometidos con su comunidad, capaces de enfrentar los desafíos del mundo actual con éxito y excelencia.

### Misión del colegio San Roque

Es fomentar una educación innovadora de calidad que promueva el desarrollo integral de los estudiantes. Nos comprometemos a crear un ambiente de aprendizaje inclusivo, estimulante, donde se desarrolle el potencial del trabajo en equipo. Impulsando a nuestros alumnos a descubrir su pasión por el conocimiento, cultivando valores de respeto, empatía, responsabilidad social, preparándolos para ser líderes del cambio en una sociedad globalizada y en constante evolución.

### Misión de INTRAIID

El departamento de Prevención y Promoción de la Salud, representa una contribución significativa, al mejoramiento de estilos de vida Saludables, a través de la implementación de Programas de Prevención Integral del Uso Indebido de Drogas, con un enfoque Holístico del ser Humano a diferentes grupos poblacionales, nos concentramos en desarrollar habilidades y destrezas para la vida ofreciendo información, educación, orientación, capacitación y formación de recursos Humanos.

## **2.4. Visión**

Visión del Colegio Lindaura Anzoátegui de Campero:

Ser reconocidos como una institución educativa líder en la formación integral de los estudiantes, destacando por nuestra excelencia académica, valores éticos y compromiso con la innovación pedagógica. Nos esforzamos por crear un ambiente de aprendizaje inclusivo y estimulante, donde se promueva el desarrollo de habilidades para la vida y el pensamiento crítico, preparando a nuestros alumnos para enfrentar los retos del futuro con éxito y contribuir positivamente a la sociedad.

Visión del Colegio San Roque:

Aspiramos a ser un referente en la educación de excelencia, reconocidos por nuestro compromiso con el desarrollo integral de los estudiantes, nuestra capacidad para inspirar la excelencia académica y personal. Nos esforzamos por cultivar un ambiente educativo dinámico, enriquecedor, donde se fomente el liderazgo, la creatividad y el respeto por la

diversidad. Nuestra visión es formar líderes responsables, comprometidos con su comunidad, capaces de generar un impacto positivo en el mundo.

Visión de INTRAlD:

La labor de prevención Integral, del Uso Indebido de Drogas, es reconocida y fortalecida, con capacidad de financiamiento efectivizando procesos de capacitación sostenibles, que permitan una verdadera formación de agentes multiplicadores.

## **2.5. Ubicación**

La Unidad Educativa Lindaura Anzoátegui de campero está ubicada en la esquina de las calles 15 de Abril y Colón, frente a la Plaza Sucre.

La Unidad Educativa San Roque se encuentra en la calle Juan Misael Saracho entre las calles Corrado y Fray Manuel Mingo.

La Institución INTRAlD se encuentra ubicada entre la avenida Potosí y calle Junín.

### **2.5.1. Personal con el que cuenta cada Institución**

U.E. Lindaura Anzoátegui de Campero, cuenta con una directora, por 38 profesores, se encarga de impartir clases en diversas asignaturas y niveles educativos. El personal administrativo, que incluye a una secretaria, además, el personal de apoyo, encargado de la limpieza, mantenimiento y seguridad, se encarga del cuidado y mantenimiento de las instalaciones. Finalmente, el personal de servicios, que incluye a los encargados de productos dentro las instalaciones.

U.E. San Roque, dentro del colegio San Roque, contamos con un director y 28 profesores altamente calificados que imparten clases en diversas asignaturas y niveles educativos. Además, el personal administrativo, que incluye una secretaria, brinda apoyo en las tareas administrativas de la institución. El equipo de apoyo, compuesto por tres personas, se encarga de la limpieza, mantenimiento y seguridad de las instalaciones para garantizar un entorno adecuado para el aprendizaje. Por último, el personal de servicios administra los productos dentro del colegio, colaborando estrechamente con el equipo de limpieza para mantener la infraestructura en óptimas condiciones.

INTRAID está conformado por un equipo multidisciplinario de 35 personas capacitadas en su área de trabajo. En el área clínica cuenta con 4 Psiquiatras, 5 Psicólogos, 8 enfermeras; en el área de Prevención y Promoción de la Salud se cuenta con 3 Psicólogos, una Trabajadora Social, una secretaria, dos encargadas del área Administrativa y personal de apoyo 8 personas.

**CAPÍTULO III**  
**OBJETIVOS GENERALES Y ESPECÍFICOS DE**  
**LA PRÁCTICA**

### **3.1. Objetivo General**

Desarrollar un programa de prevención de consumo de alcohol y drogas a estudiantes de las Unidades Educativas San Roque y Lindaura Anzoátegui de Campero de la ciudad de Tarija, gestión 2023. Diagnosticar

### **3.2. Objetivos Específicos**

- Determinar el conocimiento que tienen los estudiantes de las Unidades Educativas San Roque y Lindaura Anzoátegui de Campero, con relación al consumo de drogas, a través del pre test.
- Adecuar y ejecutar el programa de prevención integral del uso indebido de drogas, a través de talleres orientados al desarrollo personal, drogas y sexualidad.
- Realizar una comparación de los resultados entre la evaluación inicial y la evaluación final determinando el conocimiento adquirido durante la ejecución de los módulos del programa de prevención de drogas en los estudiantes de las Unidades Educativas.

**CAPÍTULO IV**  
**MARCO TEÓRICO**

Este capítulo constituye un soporte técnico fundamental del programa, ya que recopila los conceptos necesarios para relacionar las variables de estudio. Asimismo, proporciona información proveniente de investigaciones previas que sirve como antecedentes.

En este sentido se exploran una serie de definiciones que enriquecen la comprensión de asuntos relacionados con el consumo de alcohol y otras sustancias psicoactivas como ser tabaco, cocaína, marihuana, entre adolescentes. Implica un análisis de las drogas disponibles, desde el alcohol hasta sustancias ilícitas, lo que proporciona una visión completa de los desafíos que enfrenta nuestra comunidad juvenil. Además, se examinan minuciosamente los factores que contribuyen al riesgo de consumo, como el entorno social, familiar y personal del adolescente. Es crucial destacar que, en este contexto, se enfatiza la importancia primordial de la prevención como estrategia fundamental para abordar el uso indebido de drogas entre los jóvenes. No solo implica una comprensión profunda de los factores de riesgo y los mecanismos de prevención, sino también la implementación de intervenciones adecuadas y la promoción de entornos saludables que fomenten estilos de vida libres de sustancias.

La Adolescencia, es la fase de la vida entre la niñez y la edad adulta, representa una etapa singular del desarrollo humano y un momento importante para fortalecer las bases de la buena salud. Independientemente de la dificultad para establecer un rango exacto de edad es importante el valor adaptativo, funcional y decisivo que tiene esta etapa.

Es una etapa crucial para la formación de la persona, en donde tiene que desarrollarse a nivel físico, emocional, social, académico, etc. La búsqueda de la autonomía e identidad son elementos importantes para la misma. Esto se va adecuar por su historia previa, por el apoyo/no apoyo y comprensión de su familia, existencia o no de problemas en la misma, grupo de amigos, etc. Tampoco se debe olvidar que la adolescencia es un largo período de tiempo que luego continuará en la vida adulta.

Según la OMS (2019) para crecer y desarrollarse sanamente, los adolescentes necesitan información, en particular una Educación Integral acerca de la sexualidad que sea apropiada para la edad, oportunidades para adoptar aptitudes para la vida, servicios de salud

aceptables, equitativos, apropiados, eficaces, la creación de entornos seguros y propicios. También necesitan oportunidades para participar positivamente en, ejecución de intervenciones para mejorar su salud. La ampliación de esas oportunidades es fundamental para responder a las necesidades y derechos específicos de los adolescentes.

#### **4.1. Cambios Físicos**

Rodríguez (2019), afirma que: El desarrollo físico del adolescente no es igual en todos los individuos, por lo cual en muchos casos el desarrollo se inicia tempranamente o tardíamente. Los adolescentes que maduran prematuramente muestran mayor seguridad, son menos dependientes y manifiestan mejores relaciones interpersonales; por el contrario, quienes maduran tardíamente, tienden a poseer un autoconcepto negativo de sí mismos, sentimientos de rechazo, dependencia y rebeldía. De ahí la importancia de sus cambios y aceptación de tales transformaciones para un adecuado ajuste emocional y psicológico. (p. 20)

#### **4.2. Cambios Psicológicos**

Los cambios físicos en el adolescente siempre estarán acompañados por cambios psicológicos, tanto a nivel cognitivo como a nivel comportamental, la aparición del pensamiento abstracto influye directamente en la forma en como el adolescente se percibe a sí mismo, se vuelve introspectivo, analítico, autocrítico, adquiere la capacidad de construir sistemas y teorías, además de estar interesado por los problemas inactuales, es decir, que no tienen relación con las realidades vívidas.

La inteligencia formal da paso a la libre actividad de la reflexión espontánea en el adolescente, y es así como éste toma una postura egocéntrica intelectualmente (p. 20)

#### **4.3. Cambios Emocionales**

Durante el proceso del desarrollo psicológico y búsqueda de identidad, el adolescente experimentará dificultades emocionales. Conforme el desarrollo cognitivo avanza hacia las operaciones formales, los adolescentes se vuelven capaces de ver las incoherencias y los conflictos entre los roles que realizan, incluyendo a los padres.

La solución de estos conflictos ayuda al adolescente a elaborar su nueva identidad con la que mejorará el resto de su vida. El desarrollo emocional, además, está influido por diversos factores que incluyen expectativas sociales, la imagen personal y el afrontamiento al estrés. (p. 21)

#### **4.4. Definición sobre las Drogas**

Duncan (1978), afirma que: La droga como “toda sustancia que introducida en un organismo vivo por cualquier vía (inhalación, ingestión, intramuscular, endovenosa) es capaz de actuar sobre el sistema nervioso central provocando una alteración física y/o psicológica, la experimentación de nuevas sensaciones o la modificación de un estado psíquico, es decir, capaz de cambiar el comportamiento de la persona, y que posee la capacidad de generar dependencia y tolerancia en sus consumidores, las drogas podrían ser peligrosas en dosis grandes y en el caso de algunos individuos, hasta unas dosis pequeñas, las consecuencias personales y sociales de las drogas aumentan de acuerdo con la frecuencia y duración de su uso”. (p. 96)

Según García Jiménez J. (2001) “Aquella sustancia que provoca una alteración del estado de ánimo y son capaces de producir adicción. Este término incluye no solamente las sustancias que popularmente son consideradas como drogas por su condición de ilegales, sino también los diversos psicofármacos y sustancias de consumo legal como el tabaco, el alcohol o las bebidas que contienen xantinas como el café: además de sustancia de uso doméstico o laboral como las colas, los pegamentos y disolventes volátiles” (p. 16).

El consumo de drogas es uno de los aspectos con el que se tiene que enfrentar y decidir la persona en función de su medio socio-cultural, familiar, de sus amigos, etc. Debemos ser conscientes de que la experimentación con las drogas se ha convertido en un hecho habitual en los adolescentes de las sociedades desarrolladas, un gran número de ellos experimentan con el tabaco y el alcohol, en un lugar intermedio el marihuana, y en menor grado con otras sustancias. (Blackman, 1996, p. 38)

## 4.5. Clasificación de las Drogas

### 4.5.1. Por su origen

Según la UNEDOC (2015) La clasificación de las drogas según su origen y proceso de fabricación es de suma importancia para comprender su naturaleza y los riesgos asociados a su consumo. La distinción entre drogas naturales, semisintéticas y sintéticas proporciona información crucial sobre su composición química y sus propiedades farmacológicas son:

- **Drogas naturales.** Son aquellas que se recogen directamente de la naturaleza para el uso y consumo. Por ejemplo: la marihuana.
- **Drogas semi sintéticas.** Son drogas naturales obtenidas por procesos químicos parciales. Por ejemplo, el aislamiento de ciertos alcaloides origina que las drogas tengan mayor efecto. Así, la cocaína y la pasta base de cocaína son derivados de la hoja de coca; y el opio es derivado de la amapola.
- **Drogas sintéticas.** Son elaboradas en laboratorios mediante la combinación de diversos precursores y sustancias químicas que no son fiscalizadas. Por ejemplo: las anfetaminas y el éxtasis. (p. 34)

### 4.5.2. Por su situación legal

El consumo legal de drogas abarca aquellas sustancias que son permitidas y reguladas por las leyes de un país determinado. Estas drogas legales suelen incluir medicamentos prescritos por profesionales de la salud para tratar diversas afecciones y enfermedades. Los tranquilizantes, analgésicos, jarabes y otros medicamentos son ejemplos de drogas legales que pueden ser adquiridos en farmacias con una receta médica válida.

El consumo legal de estas drogas se basa en la premisa de un uso controlado y responsable, siguiendo las indicaciones médicas y respetando las dosis recomendadas. Sin embargo, es importante destacar que incluso las drogas legales tienen efectos secundarios, riesgos asociados, por lo que es fundamental seguir las instrucciones y precauciones establecidas por los profesionales de la salud. Según la UNEDOC (2015) son:

- **Drogas legales o lícitas.** Son aquellas de fabricación, distribución, expendio permitido por la ley, como el alcohol, tabaco, café y medicamentos. Existe la salvedad que algunas drogas que, siendo legales, su comercialización, uso, consumo pueden convertirse en ilegales cuando son utilizadas para otros fines de los que fueron creadas, como sucede con los pegamentos aerosoles cuya venta para los propósitos creados es legal pero no cuando son utilizados para inhalar. De igual manera, los medicamentos para tratamiento de trastornos mentales, se convierten en ilegales cuando se comercializan indiscriminadamente sin prescripción médica.
- **Drogas ilegales o ilícitas.** Son aquellas sustancias cuyo cultivo, producción, fabricación, distribución, comercialización, tráfico y posesión son fiscalizadas internacionalmente de acuerdo a las normas jurídicas de cada país; por ejemplo, la cocaína, la marihuana, la heroína y otras drogas (p. 35)

Es importante tener en cuenta que algunas de estas drogas, a pesar de ser legales o requerir prescripción médica, pueden ser obtenidas de manera ilícita a través de tiendas de barrio, discotecas, empresas o lugares clandestinos. Esto representa un problema grave, ya que el acceso no regulado y no supervisado a estas sustancias puede dar lugar a abusos, adicciones y graves consecuencias para la salud de los consumidores. Además, la venta ilegal de drogas también alimenta el mercado negro y el crimen organizado, revelando un ambiente de inseguridad y violencia en la sociedad.

#### **4.5.3. Por su consumo social**

El consumo social de drogas es una realidad presente en diversas sociedades alrededor del mundo. En muchos contextos, el consumo de alcohol se ha convertido en una práctica común en eventos sociales, celebraciones y encuentros informales. Así mismo otras sustancias como el tabaco, el cannabis y algunas drogas estimulantes son consumidas socialmente en diferentes grupos y entornos. Estas prácticas pueden variar según las normas culturales y las actitudes hacia las drogas en cada sociedad. Según la UNEDOC (2015) son:

- **Drogas sociales.** Son aquellas sustancias que están vinculadas con la costumbre y tradición de la población. Para efectos de legislación del país son:

- El alcohol, droga de mayor consumo en nuestro país.
  - El tabaco, droga cuya composición química contiene sustancias tóxicas cancerígenas como la nicotina, el alquitrán y otras sustancias.
  - El café y el té son drogas que contienen cafeína, una sustancia química considerada estimulante.
- **Drogas ancestrales.** Son sustancias cuyo consumo forman parte de los usos y costumbres ancestrales de las diversas culturas de los países. En Bolivia culturas como la aymara y la quechua, asocian el uso de la coca a actividades de origen tradicional, utilizándola en forma continua en celebraciones tradicionales, tratamientos o curación de ciertas enfermedades o trastornos. Un uso similar se le da a la Ayahuasca, al San Pedro, el Peyote y otras sustancias en países cercanos.
  - **Drogas terapéuticas o con prescripción médica.** Son todas aquellas sustancias legales que se comercializan en farmacias con prescripción médica, y algunas de ellas están sujetas a cierta reglamentación para ser expedidas. Por ejemplo, los medicamentos como los tranquilizantes, jarabes, etc.
  - **Drogas indebidas.** Son las sustancias ilegales cuyo consumo no está permitido, tampoco su uso terapéutico. Por ejemplo, el clorhidrato de cocaína o la pasta base de cocaína. (p. 35)

#### 4.6. El Alcohol

El etanol, alcohol etílico o simplemente alcohol, es un líquido incoloro inflamable. Es un depresor del Sistema Nervioso Central que adormece progresivamente el funcionamiento de los centros cerebrales superiores, produciendo desinhibición conductual y emocional. No es un estimulante, como a veces se cree; la euforia inicial que provoca se debe a que su primera acción inhibitoria se produce sobre los centros cerebrales responsables del autocontrol.

Especialistas en el tratamiento de adicciones, explican que el alcohol es la droga más difícil de abandonar y que su síndrome de abstinencia es también uno de los más largos y

duros de superar (G.A.M.T., 2022, p. 4)

#### **4.7. Tabaco**

La nicotina es el producto activo más importante del tabaco (junto con el alquitrán) y su acción sobre el sistema nervioso central tiene un efecto excitante, aunque la conducta de fumar, pueda ser percibida como relajante por el fumador. El tabaco, la nicotina, es un poderoso agente de adicción (G.A.M.T., 2022, p. 6)

#### **4.8. Cocaína**

Según G.A.M.T, (2022), afirma que: La coca produce insensibilidad en la boca; su acción estimulante disipa el hambre y la fatiga, produce energía y por su poder anestésico causa inapetencia y embotamiento de la sensibilidad. En cantidades superiores produce excitabilidad, locuacidad, alucinaciones depresivas y en algunos casos intoxicaciones, pudiendo llegar hasta la muerte. Psíquicamente la cocaína produce habito. Una pequeña cantidad de cocaína puede elevar la temperatura del cuerpo, acelerar el corazón, aumenta las pulsaciones, da una sensación de confianza excesiva y de mayor alerta con energía adicional. Cuando se fuma crack, todas estas sensaciones se intensifican (p. 7)

#### **4.9. Marihuana**

La marihuana contiene una sustancia química que altera la mente llamada delta-9-tetrahydrocannabinol (THC) y otros compuestos relacionados a este. Actualmente la marihuana también es incorporada a alimentos, como bizcochos, galletas o dulces, también preparada en infusiones como el té (NIDA, 2021, p. 3)

#### **4.10. El uso Indebido de Drogas**

El uso indebido de drogas se refiere también al consumo de drogas que, si bien fueron prescritas por un médico, dicha prescripción no es respetada y se consume en cantidades y frecuencia de tiempos mayores a los establecidos por el médico; o cuando una sustancia es consumida para propósitos diferentes a los terapéuticos.

Según UNEDOC (2015) El consumo de la marihuana, la cocaína y otras drogas ilícitas son siempre considerados como uso indebido de drogas. Asimismo, el consumo de

alcohol, tabaco, inhalantes, marihuana, cocaína o cualquier otra droga por población menor de 18 años de edad (niños, niñas y adolescentes) está considerado en el marco del uso indebido de drogas. De la misma manera, el uso indebido de drogas se refiere al cultivo ilegal, producción, fabricación, comercialización, distribución, tráfico y utilización de sustancias sometidas a fiscalización internacional. (p. 28).

#### **4.11. Drogas Consumidas por los Adolescentes en Bolivia**

Uno de los problemas que enfrenta Bolivia son los altos índices de prevalencia anual de consumo de drogas lícitas e ilícitas, por la población en edad escolar, de 13 y 17 años de edad: el 35,4% consume alcohol; 12,5% tabaco; y, el promedio de consumo de marihuana, inhalables, pasta base, cocaína y otras drogas ilícitas alcanza el 5,1%). Tomando en cuenta que mientras más temprano los adolescentes empiecen a consumir drogas, mayores serán las posibilidades de continuar consumiendo en el futuro. El abuso de drogas en la adolescencia puede contribuir al desarrollo de problemas como enfermedades cardíacas, presión arterial alta y trastornos del sueño (G.A.M.T., 2022, p. 2)

#### **4.12. La Aceptación Social ante el Consumo de Bebidas Alcohólicas**

En el contexto nacional, el fenómeno del “viernes de soltero” como una práctica urbana estrechamente relacionada con el consumo de bebidas alcohólicas. De la misma manera, esta práctica goza de una aceptación colectiva de la sociedad en general. “Se habla de la institucionalización del viernes de soltero a partir de un proceso de repetición y generación constante de cada fin de semana, generando una normalización del fenómeno, la cual es avalada de manera consciente o inconsciente por el conjunto de la sociedad”. Hecho que ocurre en la etapa evolutiva de la adolescencia y juventud (Copa, 2010, p. 17)

La realización de partidos de fútbol en los días de ocio en la administración pública, se debe a la búsqueda de una mayor integración por medio del “compañerismo” generalmente atribuido al consumo de bebidas alcohólicas. "En concreto, quiero decir entonces, que el deporte de recreación y el consumo de bebidas alcohólicas, entre los trabajadores que participan por sus fuentes laborales en la administración pública de la ciudad de La Paz, en conjunción con elementos del tiempo libre, promueven principalmente la integración social creando un efecto amplio entre estos trabajadores”.

Por otro lado, los medios de comunicación de masas ejercen un impacto evidente no sólo en nuestros comportamientos sino también en la promoción de actitudes favorables al consumo, valiéndose de la presentación de modelos atractivos asociados al logro de metas personales (diversión, popularidad, etc.)

#### **4.13. El Consumo de Drogas en los Adolescentes**

Diversas investigaciones señalan que los adolescentes y jóvenes entre 13 y 25 años tienen mayor vulnerabilidad y riesgo de consumir sustancias de abuso, lo que los lleva a padecer otros problemas biopsicosociales relacionados con el consumo. “Los adolescentes tienen este elevado riesgo debido a que son influenciados por una compleja interacción entre diversos aspectos biopsicosociales.

Por ejemplo, la inmadurez neurobiológica que implica que sean impulsivos y tiendan a mostrar actitudes temerarias, así como constantes errores de juicio que pueden considerarse “normales” dentro del proceso de desarrollo del adolescente.” (Steinberg, 2008, pp. 78-106)

Las características de los adolescentes los hacen más vulnerables porque la conducta impulsiva los coloca en situaciones de riesgo en las que pueden tener deficiencia en el manejo de las emociones y en la toma de decisiones, ejerciendo escasas conductas de autocuidado, especialmente en situaciones de presión social ejercida por el grupo de pares.

Si bien es cierto que los adolescentes tienen mayor riesgo de consumir sustancias de abuso de tipo legal e ilegal que los adultos, también es cierto que sólo un porcentaje las consumen de manera experimental y un menor porcentaje de los consumidores (30%) manifiesta patrones de consumo nocivo y dependencia (UNEDOC, 2015, p. 11)

Es evidente que la mayoría de los adolescentes en Bolivia recae más en la ingesta del consumo de bebidas alcohólicas que en otras drogas, caso que pasa en la mayoría de los otros países, es por ello que se toma más énfasis en desarrollar el tema del alcohol. Con respecto a lo mencionado se toma en cuenta las diferentes etapas evolutivas del consumo de esta sustancia.

#### 4.14. Adolescentes y Alcohol: Evolución del Consumo

De acuerdo con Castro Martínez (2018) el consumo de sustancias en los adolescentes evoluciona en diferentes etapas, inicia desde el no consumo, pasa por el consumo experimental, consumo habitual, consumo nocivo hasta la dependencia. Para los profesionales de la salud es muy importante tener en claro estos conceptos progresivos para el diagnóstico y tratamiento adecuados; de lo contrario, se corre el riesgo de minimizar o magnificar la conducta de consumo del adolescente (p. 5)

De las cuales son descritas por él autor:

- **Consumo experimental.** Es el consumo inicial de sustancias que se desprende de la convivencia, presión de pares o ambas. Es frecuente que en esta etapa las sustancias produzcan sensaciones leves de euforia y estabilización del estado de ánimo basal no problemático. Sin embargo, la experimentación puede ser una actividad peligrosa para los adolescentes porque ellos no tienen la experiencia suficiente para conocer sus propios límites o “dosis seguras” de alcohol o drogas. Es así que, bajo la presión y motivación del grupo de pares, pueden consumir rápidamente hasta alcanzar cantidades tóxicas sin darse cuenta del peligro potencial (Batllori, 2016, p. 84).
- **Consumo habitual (no problemático).** Se caracteriza por consumo intermitente de alcohol y tabaco sin consecuencias negativas. Según Rodríguez (2018), en los bebedores adultos, esto puede entenderse como consumo social; sin embargo, este término es engañoso si se aplica al consumo en la adolescencia, porque los adolescentes legalmente no podrían consumir ningún tipo de sustancia. Asimismo, el consumo en la adolescencia generalmente es de tipo episódico, explosivo y excesivo por ocasión (p. 11)
- **Consumo nocivo.** Es cuando ocurren consecuencias adversas como resultado del consumo y el individuo puede no reconocer que existe una relación de causalidad. Los problemas relacionados con el consumo de sustancias pueden incluir el fracaso escolar, detenciones, suspensiones, conflictos con familiares y amigos, accidentes de vehículos de motor, lesiones, agresiones físicas, sexuales o ambas, problemas legales, entre otros. En la etapa de consumo nocivo, las sustancias inducen euforia

acompañada o no por síntomas afectivos, ansiosos (o ambos) basales. Rodríguez (2018), indica que también se incrementa el patrón de consumo, la frecuencia y la variedad de sustancias que se consumen. Sin embargo, es posible que la persona pueda ser capaz de reducir o abandonar abruptamente su consumo por sí sola o con apoyo profesional ambulatorio (p. 78)

- **Dependencia.** En esta etapa sobreviene un patrón de consumo desadaptativo, continuo y prolongado, que se representa por un grupo de síntomas psicológicos (conductuales, emocionales y cognitivos) y fisiológicos. Éstos indican que el individuo continúa consumiendo a pesar de la aparición de problemas biopsicosociales significativos relacionados, incremento del consumo (tolerancia) y la aparición de sensaciones de malestar al intentar abandonarla (síndrome de abstinencia) (Batllori, 2016, p. 64)

#### **4.15. Tipos de Dependencia a las Drogas**

(Díaz, 2008, p. 12)

- **Dependencia física (neuro adaptación):** Necesidad de mantener determinados niveles de una droga en el organismo. Tiene dos componentes: tolerancia y síndrome de abstinencia aguda, por ejemplo, sustancias depresógenas (alcohol, opiáceos, hipnóticos y sedantes).
  - Tolerancia: Es la necesidad de cantidades crecientes de una sustancia en busca del efecto deseado o disminución del efecto ante una misma dosis.
  - Síndrome de abstinencia aguda: Manifestaciones clínicas, psíquicas o físicas que se producen por el cese de la administración de una droga y desaparecen con la administración de la misma.
- **Dependencia psíquica:** Deseo irresistible o anhelo de repetir la administración de una droga para obtener la vivencia de sus efectos agradables, placenteros, evasivos o ambos para evitar el malestar psíquico que se siente con su ausencia, por ejemplo, sustancias psicoestimulantes (anfetaminas, cocaína, nicotina) y alucinógenos.

#### **4.16. Las Drogas en el Cuerpo Humano**

Al momento de ser introducidas al cuerpo humano, las drogas atraviesan por un proceso que consta de cuatro momentos: (Sousa, 2007, pp. 32-57)

##### **4.16.1. La absorción de la droga por el cuerpo**

La absorción, se refiere al proceso por el cual la droga, a través de los tejidos, pasa al torrente sanguíneo. Cuando se administra una droga, se debe tener claro la ruta de administración (vía oral, vía rectal, inyección - intravenosa, intramuscular o subcutánea -, inhalación, absorción a través de la piel, absorción a través de las membranas mucosas), la dosis (cantidad), y la forma de la dosis (en líquido, tableta, cápsula o inyección), la presencia de alimento en el estómago, el nivel de acidez del aparato digestivo, entre otros, pues con estos datos se puede determinar la concentración de esta sustancia en la sangre y con ello la intensidad de los efectos durante un determinado período de tiempo.

En este sentido, la velocidad con que el cuerpo absorbe la droga, se ve mediatizada por la interacción de los factores antes mencionados.

##### **4.16.2. La distribución de la droga en el cuerpo**

La distribución de la droga por el cuerpo depende de varios factores a la vez, tales como las características fisicoquímicas de la droga, el gasto cardiaco y la circulación de la sangre.

Es una pequeña proporción del total de droga que contiene el cuerpo, la que entra luego a interactuar con los receptores corporales. El resto de dicha sustancia circula en diferentes áreas del cuerpo, ocasionando lo que serían los efectos secundarios. Las membranas del cuerpo que se ven involucradas en la distribución de las drogas son: las membranas de las células, las paredes de los vasos capilares del sistema circulatorio, la barrera de sangre del cerebro y la barrera de placenta.

##### **4.16.3. La biotransformación**

La biotransformación de la droga ocurre en las células del hígado, sitio donde se llevan a cabo los procesos metabólicos ayudados por enzimas. También intervienen en esta

acción el plasma sanguíneo, la función del sistema renal y el aparato gastrointestinal. Gracias a este proceso, las características de la droga son modificadas para producir su inactivación y eliminación.

#### **4.16.4. La eliminación de la droga**

La eliminación de la droga del cuerpo ocurre principalmente por medio de la orina. Solamente las drogas que el intestino no absorbe, así como los productos residuales de otras drogas que se eliminan por la bilis, se desechan del cuerpo a través de las heces. Por su parte, el sudor, la saliva y la respiración resultan vías de poco significado para la eliminación final de las drogas.

Pese a que existen ciertos factores que inciden en la velocidad de eliminación de la sustancia (como factores genéticos, edad, sexo, peso), esta velocidad no se acelera ni se retarda, sino que es constante.

#### **4.17. Consecuencias del Consumo de Drogas**

Según la UNODC (2015) son:

##### **4.17.1. Consecuencias Individuales**

- a) **Consecuencias biológicas.** - Las consecuencias biológicas del consumo de drogas dependen del tipo de drogas, de la frecuencia y el tiempo de consumo, y del estado de salud de la persona, previo al consumo. El uso indebido de drogas puede afectar diferentes órganos del cuerpo con graves consecuencias para la salud fisiológica y mental del consumidor; incluso, puede provocarle daños irreparables y la muerte, más aún cuando consume simultáneamente distintas drogas. Si bien los daños al organismo en general tardan en presentarse, en ocasiones pueden ser observados en la fase inicial (experimental) del consumo de drogas.
  
- b) **Consecuencias psicológicas.** - Las consecuencias psicológicas del consumo de drogas afectan de manera progresiva a las actitudes hacia sí mismo y su comportamiento, afectan directamente a su autoestima provocando sentimientos de desvalorización relacionados con la falta de autoconfianza e insatisfacción. El consumidor tiende a descuidar su imagen personal, higiene y limpieza. La conducta

del consumidor se modifica en función del hábito de consumo y paulatinamente sus actos son dirigidos por la sustancia, iniciándose un proceso de adicción y dependencia, que pueden derivar en suicidio (p. 47)

#### **4.17.2. Consecuencias sociales**

- a) **Consecuencias microsociales.** - Las consecuencias microsociales están referidas a las relaciones del consumidor con su entorno inmediato como son la familia, la escuela, el trabajo y los amigos. Las más comunes son la pérdida de su grupo de referencia y pertenencia, el consumidor cambia el grupo habitual de amigos por otro en el que se consume drogas, posteriormente cuando el consumidor se hace adicto o dependiente de las drogas, generalmente se aísla y se auto margina.

El consumidor en la medida que evoluciona hacia la adicción o dependencia, comienza a incurrir en conductas antisociales y delictivas para poder adquirir la droga. Por otra parte, su vida familiar se altera porque ya no responde a sus expectativas ni a sus roles familiares, tiende a pasar menos tiempo con sus padres y familiares, y comienza a pasar la noche en otros lugares. La familia es víctima del consumidor de drogas.

Otra consecuencia microsocial es la disminución de su rendimiento escolar porque baja el nivel de su motivación, los procesos de atención y memoria se ven afectados, se producen faltas permanentes e injustificadas que derivan finalmente en la deserción escolar o repetición del curso.

Las consecuencias del consumo también se producen en el ámbito laboral, el consumidor muestra bajos niveles de desempeño laboral, ausentismo del trabajo y accidentes en su desempeño, lo que inevitablemente conduce al abandono o despido de la fuente laboral.

- b) **Consecuencias macrosociales.** -Las consecuencias macrosociales corresponden a un entorno más amplio relacionados con aspectos socioeconómicos, políticos y culturales.

Según la UNESCO (2015), las consecuencias del consumo de drogas impactan de diversas formas e intensidades en la sociedad, por ejemplo, la generación de conductas antisociales, actividades delincuenciales organizadas derivadas del tráfico de drogas (robos, saqueos, secuestros, homicidios, etc.) que conllevan al incremento de la inseguridad ciudadana, la corrupción, el lavado de dinero y otros actos delictivos. Dichos actos ilegales significan un riesgo para la democracia y la estabilidad de los Estados (pp. 47-48)

#### **4.18. Factores de Riesgo Asociados al Consumo de Drogas**

Según la UNEDOC (2015), se define como “Factores de Riesgo” a aquellas situaciones internas y/o externas, individuales y/o de contexto que facilitan o incrementan las probabilidades del uso indebido de drogas; su presencia en una persona no determina o garantiza el consumo, sólo incrementan la probabilidad del consumo, por lo que, a mayor cantidad de factores de riesgo mayor probabilidad de consumo de drogas (p. 43)

Según Secades (2001), definen como factores de riesgo “aquellas circunstancias o características personales o ambientales que, combinadas entre sí, podrían resultar predisponentes o facilitadoras para el inicio o mantenimiento del uso y abuso de drogas. Los factores de protección se definen como aquellas variables que contribuyen a modular o limitar el uso de drogas” (p. 62)

##### **4.18.1. Perfil del consumidor**

Si la personalidad de una persona presenta cierta fragilidad para enfrentar problemas y para la toma de decisiones, o para actuar con autonomía frente a las presiones de grupo, el individuo como tal es un factor de riesgo que puede incrementar las probabilidades de consumo de drogas, porque es probable que también sus actitudes tiendan a la evasión, la ansiedad y la incertidumbre.

De igual manera, la presencia de enfermedades crónicas físicas o mentales, la tendencia a conductas antisociales y la carencia de autocontrol, también son factores de riesgo individual que incrementan las probabilidades de consumo de drogas.

Según Kaplan (1996), han señalado que “una baja autoestima, una pobre autovaloración etc. están en la base de las conductas desviadas. Las personas con un

autoconcepto positivo muestran menos vulnerabilidad ante situaciones de riesgo o individuos influyentes que las que carecen de este rasgo psicológico. Un bajo nivel de autoestima hace al sujeto sentirse incompetente para resolver situaciones o problemas y esto provoca frustración”. Llevando a la persona a ser más proclive al consumo de drogas, droga que puede aliviar una percepción personal negativa y puede utilizarse para evitar enfrentarse a ella (pp. 232-245)

#### **4.18.2. El contexto**

Son aquellas situaciones que surgen a raíz de la relación de las personas con el entorno en el que se desenvuelven, tanto a nivel macro como microsocia. Las personas son influidas en su comportamiento y actitud respecto al consumo de drogas, por las características de la sociedad en que viven, por el nivel de tolerancia y por las normas establecidas en la familia, la escuela, la comunidad y en otros ámbitos en general (UNESCO, 2015, p. 44)

#### **4.18.3. Ámbito familiar**

Cuando en la familia hay una actitud de rechazo a los hijos o hijas y la comunicación es escasa o se asumen conductas exigentes y autoritarias, ellos tienden a evadir esa realidad refugiándose en el grupo de amigos, con quienes muchas veces se inician en el consumo de drogas como el alcohol, tabaco y otras, incluso se involucran en actos vandálicos y delincuenciales, otros factores de riesgo que incrementan las probabilidades de consumo de drogas por sus hijos e hijas son: padres que asumen actitudes intolerantes en el manejo de los problemas familiares; la carencia de normas y reglas claras sobre la conducta de los hijos e hijas; el fracaso de los padres en la crianza, educación y control del comportamiento de los hijos e hijas; y castigos severos e inconsistentes (Barraza, 2015, p.88)

“Múltiples estudios han reportado que los adolescentes con familia separada, ya sea por abandono, muerte o divorcio, tienen mayor riesgo de consumo de sustancias. Relaciones cálidas con la madre, el padre o ambos y la adecuada supervisión familiar al adolescente son factores protectores contra el inicio del consumo de sustancias. Aunque los padres influyen en el consumo de sustancias de abuso, la influencia de hermanos, compañeros y amigos es

mayor” (Martinez, 2021, p. 42)

#### **4.18.4. El grupo de amigos**

Durante los primeros años de la adolescencia, la influencia del grupo de amigos es decisiva; por ello, es importante que los padres de familia y los docentes les orienten sobre los factores de riesgo/consecuencias individuales, familiares y sociales del consumo del alcohol, tabaco, marihuana y otras drogas; asimismo, deben formarlos en valores, autoestima, principios, proyecto de vida y hábitos de vida saludable, que deriven en la formación de una actitud crítica y reflexiva sobre la problemática de las drogas. De manera que cuando les ofrezcan o quieran obligarles a consumir drogas o les presionen para cometer actos de violencia o delincuencia, puedan resistir a las presiones del grupo de amigos (UNESCO, 2015, p.44)

“La asociación con cierto tipo de pares y compañeros representa un fenómeno diferente a la presión social, porque la presión social refleja un acto pasivo e inocente de experimentar y consumir sustancias de abuso, mientras que la asociación representa un agente participativamente activo, que ayuda a formar normas de comportamiento dentro de ese grupo social, decidiendo si se consume la sustancia y las circunstancias de consumo. El adolescente actúa voluntariamente para identificarse a sí mismo y ser parte de la asociación” (Gómez, 2018, pp. 35-41)

#### **4.18.5. El ámbito escolar**

Según la UNESCO (2015), el bajo rendimiento escolar puede inducir al estudiante a faltar reiteradamente a la escuela o al colegio; y, si adicionalmente, las normas del establecimiento escolar son rígidas y autoritarias, entonces la situación puede desencadenar en el abandono del establecimiento o en conductas conflictivas y antisociales, y en el consumo indebido de drogas.

Por otra parte, si la escuela fomenta un clima relajado e indiferente y no cuenta con normas claras respecto al comportamiento sobre el consumo de drogas, o en cierta forma “permite” que los estudiantes que consumen drogas no son amonestados, o si la escuela no asume acciones de prevención e investigación, entonces el ámbito escolar se constituye en

un factor de riesgo que incrementa las probabilidades del uso indebido de drogas por los estudiantes, incluso profesores y padres de familia. (p. 45).

#### **4.18.6. Otros factores de riesgo**

Según la UNESCO (2015), el consumo temprano de drogas es otro factor de riesgo. Aunque el consumo de drogas a cualquier edad puede llevar a la adicción, las investigaciones muestran que cuanto más temprano se comienza a consumir sustancias psicoactivas, mayor es la probabilidad de evolucionar al consumo adictivo de las drogas. Esta situación puede ser un reflejo de los efectos dañinos de las drogas sobre el cerebro en su fase de desarrollo.

El método de administración de drogas es también un factor de riesgo; por ejemplo, fumar o aspirar aumenta el potencial adictivo de la droga o sustancia. “Las drogas que se fuman o se aspiran penetran al cerebro en pocos segundos, produciendo una sensación inicial de intenso placer; sin embargo, este placer puede desaparecer a los pocos minutos, llevando al consumidor a niveles más bajos,...”. Es tal la sensación de ansiedad, que la persona se siente empujada a repetir el consumo de la droga con el propósito de sentir nuevamente ese placer intenso. (p. 45)

Estos factores de riesgo explican cómo se produce y evoluciona el consumo de drogas, aunque, no quiere decir que estos factores sean la causa del consumo de drogas, son sólo las condiciones que incrementan las probabilidades del consumo de drogas. “Entre los factores de riesgo y el consumo de drogas, no existe una relación causa-efecto; por consiguiente, siempre tenemos que hablar en términos de “probabilidad” y no de “determinación” (G.A.M.T., 2022, p. 24)

“El estudio de los factores de riesgo y protección para el consumo de drogas resulta de interés a planificar y desarrollar programas de prevención y tratamiento eficaces. Su análisis es fundamental para determinar los objetivos que deben perseguir los programas de prevención, y también para aquellas poblaciones, grupos o individuos que se encuentran en situaciones de alto riesgo en relación al consumo de drogas y que precisan intervenciones específicas. La ausencia de las referencias de estos factores no permitiría establecer cuáles son las necesidades, por tanto, difícilmente, se podrían conocer los aspectos sobre los que

intervenir” (Moncada, 2006, pp. 85-101)

La percepción del riesgo es una variable de gran relevancia para explicar el consumo o no de una sustancia psicoactiva. Las personas toman decisiones en función de las consecuencias positivas que van a obtener y evitan las consecuencias negativas. Si perciben que algo les va a acarrear dichas consecuencias negativas no lo harán. Por ello, la concepción que se tiene sobre las distintas drogas, que depende tanto del uso, como de las creencias y de la propia construcción social sobre la sustancia, influye en su consumo.

En ocasiones puede haber sesgos sobre los efectos de las sustancias, en un sentido o en otro. Por ello es de gran relevancia proporcionar información correcta y tener siempre presente que el objetivo de una persona es tener las suficientes habilidades para enfrentarse adecuadamente al mundo circundante y tener una buena adaptación en el mismo.

#### **4.19. Definición de Prevención**

La OMS (1988), define a la prevención en salud como aquellas “medidas destinadas no solamente a prevenir la aparición de la enfermedad, tales como la reducción de factores de riesgo, sino también a detener su avance y atenuar sus consecuencias una vez establecidas” (p. 64)

Se entiende por prevención de drogodependencias, según Martínez (2021), “un proceso activo de implementación de iniciativas tendentes a modificar y mejorar la formación integral y la calidad de vida de los individuos, fomentando el autocontrol individual y la resistencia colectiva ante la oferta de drogas” (p. 51)

##### **4.19.1. Niveles de prevención**

Los niveles de prevención de drogas son: prevención primaria (antes del inicio del consumo), prevención secundaria (intervención temprana) y prevención terciaria (tratamiento y rehabilitación para usuarios problemáticos).

- A. **Prevención primaria.** - “Las estrategias de prevención primaria pueden estar dirigidas a prohibir o disminuir la exposición del individuo al factor nocivo, hasta niveles no dañinos para la salud. Medidas orientadas a evitar la aparición de una

enfermedad o problema de salud, mediante el control de los factores causales y los factores predisponentes” (OMS, 2008, p. 27). Este nivel de prevención puede ser, a su vez, inespecífica, es decir, trata prevenir en sentido global. Los objetivos son: crear responsabilidad individual, fomentar responsabilidad comunitaria y sensibilizar la responsabilidad gubernamental.

**B. Prevención secundaria.** - “En la prevención secundaria, el diagnóstico temprano, la captación oportuna y el tratamiento adecuado, son esenciales para el control de la enfermedad. La captación temprana de los casos y el control periódico de la población afectada para evitar o retardar la aparición de las secuelas es fundamental. Lo ideal sería aplicar las medidas preventivas en la fase preclínica, cuando aún el daño al organismo no está tan avanzado y, por lo tanto, los síntomas no son aún aparentes. Esto es particularmente importante cuando se trata de enfermedades crónicas. Pretende reducir la prevalencia de la enfermedad” (OMS, 2008, p. 30), es decir que, se intenta solucionar un problema ya existente, tratando de hacerlo desaparecer por completo o en parte. Este es el paso de los niveles de prevención de drogas que trata de que no aparezcan las complicaciones posteriores. Por tanto, lo importante en la prevención secundaria es el cambio de estilo de vida.

**C. Prevención terciaria.** - En la prevención terciaria se dirige a las personas rehabilitadas o que ya dependen física o psíquicamente de las drogas. Por tanto, el propósito es disminuir o eliminar las secuelas, las complicaciones y otras manifestaciones. En el caso de que sea imposible obtener una abstinencia total de la droga, se procederá a disminuir las cantidades consumidas y lograr períodos de abstinencia cada vez más largos. Por otro lado, la prevención terciaria comprende, en primer lugar, la reinserción social, así como todas las acciones dirigidas a prevenir una recaída, como: disminuir o eliminar las secuelas de la adicción, no frecuentar los círculos sociales de riesgo o llevar a cabo acciones para lograr mejorar la calidad de vida del afectado.

#### **4.20. Modelos Teóricos que Explican el Consumo**

Son múltiples las teorías que han surgido en torno a la conducta desviada y muchas

de ellas las aplicables a la conducta de consumir drogas. Estas teorías pretenden crear un cuerpo explicativo que dé respuesta a la relación que se establece entre determinadas variables y factores, y a conducta que pretenden explicar.

Según Bermudez (2022), es a partir del conocimiento científico de porqué algunas personas abusan de las drogas y otras no, desde dónde surge la elaboración de cualquier estrategia preventiva. Parecería obvio, después de esta afirmación, que el esfuerzo intelectual optará por centrarse en identificar las variables de riesgo y las variables de protección que están a la base del inicio y el mantenimiento de la conducta de abuso. Con ello se buscaría, a su vez, minimizar el efecto de aquellos factores que afectan negativamente al sujeto y potenciar aquellos otros que le protegen del desarrollo de conductas nocivas. Y si bien es cierto que con este objetivo se plantean un gran número de investigaciones y estudios, no menos cierta es la afirmación de que el consumo de drogas, como conducta, es el resultado de múltiples factores difíciles de integrar en un marco explicativo único (p. 88)

La revisión bibliográfica de las múltiples teorías surgidas en torno a este tema nos hace presente una historia de análisis del fenómeno de forma un tanto parcial. Pero aun clarificando la cuestión, resulta difícil construir un modelo teórico que explique íntegramente el fenómeno. La dificultad de esta elaboración es comprensible desde la admisión de la existencia de varios principios generales a la hora de hablar de factores de riesgo y factores de protección. Para Clayton (1992) estos principios son cinco:

1. Los factores de riesgo pueden estar presentes o no en un caso concreto. Cuando un factor de riesgo está presente, es más probable que la persona use o abuse de las drogas que cuando no lo está.
2. La presencia de un solo factor de riesgo no es garantía de que vaya a producirse el abuso de drogas y, por el contrario, la ausencia del mismo no garantiza que el abuso no se produzca. Lo mismo sucede en el caso de los factores de protección. El abuso de drogas suele ser probabilístico y en todo caso, es el resultado de la intervención conjunta de muchos factores influyendo en ella.
3. El número de factores de riesgo está directamente relacionado con la probabilidad

del abuso de drogas, aunque este efecto aditivo puede atenuarse según la naturaleza, contenido y número de factores de riesgo implicados.

4. La mayoría de los factores de riesgo y de factores de protección tienen múltiples dimensiones medibles y cada uno de ellos influye de forma independiente y global en el abuso de drogas.
5. Las intervenciones directas son posibles en el caso de alguno de los factores de riesgo detectados y pueden tener como resultado la eliminación o reducción de los mismos, disminuyendo la probabilidad del abuso de sustancias.

Por el contrario, en el caso de otros factores de riesgo la intervención directa no es posible, siendo el objetivo principal atenuar su influencia y así reducir al máximo la posibilidad de que estos factores lleven al consumo de drogas (pp. 15-51)

En el estudio de factores de riesgo y de protección se habla constantemente de probabilidad y no de causalidad por lo que cualquier explicación derivada de la identificación de variables que actúan sobre el sujeto establecerá una asociación o relación entre las mismas, no pudiendo afirmar la existencia de una relación de causa-efecto entre variables y conducta.

Según los autores Flay et al. (1995), el desarrollo de un marco teórico, además de contribuir a la ampliación del conocimiento, permite un posterior desarrollo de programas preventivos basados en el conocimiento de la realidad, a la vez que permite la evaluación de los mismos (pp. 83-108)

**CAPÍTULO V**  
**METODOLOGÍA**

Este capítulo es fundamental ya que la metodología es un componente esencial de cualquier investigación, permitiendo al investigador definir de manera clara y precisa el procedimiento del estudio, asegurando la recolección de datos confiables y válidos.

Dentro de este capítulo se detalla el desarrollo de la Práctica institucional, describiendo las áreas fundamentales para comprender mejor el proceso que permitió obtener información valiosa sobre el programa aplicado. Se presenta una descripción detallada de las características de la población con la que se trabajó, los métodos, técnicas, instrumentos y materiales utilizados durante la práctica, los cuales garantizan la fiabilidad y validez de los datos obtenidos. Además, se menciona el apoyo proporcionado por la institución para cumplir con los objetivos de la práctica. Por último, se presenta un cronograma que indica la duración de la práctica y los pasos seguidos, visualizando de manera clara y organizada los procesos antes, durante y después de su realización.

El presente trabajo se desarrolla en el área de la Psicología Educativa, una rama encargada de estudiar y comprender los procesos de enseñanza y aprendizaje en el contexto educativo, con el objetivo de capacitar a jóvenes adolescentes mediante un programa de prevención de riesgos ante el consumo de alcohol y otras drogas.

La Psicología Educativa es la rama de la psicología relacionada con el estudio científico del aprendizaje humano. El análisis de los procesos de aprendizaje, desde perspectivas cognitivas y conductuales, permite a los investigadores comprender las diferencias individuales en inteligencia, desarrollo cognitivo, afecto, motivación, autorregulación y autoconcepto, así como su papel en el aprendizaje. El campo de la psicología educativa se basa en gran medida en métodos cuantitativos, incluidas las pruebas y mediciones, para mejorar las actividades educativas relacionadas con el diseño de instrucción, la gestión del aula y la evaluación, facilitando los procesos de aprendizaje en diversos entornos educativos a lo largo de la vida (Macazana, 2021,p.33)

## **5.1. Descripción sistematización de la Práctica Institucional**

### **Fase 1: Aproximación a la Población (Establecimiento del Rapport)**

Establecer un sólido rapport con el grupo es fundamental para garantizar que los

participantes se sientan seguros y cómodos, lo que les permite contribuir sin temor a ser juzgados o criticados. Esta conexión facilita la creación de un ambiente armonioso que promueve la fluidez en la interacción grupal, permitiendo que los participantes se sientan en confianza y compartan sus experiencias y perspectivas de manera genuina.

Esta fase, se busca crear un ambiente de confianza tanto entre los participantes como con la facilitadora. La sesión comenzó con la presentación del programa "Manual Teórico Práctico de Prevención Integral y Promoción de la Salud del Uso Indebido de Drogas para la Formación de Líderes Juveniles". Se explicaron los objetivos a alcanzar durante la intervención y se compartió el cronograma de sesiones, detallando los temas a abordar en los talleres a lo largo del programa.

Para fomentar la integración y fortalecer la cohesión del grupo, se llevaron a cabo dinámicas grupales diseñadas para promover la comunicación abierta y la confianza mutua entre los participantes. Estas actividades incluyeron juegos interactivos y ejercicios de trabajo en equipo que no sólo facilitaron la interacción, sino que también permitieron a los participantes conocerse mejor y establecer vínculos de camaradería. Este enfoque se mantuvo en las siguientes sesiones, asegurando que los participantes continuarán interactuando con seguridad y confianza.

## **Fase 2: Evaluación Diagnóstica (Pretest)**

Realizar una evaluación inicial es crucial para recopilar información sobre los participantes y obtener una comprensión del nivel de conocimiento en diversas áreas clave. Estas incluyen la importancia de la vida en grupo, el liderazgo, la comunicación, las relaciones familiares y personales, la adolescencia, la autoestima, la toma de decisiones, la amistad, el uso de drogas (incluyendo alcohol, tabaco, inhalables, marihuana, cocaína) y la sexualidad. Esta evaluación diagnóstica permite identificar las necesidades específicas del grupo y adaptar el programa para abordar estas necesidades de manera efectiva.

- **Esta etapa se divide en tres módulos principales:** Desarrollo Personal, Drogas y Sexualidad. Cada taller tuvo una duración aproximada de una hora y veinte minutos y se llevándose a cabo durante el periodo de clases, lo que permitió una integración

fluida en el horario académico regular de los estudiantes. Se formaron diez grupos en total: cuatro pertenecientes al colegio Anzoátegui de Campero, con sesiones los días lunes, martes y miércoles, y seis en el colegio San Roque, con sesiones los días jueves, viernes y sábado.

Durante esta fase, se administró un cuestionario inicial que abarcaba temas de desarrollo personal, drogas y sexualidad. El cuestionario proporciona datos fundamentales antes de la intervención del programa, ofreciendo una línea base contra la cual medir los avances logrados. Este cuestionario, basado en el "Manual Teórico Práctico de Prevención Integral y Promoción de la Salud del Uso Indebido de Drogas para la Formación de Líderes Juveniles", permitió medir los conocimientos de los participantes antes y después de los tres módulos, proporcionando una medida clara del impacto del programa.

### **Fase 3: Implementación del Programa (Intervención)**

Esta fase representa el corazón del programa de intervención, concentrando todos los esfuerzos y recursos en la realización de las sesiones planificadas. Cada encuentro se llevó a cabo siguiendo meticulosamente las actividades y tareas propuestas en el programa, lo que permitió alcanzar los objetivos establecidos al inicio.

El taller integral de prevención se apoyó en el manual "Líderes Juveniles", que comprendió un total de 21 sesiones divididas en tres módulos fundamentales: desarrollo personal, drogas y sexualidad. Este enfoque estructurado y completo proporcionó una base sólida para abordar de manera efectiva los temas clave.

#### **Módulo 1: Desarrollo Personal**

En este módulo se abordaron temas como las expectativas personales, la relevancia de la vida en grupo, el concepto de liderazgo, la comunicación, las relaciones familiares y personales, la adolescencia, la autoestima, los valores personales y familiares, la toma de decisiones y la importancia de la amistad. El propósito principal fue promover conductas de autocuidado y fortalecer la autoestima, así como fomentar la reflexión sobre los valores y las relaciones interpersonales. Los talleres incluyeron actividades interactivas y discusiones en grupo que facilitaron el aprendizaje activo y la participación.

## **Módulo 2: Drogas**

En el módulo sobre drogas, se trataron diversos temas como el alcohol y el alcoholismo, el tabaco, los inhalantes, la marihuana y la cocaína. Esta segunda fase del taller se enfocó en relacionar las actividades del módulo anterior con la nueva información sobre las drogas, proporcionando un contexto integral para los participantes. El objetivo principal fue proporcionar información clara y precisa acerca de las drogas, incluyendo sus efectos, riesgos, las estrategias preventivas necesarias para abordar el consumo de sustancias en la comunidad. Las sesiones incluyeron estudios de caso, testimonios y actividades prácticas que ayudaron a ilustrar los conceptos discutidos.

## **Módulo 3: Sexualidad**

Durante este segmento, se llevaron a cabo sesiones bajo los nombres "Universo de mi sexualidad" y "Construyendo nuevas formas de ser hombre y mujer", donde se exploraron temas como los mitos y roles relacionados con la sexualidad y la importancia de la salud integral.

Este tercer módulo brinda a los participantes una comprensión integral de la sexualidad, destacando la distinción fundamental entre los conceptos de sexo y sexualidad y desafiando los mitos arraigados sobre este tema. Al término del módulo, se llevó a cabo la clausura y evaluación, incluyendo la administración de un cuestionario final de conocimientos similar al inicial, con el fin de evaluar el nivel de conocimiento alcanzado por los participantes.

## **Fase 4: Evaluación Final**

Tras la conclusión de la capacitación del programa integral de prevención del uso indebido de drogas, se procedió a evaluar los conocimientos adquiridos durante los talleres en las Unidades Educativas Lindaura Anzoátegui de Campero y San Roque. Esta evaluación se enfocó en medir el impacto de los talleres en áreas clave como Desarrollo Personal, Drogas y Sexualidad.

Una vez finalizadas todas las sesiones del programa, la facilitadora a cargo llevó a cabo la evaluación final. Es importante resaltar que la aplicación del cuestionario fue

anónima y estuvo bajo la administración directa de la practicante, garantizando así la confidencialidad de las respuestas y la comodidad de los participantes al responder.

Para evaluar el impacto de los talleres de capacitación, se compararon los resultados de la evaluación final con los de la evaluación diagnóstica realizada inicio de los talleres. Este análisis permitió identificar las áreas en las que se evidenciaron avances significativos en los conocimientos y habilidades de los participantes, así como aquellas en las que los cambios no fueron tan notables. Esta evaluación proporcionó información crucial sobre la eficacia del programa y señaló aspectos que pueden ser mejorados en futuras intervenciones, ofreciendo una base sólida para la planificación y el desarrollo continuo de programas de prevención.

## **5.2. Características de la Población Beneficiaria**

El Programa de Prevención Integral del Uso Indebido de Drogas se implementó con el propósito de brindar orientación y concientización a un grupo específico de adolescentes en la ciudad de Tarija. Este programa está dirigido a estudiantes de secundaria de las Unidades Educativas Lindaura Anzoátegui de Campero y San Roque. En Lindaura Anzoátegui de Campero, los talleres se llevaron a cabo con los cursos 4to C, 5to B, 6to A y B, mientras que en el colegio San Roque se trabajó con los cursos 4to A y B, 5to A y B, y 6to A y B. En total, el programa abarcó a 241 estudiantes, cuyas edades oscilan entre los 15 y 19 años.

Es importante destacar que los directores de ambas Unidades Educativas han señalado la necesidad urgente de realizar estos talleres, debido al consumo de alcohol y otras drogas entre los estudiantes. Esta preocupación refleja una realidad alarmante que afecta no sólo el rendimiento académico, sino también el bienestar emocional y social de los jóvenes.

La población beneficiaria del programa está compuesta por adolescentes en una etapa crítica de su desarrollo, caracterizada por la búsqueda de identidad y la influencia significativa del entorno social. Los estudiantes seleccionados representan una muestra diversa en términos de antecedentes socioeconómicos y contextos familiares, lo que permite una comprensión más amplia de las diversas influencias que pueden llevar al consumo de

sustancias.

La implementación del programa en estas Unidades Educativas busca no sólo proporcionar información sobre los riesgos asociados con el consumo de drogas, sino también fomentar habilidades de vida y resiliencia entre jóvenes. El enfoque integral del programa se basa en la promoción de la salud mental, emocional, la formación de valores, el desarrollo de competencias sociales y personales que contribuyen a la prevención del uso indebido de sustancias.

Cada sesión del programa se diseñó para ser interactiva y participativa, adaptándose a las necesidades específicas de los estudiantes, el contexto de cada unidad educativa. Los métodos empleados incluyeron dinámicas de grupo, talleres prácticos, discusiones dirigidas y actividades lúdicas que facilitaron el aprendizaje y la reflexión crítica.

El Programa de Prevención Integral del Uso Indebido de Drogas se llevó a cabo con el propósito de brindar orientación y concientización a un grupo específico de adolescentes en la ciudad de Tarija. Este programa estuvo dirigido a estudiantes de secundaria de las Unidades Educativas Lindaura Anzoátegui de Campero en los cursos 4to C, 5to B, 6toA y B. en el colegio San Roque 4to A y B, 5to A y B, 6toA y B. Con un total de 241 estudiantes cuyas edades oscilan entre los 15 y 19 años de la ciudad de Tarija. Es importante destacar que los directores de las Unidades Educativas han expresado la necesidad de realizar estos talleres debido al consumo de alcohol y otras drogas entre sus estudiantes.

**Tabla N°1**

*Grupos de Trabajo en la UE – Lindaura Anzoátegui de Campero*

---

Unidad Educativa - Lindaura Anzoátegui de Campero

---

Curso	Grupo	N. Estudiantes
4toC	1	25
5toB	2	26
6toA	3	22
6toB	4	18

---

**Nota:** Muestra de la cantidad de estudiantes por curso.

**Fuente:** Elaboración propia.

**Tabla N°2**

*Grupos de Trabajo en la UE - San Roque*

---

Unidad Educativa - San Roque

---

Curso	Grupo	N. Estudiantes
4toA	5	28
4toB	6	25
5toA	7	27
5toB	8	23
6toA	9	23
6toB	10	24

---

**Nota:** Muestra de la cantidad de estudiantes por curso.

**Fuente:** Elaboración propia.

### **5.3. Métodos, Técnicas, Instrumentos y Materiales Implementados en la Práctica Institucional**

#### **5.3.1. Método**

Por otra parte, los métodos, técnicas e instrumentos que fueron utilizados en la fase

de intervención fueron:

- **Método activo-participativo:** El método activo-participativo concibe a los participantes del proyecto como agentes activos en la construcción del conocimiento, y no como agentes pasivos o simples receptores. Es de gran importancia durante las capacitaciones individuales y grupales, que se observa con detenimiento las distintas experiencias, percepciones y consensos de los estudiantes. De esta forma, promueve que todos los participantes contribuyan de forma activa al proceso de enseñar y de aprender, en lugar de recibir pasivamente la información de expertos de afuera, que en ocasiones pueden desconocer o no entender debidamente los temas locales. (Narváez, 2021)
- **Método diálogo-reflexivo:** El diálogo reflexivo puede partir de las diferentes experiencias que viven uno o varios estudiantes en su práctica educativa. Igualmente, éste se puede dar en diferentes contextos formativos.

Desde la experiencia, que será el objeto de análisis en el diálogo reflexivo, se puede partir de una situación observada, ocurrida a uno mismo, a otra persona o a un grupo de personas; también, de una situación narrada por alguien sobre uno mismo, por otra persona o grupo de personas.

Permite a los estudiantes un diálogo que se apoya en la experiencia informal para constituirse en un diálogo profundo, libres de expresar su pensamiento con un punto de vista propio y libre de compartir, potenciando al estudiante en el desarrollo de un pensamiento reflexivo y creativo.

- **Método expositivo:** Se centra en una comunicación unilateral, en la cual se enseña mediante la exposición de contenido a aprender, fomentando la participación de los participantes a través de la escucha atenta.

Durante la implementación del programa de intervención, estas técnicas se consideraron esenciales para su ejecución. Su relevancia radica en la capacidad que tienen para organizar el trabajo, establecer prioridades, optimizar el uso de los recursos disponibles

y, además, fomentar el desarrollo de diversas habilidades que conducen a la obtención de resultados superiores.

### 5.3.2. Técnicas

Las técnicas que se pretenden llevar a cabo son las siguientes:

- **Dinámica de Presentación:** Es muy importante el generar un ambiente cómodo para todos los participantes, es por ello que se debe realizar una presentación tanto del facilitador y de que institución representa, como el de todos los estudiantes que participarán.
- **Dinámica de Animación:** que consiste en desarrollar la participación al máximo y crear un ambiente fraterno y de confianza. Generalmente se llevan desde el inicio de las actividades, permitiendo la integración de los participantes en cada sesión.
- **Dinámicas de Comunicación:** Teniendo como objetivo el estimular la comunicación verbal y no verbal, para así favorecer la escucha activa de todos los participantes.
- **Técnica de recolección de Datos:** Proporcionar la discusión sobre las actitudes de los miembros frente al pensamiento y a la acción.
- **Lluvia de ideas:** Los estudiantes son capaces brindar un profundo conocimiento, generar soluciones, fortalecer el trabajo en equipo.
- **Dramatización:** Esta técnica es muy importante para la representación teatral de un problema que agobia a los participantes.
- **Dinámicas de autoconocimientos:** permiten integrar los pensamientos y sentimientos generados en un escenario concreto, donde las personas logran realizar una introspección.
- **Técnicas auditivas y audiovisuales:** permite realizar un análisis y reflexión sobre un determinado tema, donde se utilizan videos, audios, etc.

- **Dinámica de Reflexión:** Crear un ambiente cómodo y seguro donde los participantes se sientan libres para expresar sus pensamientos y emociones.

Así también dentro de las actividades a realizar, la reflexión de los estudiantes es de gran importancia, es por ello que estar presente en todo el proceso para lograr una reflexión profunda y significativa.

### 5.3.3. Instrumentos

A continuación, se describe el instrumento empleado dentro la práctica institucional.

#### **Ficha técnica**

**Título:** “Cuestionario de conocimientos: (Manual teórico práctico de prevención integral y promoción de la salud del uso indebido de drogas” para la formación de líderes juveniles”) (Ver Anexo)

**Objetivo definido por el autor:** Medir los conocimientos antes y después de los tres Módulos en el área Desarrollo Personal, Drogas y Sexualidad.

**Autor:** Marlene Rollano Chamas

**Versión y año:** 2017

**Técnica:** Cuestionario

**Edades de Aplicación:** 12 a 19 años

#### **Breve historia de creación y baremación del test:**

El cuestionario de conocimientos está fundamentado en el contenido del "Manual teórico-práctico de prevención integral y promoción de la salud del uso indebido de drogas para la formación de líderes juveniles", desarrollado en 2017 por la licenciada Marlene Rollano y aplicado en diversas Unidades Educativas de la ciudad de Tarija, así como con estudiantes de nivel secundario, a través de los años. Este instrumento, suministrado por la institución, ha sido el principal medio de evaluación del conocimiento a lo largo de la ejecución del programa. Este cuestionario se basa en los módulos del programa de Líderes Juveniles, elaborado con criterios pertinentes en función de las características del programa mencionado. Este enfoque permite una evaluación exhaustiva y efectiva del conocimiento

adquirido por los participantes en relación con los temas abordados en el manual y en el programa de formación de líderes juveniles.

Este instrumento se ha utilizado de manera coherente a lo largo de todo el proceso de ejecución con el propósito de evaluar el nivel de conocimiento sobre los temas abordados. Consiste en un conjunto de 18 preguntas, cada una con sus respectivos incisos (a, b, c, d, e). Se emplea como una herramienta diagnóstica tanto para comenzar el taller de prevención (pretest) como al término del mismo (postest). Permite no sólo determinar el punto de partida de los participantes en cuanto a su conocimiento sobre el tema, sino también medir el impacto y los avances alcanzados tras la intervención educativa.

### **Claves de respuestas:**

#### **CALIFICACIÓN DEL PRETEST Y POST TEST**

1.- B	10.- a
2.- C	11.- c
3. B	12.- b
4.- A	13.- a
5.- A	14.- a
6.- D	15. b
7.- B	16.- c
8.- B	17.- e
9.- D	18.- d

**Los Ítems Correctos:** Tienen un puntaje de 1

**Los Ítems Incorrectos:** Tienen un puntaje de 0

### **Descripción del Manual:**

El presente manual ha sido diseñado, para la capacitación de adolescentes de los centros educativos.

La finalidad de este Manual es aprovechar grupos ya organizados y motivarlos en el trabajo de Prevención Integral y Promoción de la Salud, para que actúen como agentes multiplicadores.

Su aplicación requiere que quienes lo implementen, tengan la convicción profunda de que el aprendizaje se da en grupos y con una metodología horizontal y participativa. Este manual está estructurado en 21 sesiones

El diseño de este Manual, está estructurado en tres módulos, independientes e interrelacionados entre sí. El primer módulo denominado “Desarrollo Personal”. Tiene como propósito predisponer la interacción, la identificación del grupo a generar confianza para comunicarse, sentirse aceptado y valorado/a positivamente.

El objetivo es que el adolescente pueda identificar aspectos valiosos de sí mismo que le permitan desarrollar su autoestima. A su vez, busca hacer que los adolescentes sean más conscientes de la etapa en la que se encuentran y de la importancia de los amigos en la adolescencia, proporcionándoles una propuesta saludable para mejorar sus relaciones interpersonales y su comunicación con las personas que los rodean. Este módulo aborda temas como la relevancia de la vida en grupo, el liderazgo, la comunicación, y las relaciones familiares y personales.

El segundo módulo denominado “Las Drogas” se orienta a relacionar las habilidades aprendidas en el módulo anterior, con la prevención del consumo de Drogas. Su propósito es permitir a los adolescentes un conocimiento propio, verdadero y suficiente de la problemática, una reflexión acerca de sus aspectos psicosociales, una toma de conciencia del problema y un desarrollo de sus capacidades para tomar decisiones adecuadas.

Su objetivo es contribuir a que el/la adolescente identifique la existencia de situaciones difíciles y de riesgo, como consumo de drogas, que pueden ser evitadas haciendo uso de las habilidades de las comunicación, dando respuestas asertivas, que contribuya a la formación de actitudes positivas.

Finalmente, el módulo llamado “Sexualidad”, enfoca la sexualidad adolescente y promueve un espacio de reflexión sobre el proceso de cambio que se experimenta en la adolescencia. Este módulo pretende abordar la sexualidad de manera integral, ofreciendo información y promoviendo el autoconocimiento, la construcción de identidades de género saludables, y la desmitificación de conceptos erróneos sobre la sexualidad. El objetivo es

brindar a los adolescentes una comprensión completa y saludable de la sexualidad, fomentando actitudes responsables y respetuosas.

La aplicación de este manual requiere que quienes lo implementen tengan una profunda convicción de que el aprendizaje se da en grupos y con una metodología horizontal y participativa. Las sesiones están interrelacionadas y son secuenciales, abordando temas específicos que facilitan el desarrollo integral del adolescente en las áreas tratadas.

## **ÁREA UNO**

### **APROXIMACIÓN A LA POBLACIÓN**

**Tiempo de duración:** 2 horas

**Objetivo:** Motivar al grupo a participar en el Programa de Prevención Integral del Uso Indebido de Drogas y Alcohol

**Materiales:**

- 2 Papelógrafos
- 2 marcadores

**Actividades:**

**Actividad 1. Bienvenida**

El coordinador del “Programa de Prevención Integral del uso Indebido de Drogas y Alcohol” para los estudiantes de las Unidades Educativas Lindaura Anzoátegui de Campero y San Roque, a cargo del licenciado Amilcar Patiño, presentó a la facilitadora Adriana Mamani Quispe a los estudiantes participantes.

La facilitadora se presentó junto con la institución INTRAID y dio la bienvenida al programa a los estudiantes participantes.

**Actividad 2. Explicación del tema**

Habiendo creado un ambiente acorde al contexto se socializó con los estudiantes sobre los módulos que se llevarían a cabo. Se explicó que se tomarían en cuenta tres módulos

el primero de “Desarrollo personal” en el cual se verían aspectos importantes para sus vidas relacionados a la autoestima, autoconcepto, liderazgo entre otros así también se mencionó que en el módulo siguiente módulo de “Drogas” se tocarían temas relacionados a los tipos de drogas efectos que producen en el cuerpo entre otros y finalmente el último módulo denominado “Sexualidad” en este módulo se les brinda información precisa y saludable sobre su desarrollo físico, emocional y social la importancia del autocuidado.

Finalmente, se animó a todos los estudiantes a participar activamente en las actividades del programa, instándoles a no faltar a clases y, sobre todo, a plantear cualquier duda que puedan tener sobre los temas, asegurándoles que podrían hacerlo sin ningún problema.

### **Actividad 3. Cierre**

Para finalizar, se procedió a la elaboración de las “Reglas de Oro”. Esto implicó que los estudiantes sugirieran normas de manera grupal, fomentando así un ambiente de consenso y respeto mutuo. Estas propuestas fueron discutidas en conjunto para asegurar el acuerdo y comprensión de la relevancia de cada una.

Las reglas abarcaron aspectos como el respeto mutuo, la puntualidad, la participación activa, la escucha atenta, la confidencialidad de las experiencias compartidas y el compromiso de mantener una actitud positiva y colaborativa. Cada regla se plasmó de manera clara y visible en un papel, el cual se ubicaría en un lugar destacado durante todas las sesiones para servir como recordatorio constante.

### **Observaciones**

Se pudo observar que, durante la presentación del taller, los estudiantes demostraron un gran interés en que estos talleres se realicen en sus Unidades Educativas, además, se despertó su curiosidad por aprender más sobre los temas mencionados, como desarrollo personal, drogas y sexualidad.

En la actividad de la creación de las “Reglas de Oro”, se notó una participación conjunta de los estudiantes quienes propusieron todas sus ideas, siendo escuchados y tomados en cuenta, al inicio, algunos estudiantes mostraron un poco de timidez debido a la

presión del grupo, que no quería ser demasiado exigente con las “Reglas de Oro”.

### **Conclusiones del Área**

En la presentación del programa por parte de la facilitadora y la institución, se llegó a un acuerdo con los estudiantes, quienes se comprometieron a participar activamente en los próximos talleres y a plantear cualquier duda durante las explicaciones sin ningún problema. Se les explicó la importancia de sentirse seguros en el aula y se les aseguró que no existen preguntas malas, todas las preguntas son bien recibidas y contribuirán al aprendizaje.

Los estudiantes acordaron respetar las Reglas de Oro", la facilitadora se comprometió a recordarlas en cada taller para garantizar un desarrollo más efectivo de las actividades, respetando así las normas establecidas de manera democrática.

## **ÁREA DOS**

### **APLICACIÓN DEL PRETEST**

**Tiempo de duración:** 2horas

**Objetivo:** Indagar el grado de conocimiento de los participantes sobre diferentes temas, para realizar posteriormente la evaluación.

#### **Materiales:**

- 241 hojas de pretest
- 30 lapiceras

#### **Actividades:**

##### **Actividad 1. Bienvenida**

Se dio la bienvenida a los estudiantes participantes pidiéndoles que tomaran asiento en sus respectivos lugares.

## **Actividad 2. Explicación del pretest**

La facilitadora explicó detalladamente el pretest, mostrando la hoja que constaba de 18 preguntas, algunas con incisos de a, b, c, y otras con a, b, c, d, y e. Se solicitó a los estudiantes que observaran cuidadosamente, ya que la hoja tenía espacio en el reverso para su llenado. Además, se indicó que no era necesario incluir sus datos personales. Se enfatizó que el cuestionario evaluaba conocimientos sobre desarrollo personal, drogas y sexualidad, y se aclaró que no debían preocuparse si desconocían alguna respuesta.

## **Actividad 3. Aplicación del cuestionario de Conocimientos**

Se distribuyeron las hojas de cuestionario de conocimientos a todos los estudiantes, asegurándonos de proporcionar un bolígrafo a aquellos que no tenían uno.

Una vez que algunos estudiantes completaron aproximadamente tres cuestionarios, se procedió a recogerlos, verificando que todas las respuestas estuvieran completas.

## **Actividad 4. Cierre**

Se concluyó la sesión agradeciendo a cada estudiante por su participación, y se les recordó la fecha del próximo taller, solicitando que no falten a las clases tampoco a los talleres.

## **Observaciones**

Durante la aplicación del cuestionario de conocimientos denominado "Pretest", se observó que los estudiantes mostraron dificultades para completarlo, algunos demostraron preocupación por involucrar sus nombres ya que temían hacerlo mal, a pesar de que se explicó que no serían calificados por sus errores muchos colocaron sus nombres, luego lo tacharon, mientras que otros preguntaban sobre la respuesta correcta, se les pidió que completaran el cuestionario según su nivel de conocimientos y que no se preocuparan por las equivocaciones.

## **Conclusiones del Área**

En conclusión, se observó una gran concentración por parte de los estudiantes al

realizar el cuestionario de conocimientos. La falta de un tiempo límite para completar el cuestionario permitió que los estudiantes se enfocaran en sus respuestas sin presión, esta actividad resultó importante para evaluar los conocimientos iniciales sobre temas de desarrollo personal, drogas y sexualidad.

**ÁREA TRES**  
**DESARROLLO**  
**PERSONAL**

El primer módulo denominado “Desarrollo Personal”. Tiene como propósito predisponerlos a la interacción, a la identificación del grupo a generar confianza para comunicarse, a sentirse aceptado y valorado/a positivamente.

**Objetivo:** Identificar aspectos valiosos de sí mismo que permitan al adolescente desarrollar su autoestima, ser más consciente de la etapa en la que se encuentra y de la importancia de los amigos en la adolescencia; proporcionando una propuesta saludable para mejorar sus relaciones interpersonales y su comunicación con las personas que lo rodean.

**SESIÓN N.º1 Mis Expectativas**

**Objetivos del área:**

- ✓ Promover la confianza, participación y expectativas del grupo.
- ✓ Conocer la motivación de los y las participantes referentes al grado de conocimiento de los temas a tratar
- ✓ Lograr que los participantes, mediante la elaboración de sus propias normas, asuman con responsabilidad el desarrollo del curso-taller.

**Tiempo de duración:** 2 horas de taller (10 grupos)

**Materiales:**

- 1 pliegue de cartulina

- 30 tarjetas de cartulina de colores con refranes
- marcadores
- masking
- 30 hojas de expectativas
- 10 lapiceras.

## **Actividades**

### **Actividad 1. Bienvenida**

Se dio inicio a la sesión dando la bienvenida a los participantes, presentando a la facilitadora y a la institución INTRAID. Se solicitó a los asistentes que se registraran en una lista para llevar el control de asistencia. Posteriormente, se procedió con la explicación del tema.

### **Actividad 2. “Conociéndonos”**

En esta actividad, se procede a repartir material a cada estudiante. Cada uno recibe un pedazo de cartulina y marcadores para que escriban sus nombres. Una vez que todos han anotado, utilizan un pedazo de masking para colocar la cartulina con su nombre a la altura del pecho.

Luego, se reparten pedazos de cartulina con refranes incompletos a cada estudiante, estos deben analizar su refrán incompleto y buscar a un compañero que tenga la otra mitad. Se da un tiempo para que reflexionen, se levanten y busquen entre sus compañeros quién completa la otra mitad del refrán.

Una vez que hayan encontrada la combinación correcta, cada pareja pasa al frente y lee su refrán en voz alta, completándolo. Luego, comparten su opinión sobre el significado del refrán y su interpretación personal.

### **Actividad 3. Cierre “Mis Expectativas”**

En esta actividad, se proporciona a cada estudiante una hoja denominada "Hoja de Expectativas" Se les instruyó que la llenen de acuerdo a su criterio, con un tiempo límite de 10 minutos, la hoja debe incluir sus expectativas sobre el taller, los temas que desean aprender. Este proceso individual les permite reflexionar sobre sus propias metas y lo que esperan obtener del taller.

Una vez que todos han completado la hoja, se pide que la coloquen a la altura del pecho, de modo que sea visible para los demás. Luego, se les indica que empiecen a caminar por el aula para que, entre ellos, vayan encontrando expectativas en común sobre el taller, así como los temas que desean aprender. Los estudiantes deben interactuar con sus compañeros, leer sus expectativas y discutir sus puntos de vista.

Durante este proceso, los estudiantes identificarán cosas en común que comparten y sus expectativas sobre el taller. Esta actividad fomenta la interacción y el entendimiento mutuo entre los participantes, creando un ambiente de colaboración en las que comparten metas comunes, además permite a los estudiantes conocer las perspectivas y deseos de sus compañeros, lo que puede ayudar a crear un sentido de comunidad y apoyo mutuo. Al final de la actividad, se invita a algunos estudiantes a compartir en voz alta las expectativas comunes que encontraron, así como cualquier tema interesante o inesperado que surgiera durante la discusión. Esto no sólo refuerza la idea de tener objetivos compartidos, sino también permite al facilitador ajustar el contenido del taller para abordar las expectativas y necesidades más relevantes de los estudiantes.

### **Observaciones**

Al ser el primer taller, los estudiantes mostraron un gran interés en conocer los siguientes módulos, sin embargo, la presencia de la profesora en clase les impedía expresarse libremente durante la dinámica de las frases, ya que constantemente volteaban a mirarla, la profesora procedía a obligarlos a participar. Se observó un alto nivel de participación y compromiso por parte de los estudiantes durante la presentación inicial, no obstante, tuvieron dificultades para encontrar el complemento de las frases, mencionando que no

conocían muchas de ellas, así también manifestaron que se divirtieron y reflexionaron.

### **Conclusiones del Área**

En la actividad realizada, se evidenció una participación activa de los estudiantes, aunque también se notó una limitación debido a la presencia del profesor de clase. Es importante destacar que, en la realización de los talleres, los estudiantes tienen total libertad para expresarse, plantear sus dudas y realizar aportes basados en sus perspectivas y conocimientos, ante esto la presencia de los profesores inhibe a los estudiantes a participar, siendo fundamental fomentar un ambiente donde los estudiantes se sientan cómodos y seguros para contribuir activamente al proceso de aprendizaje.

### **SESIÓN N°2 “La importancia de la vida en grupo” Objetivo:**

- ✓ Analizar los conceptos e implicaciones del grupo para que se reconozcan como parte del mismo.
- ✓ Determinar la importancia de la vida en grupo, como forma de crecimiento personal y colectivo.
- ✓ Desarrollar y fortalecer una actitud positiva en el trabajo en equipo.
- ✓ Construir un espacio de compromiso, confianza y organización grupal.

**Tiempo de duración:** 2 horas de taller (10 grupos)

#### **Materiales:**

- Diapositivas
- Computadora
- 2 Marcadores
- 4 papelógrafo
- hoja del poema.

## **Actividades**

### **Actividad 1. Bienvenida**

Se recibe a los participantes dándoles la bienvenida, al mismo tiempo se facilita la lista para registrar la asistencia.

### **Actividad 2. “Frase de reflexión”**

Se inició la sesión con una reflexión invitando a los estudiantes a participar activamente y compartir sus opiniones sobre el tema. La frase "Cooperación, participación y franca comunicación nos llevan con mayor facilidad a nuestro fin" fue presentada, y los estudiantes fueron alentados a expresar sus puntos de vista al respecto. Los estudiantes, tras una breve reflexión, expresaron su comprensión de la frase. Comentaron que entendían cómo la cooperación, la participación y la comunicación abierta son elementos fundamentales que facilitan el logro de metas comunes. Destacaron la importancia de trabajar juntos en equipo, compartiendo ideas y contribuyendo activamente, así también mantener una comunicación clara para alcanzar los objetivos de manera eficiente y armoniosa.

### **Actividad 3. Lluvia de ideas ¿Qué es un grupo?**

En esta actividad, se introdujo a los estudiantes en el concepto de "lluvia de ideas", relacionándolo con el tema sobre qué constituye un grupo. Los estudiantes participaron activamente, transformando esta lluvia de ideas en un animado conversatorio donde compartieron sus percepciones y experiencias sobre el concepto de grupo, así como los grupos a los que pertenecen en su vida cotidiana.

La facilitadora enriqueció la discusión al aportar conceptos clave sobre la naturaleza de los grupos, abordando temas como la pertenencia, los principios grupales, la comprensión del proceso grupal y la importancia de la interacción social en la dinámica grupal. Durante este intercambio, tanto los estudiantes como la facilitadora se comprometieron en un diálogo abierto, fomentando el intercambio de ideas y la escucha activa.

#### **Actividad 4. "Armando el Poema"**

En esta actividad, se procedió a dividir el curso en 3 grupos. Cada uno recibió un poema que se les mostró durante 30 segundos. La tarea era reproducir el poema exactamente igual. Se otorgó un tiempo adecuado para que se organizaran mientras se les entregaba un papelógrafo.

Una vez mostrado el poema escrito, se concedieron 10 minutos a cada grupo para que su transcripción. Procedieron a explicarlo y compararon los resultados con el poema original. Durante esta reflexión, se discutió con los participantes la tarea realizada y las dificultades encontradas. Se preguntó a los grupos si les resultó fácil la tarea y qué dificultades enfrentaron, algunos estudiantes expresaron que trabajar en grupo no fue sencillo debido a problemas de comunicación, mientras que para otros fue más fácil, ya que contaban con una mejor comunicación, también mencionaron dificultades con la participación de todos los miembros del grupo. Sin embargo, al final, todos pudieron contribuir y ser escuchados en la realización del poema.

#### **Actividad 5. "Características del Grupo"**

En esa actividad, se llevó a cabo una exposición teórica titulada "Las Características del Grupo". Esta sesión consistió en una explicación detallada, respaldada por diapositivas, que abordaron las características esenciales que definen a un grupo.

Se comenzó por explorar la noción de homogeneidad en un grupo, resaltando la importancia de compartir intereses comunes tanto a nivel intelectual como social. Además, se discutió la dimensión opcional del grupo, destacando que la pertenencia es voluntaria, participativa y conlleva responsabilidad por parte de sus miembros.

Otro aspecto abordado fue la reducción del tamaño del grupo, señalando que un número óptimo de miembros se sitúa entre 15 y 20, lo cual favorece la interacción efectiva. Se enfatizó también la flexibilidad necesaria en la estructura del grupo, evitando la rigidez que puede limitar su dinámica.

Se exploraron valores fundamentales como la solidaridad y la cooperación, resaltando la importancia de trabajar en conjunto hacia metas comunes. Se hizo hincapié en

el sentido de misión del grupo, es decir, la conciencia de su propósito y objetivos compartidos.

Los participantes tuvieron la oportunidad de reflexionar sobre si estas características estaban presentes en los grupos a los que pertenecían, también pudieron expresar si les gustaría que estuvieran presentes.

### **Actividad 6. “El barco se hunde”**

La dinámica del "Barco se Hunde" continuó como una oportunidad para que los estudiantes disfrutaran de un momento de relajación y despejaran su mente. Se pidió que se pusieran de pie en el salón y comenzaran a moverse sin chocarse, formando pequeños grupos según su afinidad entre compañeros.

La instrucción fue clara: cuando se anunciara "¡El barco se hunde!", debían agruparse rápidamente para "sobrevivir". La facilitadora variaba las instrucciones, pidiendo que los grupos se formasen con dos, tres, cinco o diez miembros, con el objetivo de asegurarse de que todos pudieran participar y nadie se sintiera excluido.

La dinámica se repitió varias veces, y durante el proceso, los estudiantes demostraron una integración notable al invitar a otros compañeros con los que no tenían una relación cercana a unirse a sus grupos. Hubo risas y competencia amistosa, ya que algunos estudiantes luchaban por reclutar a ciertos miembros para su grupo, creyendo que así podrían trabajar de manera más eficiente.

### **Actividad 7. Cierre “Envía el mensaje”**

En esa dinámica para cerrar esta sesión, se impartieron las siguientes instrucciones para fomentar la comunicación no verbal y cooperativa entre los compañeros. Se dividió el curso en dos grupos, cada uno formando una fila intercalada, donde el último y el primero de cada fila jugarían roles fundamentales.

A los primeros se les proporcionó un marcador, mientras que enfrente de ellos se encontraba la pizarra, a los últimos se les mostró un dibujo sencillo que debían replicar en la espalda de sus compañeros con su dedo, estos dibujos consistían en una carita feliz y una

carita triste, su tarea era transmitir esta información sin usar palabras, pasándola de compañero a compañero hasta llegar al primero de la fila, quien debía dibujar el mensaje recibido en la pizarra.

Es importante destacar que, aunque el mensaje se distorsionaba al pasar de un compañero a otro, algunos grupos que intentaron hacer trampa terminaron más confundidos que aquellos que fueron honestos. Esto resaltó la importancia de trabajar en equipo y seguir instrucciones, ya que aquellos que se apegaron a las instrucciones iniciales lograron una mejor comunicación y resultados precisos. Esta dinámica ayudó a los participantes a comprender la importancia de la honestidad y la colaboración en el trabajo en equipo.

### **Observaciones**

Al inicio, al realizar los grupos, algunos estudiantes mostraron resistencia para incluir a sus compañeros, posiblemente influenciados por la existencia de grupos preestablecidos en el curso. Sin embargo, durante la explicación, muchos de ellos mencionaron que no se habían percatado de que ya formaban parte de grupos, como los de fútbol, baile, canto, entre otros.

### **Conclusiones del Área**

En conclusión, el segundo taller sirvió como una eficaz continuación del proceso de fortalecimiento de la vida en grupo. Comenzó con una valiosa retroalimentación de la sesión anterior, donde se reafirmaron las reglas de oro establecidas previamente. Se resaltó la importancia de la pertenencia a grupos específicos y se animó a involucrarse activamente en cada uno de ellos.

### **SESIÓN N°3 “Líder liderazgo” Objetivo:**

- ✓ Desarrollar aptitudes de liderazgo
- ✓ Conocer la importancia de ser dirigidos por un líder positivo-democrático y participativo.
- ✓ Determinar las cualidades que debe poseer un líder.

- ✓ Ejercitar el Liderazgo a través del juego.
- ✓ Conocer las funciones del líder.
- ✓ Analizar a partir de su comportamiento, el liderazgo que ejercen en su vida cotidiana.

**Tiempo de duración:** 2 horas de taller (10 grupos)

**Materiales:**

- Hoja de Recursos para el Líder
- Diapositivas
- Computadora
- 4 Papelógrafo
- 2 Marcadores
- 1 Pelota de papel

**Actividades**

**Actividad 1. Bienvenida**

Se recibe a los participantes dándoles la bienvenida, al mismo tiempo se facilita la lista para registrar la asistencia.

**Actividad 2. “Frase de reflexión”**

La actividad arrancó con un momento de introspección, marcado por una frase: "Mira dentro de ti mismo; ahí está el manantial del bien, tanto más inagotable cuando más se profundiza". Esta frase resonó en el ambiente, provocando una pausa reflexiva en los estudiantes. Se les animó a compartir sus interpretaciones y reflexiones sobre el significado y la relevancia de esta afirmación. El propósito era ir más allá de las palabras, adentrándonos en la esencia del mensaje y explorando cómo podía aplicarse a sus vidas y experiencias. Este ejercicio sentó las bases para una discusión enriquecedora y significativa, centrada en la autoconciencia, el crecimiento personal y la búsqueda del bienestar interior.

### **Actividad 3. Definiciones y conceptos teóricos de Líder-Liderazgo**

En esta actividad, se llevó a cabo una explicación teórica sobre el concepto de liderazgo, comenzando por indagar en la comprensión de los estudiantes sobre lo que significa ser un líder y qué implica el liderazgo para ellos. Se inició con una encuesta para conocer sus percepciones: ¿Qué es un líder? ¿Se consideran líderes? ¿Qué entienden por liderazgo? La mayoría expresó temor y asoció el liderazgo con roles políticos o financieros inalcanzables para ellos. Además, muchos percibieron que ser líder estaba fuera de su alcance y que no podrían desempeñar ese rol, a partir de estas respuestas, se procedió con la explicación teórica, enfocada en cambiar esta percepción limitante, se les hizo comprender que todos tenemos el potencial de ser líderes en algún momento de nuestras vidas, y que ello depende de nuestra voluntad, habilidades y determinación. Ser líder implica responsabilidad, compromiso y la necesidad de formación y capacitación continua.

Se enfatizó que el liderazgo no se limita a roles formales, sino que puede manifestarse en diversas situaciones de la vida cotidiana y en todos los ámbitos, incluyendo los grupos en los que participamos.

### **Actividad 4. “Conozcamos a los líderes”**

En esta actividad, se seleccionaron cuatro voluntarios dentro del salón para explicar los roles que debían desempeñar de acuerdo a las hojas que se les proporcionaron. Cada hoja detallaba el tipo de líder y su función específica. Entre estos roles se encontraban el líder autoritario, el líder paternalista, el líder liberal y el líder democrático.

A cada estudiante voluntario se le explicó por separado el papel que debía representar a través de un breve discurso con el objetivo que los demás estudiantes identificaran qué tipo de líder estaba siendo representado, sin embargo, hubo cierta confusión entre el líder paternalista y el líder democrático, ya que algunos estudiantes pensaban que eran lo mismo.

La actividad resultó dinámica, ya que permitió a los estudiantes expresar los diferentes tipos de liderazgo existentes. Se compartieron comentarios y experiencias sobre cómo se sintieron al asumir roles de líder y qué tipo de líder les tocó representar.

### **Actividad 5. “Clases de liderazgo”**

Se procedió a explicar los distintos tipos de líderes que existen, comenzando con el líder autoritario, quien espera obediencia inmediata, evita el diálogo y no tolera cuestionamientos. Luego, se abordó al líder paternalista, quien adopta una postura paternal y se espera que todos dependan de sus consejos, todo en beneficio del grupo.

Seguidamente, se presentó al líder liberal, caracterizado por permitir a los demás actuar según su criterio, en contraposición al dictador que solo impone órdenes, no da instrucciones y permite que las decisiones se tomen de manera autónoma.

Finalmente, se explicó el líder democrático, que respeta a los demás y cree en su capacidad. Este líder consigue la cooperación del grupo mediante la paciencia, la honestidad y el estímulo, en lugar de recurrir a órdenes. Estos tipos de líderes se presentaron con el fin de ampliar el conocimiento de los estudiantes y permitirles reflexionar sobre qué tipo de líderes son, a cuáles aspiran a ser y cómo se están desempeñando en sus respectivos grupos. Cada estudiante tuvo la oportunidad de explicar su comprensión de estos líderes, enriqueciendo así su comprensión y clarificando su rol dentro de los grupos en los que participan.

### **Actividad 6. Características de un líder**

En esta actividad, se emplearon papelógrafos y marcadores para identificar las cualidades que debe poseer un líder. A través de una lluvia de ideas, los estudiantes participaron activamente aportando características y actitudes que consideraban esenciales en un líder.

Se plasmaron en los papelógrafos las cualidades clave que emergieron durante esta dinámica colaborativa. Entre ellas, se destacó la importancia de compartir el conocimiento, la puntualidad como generadora de un ambiente positivo y la capacidad para ofrecer críticas constructivas de manera amable, promoviendo así la confianza en el grupo, además se subrayó la necesidad de que un líder sea observador para detectar cuando algún miembro del equipo no se encuentra bien, así como la disposición constante para el diálogo, evitando adoptar posturas cerradas.

Se enfatizó que un buen líder debe guiar a todos por un camino democrático, fomentando la participación y el respeto mutuo.

Se reconoció la relevancia del rol del líder en la dinámica grupal, ya que representa al grupo y es su voz ante los demás. Por lo tanto, es fundamental que el líder escuche activamente y mantenga una conexión cercana con todos los miembros del grupo.

### **Actividad 7. “La pelota de papel”**

Para esta actividad, se organizó a los estudiantes en un círculo, preparándose para una dinámica dirigida por la facilitadora. En el centro del círculo, la facilitadora sostenía una pelota de papel, la cual iba a lanzar a cada participante mientras formulaba dos o tres preguntas. Luego, se solicitó voluntarios para continuar la actividad, pasando la pelota a la persona elegida, quien debía hacer una pregunta o responder una.

Durante el intercambio, se plantearon una serie de preguntas diseñadas para fomentar la relajación y el conocimiento mutuo dentro del grupo. Estas incluían indagar sobre la mejor cualidad de cada individuo, así como su peor defecto. También se exploró el imaginario de los participantes al preguntarles qué desearían si tuvieran una varita mágica de deseos. Otros temas abordados fueron la relación con la familia, la amistad y las actividades preferidas durante el tiempo libre.

El propósito de estas preguntas era permitir que los estudiantes se conocieran mejor entre sí en un ambiente relajado y amigable. La dinámica promovió la apertura y la conexión interpersonal, alentando la construcción de vínculos dentro del grupo.

### **Actividad 8. Cierre “Globo Aerostático”**

En esta actividad, se seleccionaron voluntarios para participar en un ejercicio destinado a potenciar la imaginación y fortalecer el liderazgo. Los cuatro participantes seleccionados fueron invitados a representar roles específicos en un escenario ficticio: un viaje en globo aerostático en el que debían luchar por salvar sus vidas.

Cada voluntario asumió el papel de una profesión diferente: un sacerdote, un abogado, el presidente y una enfermera. Su tarea era argumentar por qué su presencia y

función eran esenciales para la supervivencia en la vida real. Explicaron cómo ejercían sus profesiones, por qué eran importantes y qué contribución realizaban a la sociedad.

Los estudiantes del curso asumieron el papel de jueces, decidiendo quién debía sobrevivir en función de los argumentos presentados por cada participante. Esta dinámica no solo permitió a los voluntarios fortalecer sus habilidades de liderazgo al expresar sus puntos de vista y defender sus roles, sino que también motivó a los estudiantes a tener más confianza en sí mismos al enfrentarse al desafío de ser líderes y pedir ser salvados en un escenario imaginario.

### **Observaciones**

Durante la discusión, se observó que algunos estudiantes tenían la convicción de que sólo los políticos podían ser considerados líderes, y expresaron su falta de confianza en sus propias capacidades para asumir ese rol. Este pensamiento podría indicar una percepción limitada sobre las diversas formas de liderazgo y sus posibilidades de desarrollo.

Es importante destacar que, durante el intercambio de opiniones, los estudiantes varones mencionaron que en nuestro país generalmente son los hombres quienes ocupan puestos de liderazgo. Sin embargo, las estudiantes femeninas tomaron la palabra para contradecir esta afirmación, destacando que las mujeres también poseen las habilidades y cualidades necesarias para convertirse en líderes. Esta discrepancia refleja la conciencia de género y la lucha por la igualdad de oportunidades en la sociedad.

### **Conclusiones del Área**

En conclusión, el taller sobre líder y liderazgo fue una experiencia educativa sumamente enriquecedora y participativa, la retroalimentación recibida del taller anterior proporcionó un sólido punto de partida para explorar conceptos y definiciones clave relacionadas con el liderazgo, la frase inicial de reflexión estableció el tono y resaltó la importancia de comprender los diversos estilos de liderazgo.

Durante la sesión, los estudiantes lograron identificar y analizar diversos tipos de líderes, subrayando la relevancia de contar con líderes positivos, democráticos y participativos. La activa participación de los estudiantes en esta dinámica permitió una

comprensión profunda de los conceptos teóricos presentados, enriqueciendo así su conocimiento sobre el tema del liderazgo.

#### **SESIÓN N°4 Comunicación Relaciones Familiares y Personales Objetivo:**

- ✓ Conocer elementos que faciliten la comunicación efectiva y comprender la importancia de una adecuada comunicación.
- ✓ Aprender a comunicarse a través de gestos, valorando el lenguaje no verbal.
- ✓ Identificar actitudes y comportamientos que contribuyan a fortalecer la autoestima.
- ✓ Reflexionar sobre la expresión de sentimientos en la construcción emocional.

**Tiempo de duración:** 2 horas de taller (10 grupos) **Materiales:**

- Diapositivas
- computadora
- 2 cajas medianas

#### **Actividades**

##### **Actividad 1. Bienvenida**

Se recibe a los participantes dándoles la bienvenida, al mismo tiempo se facilita la lista para registrar la asistencia.

##### **Actividad 2. “Frase de reflexión”**

La actividad, se inició con una frase reflexiva como introducción para los estudiantes: "Comunicar nuestros sentimientos de manera clara es expresar lo que pensamos y decimos". Se invitó a reflexionar sobre el significado de esta frase y su relevancia en la vida cotidiana.

Al preguntar qué les transmitía esta afirmación, varios estudiantes participaron activamente. Comentaron la importancia de ser sinceros y coherentes entre lo que se dice y

lo que se hace. Destacaron que la comunicación clara y honesta es fundamental para sentirse bien, vivir en paz y mantener relaciones saludables, ya que expresar abiertamente los sentimientos contribuye a la tranquilidad y armonía personal.

Esta actividad inicial sirvió como un catalizador para que los estudiantes se sintieran más cómodos y abiertos a discutir otros temas relacionados, como la importancia de la comunicación en las relaciones familiares y personales. Permitió establecer una base sólida para abordar temas profundos como el promover una mayor participación y reflexión en el grupo.

### **Actividad 3. “ ¿Qué es la comunicación?”**

En esa actividad, se procedió a realizar una explicación teórica sobre la comunicación, abordando qué entendemos por este concepto y cuáles son los elementos centrales en el proceso de comunicación. Se destacó la diferencia entre la comunicación verbal y no verbal, indagando si los estudiantes habían identificado momentos en los que se utilizaba esta última forma de comunicación.

Los estudiantes comenzaron a ejemplificar situaciones en las que reconocían el uso de la comunicación no verbal, en situaciones que evitaban contestar preguntas o expresan su negativa mediante gestos en lugar de palabras. Se enfatizó que la comunicación verbal se basa en el uso del lenguaje hablado o escrito, mientras que la no verbal implica gestos, expresiones faciales y posturas corporales, dentro de los tipos de comunicación, se mencionó la interpersonal, que se caracteriza por ser asertiva y adecuada para expresar pensamientos y sentimientos de manera directa y firme. También se abordaron la comunicación pasiva, donde se tiende a dejar que otros tomen decisiones por nosotros, generando inseguridad y frustración, y la comunicación agresiva, que busca dominar o humillar a los demás.

Se resaltó la importancia de reconocer estos diferentes tipos de comunicación para que los estudiantes fueran conscientes de sus propios patrones de comunicación y pudieran mejorar sus habilidades en la expresión de sentimientos y conductas afirmativas.

#### **Actividad 4. “Comuniquémonos”**

Para esa actividad, se comenzó pidiendo a los estudiantes que se colocaran de pie y formaran parejas, colocándose de espaldas entre sí, desde esta posición, se solicitó iniciar una conversación sobre temas interesantes, como sus pasatiempos favoritos o el número de miembros en su familia. Esta actividad buscaba fomentar una comunicación distinta y más íntima. Después, se indicó que se enfrentaran cara a cara, pero sin mirarse a los ojos, con los ojos cerrados. Durante este ejercicio, discutieron temas como su deporte favorito o la música que escuchaban, mientras uno de ellos mantenía el silencio y la otra parte hablaba. Posteriormente, se pidió que hablaran al mismo tiempo y, finalmente, que se comunicaran mirándose a los ojos. Al concluir la actividad, se solicitó que escribieran en un papelógrafo los distintos pasos de la dinámica, incluyendo las indicaciones para cada ejercicio, los cambios que experimentaron y cómo se sintieron.

La actividad finalizó con una reflexión en grupo, donde se discutieron varias preguntas: ¿En qué situación se sintieron más cómodos y por qué? ¿Cuál era su forma habitual de comunicarse? ¿Cuál fue la situación que les resultó más difícil? Además, se invitó a los estudiantes a compartir lo que descubrieron de sus compañeros durante la actividad.

Esta actividad resultó muy beneficiosa, ya que permitió a los estudiantes experimentar diferentes formas de comunicación y fomentó la práctica de la comunicación asertiva desde diversas perspectivas.

#### **Actividad 5. “Desarrollo de habilidades”**

En esta dinámica, se llevó a cabo una detallada explicación sobre la importancia de desarrollar habilidades de comunicación para fortalecernos, comprendernos asertivamente y realizar una reflexión interna sobre las formas incorrectas en las que a menudo nos comunicamos con los demás; destacando que una comunicación ineficaz puede conducir a malentendidos, discusiones y momentos incómodos en nuestras relaciones interpersonales.

Se enfatizó la necesidad de ser claros, precisos en nuestra comunicación, como también de reflexionar sobre lo que queremos expresar antes de hacerlo, con el objetivo de comunicarnos de manera efectiva y evitar malentendidos. Los estudiantes compartieron

ejemplos de situaciones en las que la comunicación asertiva les había ayudado a resolver problemas, así como casos en los que una comunicación deficiente los había llevado a dificultades.

A partir de estos ejemplos, se realizó una reflexión colectiva sobre la importancia de la comunicación en nuestra vida diaria. Se destacó cómo las habilidades de comunicación pueden influir en nuestras relaciones personales, profesionales, sociales y cómo pueden contribuir a un mejor entendimiento mutuo a la resolución de conflictos de manera constructiva.

### **Actividad 6.: “La caja de mis secretos”**

En la realización de esta actividad, se formó un círculo con todos los estudiantes, y la facilitadora les explicó el propósito de las dos cajas que había mostrado, una de ellas representaba el olvido, donde podrían depositar aquellas cosas que deseaban dejar atrás, mientras que la otra era para el recuerdo, destinada a guardar lo que consideraban valioso en sus vidas.

Se concedió un minuto para que escribieran en las hojas proporcionadas lo que deseaban dejar en el olvido, sea este un objeto, una experiencia o una persona, y lo colocaran en la caja correspondiente. Posteriormente, repitieron el proceso, esta vez escribiendo lo que deseaban conservar en la caja del recuerdo. Luego, se procedió al recojo de los papeles de las cajas del olvido, los leyó en voz alta y cada participante identificó su propio papel, explicando brevemente las razones detrás de su elección. Se repitió este proceso con los papeles de la caja del recuerdo.

Al finalizar, se llevó a cabo una reflexión general sobre la importancia que el ser humano otorga a las experiencias, hechos y situaciones en su vida. Se discutió el impacto que estas tienen en nosotros y la importancia de reconocer qué es lo que merece ser olvidado y qué merece ser recordado. Esta actividad permitió a los estudiantes reflexionar sobre sus vivencias y valorar el significado que estas tienen en sus vidas.

### **Actividad 7. Cierre “Charadas”**

Para culminar la sesión, se llevó a cabo la actividad dinámica de las charadas. En esta actividad, cada estudiante seleccionaba un papel doblado que contenía el nombre de un personaje, como un superhéroe, pero sin revelar ningún detalle que pudiera identificarlo fácilmente. Luego, debían interpretar ese personaje sin utilizar palabras, mientras que sus compañeros intentaban adivinar de quién se trataba.

La dinámica se repitió unas cuatro veces por grupo, con el objetivo de despejar la mente de los participantes y fortalecer la comunicación entre ellos. A través de esta actividad, los estudiantes se vieron desafiados a expresarse de manera no verbal, fomentando así la creatividad y la comprensión entre los compañeros.

Al realizar esta dinámica varias veces, se logró crear un ambiente lúdico y participativo, donde los estudiantes se divertían mientras fortalecían sus habilidades de comunicación no verbal. Esta actividad sirvió como una forma efectiva de cerrar la sesión, dejando a los participantes con una sensación de camaradería y satisfacción.

### **Observaciones**

Se observó que los estudiantes expresaron su deseo de repetir las dinámicas de charadas, ya que era la primera vez que las realizaban, les parecía una forma divertida y efectiva de aprender. La interacción activa, lúdica que proporcionaban estas actividades los motivaba a participar, les ayudaba a consolidar los conceptos enseñados de manera amena. En cuanto a la dinámica de la caja de los secretos, se observó que a los estudiantes les resultó difícil colocar en la caja aquello que deseaban olvidar, para muchos de ellos, los recuerdos eran demasiado personales, emocionales y algunos incluso llegaron a llorar durante el proceso, esto resalta la importancia de crear un ambiente seguro y de confianza en el aula, donde los estudiantes se sientan cómodos para compartir sus experiencias, emociones de manera respetuosa y empática.

### **Conclusiones del Área**

Se abordó la importancia de la comunicación en el ámbito familiar, se exploraron los diversos tipos de comunicación interpersonal, destacando tanto las habilidades verbales

como las gestuales. Esta variedad de enfoques permitió a los participantes no sólo comprender mejor el tema, sino también experimentar y practicar diferentes formas de expresión. Como resultado, despertó su interés por participar en futuras actividades innovadoras y continuar desarrollando sus habilidades de comunicación y relaciones interpersonales.

### **SESIÓN N°5 Adolescencia Objetivo:**

- ✓ Recordar las diversas etapas de su desarrollo para facilitar la identificación de sentimientos y emociones.
- ✓ Describir qué es la adolescencia, para facilitar el abordaje de esta etapa juvenil.
- ✓ Ejercitar técnicas para estimular su atención.
- ✓ Conocer las características de la etapa adolescente, desde el punto de vista biopsicosocial

**Tiempo de duración:** 2 horas de taller (10 grupos)

#### **Materiales:**

- Música instrumental
- 1 Hoja de instrucciones
- 1 Parlante

#### **Actividades**

##### **Actividad 1. Bienvenida**

Se recibe a los participantes dándoles la bienvenida, al mismo tiempo se facilita la lista para registrar la asistencia.

##### **Actividad 2. “Frase de reflexión”**

En esa actividad, se llevó a cabo una reflexión grupal en la que se compartió la frase: "Quiero ser capaz de ver los cambios que están ocurriendo en mí para poder comprender completamente al otro". Esta frase sirvió como punto de partida para que los estudiantes reflexionaran sobre los cambios que estaban experimentando y cómo estos podrían influir en

sus interacciones con los demás.

Los participantes fueron alentados a compartir sus opiniones sobre los cambios que habían observado en sí mismos y en qué medida estos podrían afectar sus relaciones interpersonales. Se discutieron aspectos importantes para el diálogo, como cambios emocionales, que a menudo son difíciles de abordar y de los que no se habla con frecuencia.

Durante la reflexión grupal, se fomentó un ambiente de apertura y sinceridad, donde los estudiantes se sintieron cómodos compartiendo sus experiencias y reflexiones personales. Esta actividad permitió que los participantes tomaran conciencia de los cambios que estaban experimentando y cómo podrían impactar en sus relaciones con los demás. También, les brindó la oportunidad de explorar la importancia de la empatía y la comprensión mutua en sus interacciones cotidianas.

### **Actividad 3. “¿Qué es la adolescencia?”**

En esta actividad, se realizó una encuesta para conocer las opiniones de los estudiantes sobre lo que ellos entendían por adolescencia. Se preguntó qué significaba la adolescencia para ellos, y cada uno dio su respectiva opinión, muchos alumnos se centraron en los cambios físicos, mientras que algunos también mencionaron aspectos emocionales.

A medida que se compartían las ideas, se generó un diálogo constructivo que permitió llegar a un concepto común sobre la adolescencia, los estudiantes acordaron que la adolescencia es una etapa del desarrollo humano caracterizada por diversas transformaciones físicas, psicológicas, emocionales y sociales, reconocieron que, aunque ser adolescente puede ser una experiencia muy enriquecedora y emocionante, también puede ser una etapa desafiante debido a los cambios constantes que se experimentan.

### **Actividad 4. “viaje de Fantasía Adolescente”**

Se pidió a los estudiantes que se relajaran, sentados en sus asientos, sin tener nada en las manos, y que cerraran los ojos para escuchar una lectura titulada "Fantasía Adolescente". Se dieron instrucciones claras para que pudieran concentrarse y estar atentos durante la actividad.

## FANTASÍA ADOLESCENTE:

"Cierren sus ojos harán un viaje de fantasía, para tomar contacto con sus emociones y sentimientos.

Pónganse cómodos inspiren lento y profundo sientan cómo se va inflando el abdomen, y retengan el aire unos segundos y exhalen lentamente. Ahora empezaremos a relajar nuestros músculos del cuello, relajen los hombros, la espalda, la cintura, los brazos, las caderas,, las piernas los pies; sientan cada una de las partes de su cuerpo. Dejen aparecer ideas o imágenes en su cabeza (dar tiempo). Los voy a invitar al mundo de las imágenes, donde las fantasías se pueden convertir en realidad. Vas caminando por un espacio abierto caminas y de pronto te encuentras frente a un gran espejo, en él, ves reflejada tú imagen. Vamos a recordar....

Si sigues mirando tú imagen comienza a cambiar, a retroceder en el tiempo estamos cada vez más atrás, ahora te ves cuando eras un/a niño/a estás en tu casa jugando en el patio? en el dormitorio. ¿Quiénes están contigo? ¿con quién juegas?. ¿Cómo es tu vida de niño/a? ¿Qué ves a tu alrededor?.. ¿Qué colores ves? ¿Qué olores sientes?.

Comienzas a ver a toda tu familia, ves que todos están reunidos y tú los miras desde un lugar donde ellos pueden verte ¿Qué están haciendo?, ¿cómo se ven? tristes, alegres, aburridos, entretenidos, ¿están conversando? ¿de qué hablan, quiénes hablan o están en silencio, si están hablando te atrae lo que conversando o preferirías hablar de otra cosa que te gusta? ¿qué no te gusta?

Ahora quiero que viajes a la etapa adolescente, has crecido. ya eres un adolescente, estás en el colegio tienes un grupo y con él la pasas bien ¿Cómo son tus amigos?

Este ejercicio permitió que los adolescentes se concentraran, facilitando respuestas óptimas y adecuadas a la intervención sobre la adolescencia. Se resaltó la importancia de esta etapa, destacando sus diversas formas de reacción y percepción. A través de la reflexión, los estudiantes pudieron identificar qué les gusta, qué no les gusta y qué implica estar en el viaje de la adolescencia. Esto les ayudó a comprender mejor su propio desarrollo y a reconocer los cambios y desafíos que enfrentan durante esta etapa crucial de sus vidas.

### **Actividad 5. “Lluvia de ideas”**

Se procedió con la realización de una dinámica denominada "lluvia de ideas", que consistía en describir qué es la adolescencia desde la propia vivencia de los estudiantes, facilitando así el abordaje de esta etapa juvenil. Se solicitó a los estudiantes que respondieran a la pregunta "¿Qué significa la adolescencia para ti?".

Las respuestas fueron variadas para algunos, la adolescencia no significaba mucho, mientras que para otros era una etapa crucial que marcaba la cercanía a la adultez y la capacidad de tomar decisiones importantes, todas estas ideas se plasmaron en el pizarrón, y a medida que los estudiantes describían sus experiencias, se fue armando un concepto colectivo y más claro de lo que significa la adolescencia. Además, se complementó este concepto grupal con teoría sobre la adolescencia, destacando la crisis que representa esta etapa de forma variable según el sexo y los individuos, se discutió sobre los adolescentes deben enfrentar la transición de la niñez a la adolescencia, de sus propias responsabilidades, también se abordaron las revoluciones psicológicas características de este desarrollo, la madurez emergente y las inquietudes sexuales que se manifiestan durante la adolescencia. Esta actividad permitió a los estudiantes reflexionar y entender mejor los cambios y desafíos que enfrentan en esta etapa de sus vidas.

### **Actividad 6. “La doble rueda”**

En esta actividad, se procedió a dividir a los participantes en dos grupos iguales, el primer grupo formó un círculo, tomados de los brazos y mirando hacia afuera, el segundo grupo formó otro círculo alrededor del primero, mirando hacia adentro, de modo que los integrantes de ambos círculos quedaron frente a frente.

Se instruyó de que los participantes observen al compañero que tenían enfrente, ya que serían sus parejas, una vez que identificaron a sus parejas, se pidió que se dieran la espalda y que ambos círculos comenzaran a girar hacia la izquierda al ritmo de la música, cuando la música se detuviera, los participantes debían buscar a su pareja, tomarse de las manos y responder a preguntas personales como "¿Cuál es tu animal favorito?" o "¿Qué comida te gusta más?". La persona que escuchaba debía permanecer en silencio, sin interrumpir al que estaba hablando.

Esta dinámica se repitió varias veces, cambiando los roles quienes estaban afuera debían permanecer en silencio y los de adentro serán los que hablarán, la actividad finalizó cuando quedó una sola pareja en el centro, esta dinámica fue valiosa porque, además de fomentar la interacción y el conocimiento mutuo entre los estudiantes, también promovió la escucha activa y el respeto durante la comunicación interpersonal.

### **Actividad 7. Dinámica de animación “Tyson Papa”**

Para reforzar el conocimiento sobre la adolescencia, continuamos con la dinámica llamada "Tyson papá". En esta dinámica, los estudiantes debían hacer puños cuando se decía "Tyson" y aplaudir cuando se decía "papá" el objetivo era que prestaran atención para evitar cometer errores y así evitar responder preguntas que se formulaban al decir "Tyson" y los estudiantes hacían puños, mientras que cuando se decía "papá" realizaban aplausos la velocidad de la dinámica se incrementaba gradualmente para inducir errores. Se intercambiaban las frases, primero "papá" y luego "Tyson", y viceversa, hasta que alguien se equivocaba, entonces, esa persona debía responder a una pregunta relacionada con la adolescencia, esta dinámica permitió que los estudiantes se mantuvieran atentos, se divirtieran y aligeraran el ambiente, haciendo más amena la experiencia de aprendizaje.

### **Actividad 8. Cierre “¿Qué conozco de mi cuerpo y mis emociones?”**

En esta actividad, se formaron grupos de cinco y cuatro personas con el propósito de explorar de manera más completa las etapas del desarrollo desde una perspectiva personal. Se solicitó a los estudiantes que caracterizaran estas etapas considerando tres niveles importantes: el físico, el socioemocional y el intelectual. En sus grupos, los estudiantes comenzaron a discutir y compartir sus experiencias sobre estos niveles. En el nivel físico, abordaron aspectos que hablaban de cómo sus cuerpos estaban experimentando cambios, qué partes del cuerpo estaban sufriendo estos cambios y cómo esto los afectaba. En cuanto al nivel socioemocional, exploraron su estado de ánimo, las relaciones con amigos, familiares y la forma en que interactuaban socialmente. En el nivel intelectual, reflexionaron sobre cómo sus intereses estaban evolucionando y qué aspectos les llamaban la atención. Estas reflexiones ayudaron a comprender mejor estos aspectos que influyen en el desarrollo adolescente. Además, se profundizó en los cambios y manifestaciones de la pubertad,

destacando su relevancia en la experiencia adolescente en general.

### **Observaciones**

Los estudiantes mostraban impaciencia al abordar este tema, evidenciando también una curiosidad por aprender más al respecto. Sin embargo, al mismo tiempo, manifestaron sentir vergüenza e incomodidad al tratar el tema, este conjunto de emociones refleja la complejidad que puede suscitar la discusión de aspectos personales y sensibles en un entorno educativo. Es relevante destacar que, durante la actividad los estudiantes varones se mostraron más abiertos al expresarse y compartir sus experiencias sobre los cambios que han experimentado y están experimentando. Esta actitud puede indicar una mayor disposición por parte de los varones para abordar temas relacionados con la identidad y el desarrollo personal, lo que podría ser objeto de estudio y atención en futuras sesiones.

### **Conclusiones del Área**

Se puede concluir que la sesión fue diseñada de manera estructurada y participativa, involucrando a los estudiantes desde el inicio al preguntarles sobre lo aprendido, lo cual les brindó una sensación de responsabilidad en su propio proceso de aprendizaje. La combinación de la explicación teórica con la dinámica de grupos demostrada será una estrategia efectiva para reforzar el conocimiento, ya que permitió que los estudiantes no solo absorban la información de manera pasiva, sino que también la apliquen y la discutan entre ellos, fomentando así un aprendizaje activo y colaborativo.

La participación activa de los estudiantes al identificar cambios en diferentes aspectos de la adolescencia, junto con la compartición de experiencias personales, contribuyó a un aprendizaje más significativo y enriquecedor. Este tipo de interacción promueve la reflexión individual y colectiva, así como la empatía entre los estudiantes al reconocer y comprender las experiencias de los demás, estas conclusiones sugieren que seguir integrando actividades participativas y reflexivas en futuras sesiones puede ser clave para continuar fortaleciendo el proceso de aprendizaje y el desarrollo personal de los estudiantes.

## **SESIÓN N°6 Autoestima Objetivo:**

- ✓ Tomar conciencia de la importancia de sentirse valioso (a) y mejorar su autoestima.
- ✓ Identificar y destacar sus habilidades y virtudes personales.
- ✓ Experimentar cómo es influido el concepto que tenemos de nosotros mismos por la idea que los demás tienen de nosotros.
- ✓ Descubrir sus cualidades en relación a la percepción que tienen los demás.
- ✓ Aprender a dar y recibir elogios, para desarrollar una autoestima positiva.

**Tiempo de duración:** 2 horas de taller (10 grupos)

### **Materiales:**

- 1 Caja de cartón de zapatos
- 1 Espejo
- Hojas con etiquetas escritas

### **Actividades**

#### **Actividad 1. Bienvenida**

Se recibe a los participantes dándoles la bienvenida, al mismo tiempo se facilita la lista para registrar la asistencia.

#### **Actividad 2. “Frase de reflexión”**

En esta actividad, se dio inicio con una frase reflexiva "El cómo nos vemos, cómo nos valoramos, es la ventana a través de la cual vemos el mundo" esta frase introductoria se utilizó para fomentar la reflexión y la expresión de opiniones por parte de los estudiantes cada uno ofreció su interpretación personal de la frase, evidenciando una variedad de perspectivas, aunque las opiniones diferían entre sí, hubo un consenso en la idea de que cada individuo tiene una manera única de percibir, valorar y entender las cosas, se destacó la importancia de respetar estas diferencias individuales para promover una convivencia armoniosa, la frase sirvió como un catalizador para abrir el pensamiento crítico y propiciar una reflexión profunda sobre los eventos que experimentamos en la vida cotidiana.

### **Actividad 3. “La Cajita Mágica”**

En esta actividad, se explicó al grupo el ejercicio destinado a trabajar la autoestima. Se comenzó con una pregunta abierta al grupo: "¿Quién es, para ustedes, la persona más importante del mundo?". Tras ofrecer la oportunidad a cada individuo de responder libremente, se presentó una caja mágica especial, se ubicó frente a ellos y se les indicó que cada uno podría mirar en ella para descubrir quién era esa persona más importante del mundo. Los estudiantes se aproximaron uno a uno a la caja, siendo sorprendidos al encontrar un espejo en su interior, la revelación de que cada uno de ellos se reflejaba como la persona más importante en el mundo generó felicidad y silencio entre los presentes. Este ejercicio reforzó la idea de que cada individuo, con sus virtudes y defectos, es único y especial.

Posteriormente, se inició una conversación sobre la autoestima, destacando la importancia de comprender el valor propio y cómo a veces puede resultar difícil percibirlo claramente. Se introdujo el concepto de la "escalera de la autoestima", que implica un proceso de autoconocimiento, autoconcepto, autoevaluación y autoaceptación, estos elementos representan una introspección en la persona, permitiendo una mayor seguridad en la expresión personal y socialización, se subrayó la importancia de cultivar una autoestima saludable, basada en el optimismo y la positividad, para ser efectivos y productivos incluso en circunstancias adversas.

### **Actividad 4. “Mi Acróstico”**

En esta actividad, se explicó a los estudiantes en qué consistía realizar un acróstico. Se les pidió que en las hojas proporcionadas escribieran sus nombres en la parte central y que, con cada letra de su nombre, crearan una palabra positiva que resaltara sus habilidades y virtudes personales, la dinámica resultó ser enriquecedora, ya que algunos estudiantes lograron con facilidad expresar palabras positivas sobre sí mismos, mientras que para otros fue un desafío, pues les costaba identificar aspectos positivos en su persona.

Una vez concluida esta actividad, se invitó a los estudiantes a pasar al frente para leer los acrósticos desarrollados por ellos mismos, esta experiencia les motivó e incentivó a participar, al mismo tiempo que resaltó la importancia de reconocer y expresar palabras positivas hacia uno mismo, se hizo hincapié en la relevancia de notar y valorar estas

cualidades en nuestra propia persona. Los estudiantes guardaron con aprecio los acrósticos en sus cuadernos, conscientes de que podrían recurrir a ellos en momentos de tristeza o desmotivación para fortalecer su autoestima.

### **Actividad 5. “Etiquetas”**

En esta actividad, se realizó una dinámica que involucraba tarjetas con etiquetas cuyos mensajes son específicos, siete voluntarios del grupo fueron seleccionados para llevar puestas estas etiquetas sin leer su contenido, cada etiqueta llevaba un mensaje diferente, como "ignórame", "admírame", "apóyame", "cállame", "elógiame", "escúchame" y "ridiculízame".

Los voluntarios se sentaron frente al resto del grupo en un semicírculo y se les animó a entablar una conversación sobre un tema relacionado con las últimas vacaciones. Mientras tanto, el resto de los estudiantes actuaron como observadores, después de un tiempo, se interrumpió el diálogo y se invitó a los voluntarios a compartir sus experiencias: cómo se sintieron y qué etiqueta creían que tenían enfrente. Los estudiantes expresaron su incomodidad al estar en el centro de atención y al recibir respuestas de sus compañeros que no comprendían debido a la etiqueta que tenían, algunos se sintieron agrados, mientras que otros molestos. Esta actividad se complementó con una explicación sobre la importancia de las interacciones con los demás en nuestro desarrollo personal, se resaltó cómo las opiniones y acciones de los otros pueden influir en nosotros y viceversa, afectando la percepción de nosotros mismos y nuestra autoestima. Se enfatizó la idea de que podemos experimentar sentimientos de aceptación, desvalorización o utilidad dependiendo de las circunstancias y las personas involucradas.

### **Actividad 6. Cierre “La Espalda de Papel”**

En esta actividad, se distribuyeron hojas de papel y lápices a cada estudiante, pidiéndoles que colocaran la hoja en su espalda asegurándola con cinta adhesiva luego, se les instruyó a caminar por el salón mientras los demás estudiantes escribían una sola palabra en la hoja de cada uno, describiendo una cualidad positiva que veían en ellos. Se enfatizó que debían ser cualidades y no defectos.

La dinámica resultó ser muy enriquecedora, ya que los estudiantes se dieron cuenta de las cualidades que sus compañeros percibían en ellos esta experiencia los motivó a participar activamente después de que todos recibieron las palabras escritas en sus espaldas, se les animó a leerlas en voz alta este ejercicio reveló a cada estudiante las cualidades que poseían y que quizás no sabían que los demás percibían en ellos.

La actividad tuvo un impacto positivo en la autoestima de los estudiantes, al recibir palabras de elogio y reconocimiento por parte de sus compañeros. Les ayudó a sentirse valorados y apreciados por sus cualidades únicas este tipo de interacciones positivas contribuyen significativamente al fortalecimiento de la autoestima y al desarrollo personal, al fomentar un ambiente de apoyo y aceptación entre los miembros del grupo.

### **Observaciones**

Los estudiantes mostraron desconocimiento sobre los términos de autoconcepto, autovaloración y autoaceptación, la gran mayoría expresó la dificultad de realizar el acróstico con aspectos positivos, prefiriendo identificar elementos negativos, lo que resultó en una demora considerable en completar la actividad. Durante la explicación teórica sobre autoestima, los estudiantes destacaron la importancia de abordar estos temas con mayor profundidad. Manifestaron sentirse estresados, ansiosos y enfrentar problemas en sus hogares, lo que sugiere una necesidad evidente de más discusiones y recursos sobre bienestar emocional, además, un estudiante se negó a participar en la actividad del acróstico, argumentando que no tenía aspectos positivos que mencionar, lo que resalta la presencia de dificultades personales y una baja autoestima en algunos participantes.

### **Conclusiones del Área**

Hablar sobre autoestima es fundamental, especialmente durante la etapa de la adolescencia, cuando los jóvenes tienden a tener una percepción baja de sí mismos, es crucial reforzar a todos los que forman parte de la vida del adolescente, ya que en esta etapa ellos se encuentran más confundidos y necesitan apoyo, información, validación sobre sus acciones.

Los desafíos propios de esta fase, como la búsqueda de identidad, la presión social los cambios físicos, emocionales, pueden impactar significativamente en la autoestima de

los adolescentes. Por lo tanto, es esencial brindarles un entorno seguro de apoyo donde puedan desarrollar una autoimagen positiva y construir una sólida autoestima que los empodere para enfrentar los desafíos de esta etapa de desarrollo, además, el fomento de la autoestima no sólo beneficia al individuo en sí mismo, sino que también contribuye a mejorar sus relaciones interpersonales, su rendimiento académico y su bienestar emocional en general.

### **SESIÓN N°7 Mis Valores Personales y Familiares Objetivos:**

- ✓ Determinar sus valores, a través del análisis de situaciones en relación consigo mismo y con los demás.
- ✓ Conocer una definición de valores y comprender cómo influyen en el comportamiento de las personas.
- ✓ Identificar la importancia de sus propios valores y de los demás.

**Tiempo de duración:** 2 horas de taller (10 grupos)

#### **Materiales:**

- Papelógrafos
- Marcadores
- Lápices
- Diapositivas
- Computadora

#### **Actividades**

##### **Actividad 1. Bienvenida**

Se recibe a los participantes dándoles la bienvenida, al mismo tiempo se facilita la lista para registrar la asistencia.

## **Actividad 2. “Frase de reflexión”**

La actividad comenzó con una frase introductoria: "Nuestros valores dan significado y dirección a nuestras vidas; cuidemos y luchemos por nuestros valores, pues son tesoros valiosos" esta frase invitó a los estudiantes a reflexionar sobre el significado y la importancia de los valores en sus vidas al compartir sus opiniones, algunos destacaron la relevancia de los valores para mantener la paz y la armonía en la vida cotidiana, mientras que otros expresaron su preocupación por la escasez de valores en la sociedad actual y la falta de acciones para restaurarlos.

La discusión que surgió a partir de esta frase permitió a los estudiantes analizar la importancia de los valores en sus vidas y en la sociedad en general se destacó la necesidad de actuar colectivamente para preservar y promover los valores fundamentales que sustentan una convivencia pacífica y respetuosa esta reflexión proporcionó una base sólida para la comprensión y el fomento de los valores en la vida diaria de los estudiantes.

## **Actividad 3. “Nuestros Valores”**

En esta actividad, se facilitó la participación de los estudiantes mediante el uso de papelógrafos y marcadores, los grupos fueron divididos y cada uno recibió una tarjeta con cuatro preguntas destinadas a analizar y responder sobre la importancia de los valores destacando la participación de todos los estudiantes y la diversidad de opiniones.

Algunas de las preguntas planteadas fueron: "¿Qué es un valor?, ¿Quiénes transmiten los valores y por qué son importantes?, ¿Menciona qué valores resaltan en tu grupo?" los estudiantes se dedicaron a responder estas preguntas, llegando a un consenso con los demás miembros de su grupo, además, se alentó a aquellos que no estuvieran de acuerdo a compartir sus respuestas y contribuir con un aporte teórico sobre los valores en nuestra vida cotidiana.

La actividad permitió que los estudiantes reflexionaran sobre la naturaleza de los valores, su origen, importancia y cómo se manifiestan en su entorno a través del diálogo y la discusión, pudieron profundizar en su comprensión de los valores y su relevancia en diversas situaciones de la vida diaria.

#### **Actividad 4. “¿Qué son los valores?”**

En esta actividad, se comenzó por explicar qué son los valores, abordando su significado y su alcance. Se discutió sobre los valores existentes, tanto los universales como aquellos propios de nuestro contexto, se reflexionó sobre los valores que conocemos y aplicamos en nuestra vida diaria.

Se destacó la importancia fundamental de los valores en nuestras vidas y cómo influyen en el comportamiento de los estudiantes, se exploraron las formas en que los valores guían nuestras acciones, decisiones e interacciones con los demás.

La actividad buscó promover una comprensión más profunda de la importancia de los valores en el desarrollo personal y social de los estudiantes, así como su influencia en la construcción de una convivencia armoniosa y respetuosa en la comunidad educativa.

#### **Actividad 5. “La persona que yo admiro”**

En esta actividad, se entregó a cada estudiante una hoja de papel y un lápiz, se les pidió que pensarán en la persona que más admiran y escribieran tres razones por las que lo hacen, los estudiantes tuvieron un tiempo determinado para reflexionar, analizar y escribir sus respuestas, transcurrido el tiempo se solicitó a todos que doblaran sus hojas, las cuales fueron recogidas y distribuidas al azar entre los participantes, cada estudiante leyó en silencio lo que estaba escrito en la hoja que recibió, luego, se pidió voluntarios para que leyeran en voz alta lo que estaba escrito en el papel que les había tocado.

Algunos voluntarios pasaron al frente y mencionaron los valores que habían escrito en sus papeles, algunos ejemplos de valores destacados fueron la honestidad, el respeto y la bondad. Este ejercicio permitió a los estudiantes analizar e identificar no solo los valores que admiran en otros, sino también reflexionar sobre los propios, la actividad facilitó una discusión sobre la importancia de los valores en nuestras vidas y cómo estos influyen en nuestra admiración por los demás. Además, promovió la introspección y el reconocimiento de cualidades positivas tanto en uno mismo como en las personas que nos rodean.

### **Actividad 6. “Educación de valores”**

Se procedió a explicar de manera teórica la importancia de los valores, su impacto en la conducta humana y cómo dan significado y dirección a nuestras vidas, se destacó la importancia de promover la educación sobre los valores, ya que estos son fundamentales para una convivencia armoniosa y una vida plena.

Se abordaron las diferentes clases de valores, incluyendo los valores universales, personales, familiares y culturales, los estudiantes fueron invitados a identificar y reflexionar sobre estos tipos de valores en su propia vida como en su entorno, se explicó que los valores universales son aquellos que son compartidos por toda la humanidad, como la honestidad, el respeto, los valores personales son que cada individuo considera importantes, los familiares son aquellos transmitidos y sostenidos dentro de la familia, los culturales son los que reflejan las creencias y prácticas de una comunidad o sociedad.

Para facilitar la comprensión, se mostraron imágenes que representaban diversas conductas de personas, los estudiantes debían identificar qué tipo de valor se estaba representando en cada caso esto permitió que los estudiantes analizaran los valores no sólo de manera teórica, sino también de una forma visual y práctica.

Esta actividad ayudó a los estudiantes a comprender mejor la importancia de los valores en sus vidas y en la sociedad, a reconocer cómo los valores influyen en nuestras acciones y relaciones diarias.

### **Actividad 7. Cierra “Mis cosas”**

En la realización de esta actividad, se indicó a los estudiantes que sacaran tres objetos personales de sus mochilas, cada uno seleccionó sus objetos y los colocó delante de todos sin proporcionar inicialmente ninguna información sobre ellos, luego, uno a uno explicaron la importancia de estos objetos en un orden de mayor a menor, seleccionando un objeto a la vez y explicando por qué era significativo para ellos y por qué lo llevaban consigo, los objetos fueron categorizados del 1 al 3, con una breve descripción de lo que representaban.

Muchos de los objetos seleccionados tenían un valor simbólico, como collares y anillos, mientras que otros eligieron objetos de uso cotidiano como las llaves de su casa o

sus celulares, destacando su importancia práctica.

Después de la presentación, los estudiantes comentaron cómo se sintieron al compartir y escuchar las historias detrás de los objetos de sus compañeros, esta actividad promovió la valoración de las pertenencias personales y ajenas, ayudando a los estudiantes a descubrir aspectos importantes de sus compañeros que no conocían. Reflexionaron sobre cómo estos objetos representan diferentes aspectos de sus vidas y cómo valorar las pequeñas cosas que forman parte de su identidad, esta actividad no sólo fomentó la autovaloración y la reflexión personal, sino que también fortaleció el sentido de comunidad y comprensión mutua entre los estudiantes.

### **Observaciones**

Durante la división de grupos, se observó a uno en particular, que mostró resistencia a trabajar juntos debido a problemas previos no resueltos, esta situación evidencia la importancia de abordar y resolver conflictos previos para fomentar un ambiente de colaboración y trabajo en equipo. En este taller, se destacó una participación notablemente activa por parte de todos los integrantes del grupo. Esta actitud participativa y comprometida puede indicar un alto nivel de interés en el tema tratado y una disposición para contribuir al desarrollo de las actividades. Por otro lado, es relevante mencionar que, durante las discusiones, los estudiantes identificaron únicamente cuatro valores: respeto, amistad, confianza y amor. Esta limitación puede sugerir una falta de conciencia sobre la diversidad de valores importantes en la vida cotidiana, lo que podría ser objeto de reflexión y exploración en futuras sesiones.

### **Conclusiones del Área**

Las conclusiones revelan una reflexión importante: tendemos a limitar nuestros conocimientos y comprensión sobre los valores, lo que a su vez limita su impacto en nuestras vidas, la discusión en el taller resaltó las dudas de los estudiantes sobre cuántos valores conocen y cuántos de ellos practican en su vida diaria. Esta reflexión sugiere una conciencia colectiva sobre una posible falta de énfasis en la enseñanza y práctica de valores en nuestra sociedad. Es crucial abordar esta preocupación, trabajar en la promoción de una cultura de valores más sólida, tanto en el ámbito educativo como en la sociedad en general, para cultivar

ciudadanos más éticos y responsables.

## **SESIÓN N°8 Toma decisiones**

### **Objetivo:**

- ✓ Ejercitar el proceso en la toma de decisiones
- ✓ Ampliar el concepto de toma de decisiones y analizar su efecto en las metas futuras.
- ✓ Aplicar los pasos para lo toma de decisiones y practicar el establecimiento de metas y objetivos analizando las ventajas y desventajas.
- ✓ Ejercitar situaciones o dilemas que lo ayuden a tomar decisiones por mismo

**Tiempo de duración:** 2 horas de taller (10 grupos)

### **Materiales:**

- Cuatro bolsas
- 1 fruta
- 1 chocolate
- 1 botella de agua
- 1 papel picado
- 20 cartones del tamaño de una hoja de papel con un números

### **Actividades**

#### **Actividad 1. Bienvenida**

Se recibe a los participantes dándoles la bienvenida, al mismo tiempo se facilita la lista para registrar la asistencia.

#### **Actividad 2. “Frase de reflexión”**

En la realización de esta actividad, se inició con una frase de reflexión: "Tomar una

decisión es tener una visión más cercana de uno mismo; es descubrir lo que verdaderamente importa para cada uno; es aprender a dirigir su vida con libertad." Con esta frase introductoria, se llevó a cabo una conversación con los estudiantes sobre sus opiniones y entendimientos acerca de la frase.

Los estudiantes compartieron sus pensamientos, mencionando que la toma de decisiones es crucial ya que las decisiones no adecuadas, pueden llevarlos a enfrentar problemas. Expresaron que las decisiones son esenciales en la vida cotidiana, pues permiten dirigir el rumbo de sus vidas y alcanzar sus metas.

A partir de esta discusión, se introdujo el tema principal de la sesión la toma de decisiones, se explicó la importancia de ser conscientes y deliberados al tomar decisiones, ya que estas impactan significativamente en diversos aspectos de la vida, desde las relaciones personales hasta el desarrollo profesional.

La conversación continuó con los estudiantes reflexionando sobre momentos en los que tuvieron que tomar decisiones importantes, cómo afectaron sus vidas. Este intercambio permitió a los estudiantes entender mejor la relevancia de la toma de decisiones informadas y responsables, así como la importancia de la libertad, la autodeterminación en sus vidas. Al concluir la actividad, los estudiantes fueron invitados a pensar en decisiones futuras que podrían tomar y aplicar lo aprendido para tomar decisiones conscientes, alineadas con sus valores y objetivos personales, esta reflexión ayudó a los estudiantes a reconocer la importancia de la autoconciencia y la claridad en sus visiones personales para dirigir sus vidas de manera efectiva.

### **Actividades 3. “El juego de la bolsa”**

En esta actividad, se presentó a los estudiantes cuatro bolsas, cada una con contenidos totalmente diferentes, la primera contenía una fruta, la segunda una botella de agua, la tercera papeles picados, y la cuarta un chocolate, se invitó a cada estudiante a acercarse seleccionando una bolsa. Mientras se le hacía esta pregunta, los compañeros sugirieron cuál bolsa elegir, lo que provocó dudas en el estudiante sobre cuál seleccionar. Se les dio un tiempo determinado para tomar su decisión.

El primer voluntario eligió la primera bolsa, luego vino otro voluntario, quien también tuvo que elegir entre las bolsas restantes, seleccionando la bolsa número dos, el tercer voluntario eligió la bolsa número tres, y el último voluntario, sin opción de elección, tomó la bolsa número cuatro, resignado a que lo que estuviera en ella estaría bien.

Se preguntó a los estudiantes si estaban contentos y conformes con la bolsa seleccionada. Aunque dijeron que sí, al abrir las bolsas se dieron cuenta de que los contenidos no eran iguales. Sin embargo, los estudiantes con la fruta y el agua estaban satisfechos porque uno tenía sed y el otro disfrutaba de la fruta, el estudiante con el chocolate estaba muy contento. Por otro lado, el que recibió los papeles picados se sintió enojado y frustrado porque esperaba otra cosa.

A partir de esta experiencia, se procedió a una explicación teórica sobre la importancia de la toma de decisiones y cómo las influencias externas pueden afectarlas, se enfatizó sobre la importancia de ser conscientes de que toda decisión tendrá un resultado, y que no sirve de nada enojarse cuando la elección fue nuestra, basada en las opciones disponibles. Esta actividad ilustró cómo las decisiones pueden afectarnos y la necesidad de ser responsables.

#### **Actividades 4. “Los números”**

En esta actividad, se realizó un ejercicio con números, dividiendo a un grupo de 20 participantes en dos equipos de 10 personas cada uno, los equipos decidieron que serían varones contra mujeres a cada equipo se le entregó un paquete de números del 0 al 9. La instrucción fue que, al escuchar una cantidad indicada por el facilitador, los participantes debían colaborar para armarla y presentarla al frente. Estas cantidades podían variar entre una, dos o tres cifras.

Cada equipo compitió para ver si armaban las cantidades correctas. Durante el ejercicio, se observó que el equipo de varones se equivocaba con frecuencia por apresurarse, mientras que el equipo de mujeres trabajaba con más calma y precisión, aunque a un ritmo más lento.

Al finalizar la actividad, se procedió a una explicación sobre la finalidad del ejercicio,

se destacó la importancia de tomar decisiones de manera reflexiva tanto individualmente como en equipo, y cómo puede influir en nuestros resultados la forma en que abordamos las tareas. La actividad subrayó la necesidad de colaboración y comunicación efectiva para alcanzar los objetivos correctamente.

### **Actividades 5. “La barca se hunde”**

Para esta actividad, se pidió a los estudiantes que se colocaran de pie en la parte del salón que estaba vacía para interactuar mejor en la dinámica "El barco se hunde", los estudiantes debían caminar alrededor del salón sin chocar entre ellos.

Las instrucciones eran que, al escuchar "El barco se está hundiendo", los estudiantes debían prepararse para sobrevivir. Cuando se dijera "El barco se hundió", debían agruparse rápidamente en el número indicado por el facilitador, que podía variar entre dos, tres, cinco, o incluso diez personas la clave era no quedar solos y formar grupos con rapidez. Esta actividad fue útil para fomentar el trabajo en equipo y la toma de decisiones rápidas sobre con quién formar grupos, además sirvió como una dinámica para romper el hielo, despejar la mente y divertirse, se realizaron varios intentos para asegurar la participación activa de todos y mantener el entusiasmo.

### **Actividades 6. Cierre “Trabajo de grupo”**

En esa actividad el curso se dividió en tres grupos diferentes a cada grupo se le entregó una hoja de trabajo con un dilema diferente, los estudiantes procedieron a leer y proponer una decisión o alternativa, en consenso con sus grupos se procedía a contar el dilema al resto de la clase y comentar cuál fue la decisión tomada, una vez que cada grupo presentó su dilema y solución los estudiantes discutieron en conjunto las decisiones propuestas, encontrando puntos de acuerdo en las soluciones planteadas para cada uno. Es importante destacar que esta actividad no solo amplía las opciones de resolución, sino que también permitió a algunos estudiantes compartir experiencias personales similares a los dilemas presentados.

Esta dinámica no sólo fomentó el trabajo en equipo y el desarrollo del pensamiento crítico, sino que también proporcionó un espacio para el intercambio de experiencias

personales, enriqueciendo el proceso de aprendizaje y la comprensión de los diferentes enfoques para resolver problemas complejos.

### **Observaciones**

Se observó que los estudiantes están altamente motivados para participar activamente en las actividades propuestas y muestran disposición para contribuir con sugerencias que promuevan la participación equitativa de todos sus compañeros en la toma de decisiones. Esta actitud sugiere un interés genuino en fomentar un ambiente colaborativo y democrático dentro del grupo, algunos estudiantes expresaron su deseo de repetir las dinámicas, lo que refleja no solo su disfrute de las actividades.

### **Conclusiones del Área**

El taller resultó altamente relevante para los estudiantes, quienes reflexionaron profundamente sobre la importancia de cada decisión, así como las consecuencias que estas conllevan y cómo pueden impactar nuestras vidas de manera significativa, se destacó la comprensión de, que una decisión incorrecta puede tener repercusiones negativas, incluso de manera permanente. Esta toma de conciencia sobre la importancia de las decisiones en la vida diaria sugiere un avance significativo en la madurez, el pensamiento crítico de los estudiantes, lo que puede contribuir a un mayor grado de responsabilidad y autoconciencia en sus acciones futuras.

### **SESIÓN N°9 Amistad Objetivo:**

- ✓ Reconocer al amigo (a) verdadero(a) y sensibilizarse en su rol de amigos.
- ✓ Definir qué es la amistad y descubrir la dinámica de las influencias que se dan en interacción con el grupo de amigos(as).
- ✓ Autoevaluarse como amigo(a) y valorar el papel del amigo (a) en nuestras vidas.

**Tiempo de duración:** 2 horas de taller (10 grupos)

## **Materiales:**

- Hoja con pregunta
- Diapositivas
- Computadora
- Fichas con las cuatro presencias
- Lápices
- Música
- Parlante

## **Actividades**

### **Actividad 1. Bienvenida**

Se recibe a los participantes dándoles la bienvenida, al mismo tiempo se facilita la lista para registrar la asistencia.

### **Actividad 2. “Frase de reflexión”**

En esa actividad, se inició con una frase de reflexión: "Al igual que un buen jardinero, nosotros debemos cultivar nuestras amistades" se pidió a los estudiantes que compartieran qué les hacía entender esta frase y cómo la relacionaban con sus propias experiencias, surgieron diversas opiniones: algunos estudiantes mencionaron que tener amigos era muy importante para ellos, mientras que otros consideraban que las amistades podían ser superficiales.

Este intercambio de ideas sirvió como introducción para hablar sobre el valor y la importancia de la amistad, resaltando cómo las relaciones interpersonales necesitan ser cuidadas y nutridas para crecer y mantenerse fuertes.

### **Actividad 3. “Los amigos”**

En el desarrollo de la actividad, los grupos se sumergieron en un proceso de reflexión y análisis conjunto sobre la naturaleza y los fundamentos de la amistad, se observó una participación activa y comprometida por parte de los estudiantes, quienes intercambiaron opiniones, compartieron experiencias personales y exploraron diferentes perspectivas sobre el tema. Al abordar cada una de las preguntas, surgieron interesantes debates y reflexiones sobre la importancia de tener amigos verdaderos, como también, sobre los lugares y las formas en que se pueden encontrar y establecer conexiones significativas, de la misma manera reflexionaron sobre las cualidades y acciones que definen a un buen amigo, incluyendo la lealtad, el apoyo mutuo, la empatía y la disposición para ayudar en momentos difíciles.

La decisión de expresar las respuestas de manera literal, con frases claras y concisas, permitió una comunicación efectiva y una comprensión compartida entre los miembros del grupo. Además, las explicaciones adicionales permitieron profundizar en cada tema y enriquecer la discusión con ejemplos concretos y situaciones vividas, la actividad proporcionó a los estudiantes una oportunidad valiosa para reflexionar sobre el valor de la amistad, explorar diferentes aspectos de las relaciones interpersonales y fortalecer su comprensión sobre lo que implica ser un buen amigo.

### **Actividad 4. “ La amistad y la interacción con el grupo de amigos”**

Se procedió con la explicación mediante diapositivas para explorar y definir el concepto de amistad desde la perspectiva de los estudiantes, se plantearon una serie de preguntas clave: ¿Qué es la amistad para ellos? ¿Cómo la representan? ¿Qué sucede cuando dos amigos tienen un desacuerdo y cómo lo resuelven? ¿Qué significa ser amigo para ellos?, ¿Quiénes son esas personas especiales en tu vida a las que llamas amigos y por qué les otorgas ese título? ¿En qué momento sienten que alguien se convierte en tu amigo? ¿Cómo contribuyen estos amigos en tu vida?

Estas interrogantes fueron analizadas mientras se visualizaban imágenes de diversas interacciones entre amigos, lo que permitió a los estudiantes reflexionar sobre si consideraban esas acciones como propias de la amistad o no. Se alentó a todos a aportar sus

ideas, reconociendo que algunas personas podrían tener perspectivas diferentes sobre la amistad, e incluso algunos podrían no estar interesados en tener amigos, y estas decisiones fueron respetadas.

Sin embargo, se enfatizó la importancia de la amistad y cómo una buena relación de amistad puede ser fundamental en la vida de cada individuo, dejando claro que esta relación puede marcar una parte significativa de su existencia. Algunos estudiantes compartieron recuerdos nostálgicos de amistades de la infancia, como amigos del kínder, del primer grado de primaria o del vecindario, y expresaron el deseo de mantener esas conexiones a lo largo del tiempo.

### **Actividad 5. “Las cuatro presencias”**

En esta actividad, se les pidió a todos los estudiantes que se sentaran cómodamente en el suelo y que dejaran a un lado cualquier objeto que pudiera distraerlos, luego, se procedió a explicarles el ejercicio que realizarían, el cual involucraba el uso de la música y la técnica de respiración para inducir relajación.

Los estudiantes fueron instruidos para practicar la respiración, inhalando durante cuatro tiempos, reteniendo el aire durante otros cuatro tiempos y exhalando lentamente durante otros cuatro tiempos, llevando el aire hasta el abdomen. Una vez que los estudiantes estuvieron relajados, se les pidió que cerraran los ojos y se sumergieran en la música y las palabras del facilitador. El ejercicio comenzó con la primera presencia, simbolizada por una ficha que invitaba a los estudiantes a recordar su infancia: los juegos, amigos, juguetes, aromas y colores que solían rodearlos en ese entonces. La segunda presencia representaba al amigo decepcionante, aquel en quien se había depositado confianza y cariño, pero que había fallado, la tercera presencia recordaba al amigo verdadero, aquel que siempre había estado ahí, con su compañía, su sonrisa y sus palabras reconfortantes la cuarta; presencia, la más emotiva, evocaba la memoria de un amigo que ya no estaba presente, que había fallecido, pero que aún era recordado con cariño y añoranza.

Después de pasar por estas cuatro presencias, se les pidió a los estudiantes que abrieran los ojos lentamente y se les entregó papel y lápiz. Se animó a escribir una nota o

una carta personal sobre una de esas cuatro presencias, eligiendo aquella que resonara más con ellos en ese momento, esta actividad permitió que algunos estudiantes recordaran a sus amigos con cariño, mientras que otros revivieron emociones dolorosas al recordar a aquellos que ya no estaban.

### **Actividad 6. Cierre “Mensaje para mi amigo”**

En esta actividad, se les proporcionó a los estudiantes una hoja y un bolígrafo con el objetivo de que escribieran un mensaje destinado a un amigo, no se trataba de cualquier amigo, sino de aquel al que querían dirigir un mensaje que quizás en algún momento hubieran deseado escuchar pero que, por alguna razón, nunca llegó a ellos, era el momento de transmitir ese mensaje, de expresar palabras que tal vez habían permanecido en silencio por demasiado tiempo. Los estudiantes se sumergieron en la tarea, llenando las hojas con sus pensamientos y sentimientos hacia ese amigo especial, una vez completados, los mensajes fueron mezclados, generando un conjunto de notas anónimas, luego, se solicitó la participación voluntaria de estudiantes dispuestos a leer estos mensajes en voz alta.

A medida que cada mensaje era leído, la atmósfera se llenaba de aplausos, emociones y lágrimas, los estudiantes se conmovieron profundamente al escuchar esas palabras, sintiendo el impacto de la sinceridad y el afecto expresados en cada mensaje, fue un momento de reflexión y conexión emocional, que abrió las puertas a abrazos espontáneos entre ellos.

Este gesto fortaleció la unidad del curso, reforzando la importancia de valorar y apreciar la amistad que estaba presente en sus vidas, pero que quizás no habían sabido valorar adecuadamente hasta ese momento.

### **Observaciones**

Los estudiantes demostraron un alto nivel de participación y compromiso al escribir mensajes destinados a un amigo que se encuentra en una situación de consumo de drogas, la actividad de leer los mensajes de forma aleatoria y anónima provocó una reacción notable en el grupo: comenzaron a aplaudirse entre sí, mostrando tanto satisfacción como sorpresa por los mensajes recibidos, esta respuesta refleja no solo la efectividad de la actividad para generar empatía y solidaridad entre los compañeros, sino también la importancia de brindar

apoyo y aliento en situaciones difíciles, es alentador ver cómo los estudiantes se involucran activamente en actividades que fomentan la comprensión y el apoyo mutuo en momentos de adversidad.

### **Conclusiones del Área**

La reflexión sobre la verdadera naturaleza de la amistad y el cuestionamiento de si realmente somos amigos resulta beneficioso para los estudiantes, especialmente considerando la vulnerabilidad emocional que experimentan en esta etapa de sus vidas, al replantearse esta idea, los estudiantes pueden volverse más conscientes de las dinámicas de amistad y de las posibles manipulaciones emocionales a las que podrían estar expuestos. El ejercicio les brinda la oportunidad de desarrollar habilidades para discernir entre relaciones auténticas y relaciones basadas en chantajes emocionales, lo que les permitirá establecer vínculos más sólidos y saludables en el futuro.

## **ÁREA CUATRO**

### **DROGAS**

Este enfoque tiene como objetivo ayudarles a comprender cómo las competencias desarrolladas pueden servir como herramientas efectivas para evitar el uso de sustancias nocivas, para relacionar las habilidades aprendidas con la prevención del consumo de drogas permitió a los estudiantes comprender la importancia de aplicar sus conocimientos en situaciones de la vida real, promoviendo un estilo de vida saludable y responsable.

**Objetivo:** Permitir a los adolescentes un conocimiento propio, verdadero y suficiente de la problemática, una reflexión acerca de sus aspectos psicosociales; una toma de conciencia del problema y un desarrollo de sus capacidades para tomar decisiones adecuadas.

### **SESIÓN N°10 Las Drogas Objetivo:**

- ✓ Identificar los factores de protección y de riesgo, para introducir el concepto de drogas.
- ✓ Analizar los riesgos biopsicosociales del consumo de drogas, a partir de un estudio

de caso.

- ✓ Generar un espacio de reflexión sobre las consecuencias que ocasiona la droga.
- ✓ Identificar y analizar los daños físicos y psíquicos que producen las drogas en el organismo.
- ✓ Generar el análisis del video, que permita diferenciar los tipos de consumidores.

**Tiempo de duración:** 2 horas de taller (10 grupos)

**Materiales:**

- Tarjetas sobre Factores de Protección, 5 de Riesgo
- Marcadores
- Masking,
- Hojas de papel sábana tamaño pliegue
- Diapositivas
- Computadora
- Hoja de Trabajo Confesión de una Adolescente
- 2 Pliegues de papel sábana
- marcadores
- Set de tarjetas

**Actividades**

**Actividad 1. Bienvenida**

Se recibe a los participantes dándoles la bienvenida, al mismo tiempo se facilita la lista para registrar la asistencia.

### **Actividad 2. “Frase de reflexión”**

Se dio inicio a la actividad con una frase reflexiva sobre el alcohol: "La vida y la felicidad no se la bebe, no se la fuma, no se le inyecta, no se la jala ni se la trafica; se la conquista con estudio y trabajo". Esta frase brindó a los estudiantes la oportunidad de reflexionar sobre su significado, qué mensaje transmitía y qué opinaban al respecto.

Las respuestas de los estudiantes abarcaron una variedad de perspectivas, algunos señalaron que las drogas están presentes y que es inevitable su presencia en la sociedad, otros optaron por no compartir sus opiniones, sintiendo que abordar estos temas era demasiado intenso y no se sentían cómodos al respecto.

Se enfatizó que todas las opiniones de los estudiantes eran válidas y respetadas. Se recordó que este era un espacio libre y abierto, sin prejuicios, donde todos estaban en un proceso de aprendizaje. Se alentó a los estudiantes a expresarse y a participar activamente, asegurándoles que estaban en un entorno seguro para compartir sus pensamientos y opiniones.

### **Actividad 3. “Juntos estamos protegidos”**

En esta actividad, se inició preguntando a los estudiantes qué entendían por protección y riesgo, se registraron las respuestas dadas para construir un concepto más amplio entre todos. Luego, se procedió a explicar el significado de los factores de riesgo y los factores de protección en nuestro entorno cotidiano.

Los estudiantes se dividieron en cuatro grupos, dos de los cuales trabajaron en identificar factores de protección, mientras que los otros dos abordaron los factores de riesgo.

Se solicitó a un integrante de cada grupo elegir una tarjeta que determinaría su trabajo en factores de riesgo o de protección; los grupos asignados identificaron los factores de protección y de riesgo relacionados con el consumo de drogas, basándose en las tarjetas proporcionadas. La actividad resultó interesante, ya que desde la perspectiva de los estudiantes se pudieron conocer estos factores que influyen en ellos.

Después de identificar los factores, se llevó a cabo una breve reflexión donde cada grupo expuso sus hallazgos y comprensión al respecto. Se complementó esta discusión con una explicación sobre los riesgos en diversos ámbitos, como el individual, el familiar, biológico y social, incluyendo la presión del grupo y los valores que pueden influir en el consumo de drogas.

#### **Actividad 4. “Las Drogas”**

Se llevó a cabo una sesión teórica acompañada de diapositivas para adentrarnos en el tema de las drogas, que se convirtió en el foco central de la discusión se explicaron en detalle conceptos fundamentales, comenzando por las actitudes hacia el consumo de drogas y su comportamiento asociado, posteriormente, se introdujeron conceptos clave como el uso indebido de sustancias, las drogas psicoactivas, el abuso de drogas y la drogodependencia, abordando tanto la dependencia psicológica como la física. También se exploró el síndrome de abstinencia y la tolerancia en relación con el consumo de drogas. Además, se proporcionó una clasificación detallada de las drogas según sus efectos en el sistema nervioso central se discutieron las drogas estimulantes, sus características y ejemplos representativos, del mismo modo, se abordaron las drogas depresoras y alucinógenas, ofreciendo a los estudiantes una visión más amplia sobre los diversos tipos de drogas y los impactos que tienen en el cuerpo humano. Esta exposición teórica permitió que los participantes adquirieran mayor entendimiento sobre el tema de las drogas y sus implicaciones.

#### **Actividad 5. “Confesión de un adolescente”**

Se llevó a cabo una actividad que involucraba la lectura de un testimonio de un joven adolescente, con el objetivo de abrir una discusión sobre las consecuencias del consumo de drogas. La lectura se realizó en voz alta, de manera tranquila y pausada, mientras los estudiantes escuchaban atentamente, una vez finalizada la lectura, se procedió a una discusión en grupo sobre el testimonio de Mariana. Los estudiantes compartieron sus impresiones y experiencias relacionadas con el consumo de drogas, utilizando el relato de Mariana como punto de partida.

Durante la discusión, se plantearon preguntas motivadoras para guiar el análisis, como, por ejemplo: ¿Cuál fue el problema que enfrentó Mariana? ¿Cuál es la situación

familiar de ella? ¿Qué la llevó al consumo de marihuana? ¿Cómo ha sido la vida de Mariana desde que comenzó a consumir? ¿Por qué le resulta difícil dejar la marihuana y qué aspira lograr en su vida? ¿Qué solicita Mariana en su carta?

Estas preguntas sirvieron como herramientas para fomentar la reflexión y el análisis entre los estudiantes, permitiéndoles comprender que ciertas circunstancias pueden prevenirse o evitarse si se posee un mayor conocimiento sobre las mismas, la actividad proporcionó un espacio seguro para explorar y entender las complejidades del consumo de drogas, así como sus implicaciones en la vida de las personas.

### **Actividad 6. “La marioneta”**

En esta actividad, se formaron parejas representadas por un manipulador y una marioneta. La marioneta estaba atada al manipulador con cuerdas en la cabeza, el cuello, el tórax y la cintura, y el movimiento de la marioneta dependía completamente de los movimientos que el manipulador realizara. La marioneta debía moverse de acuerdo con los hilos que su manipulador accionara, siguiendo la dirección indicada y ajustando la calidad del movimiento según las instrucciones recibidas.

Se llevaron a cabo diversas actividades, como caminar y pedir cosas, donde la persona que actuaba como marioneta debía ejecutar los movimientos indicados por su manipulador, moviéndose hacia la izquierda, derecha u otras direcciones según lo requerido luego, se intercambiaron los roles para que aquellos que habían sido manipuladores se convirtieran en marionetas.

Al finalizar la actividad, se preguntó a los participantes cómo se sintieron al ser marionetas y qué relación creían que tenía este ejercicio con la idea de codependencia se instó a realizar un análisis profundo, relacionando la experiencia de ser marioneta con la sensación de estar bajo la influencia de la drogodependencia la actividad sirvió como una metáfora para explorar la sensación de ser controlado, haciendo que los participantes reflexionaran sobre las dinámicas de poder y dependencia en las relaciones humanas.

### **Actividad 7. “Efectos de las drogas en el cerebro”**

Se comenzó explicando detalladamente los efectos que el alcohol ejerce sobre nuestro

cerebro y cómo estas influencias impactan en los individuos, se abordaron preguntas como: ¿cómo nos afecta el consumo de alcohol?, ¿qué reacciones presentamos bajo sus efectos? Y ¿cuáles son las consecuencias de este consumo? Luego, se invitó a los estudiantes a reflexionar sobre si alguna vez habían presenciado a alguien bajo los efectos de las drogas, y cómo se manifestaba su comportamiento en ese estado, se promovió un análisis detallado entre los estudiantes para identificar y comprender los efectos observados en estas situaciones, así como sus opiniones y percepciones personales al respecto.

El objetivo principal fue fomentar una discusión reflexiva y grupal sobre cómo el consumo de alcohol y drogas afecta a las personas, tanto a nivel individual como en su comportamiento social. Esta actividad permitió que los estudiantes compartieran sus puntos de vista y experiencias, promoviendo una comprensión más profunda de los efectos nocivos de estas sustancias.

#### **Actividad 8. Dinámica de animación “Tyson papa”**

Se procedió con una dinámica animada llamada "Tyson papa", en la cual los estudiantes debían seguir ciertas instrucciones de movimientos, si cometían errores en la ejecución de la dinámica, se les planteaban preguntas relacionadas con lo aprendido sobre las drogas y sus consecuencias, o se les pedía que compartieran alguna opinión con respecto al tema, es por ello que los estudiantes prestaban mucha atención.

En la dinámica, se les explicó que al escuchar "Tyson", debían cerrar los puños, y al escuchar "papa", debían aplaudir. Esta actividad se llevó a cabo con un ritmo cada vez más rápido para fomentar la posibilidad de cometer errores y hacerla más entretenida y divertida, el propósito principal era captar la atención de los estudiantes y mantener su compromiso, al mismo tiempo que se reforzaban los conocimientos sobre las drogas y sus implicaciones.

#### **Actividad 9. Cierre “Las drogas dañan nuestro organismo”**

Se llevaron a cabo actividades grupales con la mitad del curso para abordar el tema de las drogas que tienen un impacto negativo en nuestro organismo. Cada grupo recibió la tarea de identificar y registrar en papelógrafos estas sustancias. Una vez completada esta tarea, se procedió a la lectura y discusión de las respuestas proporcionadas por cada equipo.

Esta dinámica no sólo promovió la participación activa de los estudiantes, sino que también permitió que compartieran sus perspectivas y conocimientos sobre el tema. La discusión posterior facilitó un intercambio de ideas enriquecedor, donde se abordaron los efectos nocivos de las drogas y se fomentó la reflexión sobre la importancia de mantener un estilo de vida saludable.

### **Observaciones**

La mención del título de las drogas despertó la curiosidad de los estudiantes, quienes mostraron un interés en el tema, se percibió un murmullo entre risas, con ansias de profundizar en la discusión sobre las drogas, durante el trabajo en grupo sobre los factores de riesgo, se observó una notable concentración y un debate animado de ideas entre los estudiantes, después de concluir el taller, una estudiante compartió una preocupación personal, mencionó que algunos de sus compañeros de curso consumen marihuana y hasta la venden a los estudiantes de primer año, expresó su reticencia a dar nombres para evitar conflictos dentro de su curso, lo que subraya la complejidad de abordar este tipo de temas en un entorno escolar.

En relación con la dinámica de los globos causó un impacto emocional en los estudiantes, quienes se vieron sorprendidos por la actividad, se notó cierta tristeza entre ellos al reflexionar sobre la posibilidad de que algunas de sus metas personales puedan no realizarse. Esta reacción destaca la importancia de abordar no solo los aspectos cognitivos.

### **Conclusiones del Área**

La posibilidad de abordar estos temas con los estudiantes resulta impactante, sobre todo porque muchos de ellos esperaban que se centrara únicamente en las drogas, al recibir una información completa sobre los factores que influyen en el consumo y en la protección contra el mismo, se generó una perspectiva diferente sobre qué implica realmente el consumo de drogas y cómo puede afectar sus vidas. Este enfoque integral no sólo amplía su comprensión del tema, sino que también les proporciona herramientas para tomar decisiones más informadas y conscientes respecto a su salud y bienestar.

## **SESIÓN N°11 ¿Qué es el alcohol?**

### **Objetivo:**

- ✓ Generar opiniones acerca de las causas y consecuencias del consumo de Alcohol.
- ✓ Tener una visión general de la problemática del consumo de Alcohol.

**Tiempo de duración:** 2 horas de taller (10 grupos)

### **Materiales:**

- Marcadores
- Diapositivas
- Computadora
- Video de INTRAIID

### **Actividades**

#### **Actividad 1. Bienvenida**

Se recibe a los participantes dándoles la bienvenida, al mismo tiempo se facilita la lista para registrar la asistencia.

#### **Actividad 2. “Frase de reflexión”**

Se retomó la sesión con la presentación de una frase reflexiva: "No dejes que el alcohol entre en tu vida ni en la de tus seres queridos" se planteó la pregunta a los estudiantes sobre qué entendían por esta frase y qué les transmitía, las respuestas fueron diversas y reveladoras algunos expresaron que el alcohol puede destruir a las personas, llevándolas a una dependencia que les impide dejar de consumir, otros compartieron experiencias personales sobre cómo han perdido a seres queridos debido al alcohol, ya sea porque se volvieron adictos o por las consecuencias de su consumo. Algunos mencionaron tener padres o conocidos que son consumidores habituales.

Con esta variedad de opiniones, se introdujo la idea de que explorarían el tema del

alcohol de manera gradual, abordando sus implicaciones, causas y consecuencias.

### **Actividad 3. “Lluvia de ideas”**

Se llevó a cabo una dinámica de lluvia de ideas con el propósito de que los estudiantes aportaran sus ideas, las cuales fueron todas consideradas. Se les pidió que mencionaran en una sola palabra las causas y consecuencias del consumo de alcohol, y cada aporte fue registrado en la pizarra, previamente dividida en dos secciones: el lado izquierdo para las causas y el lado derecho para las consecuencias.

Las opiniones de los estudiantes se fueron registrando en ambas secciones de la pizarra, y el resultado fue sumamente interesante, ya que permitió observar las diversas perspectivas de los estudiantes sobre el alcohol, desde su punto de vista y experiencia personal. Se valoraron todas las opiniones compartidas y se reflexionó sobre la profundidad del problema del alcohol, destacando tanto las causas que lo desencadenan como las consecuencias devastadoras que surgen a raíz de su consumo excesivo.

### **Actividad 4. “Conceptos teóricos sobre el alcohol”**

Se complementó la contribución de los estudiantes con una explicación teórica sobre el alcohol, considerándolo como una bebida alcohólica que actúa como una droga, alterando nuestro sistema nervioso central mediante su principio activo, el etanol o alcohol etílico. Se profundizó en el contexto histórico y social del consumo de bebidas alcohólicas, así como en las circunstancias que lo rodean, y se analizó cómo estas bebidas afectan nuestro organismo, desde su ingesta hasta las diversas fases de embriaguez.

Además, se abordaron los diferentes tipos de consumidores de alcohol, resaltando la importancia de identificarlos en nuestro entorno entre estos se mencionaron el consumidor experimental, el ocasional, el habitual y el dependiente, destacando ejemplos que los estudiantes pudieran reconocer en su entorno personal.

Se promovió una reflexión conjunta sobre los efectos del alcohol, invitando a los estudiantes a compartir qué observan en las personas que consumen alcohol, tanto en términos de comportamiento como de efectos psicológicos, y cómo estas conductas impactan en sus interacciones sociales y actividades diarias.

### **Actividad 5. Cierre “Exposición de video INTRAIID”**

Se prosiguió con la proyección de un video elaborado por el equipo organizador, el cual abordaba las graves consecuencias del consumo de alcohol este material audiovisual tuvo un impacto profundo en los estudiantes, ya que los llevó a reflexionar sobre la presencia omnipresente del alcohol en sus vidas y cómo, en ocasiones, tendemos a normalizar su consumo sin ser conscientes de las graves implicaciones que esto conlleva. El video destacó las diversas causas que pueden llevar a iniciar el consumo de alcohol y cómo este hábito afecta gradualmente la vida diaria, así como el entorno familiar y social, el objetivo fundamental del video era evidenciar que el alcohol, más allá de ser simplemente una bebida, puede convertirse en un veneno para toda una familia. Es el desencadenante de enfermedades físicas y mentales, así como de problemas sociales y personales, y en muchos casos, puede llevar a la muerte prematura. Al término de la proyección, se solicitó a los estudiantes que compartieran sus impresiones sobre lo que habían presenciado. Se buscaba saber cómo se sintieron al ser confrontados con la cruda realidad mostrada en el video y si lograron captar el llamado a la reflexión sobre la importancia de no subestimar ni normalizar el consumo de alcohol.

### **Observaciones**

Durante la explicación teórica, se observó que los estudiantes compartían entre sí información personal sobre el consumo de alcohol, incluyendo menciones de que algunos de sus compañeros consumen alcohol a pesar de ser menores de edad. También se hacía referencia a que algunas de sus compañeras ya asisten a discotecas, donde se exponen a este tipo de consumo, este intercambio de información sugiere una conciencia entre los estudiantes sobre las prácticas de consumo de alcohol en su entorno, algunos compañeros compartieron experiencias personales sobre cómo el alcohol ha afectado a sus seres queridos. Las actividades indica una apertura por parte de los estudiantes para discutir temas sensibles y una disposición para reflexionar sobre las consecuencias del consumo de alcohol en sus vidas y en la de quienes los rodean.

## **Conclusiones del Área**

La participación de los estudiantes en el taller proporcionó una plataforma para la exploración y reflexión sobre temas relacionados con las drogas, a través de las contribuciones de sus compañeros, se logró generar una reflexión tanto grupal como individual sobre el manejo de estos temas. Es evidente que los estudiantes están en una etapa de exploración, descubrimiento, esta experiencia les proporcionó una comprensión más profunda de las consecuencias del alcohol, al compartir sus propias experiencias de vida, tanto positivas como negativas, los estudiantes se enriquecieron mutuamente, obtuvieron una visión más completa de los efectos del alcohol en sus vidas y en la de quienes los rodean. Este intercambio de perspectivas y experiencias les brinda una base sólida para tomar decisiones informadas y responsables en el futuro.

## **SESIÓN N°12 Alcoholismo Objetivo:**

- ✓ Reflexionar, acerca de la problemática personal, social y familiar del Alcohólico, a través del análisis en grupo.
- ✓ Definir el concepto de alcoholismo y dar a conocer los efectos y/o consecuencias biológicas y psicológicas, del consumo excesivo del alcohol.
- ✓ Conocer las consecuencias del Alcohol a nivel personal, familiar y social.

**Tiempo de duración:** 2 horas de taller (10 grupos) **Materiales:**

- Diapositivas
- Computadora
- Hojas
- Lápices

## **Actividades**

### **Actividad 1. Bienvenida**

Se recibe a los participantes dándoles la bienvenida, al mismo tiempo se facilita la lista para registrar la asistencia.

### **Actividad 2. “Frase de reflexión”**

La actividad continuó con la presentación de una frase reflexiva: "El alcoholismo no es un vicio, es una enfermedad" se planteó esta frase con el propósito de invitar a los estudiantes a reflexionar y compartir sus opiniones sobre lo que representaba para ellos. Las respuestas fueron diversas y reveladoras algunos estudiantes expresaron que el alcoholismo, más allá de ser una enfermedad, es la causa de mucho dolor y sufrimiento, mientras que otros compartieron experiencias personales sobre cómo el alcoholismo ha afectado a sus familias durante años. Por otro lado, hubo quienes afirmaron que el alcoholismo solo afecta a personas que carecen de autocontrol y fortaleza.

Cada opinión fue valorada y respetada, se explicó a los estudiantes que más adelante profundizarían en este tema del alcoholismo para comprenderlo en su totalidad. Se reconoció la importancia de abordar este tema con seriedad y sensibilidad, ya que el alcoholismo es una problemática que afecta a individuos y comunidades en diferentes niveles.

### **Actividad 3. “¿Qué es el alcoholismo?”**

La actividad prosiguió con una explicación teórica respaldada por diapositivas sobre qué es el alcoholismo y cuáles son las etapas que lo caracterizan, se detalló que, en la primera etapa, los individuos suelen hacer promesas de dejar de beber, pero recurren al alcohol para aliviar tensiones, encontrando dificultades para abandonar el hábito una vez que han comenzado. En la segunda etapa, se tiende a negar u ocultar el consumo, incluso bebiendo en momentos inapropiados o de manera solitaria, volviéndose una necesidad diaria. En la etapa final, el alcohol ocupa un lugar prioritario por encima de la familia, se experimenta aislamiento y pérdida de ambición, lo que conduce a problemas de salud y relaciones sociales. Además de las etapas, se explicaron otros síntomas característicos del alcoholismo, como cambios de personalidad, efectos psicológicos, aislamiento, sentimientos de

superioridad, debilidad e irritabilidad, se destacó que las personas bajo los efectos del alcohol tienden a saltar de un pensamiento a otro y pueden experimentar alteraciones significativas.

Se planteó a los estudiantes la pregunta abierta sobre si es posible curar el alcoholismo, y se llegó a la conclusión de que, aunque no se puede curar por completo, el tratamiento adecuado puede controlarlo y permitir llevar una vida normal.

Finalmente, se abordaron las graves consecuencias del consumo de alcohol para la salud, que incluyen daños en el hígado, úlceras, gastritis, cáncer, afectación de las glándulas, daño cerebral, delirio y desnutrición. Estas consecuencias fueron presentadas como una reflexión sobre el impacto negativo que el alcohol puede tener en el ser humano.

#### **Actividad 4. Cierre “Yo soy el alcohol”**

En esa actividad, se distribuyeron hojas a los estudiantes con la indicación de que las doblaran en dos y luego en cuatro secciones, en cada sección superior debían escribir el nombre de una persona importante para ellos, y en las secciones inferiores anotar alguna actividad que disfrutaran mucho hacer o un sueño que aspiraban alcanzar en el futuro una vez que todos completaron esta tarea, se les pidió que acordaran su papel en cuatro para facilitar la visualización también se les instó a agregar sus nombres en los papeles para su identificación.

Luego de esta preparación, se explicó la dinámica: se les pidió imaginar que el alcohol pasaba por cada persona, recogiendo diferentes números de papeles de cada uno, podía quitar el primero, el segundo o el tercero, y los recogía y desechaba en un tacho de basura mientras recorría el salón. Lo crucial era que cada persona experimentara la pérdida de al menos uno de los papeles.

Tras realizar esta actividad, se llevó a cabo una reflexión sobre la importancia de cada papel para los estudiantes, y se les pidió que expresaran cómo se sintieron cuando el alcohol les quitó a alguien o algo que querían, se buscaba comprender qué mensaje transmitía este ejercicio sobre la relación del abuso del alcohol, los estudiantes compartieron sus sentimientos de tristeza al experimentar la pérdida y reconocieron que esta experiencia no estaba lejos de la realidad que podría ocurrir debido al uso excesivo del alcohol.

## **Observaciones**

Los estudiantes demostraron una notable motivación para participar activamente en la discusión relacionado al alcohol, muchos de ellos compartieron testimonios personales sobre familiares que padecen la enfermedad del alcoholismo, lo que generó una atmósfera de profunda empatía entre los jóvenes, el apoyo mutuo, la solidaridad fueron importantes durante la actividad, varios estudiantes expresaron que el alcoholismo puede afectar a cualquier persona, sin importar su origen o estatus social, mencionaron que el consumo de alcohol comienza como una moda, pero puede convertirse en un problema serio que afecta la vida de quienes lo padecen. Estos testimonios destacan la importancia de abordar el tema del alcoholismo desde una perspectiva comprensiva, empática, subrayan la necesidad de crear conciencia sobre los riesgos asociados con el consumo de alcohol desde una edad temprana.

## **Conclusiones del Área**

Los jóvenes son conscientes de las graves consecuencias que puede acarrear el consumo de alcohol, se encuentran inmersos en un entorno donde el alcohol está presente de forma cotidiana, lo que dificulta resistirse a consumirlo. Refleja la realidad que se vuelve aún más compleja para aquellos que tienen familiares que sufren de alcoholismo ya que, a pesar de ser testigos de primera mano de los devastadores efectos del alcohol en sus seres queridos, sienten una presión social que los impulsa a consumir para encajar en la sociedad.

El consumo de alcohol se ha convertido en algo común en muchos entornos sociales, lo que puede generar una sensación de presión u exclusión para quienes optan por abstenerse, como mencionaron los estudiantes.

## **SESIÓN N°13 Tabaco**

### **Objetivo:**

- ✓ Reflexionar sobre las causas del uso de Tabaco, a través del intercambio de inquietudes y opiniones.
- ✓ Desarrollar una actitud crítica a través de la exposición dialogada que permita a los

jóvenes filtrar la información que reciben de los distintos medios.

- ✓ Informarse de los efectos dañinos del Tabaco en el organismo, en los seres que viven con nosotros y en el medio ambiente.
- ✓ Crear a través del diseño de alternativas novedosas en publicidad, formas de prevenir el consumo de Tabaco.

**Tiempo de duración:** 2 horas de taller (10 grupos)

**Materiales:**

- Diapositivas
- Computadora
- Marcadores
- Tarjetas
- Marcadores

**Actividades**

**Actividad 1. Bienvenida**

Se recibe a los participantes dándoles la bienvenida, al mismo tiempo se facilita la lista para registrar la asistencia.

**Actividad 2. “Frase de reflexión”**

La actividad comenzó con una frase introductoria de reflexión: "Apaga tu cigarrillo y enciende tu vida". Se les preguntó a los estudiantes qué opinaban sobre esta frase y qué creían que aportaba; varias voces se alzaron para expresar que el cigarrillo gradualmente afecta la calidad de vida de las personas, y que para llevar una vida más saludable no es necesario recurrir al tabaco. Con estos valiosos aportes, se profundizó aún el tema.

### **Actividad 3. “La flor”**

En esta actividad, se presentó a los estudiantes un ejercicio visual utilizando una flor con cuatro pétalos, cada uno representando una causa del consumo de tabaco. Inspirados por este ejemplo, se les proporcionó a los estudiantes una hoja y un marcador, y se organizaron en grupos, la tarea consistía en que cada grupo identificara, en una sola palabra, las causas del consumo de tabaco, creando así una "flor" con cuatro o más pétalos que representaran estas razones.

Esta dinámica permitió a los estudiantes visualizar de manera tangible las causas del consumo de tabaco y reflexionar sobre ellas en grupo. Cada grupo compartió sus hallazgos, lo que generó una discusión enriquecedora sobre las actitudes frente a la conducta del consumo de tabaco y cómo estas causas afectan a los individuos, fue un ejercicio práctico que facilitó la comprensión de las diferentes perspectivas y percepciones de los estudiantes sobre este tema importante.

### **Actividad 4. “Que sabemos del consumo de cigarrillos”**

Se procedió con una explicación detallada sobre el consumo de cigarrillos, llevando a cabo una exposición dialogada para profundizar en el tema. Se destacó que el tabaco puede utilizarse de diversas maneras, como fumar, masticar, inhalar, entre otras, y se exploraron sus orígenes, remontando a su uso por parte de los indígenas en rituales y ceremonias hace milenios, además, se abordó la composición del cigarrillo, incluyendo sustancias como la nicotina, el monóxido de carbono y el alquitrán, y se analizaron las razones por las cuales se considera al tabaco como una droga, así como sus efectos, como la dependencia y el síndrome de abstinencia.

Una vez establecidas estas bases, se realizó una actividad interactiva con los estudiantes, quienes, luego de consensuar entre ellos, escribieron en la pizarra las razones por las cuales los jóvenes fuman, entre las conclusiones destacaron la curiosidad, la presión de grupo, la imitación y la rebeldía, así como la disponibilidad de cigarrillos, también se exploraron las características de los jóvenes no fumadores, resaltando su mejor rendimiento en el deporte, su fortaleza personal y el cuidado de su salud. Se discutió sobre los efectos del tabaquismo en las mujeres embarazadas y en sus hijos, así como las diferencias en las

características del humo del cigarrillo principal y secundario.

Esta actividad promovió un análisis grupal profundo por parte de los estudiantes, permitiéndoles reflexionar sobre los diversos aspectos relacionados con el consumo de tabaco y sus implicaciones en la salud y el bienestar.

#### **Actividad 5. “El tabaco daña”**

Se introdujo una dinámica llamada "El tabaco de año", diseñada para explorar los efectos del tabaquismo en el organismo humano y en el medio ambiente que nos rodea cada estudiante recibió una tarjeta que planteaba preguntas destinadas a identificar las consecuencias del tabaco.

La dinámica comenzó con la distribución de las tarjetas entre los estudiantes, quienes luego las leyeron en voz alta para compartir las reflexiones que escribieron cada estudiante, al leer su tarjeta, aportaba sus ideas y opiniones sobre las posibles consecuencias del tabaquismo, y luego las iba colocando o dictando al grupo según consideraba apropiado.

Esta actividad facilitó una participación activa por parte de los estudiantes, quienes pudieron ampliar sus conocimientos sobre el tema y contribuir con reflexiones significativas al compartir sus puntos de vista, se fomentó un ambiente de aprendizaje interactivo y colaborativo, en el cual se enriquecieron mutuamente con sus aportes.

#### **Actividad 6. “Los publicistas”**

Se llevó a cabo la dinámica de los publicistas, una actividad que buscaba fomentar la creatividad y la reflexión en torno a la prevención del consumo de tabaco, los estudiantes fueron divididos en grupos de 8 a 10 personas, con la tarea de planificar una presentación enfocada en este tema muchos optaron por realizar una obra de teatro o una propaganda, contando con un tiempo limitado de 15 minutos para su ejecución.

Cada grupo participó presentando su spot, mientras que el resto de los estudiantes permanecía atento para observar y luego discutir en grupos las distintas presentaciones se buscaba reflexionar sobre cuáles tenían un mayor impacto en la realidad y en la conciencia sobre los riesgos del tabaquismo.

Los estudiantes demostraron gran creatividad en sus propuestas, destacando la importancia de mostrar la prevención del tabaco divertida y entretenida, reconocieron que la mejor publicidad es aquella que logra conectar de manera amigable y familiar, transmitiendo la responsabilidad que todos tenemos en difundir mensajes saludables en nuestro entorno.

Al finalizar las presentaciones, se agradeció a todos los participantes con un fuerte aplauso por su esfuerzo y contribución, reconociendo el valor de su participación en esta actividad.

### **Actividad 7. Cierre “Nosotros y el medio ambiente”**

Para concluir esta actividad, se proyectaron imágenes que mostraban cómo el consumo de tabaco afecta nuestro entorno y medio ambiente se mostraron escenas de hospitales con personas fumando cerca, imágenes de personas fumando en entornos escolares y en plazas, así como en centros comerciales, estas imágenes permitieron identificar que el cigarrillo está presente en numerosos lugares de nuestro día a día, más de lo que a menudo reconocemos.

Esta reflexión apuntaba a sensibilizar sobre la importancia de identificar y evitar el consumo de tabaco en nuestro entorno cotidiano se destacaron situaciones preocupantes, como la exposición al humo del tabaco en entornos donde hay niños presentes, ya sea en hogares con madres fumadoras durante el embarazo o cerca de escuelas con niños pequeños, también se resaltó la incomodidad que puede causar el humo del cigarrillo en lugares públicos, como hospitales y transporte público, donde algunas personas enfermas se ven afectadas por la exposición al humo.

El objetivo de estas imágenes fue crear conciencia sobre los peligros del tabaquismo pasivo y cómo las personas fumadoras involuntariamente exponen a otros a riesgos para la salud.

### **Observaciones**

Durante la dinámica de la flor, se observó que los grupos coincidían en identificar el estrés, la ansiedad, la presión del grupo y la influencia de la moda como causas principales

del consumo de tabaco en los jóvenes, estos factores fueron ampliamente reconocidos como desencadenantes del hábito de fumar entre los participantes.

Se observó el desconocimiento del alcance del daño que el cigarro puede causar en el organismo humano, las advertencias en las cajetillas de cigarrillos son evidentes, los jóvenes expresaron una creencia de que estas advertencias no se aplican a ellos de la misma manera, minimizando así los riesgos para su salud. Resulta preocupante que varios jóvenes admitieron haber consumido cigarrillos a pesar de ser menores de edad la mayoría admitieron haberlo hecho por curiosidad o por influencia de eventos sociales, familiares y amigos que fuman, resalta la necesidad de una mayor conciencia sobre la importancia de prevenir el acceso de los jóvenes al tabaco y de ofrecer alternativas saludables y educación sobre los riesgos asociados al consumo de tabaco desde una edad temprana, fue importante la participación de un estudiante que expresó abiertamente su preocupación por sus compañeros, les dijo que no quería verlos fumar y que se molestaría con ellos, demostrando así un afecto genuino y el deseo de proteger la salud y el bienestar de sus amigos. Este gesto subraya la importancia de la influencia positiva entre los pares en la prevención del tabaquismo entre los jóvenes.

### **Conclusiones del Área**

Los hallazgos destacan la vulnerabilidad de los jóvenes ante el riesgo de caer en hábitos perjudiciales como el consumo de tabaco, la prevención se vuelve fundamental, ya que lo desconocido resulta atractivo para ellos, especialmente cuando se trata de algo tan accesible y económico como el tabaco, se evidencia el papel crucial que desempeña la familia en la prevención de este tipo de comportamientos. Los padres tienen la responsabilidad de prestar una atención más cercana y constante a los peligros que enfrentan sus hijos y a las decisiones que estos toman, el involucramiento activo puede ayudar a proporcionar orientación, establecer límites claros y fomentar un ambiente familiar que promueva estilos de vida saludables y decisiones responsables.

La prevención del consumo de tabaco en jóvenes requiere un enfoque integral que incluya tanto la educación y conciencia sobre los riesgos asociados, como una participación activa, comprometida de la familia en el proceso de crianza y formación de hábitos

saludables, al trabajar juntos en estos aspectos, podemos ayudar a proteger la salud el bienestar de las generaciones futuras.

### **SESIÓN N°14 Inhalables Objetivo:**

- ✓ Introducir conceptos teóricos sobre la historia de los inhalables
- ✓ Brindar un espacio de reflexión sobre las consecuencias personales del consumo de Inhalables.
- ✓ Analizar los efectos y las características del uso de sustancias inhalables.
- ✓ Facilitar un espacio de expresión de sentimientos profundos en el grupo.

**Tiempo de duración:** 2 horas de taller (10 grupos)

### **Materiales:**

- Diapositivas
- Computadora
- Hoja de recuso
- Lápices
- 4 Papelógrafos

### **Actividades**

#### **Actividad 1. Bienvenida**

Se recibe a los participantes dándoles la bienvenida, al mismo tiempo se facilita la lista para registrar la asistencia.

#### **Actividad 2. “Frase de reflexión”**

Se dio paso a esta actividad con una frase introductoria reflexiva: "Me cuido y digo

no a lo que daña mi salud". Se invitó a los estudiantes a reflexionar sobre lo que esta frase les transmitía algunos expresaron que el acto de decir "No" puede ser una poderosa herramienta para prevenir daños a la salud, destacaron la importancia de negarse a participar en situaciones que podrían afectar su bienestar físico, mental y emocional algunos compartieron experiencias personales donde decir no había sido crucial para salvar sus vidas, ya sea al rechazar la oferta de consumir drogas o al negarse a participar en actividades peligrosas como escaparse de casa.

Se enfatizó que decir "No" es una habilidad vital en nuestras vidas, ya que puede prevenir circunstancias potencialmente peligrosas, esta introducción preparó para abordar el tema de las drogas inhalables, invitando a los estudiantes a reflexionar sobre cómo sus decisiones pueden influir en su salud y bienestar.

### **Actividad 3. "La historia de los inhalables"**

Esta actividad se centró en una explicación teórica sobre la historia moderna del uso de sustancias inhalables, que se remonta a 1844. Inicialmente, estas sustancias se utilizaban como anestesia inhalatoria, pero con el tiempo evolucionaron hacia una forma de dependencia el consumo de estas sustancias se llevaba a cabo en bares y cantinas, principalmente por hombres de clases socioeconómicas altas.

Con el paso del tiempo, hacia finales de los años 50, la gama de sustancias utilizadas se amplió y su composición se modificó, esto llevó a que la población usuaria no se limitara sólo a adultos de clases altas, sino que también incluyera a jóvenes y niños de sectores socioeconómicos más bajos, que encontraban acceso a estas sustancias, este cambio generó preocupaciones sobre el problema, ya que los efectos eran similares a los del alcohol, pero con una necesidad de consumo más prolongada y, en algunos casos, con consecuencias más severas.

En la actualidad, el consumo de estas sustancias ha aumentado significativamente, y se ha demostrado que causan daños psicofisiológicos en el individuo, afectando de manera sensible su relación con el entorno social.

#### **Actividad 4.: “La fiesta de la soledad”**

En esta actividad, se dividió a los estudiantes en grupos y se les entregaron hojas de trabajo tituladas "La Fiesta de la Soledad" se invitó a que se sintieran cómodos y eligieran un relator para leer la historia en un tiempo limitado de 10 minutos una vez concluida la lectura en cada subgrupo, se les pidió que reflexionaran sobre el grado de validez que encontraron en la historia.

Posteriormente, se plantearon preguntas a los estudiantes, como por qué creían que la soledad aceptó tan fácilmente la droga en la fiesta, qué ayuda esperarían de sus padres para evitar caer en una situación así, y qué actitud esperarían de un amigo que se encontrara en esa situación. También se cuestionó si se justificaba que alguien estuviera bajo los efectos de la droga para iniciar una relación de pareja, y si el relato podría ocurrir en la realidad.

Los estudiantes respondieron a estas preguntas en grupos, respaldados por las opiniones de sus compañeros, identificando ciertos aspectos importantes. Por ejemplo, destacaron que no debería justificarse estar solo o sentirse solo para recurrir al consumo de drogas, y que está bien buscar el apoyo de alguien querido en momentos difíciles en lugar de recurrir a sustancias.

#### **Actividad 5. “Conceptos teóricos sobre los inhalables”**

Se inició la actividad con una explicación teórica sobre los inhalables, abordando aspectos como su definición, duración, y los tipos de solventes comúnmente consumidos, los estudiantes intervinieron activamente, mencionando solventes como la clefa, gasolina y los aerosoles, lo que demostró un cierto conocimiento en esta área.

Posteriormente, se plantearon preguntas sobre los efectos de los inhalables en diferentes niveles: físico, psicomotor y psicológico, tanto a corto como a largo plazo. Se alentó a los estudiantes a identificar estos efectos y las consecuencias del consumo de inhalables, incluyendo el daño neurológico y los efectos en el organismo.

La contribución de los participantes fue importante en este aspecto teórico, ya que la actividad se volvió más participativa y dinámica. Se valoró el conocimiento que ya tenían sobre el tema y se promovió un ambiente de intercambio de ideas y reflexión.

### **Actividad 6. Cierre “Temores y esperanzas”**

En esta actividad, se continuó profundizando en el tema presentado anteriormente, solicitando a los estudiantes que escribieran en orden de prioridad sus temores y esperanzas, señalando los más intensos. Sin necesidad de explicarlos, los estudiantes leyeron en voz alta sus propias listas, mientras se iban anotando en un papelógrafo luego, dos participantes seleccionaron dos temores y dos esperanzas que les impresionaron más.

Una vez completada esta primera etapa, el grupo se dividió en subgrupos para discutir uno de los temas elegidos posteriormente, cada subgrupo sintetizó sus reflexiones y las plasmó en el papelógrafo, expresando sus perspectivas sobre los temores y esperanzas seleccionados.

Resultó interesante observar la variedad de temores que los estudiantes manifestaron, así como las esperanzas que albergaban como jóvenes la elección de dos temores y dos esperanzas entre tantas opciones generó controversia entre los estudiantes, pero finalmente llegaron a un consenso. Esta actividad permitió reflexionar sobre la importancia de los temores y esperanzas en la vida de cada individuo, demostrando que la gran mayoría de los estudiantes estaba de acuerdo en su relevancia y los identificaba en sus propias vidas.

### **Observaciones**

Durante la dinámica, se observó una falta de concordancia en las ideas entre los participantes, lo que generó cierta discrepancia en las opiniones expresadas, esta diversidad de perspectivas, lograron llegar a una conclusión unánime, no necesitan recurrir a las drogas para establecer relaciones significativas, y reconocieron de manera colectiva los daños irreparables que estas sustancias pueden causar.

Es importante destacar que, durante la actividad, se notó una participación más activa por parte de los varones en comparación con las mujeres, la participación podría ser indicativa de diferencias en la dinámica grupal o en los roles de género dentro del contexto en el que se desarrolló la misma. Es fundamental reflexionar sobre estas diferencias y buscar formas de promover una participación equitativa entre todos los miembros del grupo, independientemente de su género, puede contribuir a una experiencia más inclusiva y

enriquecedora para todos los participantes.

### **Conclusiones del Área**

Las conclusiones resaltan la importancia de proporcionar información detallada a los jóvenes sobre los peligros y riesgos asociados con el uso de inhalables, así también comprender cómo perciben estos riesgos se evidencia la necesidad de crear espacios seguros donde los jóvenes puedan expresar sus opiniones y preocupaciones sin temor a ser juzgados, lo que facilita una comunicación abierta y constructiva sobre temas delicados uno de estos el uso de drogas.

Es crucial reconocer la influencia significativa que los medios de comunicación ejercen sobre los jóvenes en la percepción del uso de drogas, la representación normalizada del consumo de drogas en novelas de narcotraficantes, canciones y anuncios puede distorsionar la percepción de los jóvenes sobre los riesgos asociados con el uso de drogas, minimizando su impacto negativo y fomentando actitudes más permisivas hacia el consumo de sustancias.

Estas conclusiones subrayan la importancia de adoptar enfoques educativos integrales que aborden no sólo la información sobre los riesgos del uso de drogas, sino también las influencias culturales y mediáticas que pueden influir en las actitudes, comportamientos de los jóvenes en relación con las drogas.

### **SESIÓN N°15 Marihuana**

#### **Objetivo:**

- ✓ Examinar los mitos y realidades acerca de la marihuana
- ✓ Informarse sobre los efectos de la marihuana en el organismo y la psique del consumidor
- ✓ Aprender y ejercitar conductas asertivas frente a la influencia del grupo de amigos.

**Tiempo de duración:** 2 horas de taller (10 grupos)

## **Materiales:**

- Diapositivas
- Computadora
- Papelógrafo
- Marcadores
- Masking,
- 2 Pañoletas

## **Actividades**

### **Actividad 1. Bienvenida**

Se recibe a los participantes dándoles la bienvenida, al mismo tiempo se facilita la lista para registrar la asistencia.

### **Actividad 2. “Frase de reflexión”**

Se dio continuidad a la actividad con la reflexión sobre la frase "Deseo mi bienestar físico, mental y social para así posibilitar que sienta plenamente equilibrio y armonía" tras la enunciación de esta frase, se invitó a los estudiantes a compartir sus reflexiones al respecto. Algunas de las opiniones expresadas resaltaron la importancia de cuidar la salud en todos sus aspectos aprendidos hasta ahora. Los estudiantes también mencionaron que mantener el equilibrio y la armonía a veces resulta desafiante, especialmente debido al estrés relacionado con las clases y los problemas familiares.

Se destacó que, aunque es fácil hablar sobre lo que se debería hacer para mantener el bienestar, la realidad de llevarlo a cabo puede ser complicada. Estas opiniones fueron valoradas y respetadas por el grupo, y se les comunicó a los estudiantes que más adelante se profundizará en este tema.

### **Actividad 3. “Mitos y realidades acerca la Marihuana”**

La actividad se centró en identificar los mitos y realidades acerca de la marihuana. Se les proporcionó a los estudiantes una lista de afirmaciones y se les pidió que determinaran las que consideraban mitos y realidades, esto generó un debate entre los estudiantes, ya que lo que algunos consideraban un mito, otros lo percibían como una realidad, y viceversa. Se valoraron todas las opiniones expresadas y se registraron las respuestas mayoritarias al finalizar la actividad.

Al concluir, se mostraron las respuestas correctas para cada afirmación, lo que permitió a los estudiantes verificar si sus percepciones coincidían con la realidad, muchos de ellos se sintieron seguros de sus respuestas y afirmaron haber respondido de manera acertada. Esta actividad resultó fundamental para desmitificar ideas arraigadas sobre la marihuana y para descubrir las realidades que pueden influir en el consumo de esta sustancia.

Se destacó que nuestras elecciones pueden ser influenciadas por los mitos y realidades que circulan en torno a las drogas, tanto legales como ilegales, se señaló que aquellos que comercializan estas sustancias pueden promover ciertos mitos para fomentar su consumo. En última instancia, la actividad ayudó a los estudiantes a cuestionar y reflexionar sobre la información que reciben sobre la marihuana y otras drogas.

### **Actividad 4. “Exposición teórica”**

La actividad anterior se enriqueció con una exposición teórica exhaustiva sobre la marihuana. Se exploraron diversos aspectos, desde su composición química hasta los nombres con los que se la conoce en diferentes contextos, los estudiantes participaron activamente, compartiendo datos interesantes y perspectivas variadas sobre cómo se refieren a esta droga en su entorno.

Además, la exposición se adentró en los efectos tanto psicológicos como biológicos que la marihuana puede tener en el organismo humano, se discutió específicamente sobre su impacto en mujeres embarazadas y se profundizó en el tema de la dependencia y la tolerancia que puede generar su consumo a largo plazo. Esta presentación no solo proporcionó una comprensión más completa de la marihuana, sino que también destacó la importancia de

entender sus implicaciones para la salud y el bienestar.

### **Actividad 5. “Aprendiendo a decir No”**

La actividad propuesta se centró en el desarrollo de habilidades para decir “No” de manera efectiva ante situaciones de riesgo, se inició con una lluvia de ideas, donde se solicitó a los estudiantes que compartieran diversas formas de negarse a la presión de grupo, ya sea de amigos, padres u otras personas influyentes.

Estas ideas fueron registradas en un papelógrafo, enfatizando en la importancia de expresar el rechazo de manera argumentada y respetuosa, evitando simplemente utilizar la palabra "no" durante esta fase, los estudiantes resaltaron la importancia de usar respuestas afirmativas, como "gracias, pero debo estudiar", o proponer alternativas de actividades. Estas sugerencias fueron implementadas en una representación teatral, donde los estudiantes practicaron cómo decir “no” cuando se les invita a consumir drogas, manteniendo la amistad y el respeto por la otra persona.

Se enfatizó que decir “No”, no implica perder amistades o decepcionarse de uno mismo, sino que es una forma de cuidarse y expresar una opinión personal de manera asertiva. Esta actividad proporcionó a los estudiantes herramientas prácticas para resistir la presión social y mantenerse firmes en sus decisiones.

### **Actividad 6. Cierre “Pérdida de sentidos”**

La actividad diseñada tuvo como objetivo sensibilizar a los estudiantes sobre la pérdida de los sentidos asociada al consumo de drogas, se formaron dos grupos, donde los participantes se enfrentaron cara a cara, con una distancia marcada entre ellos. Los primeros en participar fueron vendados, y se les indicó que, al entrar en el mundo de las drogas, se comienza a perder la visión, simbolizada por no ver a quienes realmente les aprecian y están presentes para ellos.

Mientras caminaban con los ojos vendados, los demás estudiantes crearon ruido para distraerlos, lo que generó desorientación y dificultad para avanzar, esta dinámica se repitió con otros participantes, algunos de los cuales además de estar vendados, no pudieron usar sus brazos posteriormente, se añadió la restricción de no poder hablar, complicando aún más

el recorrido, resaltó cómo en el mundo de las drogas se pierde la capacidad de comunicarse y expresarse.

La última etapa de la actividad consistió en que los participantes, además de estar vendados y sin poder usar sus brazos, solo pudieran usar un pie para avanzar esta limitación adicional demostró lo difícil que puede ser funcionar en el mundo de las drogas, donde se pierde el control total del cuerpo y la autonomía. Al finalizar la actividad, se realizó una reflexión colectiva sobre cómo las drogas van afectando progresivamente nuestros sentidos y la dificultad que esto conlleva para salir de esa situación se destacó la importancia de la ayuda de quienes nos rodean para evitar caer en ese abismo y la necesidad de evitar que las drogas se conviertan en nuestro único estímulo para seguir adelante.

### **Observaciones**

Durante la discusión, algunos jóvenes expresaron la creencia de que la marihuana es beneficiosa y debería ser legalizada, esta opinión se vio respaldada por comentarios que hacían referencia a la legalización de la marihuana en otros países, lo que llevó a una reflexión sobre su posible legalización en Bolivia, se observó un notable entusiasmo por parte de los jóvenes al abordar el tema de la marihuana, lo que sugiere un interés significativo en explorar este tema.

Algunos jóvenes mostraron reticencia a participar en la discusión, pero una vez alentados, todos lograron involucrarse activamente, incluso representando una escena frente al grupo. Este cambio de actitud resalta la importancia de crear un ambiente de apoyo y confianza que motive la participación de todos los miembros del grupo.

Los jóvenes compartieron experiencias personales sobre la dificultad de negarse a la petición de un amigo, pero también enfatizaron que no es imposible resistirse a la presión social, los comentarios subrayan la importancia de desarrollar habilidades de resistencia y autocontrol frente a la influencia de los compañeros, lo que puede ayudar a prevenir el uso indebido de sustancias.

## **Conclusiones del Área**

Las conclusiones destacan la percepción de muchos adolescentes de que la marihuana es inofensiva e incluso puede servir para fortalecer los lazos entre ellos, las creencias reflejan una falta de conciencia sobre los riesgos y efectos negativos asociados con el consumo de esta droga. Se evidencia que los jóvenes se encuentran en una etapa de desarrollo compleja, donde aún están trabajando en fortalecer su capacidad para tomar decisiones que no comprometan sus relaciones de amistad y que no los hagan sentir incómodos al rechazar el uso de drogas, la presión social y el deseo de encajar pueden influir en estas decisiones, lo que destaca la importancia de promover habilidades de resistencia y autoafirmación entre los jóvenes.

Es crucial abordar los mitos y percepciones erróneas sobre la marihuana y otras drogas, ya que pueden influir en las decisiones, comportamientos de los jóvenes, proporcionar información precisa y educación sobre los riesgos reales del consumo de drogas puede ayudar a desmitificar estas creencias, empoderar a los jóvenes para tomar decisiones más saludables y responsables para su bienestar a largo plazo.

### **SESIÓN N°16 Cocaína Objetivo:**

- ✓ Conocer sobre los efectos y consecuencias del consumo de cocaína.
- ✓ Relacionar sus decisiones actuales con su vida futura.
- ✓ Analizar los mensajes preventivos, que permita extraer un diagnóstico de las percepciones y prejuicios frente al consumo de cocaína.

**Tiempo de duración:** 2 horas de taller (10 grupos)

### **Materiales:**

- Diapositivas
- Computadora
- Hojas

- Lápices
- Data

## **Actividades**

### **Actividad 1. Bienvenida**

Se recibe a los participantes dándoles la bienvenida, al mismo tiempo se facilita la lista para registrar la asistencia.

### **Actividad 2. “Frase de reflexión”**

La actividad se inició con una reflexión introductoria, compartiendo la frase: "La vida está llena de juegos, unos divertidos, otros frustrantes y algunos peligros, la calidad de vida que elijas tener dependerá de tus propias decisiones" se preguntó a los estudiantes qué pensaban al respecto y qué reflexiones les generaba esta frase.

Algunos expresaron que cuando están inmersos en un juego, no suelen pensar en las consecuencias, actúan de manera impulsiva y no consideran las posibles implicaciones. Para ellos, lo importante en ese momento es simplemente disfrutar del momento sin preocuparse por lo que pueda suceder. Este punto de vista sirvió como punto de partida para introducir el tema principal de la actividad la reflexión sobre la droga, específicamente la cocaína.

### **Actividad 3. “Conceptos Teóricos”**

La actividad continuó con una explicación teórica detallada sobre la cocaína, abordando su historia y su derivación a partir del arbusto de la coca, principalmente en las regiones de los Andes, como Perú y Bolivia. Se discutieron los derivados de la cocaína y la dependencia que esta droga puede ocasionar, tanto a nivel psicológico como físico se exploraron los diversos modos de consumo que se han encontrado, como la inyección y la inhalación. Se profundizó en la composición química de la cocaína y los efectos que su consumo puede tener en el cuerpo humano, especialmente si se consumen grandes dosis. Se analizó la pasta base de cocaína y se discutieron sus efectos, incluyendo la euforia, los efectos físicos y psíquicos, así como la disforia que puede ocasionar.

Además, se abordaron las consecuencias del consumo de cocaína durante el embarazo, y se invitó a los estudiantes a compartir sus conocimientos y experiencias sobre el tema. Se reflexionó colectivamente sobre las graves implicaciones del consumo de esta droga y se generó un espacio para discutir sobre “cómo abordar esta problemática tanto a nivel individual y comunitario”.

#### **Actividad 4. “Qué pasaría si...”**

Se procedió a invitar a los estudiantes a realizar una reflexión proyectando sus vidas hacia el futuro, imaginándose a sí mismos dentro de diez años, se entregaron una serie de preguntas provocativas: ¿Qué pasaría si te vuelves dependiente de la cocaína? ¿Cómo te sentirías si descubres que tu mejor amigo está atrapado en la adicción a las drogas? ¿Qué sucedería si te enfrentaras a la cárcel por robar para financiar tu adicción? ¿Y si descubrieras que serás padre o madre mientras sigues consumiendo drogas? cada estudiante recibió estas preguntas para que reflexionara sobre ellas desde su propia perspectiva. Hubo una variedad de respuestas, reflejando las distintas formas en que los jóvenes perciben estas situaciones.

Posteriormente, se compartieron estas respuestas con todo el grupo para fomentar un análisis colectivo.

Una vez expuestas las respuestas, se planteó una pregunta adicional: ¿Qué cambios podrías hacer hoy en tu vida para evitar que estas situaciones se conviertan en una realidad en el futuro? Se destacó la importancia de reflexionar sobre las decisiones presentes y cómo estas pueden influir en el curso de nuestras vidas a largo plazo, resaltando la importancia de la prevención y la toma de decisiones conscientes.

#### **Actividad 5. “ Video educativo Cocaína”**

Se procedió a presentar un video educativo sobre la cocaína. En el video, se ilustraba cómo la cocaína llegaba a manos de los jóvenes y las consecuencias devastadoras que se derivan de su consumo, después de ver el video, se llevó a cabo un análisis conjunto sobre los mensajes de prevención presentados.

Se animó a los estudiantes a compartir sus percepciones y prejuicios frente al consumo de drogas todas las opiniones fueron escuchadas y tomadas en cuenta para

enriquecer la reflexión grupal los estudiantes debatieron sobre los distintos puntos del video, identificando mensajes clave y discutiendo la efectividad de las estrategias de prevención mostradas.

Este ejercicio permitió no sólo diagnosticar las percepciones y prejuicios que los estudiantes tienen sobre el consumo de drogas, sino también fomentar un ambiente de diálogo abierto y respetuoso, la actividad concluyó con una reflexión colectiva, subrayando la importancia de estar informados y conscientes de los riesgos asociados con la cocaína y otras sustancias.

### **Actividad 6.Cierre “Que pienso de las Drogas”**

Se realizó una dinámica de lluvia de ideas en la que los estudiantes compartieron sus opiniones sobre las drogas, catalogándolas como buenas o malas, y explicando sus razonamientos la actividad comenzó con una pregunta abierta: "¿Qué piensan ustedes de las drogas? ¿Por qué creen que se consideran malas o buenas?" a medida que los estudiantes ofrecían su punto de vista, se registraron algunos defendían que ciertas drogas, como la marihuana, podían tener beneficios medicinales y usos terapéuticos, mientras que otros argumentaban que todas las drogas son perjudiciales para la salud y no deberían existir, la discusión fue dinámica, enérgica con muchos estudiantes participando activamente y debatiendo sus puntos de vista.

Se abordaron temas como el uso recreativo versus el medicinal, la legalización, la regulación, los efectos a corto y largo plazo de diferentes sustancias a pesar de los desacuerdos en el aula, las diferencias de opinión, la actividad culminó en una reflexión colectiva se reconoció que, aunque las drogas están presentes en nuestra sociedad y pueden tener aplicaciones beneficiosas, es crucial estar informados sobre sus consecuencias, se enfatizó la importancia de la educación y la prevención para evitar el uso excesivo y temprano de drogas, así como el impacto negativo que pueden tener en nuestras vidas y en la de nuestros seres queridos.

La conclusión final fue en la necesidad de un enfoque equilibrado comprender tanto los potenciales beneficios como los riesgos, reflexionar sobre cómo el consumo de drogas

puede afectar no sólo a los individuos, sino también a sus familias y comunidades en nuestra sociedad.

### **Observaciones**

Se observó que los estudiantes experimentaron dificultades al proyectar sus vida dentro de un período de diez años, algunos mostraron resistencia para escribir debido a la falta de inspiración. Se destacó que las señoritas sobresalieron en su capacidad para plasmar sus ideas sobre el futuro, lo que sugiere una habilidad proyectiva notable por parte de las féminas.

### **Conclusiones del Área**

Los adolescentes experimentan desafíos significativos al tratar de definir metas a largo plazo o planificar un proyecto de vida que implique la toma de decisiones importantes, al profundizar en sus reflexiones y escuchar sus aspiraciones, se observa una clara voluntad de alcanzar logros profesionales, perseguir la estabilidad laboral en el futuro cercano, a pesar de las dificultades que puedan enfrentar en la construcción de un camino definido hacia sus objetivos de cada uno de los estudiantes.

## **ÁREA CINCO** **SEXUALIDAD**

Este espacio de reflexión sobre la sexualidad en la adolescencia no sólo proporciona información valiosa, sino que también empodera a los estudiantes a enfrentar los desafíos de esta etapa con mayor confianza y conocimiento.

**Objetivo:** Analizar las manifestaciones de su sexualidad y la manera particular en que la experimentan, destacando los singulares matices que cobran sus vivencias durante la adolescencia.

### **SESIÓN N°17 Universo de mi Sexualidad Objetivo:**

- ✓ Comunicarse a través del sentido del tacto.
- ✓ Sensibilizarse sobre el tema de sexualidad.

- ✓ Definir algunas condiciones necesarias para dialogar sobre temas de sexualidad
- ✓ Conocerse a sí mismo, para poder encontrar una dimensión equilibrada de su sexualidad.

**Tiempo de duración:** 2 horas de taller (10 grupos)

**Materiales:**

- Hojas de papel
- Marcadores
- Papelógrafo
- Maskin

**Actividades:**

**Actividad 1. Bienvenida**

Se recibe a los participantes dándoles la bienvenida, al mismo tiempo se facilita la lista para registrar la asistencia.

**Actividad 2. “Frase de reflexión”**

Se continuó la actividad con la frase introductoria: "Uno de los frutos más notables es haber logrado un equilibrio entre el impulso físico del sexo y la emoción del amor, que es parte de nuestra sexualidad" esta frase sirvió como punto de partida para que los estudiantes expresaran sus pensamientos y reflexiones algunos estudiantes comentaron que lograr un equilibrio entre el impulso físico del sexo y la emoción del amor es bastante difícil, especialmente porque hablar de sexo les genera incomodidad otros, con un toque de humor, mencionaron que aún no saben realmente qué es el amor ni tienen una comprensión clara de lo que significa la sexualidad todas las opiniones fueron tomadas en cuenta y se comunicó que más adelante se analizaría el tema con mayor profundidad. Se explicó que hablar de sexualidad no solo implica el acto físico, sino también las emociones, los sentimientos y la

forma en que nos relacionamos con nosotros mismos y con los demás, la actividad se desarrolló en un ambiente de respeto y apertura, permitiendo que los estudiantes se sintieran cómodos al expresar sus pensamientos y sentimientos.

Se enfatizó la importancia de la educación sexual como una herramienta para comprender mejor estos aspectos de nuestras vidas y para fomentar relaciones saludables y equilibradas.

Finalmente, se acordó que en las próximas sesiones se abordaría el tema de manera más detallada, explorando los distintos componentes de la sexualidad, incluyendo el amor, el respeto mutuo, la comunicación y la responsabilidad, con el fin de ayudar a los estudiantes a tener una visión más completa y madura sobre este importante aspecto de sus vidas.

### **Actividad 3. “Conversando con las manos”**

Se procedió a presentar la dinámica "Conversando con las manos" para ello, se conformaron parejas que se sentaron en un círculo grande, cada una frente a frente cada pareja se tomó de las manos y cerró los ojos el objetivo era que, a través del tacto, cada participante identificara las manos de su compañero y las asociarán con una palabra que describiera lo que sentía, sin decir en voz alta.

Después de unos minutos de esta actividad introspectiva, se les preguntó a los estudiantes si las palabras que pensaron fueron positivas y si la experiencia contribuyó a reforzar la convivencia entre compañero muchos expresaron que, efectivamente, habían pensado en palabras positivas, como "calidez", "confianza" y "seguridad" esta dinámica permitió que se dieran cuenta de la importancia de sentir sin prejuicios anticipados.

Se destacó que, a menudo, no prestamos mucha atención al sentido del tacto, aunque este es fundamental en nuestras vidas el tacto no sólo es un sentido físico, sino también un medio de comunicación emocional aprender a sentir y a conectar con los demás a través del tacto puede fortalecer nuestras relaciones y fomentar un ambiente de respeto y comprensión.

La dinámica "Conversando con las manos" resultó ser una experiencia enriquecedora, donde los estudiantes aprendieron a valorar el contacto humano de una manera más profunda

y consciente se concluyó la actividad reflexionando sobre cómo el simple acto de tocar puede transmitir emociones y construir puentes entre las personas, superando barreras y fomentando una convivencia más armoniosa.

#### **Actividad 4. “Mirando nuestra sexualidad”**

Se procedió a introducir a los adolescentes en el tema de la sexualidad, comenzando con una lluvia de ideas para conocer sus percepciones y conocimientos previos se preguntó qué entendían por sexualidad y por sexo, y qué se le venía a su mente al escuchar estas palabras, los estudiantes aportaron opiniones, revelando diversas interpretaciones y entendimientos del tema.

Muchos de ellos coincidieron en que consideraban la sexualidad y el sexo como lo mismo esta confusión llevó a una explicación y aclaratoria en la que se destacó que, para muchos, la sexualidad o el sexo son tabúes de los que no se debe hablar abiertamente, sin embargo, se subrayó la importancia de conocer y comprender estos conceptos para poder cuidarlos adecuadamente, se explicó que, aunque la sexualidad es un tema íntimo como personal, es crucial saber a qué hace referencia y qué implica la sexualidad, esto abarca mucho más que el acto sexual e incluye aspectos emocionales, psicológicos y sociales que forman parte de la identidad de cada persona, siendo una experiencia personal y un espacio privado que todos poseemos, sobre el cual debemos ser cautelosos y respetuosos.

Se enfatizó que hablar de sexualidad con respeto hacia los demás y hacia uno mismo es fundamental, los adolescentes deben sentirse cómodos y seguros al abordar estos temas, entendiendo que la sexualidad es una parte integral de su ser que, al conocerla y comprenderla mejor, pueden tomar decisiones informadas y responsables.

La actividad concluyó con una reflexión grupal sobre la importancia de desmitificar la sexualidad y abordarla con una actitud abierta y respetuosa. Se alentó a los estudiantes a continuar explorando y aprendiendo sobre su sexualidad, siempre desde un enfoque de respeto y responsabilidad, tanto hacia ellos mismos como a los demás.

### **Actividad 5. Cierre “Privacidad”**

Se procedió a explicar a los estudiantes que realizaríamos una dinámica de privacidad para abordar temas de sexualidad de manera estructurada y respetuosa la dinámica consistió en formar grupos de seis personas, a cada uno de los cuales se les proporcionaron tres hojas de papel, en cada una, los participantes debían escribir temas referentes a la sexualidad que los adolescentes pueden discutir, clasificándolos desde el menos al más privado.

Entre los temas escritos se mencionaron el embarazo, la masturbación, los cambios físicos y emocionales. Se recogieron los papeles y se anotaron las respuestas en el pizarrón junto con los estudiantes, se organizaron los temas en tres categorías: la más importante (número uno), la segunda y la tercera, aunque todos los temas eran relevantes, era necesario priorizarlos para una discusión enfocada, durante esta actividad, los estudiantes resaltaron la importancia de factores emocionales y mentales, los métodos anticonceptivos y el embarazo adolescente. La dinámica permitió visibilizar los temas sobre los cuales los adolescentes se sienten algo incómodos al hablar, pero que son cruciales para su comprensión y desarrollo saludable.

Al priorizar los temas, se facilitó una discusión abierta y reflexiva, los estudiantes se dieron cuenta que es fundamental abordar todos estos aspectos de la sexualidad sin prejuicios ni tabúes, promoviendo un entendimiento más efectivo y respetuoso esta actividad ayudó a crear un espacio seguro donde los adolescentes pudieron expresar sus inquietudes y aprender de manera conjunta, fortaleciendo su conocimiento y su capacidad para tomar decisiones informadas sobre su salud sexual y emocional.

### **Observaciones**

Al comienzo del taller, se observó que los adolescentes varones mostraban entusiasmo al abordar el tema, mientras que para las señoritas resultó más complicado establecer una conversación al respecto, evidenciando cierta incomodidad desde el mismo título del taller, a lo largo de la sesión, los adolescentes demostraron una insistencia notable en hablar sobre sexo, aunque en algunos casos se notaba cierta confusión entre el concepto de sexo y la relación coital.

Un momento destacado fue cuando los jóvenes se entusiasmaron al participar en una actividad que implicaba dibujar y asignar una identidad a siluetas, la actividad no sólo les permitió expresar su creatividad, sino también explorar su comprensión sobre la diversidad de identidades y roles de género, lo cual generó un ambiente de participación activa y reflexión entre los participantes.

### **Conclusiones del Área**

Las conclusiones revelan que la sexualidad es una parte intrínseca de nuestra vida cotidiana y no debería ser vista como algo negativo, sino como algo positivo que, cuando se comprende adecuadamente, promueve el amor, el respeto y el autocuidado. Se observó que los jóvenes tienen cierta información sobre la sexualidad, pero tienden a limitar su comprensión a la noción de que la sexualidad se reduce únicamente al acto sexual, el enfoque restringido resalta la necesidad de una educación sexual más integral y completa, que aborde no solo los aspectos físicos, sino también los emocionales, sociales y éticos relacionados con la sexualidad. Los jóvenes pueden desarrollar una comprensión más amplia y saludable de la sexualidad, fomentando relaciones más respetuosas y gratificantes en su vida adulta.

### **SESIÓN N°18 Construyendo nuestra sexualidad**

#### **Objetivo:**

- ✓ Construir y diferenciar los conceptos de sexo y sexualidad.
- ✓ Reconocer las dimensiones de la sexualidad para entender el enfoque integral
- ✓ Ejercitar en conjunto, las diferencias biopsicosocial entre el hombre y la mujer.

**Tiempo de duración:** 2 horas de taller (10 grupos)

#### **Materiales:**

- Tarjetas sobre Sexo , Sexualidad arcadore
- Maskin
- Marcadores

- Diapositivas
- Computadora
- Tarjetas para varones, tarjetas para mujeres
- Hojas con el test de la sexualidad

## **Actividades**

### **Actividad 1. Bienvenida**

Se recibe a los participantes dándoles la bienvenida, al mismo tiempo se facilita la lista para registrar la asistencia.

### **Actividad 2. “Frase de reflexión”**

Para continuar con la explicación, se presentó una frase de reflexión introductoria: "Cuanto mejor y más sana sea la información sexual, más profunda y madura será el contacto personal." se pidió a los estudiantes que compartieran lo que esta frase les sugería. Algunos aportaron que recibir información sexual es algo que desean, pero que a menudo se les niega porque algunos profesores y padres no están dispuestos a hablar de estos temas con ellos consideran que son temas muy importantes y que es inevitable hablar de sexualidad a su edad, además, mencionaron que cuando se refieren a la sexualidad, muchas veces piensan en el contacto físico. Estas contribuciones reflejan la necesidad y el interés de los adolescentes por recibir una educación sexual adecuada y completa se les explicó que, a lo largo del curso, se abordarán estos temas de manera progresiva y detallada se enfatizó la importancia de tener una educación sexual que no solo se enfoque en el contacto físico, sino que también considere aspectos emocionales, psicológicos y relacionales.

Esta actividad permitió abrir un espacio de diálogo y confianza, donde los estudiantes se sintieron escuchados y valorados, se les aseguró que sus inquietudes y necesidades serían atendidas, y que se proporcionaría información precisa y adecuada para que puedan desarrollar una comprensión profunda y madura de la sexualidad, promoviendo un contacto personal saludable y respetuoso.

### **Actividad 3. “Construyendo conceptos”**

Se procedió a explicar detalladamente lo que implica tanto el sexo como la sexualidad. Se dividió a los participantes en dos grupos y se le entregó a cada persona una hoja y un marcador.

A un grupo se le pidió que definiera el concepto de "sexo", mientras que al otro grupo se le indicó que trabajara con el tema de "sexualidad" cada grupo trabajó en conjunto para elaborar una definición concisa de su respectivo concepto una vez que cada grupo completó su actividad, se pidió que colocaran sus tarjetas en el área designada para "sexo" o "sexualidad" luego, los estudiantes leyeron lo que habían escrito y dialogaron sobre el contenido. Esta discusión les permitió ver las diferencias existentes entre el sexo y la sexualidad, así como comprender la importancia de distinguir entre ambos conceptos.

Este ejercicio promovió una reflexión profunda sobre la diferencia entre el sexo, que se refiere a aspectos biológicos y físicos, y la sexualidad, que abarca una gama más amplia de aspectos emocionales, psicológicos y sociales. Además, fomentó el diálogo y la comprensión mutua entre los participantes, permitiéndoles explorar y clarificar sus propias percepciones y concepciones sobre estos temas fundamentales.

### **Actividad 4. “Definiendo Conceptos”**

En esta actividad, se proporcionó una explicación teórica detallada sobre los conceptos de sexo y sexualidad, se destacó que el sexo se refiere a las características anatómicas y biológicas con las que nacemos, que nos identifican o diferencian como hombres y mujeres. Se subrayó su carácter genético, innato y estático, resaltando su naturaleza biológica, por otro lado, se abordó el concepto de sexualidad como un conjunto de manifestaciones que incluyen expresiones psicoafectivas, espirituales, sociales y biológicas, se enfatizó que las personas sienten, piensan y actúan como seres sexuales todo el tiempo, siendo la sexualidad una parte integral de la experiencia humana se exploró la relación entre el sexo y la sexualidad, señalando que el primero se refiere exclusivamente a lo biológico, mientras que la sexualidad abarca aspectos más amplios, siendo una unidad biopsico-socio-espiritual.

Se resaltó que, si bien existen sólo dos sexos biológicos, macho y hembra, las formas de vivir la sexualidad son diversas y tan variadas como las personas en el planeta, se profundizó en el desarrollo de la sexualidad, explicando cómo este implica vivir y relacionarse con nuestra sexualidad y con los demás. Se hizo hincapié en la importancia de la educación sexual, que permite a los jóvenes experimentar su sexualidad como una oportunidad para establecer vínculos humanos enriquecedores y asumir responsabilidades.

Esta exposición ayudó a aclarar muchas dudas que tenían los estudiantes sobre estos temas, como la diferencia entre sexo y coito, y les permitió comprender la complejidad y la importancia de abordar la sexualidad de manera integral y educativa.

### **Actividad 5. “El lenguaje de mi sexualidad”**

En esta actividad, se formaron grupos separados por género, con varones por un lado y mujeres por otro, cada grupo recibió tarjetas que contenían situaciones relacionadas con la sexualidad adolescente, los estudiantes eligieron una o varias tarjetas y dialogaron sobre cómo vivían y sentían esas situaciones. Se indicó que compartieran lo conversado en el grupo y se registraron las respuestas en la pizarra, teniendo un registro separado para varones y mujeres. Todas las situaciones descritas en las tarjetas fueron reconocidas como manifestaciones normales y predecibles de la sexualidad adolescente se comprendió que la sexualidad en esta etapa genera sentimientos contradictorios, confusión e interrogantes, así como dudas y sensaciones asociadas a los cambios psicosociales que se están experimentando en este periodo del ciclo de vida. Se valoró la importancia de reconocer y validar estos sentimientos y experiencias se llevaron a cabo preguntas dirigidas a los adolescentes sobre cómo podrían vivir de manera más saludable su sexualidad.

El consenso entre ellos fue, que hacerlo de manera responsable, sencilla y adecuada, sin tantos prejuicios, era fundamental, también se les cuestionó si preferirían hablar de estas experiencias con un adulto, amigo o adolescente, la mayoría expresó que preferirían dialogar sobre estos temas con sus amigos argumentaron que les resultaba más fácil comunicarse con personas de su edad, aunque reconocieron que los consejos que recibían no siempre eran los más adecuados.

### **Actividad 6. Cierre “El test de la sexualidad”**

Se llevó a cabo la actividad del "Test de la Sexualidad" con el propósito de que los estudiantes pudieran evaluar su comprensión y percepción sobre el tema de la sexualidad se le entregó a cada participante una ficha de trabajo individual donde debían completar el cuestionario. Se hizo hincapié en que no debían incluir su nombre en la ficha, ya que se trataba de un ejercicio sobre conocimientos personales, y se les alentó a participar activamente y plantear cualquier duda que tuvieran para completarlo sin dificultades se enfatizó que todas sus preguntas contribuirían a enriquecer su comprensión y formación en este tema.

### **Observaciones**

Los estudiantes expresaron claramente su dificultad para diferenciar entre los conceptos de sexo y sexualidad, lo que evidenció una confusión generalizada sobre la amplitud, la complejidad de estos términos. El desafío para comprender plenamente la distinción entre ambos refleja la necesidad de una educación sexual más completa y detallada, que no sólo aborde los aspectos biológicos, sino también los emocionales, sociales y culturales de la sexualidad humana.

Durante el test de sexualidad, se observó que los varones mostraban una mayor conciencia sobre los roles que desempeñan las mujeres en la sociedad, así como la manera en que estos roles se relacionan con su propio género y las expectativas asociadas a él. Esta percepción puede ser crucial para fomentar una comprensión más profunda y una mayor empatía hacia las experiencias y desafíos enfrentados por las mujeres en diferentes contextos sociales y culturales. Se notó que las manifestaciones de la sexualidad adolescente a pesar de ser diversas, son válidas, el reconocimiento resalta la importancia de adoptar un enfoque inclusivo, respetuoso hacia la diversidad de experiencias, expresiones sexuales entre los jóvenes.

Valorar y respetar estas diferencias, se puede crear un entorno más seguro y acogedor donde los adolescentes se sientan libres de explorar y expresar su sexualidad de manera auténtica y sin juicios.

## **Conclusiones del Área**

El taller "Construyendo Nuestra Sexualidad" representó una experiencia sumamente enriquecedora para los estudiantes, brindándoles la oportunidad de compartir sus vivencias reflexionar profundamente sobre el significado de la sexualidad en sus vidas, durante el taller, se abordaron una amplia gama de temas relevantes, que incluyeron el sexo, el género, la orientación sexual, la identidad de género, el amor, el deseo, la intimidad, el placer y la prevención, los diálogos no sólo les permitieron explorar conceptos fundamentales, sino también discutir el lenguaje asociado a la sexualidad y cómo expresan sus sentimientos y emociones en diferentes contextos y situaciones.

El taller promovió un espacio de aprendizaje abierto, comprensivo, donde los estudiantes pudieron fortalecer su comprensión de la sexualidad, su capacidad para relacionarse de manera saludable con su propio ser y con los demás.

### **SESIÓN N°19 Mitos y roles de la sexualidad Objetivo:**

- ✓ Discutir, los mitos y roles de la sexualidad a través del análisis y la reflexión, que permitan desmitificar las creencias populares, y clarificar los roles sexuales.
- ✓ Aprender la forma en que los mitos y roles afectan nuestras acciones, en las relaciones personales.
- ✓ Conocer diversas formas de expresar nuestra sexualidad.

**Tiempo de duración:** 2 horas de taller (10 grupos)

#### **Materiales:**

- Un peluche

#### **Actividades**

##### **Actividad 1. Bienvenida**

Se recibe a los participantes dándoles la bienvenida, al mismo tiempo se facilita la lista

para registrar la asistencia.

### **Actividad 2. “Frase de reflexión”**

Se comenzó la actividad con la presentación de la frase reflexiva: "La sexualidad se relaciona con nuestras creencias, nuestros sentimientos y todas nuestras manifestaciones diarias". Luego, se invitó a los estudiantes a reflexionar sobre el significado de esta frase al compartir sus opiniones, estos expresaron que la sexualidad está presente en todos los aspectos de la vida cotidiana, desde las decisiones que tomamos hasta las conversaciones que sostenemos y las experiencias que compartimos, se destacó que la sexualidad no sólo se limita a nuestras acciones, sino que también está vinculada a nuestras convicciones y emociones. Esta comprensión marcó el inicio del abordaje del tema.

### **Actividad 3. “Mitos y roles de la sexualidad”**

Se organizó una sesión dedicada a analizar y reflexionar sobre los mitos y roles en torno a la sexualidad, con el objetivo de desafiar las creencias populares y categorizar los distintos roles que la sociedad asigna en función del género, se comenzó explorando los conceptos de mito, entendido como una creencia arraigada en la cultura, pero carente de fundamentos sólidos, y el rol, que representa las expectativas sociales asociadas a cada género, los estudiantes se dividieron en dos grupos, uno encargado de investigar y discutir los mitos y otro centrado en los roles de la sexualidad se alentó a los participantes a compartir sus ideas y percepciones sobre la sexualidad, las cuales fueron registradas para su posterior análisis posteriormente, se presentaron tarjetas con distintas afirmaciones relacionadas con mitos y roles, desafiando a los estudiantes a identificar y analizar si correspondían a un mito o a un rol.

### **Actividad 4. “Idea central para el cierre”**

Esta actividad generó controversia y debates animados entre los estudiantes, quienes manifestaron confusiones y discrepancias sobre qué categoría asignar a ciertas afirmaciones, al finalizar, se destacó la importancia de la información en la formación de creencias y prejuicios, así como la necesidad de reflexionar sobre la diversidad de roles y experiencias en la sexualidad. Se concluyó que no existen verdades absolutas en este ámbito, y que es

crucial cuestionar y analizar críticamente las representaciones sociales sobre la sexualidad tanto a nivel individual como colectivo.

### **Actividad 5. “Expresión de sentimientos”**

Los estudiantes fueron convocados a formar un círculo para dar inicio a una actividad peculiarmente interactiva a cada uno se le asignó un peluche y se les instó a acariciarlo, una vez completada esta fase, se pidió que replicaran el tipo de caricias que dieron al peluche en la persona ubicada a su derecha resultó fascinante observar las diversas formas en que los estudiantes interactuaron con los peluches algunos optaron por jalar sus orejas, mientras que otros suavemente acariciaban sus ojos algunos fueron más cautelosos, tratando al peluche con delicadeza y cuidado, esta actividad resaltó la importancia de expresar nuestros sentimientos de manera espontánea y genuina hacia los demás, ya sea mediante una simple mirada, una caricia o verbalizando nuestro afecto. El ambiente se llenó de risas y gestos de cariño, con algunos estudiantes abrazando afectuosamente a los peluches como muestra de su aprecio. Esta dinámica proporcionó una experiencia tangible de cómo podemos expresar y recibir amor y afecto en nuestras interacciones cotidianas.

### **Actividad 6. Cierre “Conceptos esenciales”**

La evaluación de una relación de pareja se vincula estrechamente con diversos aspectos que reflejan la integridad de lo aprendido, en el corazón de una relación de pareja sólida se encuentra la comunicación sincera, que establece un puente de entendimiento y confianza entre ambos individuos, asimismo, la autoestima juega un papel fundamental, ya que una buena autoimagen es la base para una conexión saludable con el otro. El respeto mutuo, tanto hacia uno mismo como hacia el compañero, es un pilar fundamental en cualquier relación, pues implica reconocer y valorar las diferencias individuales la libre expresión de los sentimientos permite un intercambio honesto y profundo, fortaleciendo el vínculo emocional entre la pareja.

Al finalizar esta actividad, se destacó la importancia de los conceptos abordados, valorando las opiniones y la participación activa de los estudiantes reconocer estos pilares esenciales es fundamental para cultivar relaciones saludables y gratificantes.

## **Observaciones**

Los estudiantes compartieron una variedad de mitos sobre la sexualidad, entre los cuales destacaron algunos recurrentes, uno de los mitos más comunes fue la creencia de que las mujeres deben llegar al matrimonio siendo vírgenes como símbolo de pureza, otro mito popular fue la idea de que los condones no son efectivos porque no vienen en diferentes tallas, se mencionó el mito de que es imposible quedar embarazada en la primera relación sexual y la falsa creencia de que solo se pueden contraer enfermedades de transmisión sexual (ETS) si se tienen múltiples parejas sexuales. Estos mitos resaltan la necesidad de una educación sexual completa y precisa para desmitificar conceptos erróneos y promover una comprensión precisa y saludable de la sexualidad.

## **Conclusiones del Área**

El taller sobre mitos y roles de la sexualidad, reveló como una experiencia educativa enriquecedora, participativa para los estudiantes. A través de actividades reflexivas y dinámicas, se logró un análisis profundo de las creencias preexistentes, fomentando así la desmitificación de conceptos erróneos.

La selección de afirmaciones relacionadas con la sexualidad brindó a los estudiantes la oportunidad de expresar sus opiniones de manera abierta, generando un diálogo constructivo dentro de los grupos. El análisis colectivo de estas afirmaciones contribuyó a una comprensión amplia y crítica sobre la diversidad de perspectivas en torno a la sexualidad, permitiendo así un enriquecimiento del conocimiento y una reflexión amplia sobre este tema tan relevante.

## **SESIÓN N°20 Salud Integral Objetivo:**

- ✓ Reconocer los componentes de la salud integral desde el punto de vista biopsicosocial.
- ✓ Acceder y aplicar críticamente, conocimientos relacionados con la salud y las formas de preservarla.
- ✓ Reconocer la importancia de mejorar la calidad de vida, fortaleciendo el cuidado

de la salud mental.

**Tiempo de duración:** 2 horas de taller (10 grupos)

**Materiales:**

- Marcadores
- Papelógrafos
- Diapositivas
- Computadora

**Actividades**

**Actividad 1. Bienvenida**

Se recibe a los participantes dándoles la bienvenida, al mismo tiempo se facilita la lista para registrar la asistencia.

**Actividad 2. “Frase de reflexión”**

La actividad se enriqueció con una frase de reflexión: "La salud no depende de lo que sabes, sino fundamentalmente, de lo que haces" se invitó a los estudiantes a reflexionar sobre esta idea y aportar sus pensamientos, al respecto muchos expresaron que mantenerse activos, hacer ejercicio y cuidar su bienestar físico influye directamente en cómo se sienten consigo mismos y en su capacidad para enfrentar el día a día para ellos, estar en forma no sólo se trata de verse bien, sino también de sentirse bien y estar en armonía con su cuerpo. Consideran que llevar un estilo de vida saludable no sólo beneficia su aspecto físico, sino que también les proporciona una sensación de calma y satisfacción al completar sus tareas diarias y cumplir con sus responsabilidades.

Además, reconocieron que seguir hábitos saludables puede ayudarles a evitar situaciones estresantes y afrontar los desafíos de manera efectiva, en este sentido, comprendieron que la salud no es solo un conocimiento teórico, sino una práctica diaria que

requiere acciones concretas y compromiso personal, este intercambio inicial de ideas sirvió como punto de partida para abordar el tema de manera más profunda y significativa, destacando la importancia de traducir el conocimiento en acciones que promuevan el bienestar físico y mental.

### **Actividad 3. “Lluvia de ideas” “La Persona Integral”**

La actividad giró en torno a una lluvia de ideas denominada "La Persona Integral", cuyo objetivo fue reconocer los componentes de la salud desde una perspectiva biopsicosocial, se explicó a los participantes que representarían estos componentes en un triángulo equilátero y que compartirían qué significaba para ellos tener una salud integral y qué acciones realizaban para cuidarla. El grupo se sumergió en una dinámica participativa, aportando diversas ideas que se plasmaron alrededor del triángulo, dividiendo las respuestas según si correspondían al lado físico, mental o social de la salud, estos compartieron sus experiencias y prácticas personales, destacando la importancia de aspectos como la actividad física, el cuidado de la mente y las relaciones sociales para mantener un bienestar integral.

Una vez completadas las respuestas, se incitó a reflexionar sobre el motivo de ubicar cada idea en un lado específico del triángulo esta discusión ayudó a los participantes a comprender que la salud integral implica un equilibrio entre estos tres aspectos: el físico, el mental y el social, se incitó a explorar los conceptos relacionados con cada uno de estos lados del triángulo, como la salud física, social y mental, reconociendo la interconexión entre ellos.

Finalmente, cada integrante del grupo creó su propio triángulo, reflejando las ideas compartidas y expresando cómo cada aspecto de su vida contribuye a su salud integral. Esta actividad no solo promovió la reflexión individual, sino que también fomentó el intercambio de perspectivas y el reconocimiento de la importancia de abordar la salud de manera holística.

#### **Actividad 4. “Cuido mi cuerpo y mi mente”**

La actividad fue centrada en fomentar cambios de actitud y promover comportamientos que conduzcan a una buena salud personal y social, comenzamos cuestionando a los estudiantes sobre el significado de la salud y la enfermedad, también sobre las formas de cuidar nuestro cuerpo y mantenerlo en buen estado, exploramos juntos prácticas adecuadas de higiene y las características de las personas mentalmente sanas, una vez recopiladas todas las respuestas en papelógrafos, comenzamos a analizar y valorar la información registrada discutimos sobre la importancia de una alimentación equilibrada, las prácticas adecuadas de higiene corporal, el uso responsable de los medicamentos, la importancia de la actividad física y los comportamientos saludables en general reflexionamos sobre cómo estas prácticas se integran en nuestras vidas y qué significan para nuestro bienestar general.

Nos detuvimos a considerar las características que definen a las personas mentalmente sanas, resaltando la importancia de la estabilidad emocional, la resiliencia y la capacidad para afrontar los desafíos de la vida de manera positiva. Cada punto se registró cuidadosamente, permitiendo una evaluación detallada de nuestras prácticas individuales y colectivas en relación con la salud personal y social.

#### **Actividad 5. “Percibo mi medio”**

La actividad "Percibo mi medio" se llevó a cabo con el objetivo de generar experiencias de aprendizaje y reforzar comportamientos saludables, haciendo hincapié en la importancia de nuestros sentidos en la percepción del entorno, el grupo se dividió en cuatro equipos, cada uno centrado en un sentido diferente: vista, olfato, tacto y oído. Sin comunicarse entre sí, los grupos salieron del aula y se dedicaron a agudizar al máximo el sentido asignado durante tres minutos. una vez transcurrido este tiempo, los equipos se reunieron y compartieron todas las percepciones y sensaciones experimentadas a través del sentido trabajado. Se reflexionó sobre la frecuencia con la que realmente somos conscientes de lo que nos proporcionan nuestros sentidos en nuestra vida cotidiana los estudiantes expresaron sus experiencias y cómo se sintieron al participar en la dinámica.

Para algunos, la actividad resultó divertida, ya que era inevitable utilizar otros sentidos en lugar del asignado, otros pusieron todo su esfuerzo en agudizar el sentido designado y destacaron la importancia de cada sentido, señalando cómo se complementan entre sí para brindar una percepción completa del entorno en conjunto, se enfatizó la relevancia de estar conscientes y valorar cada uno de nuestros sentidos en nuestra relación con el mundo que nos rodea.

### **Actividad 6. “Promoviendo la salud mental”**

La actividad "Promoviendo la salud mental" se llevó a cabo con el objetivo de fortalecer el autocuidado de la salud mental, se inició con una reflexión sobre los problemas cotidianos que pueden generar ansiedad, nerviosismo, irritabilidad y otros cambios que afectan nuestras relaciones interpersonales, se destacó la importancia de analizar nuestras reacciones ante estas situaciones. Para profundizar en este tema, se dividió a los participantes en dos grupos y se asignó la tarea de preparar una dramatización el grupo uno representó a Ana María, una maestra que reacciona con mal humor ante dificultades económicas, familiares o laborales no dialoga para buscar soluciones, recurre a pastillas para dormir y no le gusta el deporte. En contraste, el grupo dos interpretó a María, una ama de casa activa que practica deporte regularmente, se reúne con sus amigas y se preocupa por su familia. durante las dramatizaciones, los estudiantes mostraron iniciativa y esfuerzo al representar los roles asignados. Se añadieron elementos como la interacción con un médico para enfatizar el impacto negativo de las acciones de Ana María. Por otro lado, la representación de María resaltó su cariño hacia su familia y su enfoque en el cuidado personal y familiar.

Al finalizar las dramatizaciones, los estudiantes reflexionaron sobre las lecciones aprendidas y destacaron la importancia de elegir estrategias saludables para enfrentar los desafíos cotidianos la mayoría coincidió en que el enfoque de María era beneficioso y expresaron su disposición a implementar cambios similares en su vida reconocieron la necesidad de promover la salud mental en su entorno personal y comunitario.

### **Actividad 7. Cierre “Exposición teórica”**

Se procedió con una explicación teórica sobre la salud integral, resaltando que el cuidado de la salud es un proceso continuo y dinámico que debe considerarse en todo

momento de nuestras vidas. Se enfatizó en la importancia de sentirse bien física, mental y socialmente para alcanzar un estado de bienestar integral. Se abordaron conceptos como el valorarse y respetarse a uno mismo, así como el conocerse a sí mismo y ser capaz de expresar pensamientos y emociones de manera positiva y asertiva, se destacó la relevancia de sentirse útil en la sociedad, tener un propósito y contribuir al bienestar de los demás, lo cual promueve la satisfacción personal y la conexión con la comunidad, además, se explicó que parte de una salud integral, implica enfrentar los problemas y dificultades con una actitud positiva y proactiva, reconociendo que muchas veces la solución depende del manejo adecuado de las relaciones interpersonales se subrayó la importancia de organizar el tiempo de manera adecuada, reservando espacios para el descanso, la recreación y la diversión, tanto para el autocuidado como para mantener relaciones saludables con los demás, se concluyó resaltando la necesidad de cultivar una salud integral para disfrutar de una vida plena y satisfactoria.

### **Observaciones**

Los estudiantes parecían reticentes y algo tímidos al empezar la dramatización, lo que sugiere una cierta falta de confianza al inicio de la actividad, a medida que avanzaba la dinámica, se pudo observar un cambio notable en su actitud, comenzaron a relajarse y a mostrarse más seguros de sí mismos, lo que les permitió desenvolverse con mayor soltura, naturalidad en la representación de los roles asignados.

En cuanto a la discusión sobre la identificación de la salud integral, se generó un interesante debate entre los estudiantes, surgieron diversas opiniones y puntos de vista sobre qué aspectos deberían considerarse para abordar este concepto de manera integral. Algunos estudiantes expresaron dudas sobre qué elementos específicos deberían incluirse para tener una comprensión completa de la salud en su totalidad, La discusión refleja un nivel de reflexión y análisis por parte de los estudiantes sobre un tema de importancia fundamental para su bienestar y desarrollo integral.

### **Conclusiones del Área**

La sesión centrada en la salud integral fue una experiencia participativa y reflexiva para las asistentes. A través de una variedad de actividades, se exploraron aspectos fundamentales tanto de la salud física como de la mental, lo que fomentó la conciencia y la

capacidad de tomar decisiones informadas. Además, permitió a las participantes reforzar y ampliar sus conocimientos existentes sobre el tema, lo que contribuyó a una comprensión más profunda y holística de la salud en su totalidad.

### **SESIÓN N°21 Clausura y Evaluación Objetivo:**

- ✓ Estimular la expresión de afectos y reconocimiento al final del taller.
- ✓ Señalar los aportes y experiencias que les ha otorgado el Taller.
- ✓ Evaluar críticamente el Taller
- ✓ Conocer los conocimientos adquiridos a través del Postest

### **Tiempo de duración:** 2 horas de taller (10 grupos) **Materiales:**

- Hojas
- 10 lápices
- Tarjetas, hoja de cuestionario

### **Actividades**

#### **Actividad 1. Bienvenida**

Se recibe a los participantes dándoles la bienvenida, al mismo tiempo se facilita la lista para registrar la asistencia.

#### **Actividad 2. “Frase de reflexión”**

Se llevó a cabo la reflexión a partir de la frase: "Los líderes juveniles son el recurso humano más valioso en la lucha contra el consumo de alcohol y otras drogas" este mensaje fue presentado con el propósito de involucrar a los estudiantes en una discusión sobre la relevancia de asumir roles de liderazgo para prevenir el consumo de alcohol y sustancias adictivas se alentó a los estudiantes a expresar sus opiniones y puntos de vista sobre el tema,

destacando la importancia de evitar el consumo de drogas y alcohol, especialmente teniendo en cuenta el conocimiento previo que poseen sobre las consecuencias negativas asociadas a estas sustancias.

La frase sirvió como punto de partida para una conversación amplia sobre el papel activo que los jóvenes pueden desempeñar en la promoción de estilos de vida saludables y la prevención del consumo de drogas en sus comunidades. Se alentó a los estudiantes a reflexionar sobre cómo pueden convertirse en líderes y agentes de cambio en este ámbito, promoviendo alternativas positivas y saludables para sí mismos y para los demás.

### **Actividad 3. “El mensaje”**

La actividad fue diseñada con el propósito de fomentar la expresión de afectos y el reconocimiento mutuo, al finalizar el taller, cada estudiante participante retiró una tarjeta ubicada en el hombro de su compañero, y luego se les pidió que escribieran un mensaje dirigido a ese compañero, expresando su aprecio por su participación en el taller y destacando las cualidades que lo caracterizan, durante el período de convivencia en los mensajes, los estudiantes señalaron lo que valoraron de la contribución de sus compañeros en el taller, así como las cualidades personales que los distinguieron durante el tiempo compartido escribieron los mensajes con el nombre del destinatario para asegurar que cada uno recibiera el reconocimiento adecuado, posteriormente, se procedió a la lectura de los mensajes de manera individual, donde cada uno recibió las palabras de aprecio y reconocimiento dirigidas específicamente hacia ellos, esta experiencia fue valorada como significativa por los estudiantes, quienes expresaron su gratitud por las palabras emotivas y alentadoras recibidas. Para ellos, el tiempo compartido durante el taller fue de gran importancia en su desarrollo personal, aprendizaje y desempeño, lo que resaltó la importancia de este tipo de interacciones en el ambiente educativo.

### **Actividad 4. “La mochila”**

La actividad tuvo como objetivo que los estudiantes reflexionaran sobre los aportes y las experiencias que obtuvieron del taller se les pidió que imaginaran una mochila que representara los aspectos de sí mismos que llevaban consigo una vez identificados,

escribieron en papel lo que consideraban que llevaban en esa mochila, así como lo que creían haber aportado al grupo y lo que se llevarían de la experiencia.

Esta técnica resultó enriquecedora, ya que permitió a los estudiantes reflexionar sobre las perspectivas que adquirieron durante el taller, después de que todos los estudiantes escribieron en sus papeles, los depositaron en una mochila proporcionada, asegurándose de que los mensajes fueran anónimos luego, se procedió a leer en voz alta los mensajes, lo que generó una plenaria donde se intercambiaron opiniones y se realizó un cierre cálido.

Durante esta actividad, los estudiantes expresaron lo significativa que fue la experiencia para ellos, así como el aporte que tuvo en sus vidas, también destacaron el valor de la contribución aporte que realizaron a la facilitadora del taller, reconociendo la importancia de la interacción mutua y el intercambio de conocimientos y experiencias en el proceso de aprendizaje.

#### **Actividad 5. “Evaluación sobre el impacto del programa”**

Durante la actividad, se llevó a cabo un cuestionario destinado a recabar las opiniones personales de cada estudiante con respecto al proceso del taller a lo largo de su duración estos cuestionarios se diseñaron para ser anónimos, sin ninguna presión para que fueran completados, y se aseguró a los estudiantes que sus respuestas serían consideradas de manera confidencial. El propósito de estos cuestionarios era brindar a los estudiantes la oportunidad de expresar libremente sus pensamientos, percepciones y sugerencias sobre el desarrollo del taller esto permitiría obtener retroalimentación directa y honesta sobre diversos aspectos del proceso de enseñanza-aprendizaje, así como identificar áreas de mejora y fortalezas del taller desde la perspectiva de los participantes.

#### **Actividad 6. Cierre “Aplicación del post test”**

La última actividad consistió en la aplicación de un cuestionario conocido como el "post test" se les recordó a los estudiantes que ya habían completado un formulario similar al inicio de los talleres y se les explicó que este ejercicio no sería evaluado con notas, pero tenía una gran importancia para comprender el nivel de conocimientos adquiridos durante los talleres.

Se hizo hincapié en que no era necesario proporcionar información personal como nombres, sexo o curso, sino que debían responder únicamente en base a lo que habían aprendido durante el proceso, se les animó a completar el cuestionario basándose en su propio conocimiento, sin recurrir a buscar información adicional en sus dispositivos móviles, además, se les aseguró que no había un límite de tiempo establecido para su realización.

Una vez que los estudiantes completaron el cuestionario, se agradeció sinceramente por su participación activa en los talleres, se reconoció su compromiso y contribución al compartir sus conocimientos, hacer preguntas pertinentes y mantenerse comprometidos a lo largo del programa, este agradecimiento fue dirigido tanto a los estudiantes que se expresaron abiertamente como a aquellos que se cuestionaron y participaron en el proceso de aprendizaje.

### **Observaciones**

Los estudiantes completaron el postest en un lapso de 10 a 15 minutos en algunos casos, lo cual contrasta notablemente con la primera ocasión durante el pretest, donde la tarea demandó entre 1 hora a hora y media, La reducción significativa en el tiempo empleado sugiere un aumento en la comprensión y la rapidez para responder a las preguntas después de la intervención educativa.

Durante la emotiva dinámica del mensaje, entre lágrimas y aplausos, los estudiantes se mostraron genuinamente comprometidos y expresaron abiertamente sus emociones. El momento culminó con un conmovedor abrazo grupal voluntario, evidenciando el impacto positivo de la actividad en el ambiente emocional del grupo.

Al abordar la hoja de evaluación, los estudiantes dedicaron aproximadamente 20 minutos, lo que indica su interés y sus inquietudes sobre sus contribuciones individuales en la actividad. Este tiempo adicional empleado para revisar y reflexionar sobre sus respuestas sugiere un nivel de compromiso y reflexión más profundos por parte de los estudiantes.

## **Conclusiones del Área**

La última sesión del taller y su evaluación reflejaron el profundo impacto emocional que ha generado la conexión entre los estudiantes, a lo largo de las dinámicas, como el intercambio de mensajes y la metáfora de la mochila, se creó un espacio significativo para que expresaran sus sentimientos y apreciaciones mutuas, los mensajes emotivos intercambiados durante la dinámica, acompañados de lágrimas y aplausos, resaltaron la importancia de la amistad el apoyo compartido durante el periodo de convivencia, Frases como "siempre te llevaré en mi corazón" evidenciaron la fuerza de los lazos emocionales formados.

La dinámica de la mochila permitió a los estudiantes reflexionar sobre sí mismos y sus contribuciones al grupo, generando frases como "compartir esta experiencia me llena de alegría", lo que subraya el valor de las experiencias compartidas y la formación de recuerdos significativos.

La facilitadora cerró la sesión con una reflexión sobre la trascendencia de estas experiencias, destacando la marcada influencia que han tenido en el grupo.

La evaluación del cuestionario sobre el impacto del programa proporcionó una perspectiva adicional sobre la percepción de los estudiantes acerca de los talleres y sus contribuciones individuales. En conclusión, la sesión final cumplió su propósito de clausurar el taller, pero también destacó los beneficios de las relaciones interpersonales, la expresión emocional, la reflexión individual y colectiva. Estos elementos han contribuido a la formación de un grupo unido y a la creación de experiencias que perdurarán en la memoria de los participantes.

### **5.4. Validez y Confiabilidad**

Este cuestionario ha sido aplicado repetidamente en diversas poblaciones adolescentes, tanto en Unidades Educativas estatales como en instituciones privadas en Cercado y áreas rurales, así como en grupos comunitarios y barriales, a lo largo de varios años. Fue elaborado por INTRAID, consta de un total de 18 preguntas que deben ser respondidas individualmente. Este instrumento evalúa las actividades, técnicas y métodos de

trabajo empleados, así como los temas impartidos y el desempeño de la facilitadora. Además, con el fin de recopilar datos sociodemográficos de los participantes, se incluyen preguntas sobre género, edad, unidad educativa y curso.

**Materiales:** hojas de respuestas

**Tipo y tiempo de aplicación en promedio:** Individual, se aplica Aproximadamente 30 min

**Escala de presentación de resultados:**

**Los ítems correctos:** Tienen un puntaje de 1

**Los ítems incorrectos:** Tienen un puntaje de 0

Para obtener el resultado se suma los puntajes adquiridos a través de las 18 preguntas.

## 5.5. Contraparte Institucional

Con el fin de mejorar el desempeño de la práctica institucional y lograr una mayor eficiencia, la institución INTRAID, ha desempeñado un papel crucial en el área de prevención, bajo la supervisión de los licenciados Catalina Arroyo, Marlene Rollano y Amílcar Patiño. Durante la ejecución de la práctica, la institución ha asumido los siguientes compromisos:

- **Material:** INTRAID proporciona material de escritorio y manuales impresos para llevar a cabo los talleres en las Unidades Educativas, asegurando los recursos necesarios para la ejecución efectiva de las actividades.
- **Humano:** La institución se compromete a ofrecer capacitaciones a cargo del personal de INTRAID, brindando conocimientos especializados para los participantes de la práctica. Además, se proporcionará supervisión y orientación durante la realización de los talleres, garantizando un respaldo humano clave para el éxito de la iniciativa.

INTRAID llevó a cabo una supervisión constante de los objetivos y actividades delineadas en el plan de trabajo, asegurando que se cumplan los lineamientos propuestos y

que la práctica se desarrolle de acuerdo con los estándares establecidos.

Estos compromisos reflejan el respaldo integral de INTRAlD, para garantizar el éxito y la efectividad de la práctica institucional, abordando aspectos materiales y humanos, así como supervisando de manera rigurosa el progreso y cumplimiento de los objetivos planteados en el plan de trabajo.

Con el fin de mejorar el desempeño de la Práctica Institucional y aumentar su eficiencia, las Unidades Educativas Lindaura Anzoátegui de Campero y San Roque han colaborado abriendo sus puertas para la realización de prácticas con los cursos de nivel secundario. Durante la ejecución de estas prácticas, las instituciones se han comprometido a lo siguiente:

- **Material:** Las Unidades Educativas proporcionaron diversos recursos para facilitar la realización de los talleres. Entre estos recursos se incluyeron computadoras, proyectores, y salones adecuados para el desarrollo de las actividades. Estos apoyos logísticos fueron fundamentales para crear un entorno de aprendizaje óptimo y asegurar que los talleres se llevaran a cabo de manera eficiente y efectiva
- **Humano:** Los directores a cargo llevaron a cabo una presentación formal de la facilitadora ante los profesores y estudiantes. Durante esta presentación, subrayaron la importancia del respeto mutuo y la colaboración en el desarrollo de las actividades proporcionando apoyo en lo que se presente.

## 5.6. Cronograma

A continuación, se presentan todas las etapas por las que atravesó la práctica.

Actividades	2022					2023					2024															
	JUL	AGOS	SEPT	OCT	NOV	DIC	ENE	FEB	MAR	ABR	MAY	JUN	JUL	AGOS	SEPT	OCT	NOV	DIC	ENE	FEB	MAR	ABR	MAY	JUN		
Revisión bibliográfica	■	■																								
Contacto con la Institución			■																							
Diseño y elaboración				■																						
Presentación de la P.I en la primera etapa					■																					
Revisión y corrección del trabajo de la P.I						■																				
Validación de la P.I									■																	
Búsqueda de la población									■																	
aproximación a la población (establecimiento de Rapport										■																
Diagnostico (aplicación de pruebas-pretest)										■																
Intervención (Aplicación del programa)										■	■	■	■	■	■											
Evaluación final (post test)																				■						
Tabulaciones y análisis de la información																					■					
Redacción el informe final.																						■	■	■		
Defensa de la Práctica																									■	

Fuente: Elaboración propia

**CAPÍTULO VI**  
**RESULTADOS, PRESENTACIÓN Y**  
**SISTEMATIZACIÓN DEL PROCESO DE**  
**INTERVENCIÓN INFORME TÉCNICO DE LA**  
**INSTITUCIÓN**

En este capítulo, se expondrán los resultados obtenidos y su clasificación a través de los instrumentos proporcionados para la realización de la práctica. La información se presenta de manera clara y sistemática

### 6.1. Análisis e interpretación del primer objetivo específico:

Determinar el conocimiento que tienen los estudiantes de las Unidades Educativas San Roque y Lindaura Anzoátegui de Campero, con relación al consumo de drogas, a través del pre test.

**Tabla N° 3**

*Nivel de conocimiento inicial - Desarrollo Personal*

DESARROLLO PERSONAL	Respuestas Correctas		Respuestas Incorrectas		Total
	FR	%	FR	%	%
¿Los cambios físicos que caracterizan sólo a la adolescencia son?	98	40%	144	60%	100%
¿Los sentimientos que caracterizan a la adolescencia?	165	68%	77	32%	100%
¿La comunicación es un?	89	37%	153	63%	100%
¿La comunicación asertiva es?	71	29%	171	71%	100%
¿La familia es?	214	88%	28	12%	100%
¿El líder es?	48	20%	194	80%	100%
¿Quién o quiénes transmiten los valores?	185	76%	57	24%	100%
¿La Capacidad de aceptarse y valorarse positivamente se conoce como?	167	69%	75	31%	100%
¿Un grupo es?	155	64%	87	36%	100%
¿Las características esenciales de un grupo son?	108	45%	134	55%	100%
¿Para una adecuada Toma de Decisiones es importante, entre otros pasos?	115	48%	127	52%	100%

**Nota:** Cuestionario de conocimientos.

**Fuente:** Elaboración propia.

El desarrollo personal en la etapa de la educación secundaria, es esencial para el crecimiento integral de los estudiantes, el proceso no se limita únicamente al ámbito académico, sino que abarca una serie de aspectos que influyen en su bienestar y preparación para el futuro, durante esta fase crucial de su vida, los adolescentes experimentan cambios físicos, emocionales, sociales significativos que requieren atención y apoyo adecuado.

El desarrollo personal en la educación secundaria se centra en fortalecer habilidades, competencias y valores fundamentales, tales como la autoestima, la resiliencia, el trabajo en equipo y la toma de decisiones responsables. Estos aspectos no sólo contribuyen al éxito académico de los estudiantes, sino que también les brindan las herramientas necesarias para afrontar los desafíos y situaciones que puedan encontrar a lo largo de sus vidas.

Según Segovia (2017), el desarrollo personal, es un proceso integral que abarca el crecimiento y el fortalecimiento de habilidades, competencias y valores fundamentales para la vida. En el contexto de la educación secundaria, este proceso adquiere una relevancia particular, ya que los estudiantes atraviesan una etapa crucial de su vida en la que se enfrentan a cambios significativos a nivel físico, emocional y social. Durante estos años formativos, el enfoque en el desarrollo personal no sólo apoya su rendimiento académico, sino que también fomenta su bienestar general y prepara a los jóvenes para los desafíos futuros. (p. 62).

En base a los datos obtenidos del cuadro N° 3, que aborda el desarrollo personal, sobre el nivel de conocimiento inicial, en desarrollo personal revela una variedad de resultados que subrayan tanto las áreas de fortaleza como las oportunidades de mejora entre los estudiantes.

Los cambios físicos en el adolescente siempre estarán acompañados por cambios psicológicos, tanto a nivel cognitivo como a nivel comportamental, la aparición del pensamiento abstracto influye directamente en la forma en cómo el adolescente se percibe a sí mismo, se vuelve introspectivo, analítico, autocrítico; adquiere la capacidad de construir sistemas y teorías, además de estar interesado por los problemas inactuales, es decir, que no tienen relación con las realidades vívidas día a día. La inteligencia formal da paso a la libre actividad de la reflexión espontánea en el adolescente, y es así como éste toma una postura egocéntrica intelectualmente (Rodríguez, 2019, p. 20).

Se observa que un número significativo de estudiantes tiene un entendimiento sólido sobre ciertos aspectos esenciales del desarrollo personal. Por ejemplo, en la pregunta sobre "La familia es", un impresionante 88% de los estudiantes demostraron un conocimiento claro de la importancia de la familia, lo que indica que la mayoría de ellos reconoce el papel fundamental que la familia juega en su desarrollo personal y social. De manera similar, el 76% acertó en identificar quién o quiénes transmiten los valores, subrayando una comprensión firme de las influencias clave en la formación de sus valores y principios.

Otra área de fortaleza se encuentra en el entendimiento de los sentimientos que caracterizan a la adolescencia, con un 68% de respuestas correctas, este resultado sugiere que los estudiantes tienen una buena percepción de las complejas emociones que experimentan durante esta etapa de su vida. Además, el 69% los estudiantes demostraron un conocimiento adecuado sobre la capacidad de aceptarse y valorarse positivamente, lo que es esencial para el desarrollo de una autoestima saludable.

También revela áreas que necesitan atención y refuerzo, una de las más evidentes es el conocimiento sobre los cambios físicos que caracterizan a la adolescencia, donde solo el 40% respondió acertadamente, el bajo porcentaje indica que muchos estudiantes carecen de una comprensión completa de los cambios biológicos que ocurren en esta etapa crucial de su vida.

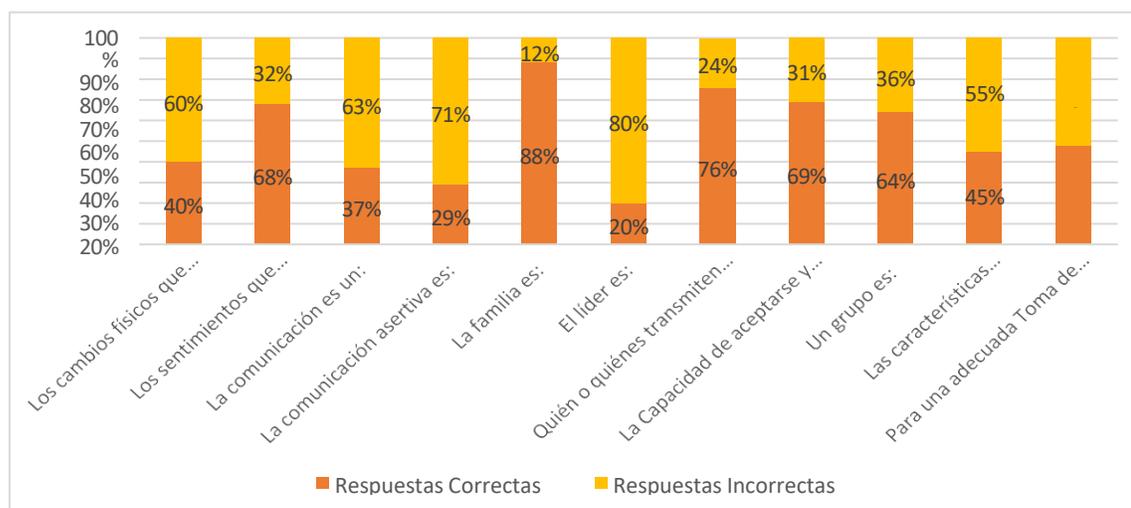
La comprensión de la comunicación y la comunicación asertiva también presenta desafíos, sólo el 37% de los estudiantes pudo definir correctamente lo que es la comunicación, y un 29% entendió el concepto de comunicación asertiva, las cifras revelan una necesidad urgente de mejorar las habilidades comunicativas de los estudiantes, las cuales son vitales para su éxito personal y profesional.

Otro resultado preocupante es el conocimiento sobre el liderazgo, donde sólo el 20% logró identificar correctamente lo que implica ser un líder, el resultado sugiere que los estudiantes no tienen una comprensión clara de las cualidades y responsabilidades del liderazgo, lo cual es fundamental para su desarrollo como individuos capaces de guiar y motivar a otros.

La identificación de las características esenciales de un grupo también necesita refuerzo; con sólo el 45% de aciertos, indicando que más de la mitad de los estudiantes no está plenamente consciente de lo que constituye un grupo efectivo, asimismo, en la pregunta sobre la toma de decisiones, solo el 48% respondió correctamente, lo que sugiere una falta de conocimiento en los pasos necesarios para tomar decisiones informadas y efectivas.

Figura N°1

**Porcentaje del nivel inicial en la área de desarrollo personal**



**Nota:** La figura muestra el nivel de conocimiento en el área de desarrollo personal en el año 2023.

**Fuente:** Elaboración propia.

Tal como se observa en la gráfica 1, los resultados obtenidos en el pretest sobre el Desarrollo Personal revelan tanto áreas donde los estudiantes demuestran un conocimiento óptimo como áreas que necesitan ser reforzadas.

En términos generales, los estudiantes muestran un sólido entendimiento en temas relacionados con la familia, la transmisión de valores y la comprensión de los sentimientos característicos de la adolescencia. Sin embargo, se identifica una necesidad significativa de mejorar en áreas cruciales como los cambios físicos de la adolescencia, la comunicación efectiva, asertividad, el liderazgo y la toma de decisiones.

Por otro lado, sólo el 40% de los estudiantes identificaron correctamente los cambios físicos específicos de la adolescencia, y apenas el 29% comprendieron bien el concepto de comunicación asertiva. Además, sólo el 20% acertaron en la definición de liderazgo. Estos

resultados indican una brecha en el conocimiento que puede impactar negativamente en el desarrollo personal y social de los estudiantes. También, se observa que el 88% de los estudiantes comprendieron el papel fundamental de la familia, y el 76% reconocieron correctamente quiénes transmiten los valores. Estos aspectos son vitales para el desarrollo de una base sólida en la vida de los adolescentes.

En conclusión, los resultados del pretest señalan la importancia de centrar los esfuerzos educativos en mejorar el conocimiento y las habilidades en áreas deficientes. Al fortalecer la comprensión sobre los cambios físicos durante la adolescencia, mejorar la comunicación, asertiva, desarrollar habilidades de liderazgo, toma de decisiones, se podrá promover un desarrollo personal más completo y efectivo entre los estudiantes. Estos esfuerzos contribuirán no sólo a su crecimiento individual sino también a su capacidad para interactuar positivamente dentro de la sociedad.

**Tabla N°4**

*Nivel de conocimiento inicial – Drogas*

DROGAS	Respuestas Correctas		Respuestas Incorrectas		Total
	FR	%	FR	%	
PREGUNTAS					%
¿La definición de droga es?	147	61%	95	39%	100%
¿Las drogas legales son?	75	31%	167	69%	100%
¿Las drogas ilegales son?	103	43%	139	57%	100%
¿Entre las drogas más consumidas el alcohol ocupa el?	128	53%	114	47%	100%
¿Los alcohólicos (as) presentan las siguientes características?	54	22%	188	78%	100%
¿Los hijos de madres que consumieron alcohol durante el embarazo, presentan?	150	62%	92	38%	100%

**Nota:** Cuestionario de conocimientos.

**Fuente:** Elaboración propia.

En la etapa de la adolescencia, los jóvenes se enfrentan a una serie de desafíos y presiones que pueden influir en sus decisiones y comportamiento, incluido el uso de drogas. Los adolescentes que experimentan con drogas u otras sustancias adictivas ponen en peligro su salud y seguridad, son especialmente vulnerables a presentar cambios debidos a las sustancias adictivas como las drogas.

Según indica (Serrano, 2016) El consumo de drogas es un problema que afecta tanto al individuo como a la sociedad en su conjunto. Para reducir el daño que esto ocasiona, resulta fundamental implementar programas preventivos dentro del ámbito escolar, familiar, comunitario o en espacios de ocio, tiempo libre, con el objetivo de reducir la prevalencia del uso y abuso de las diferentes sustancias.(p. 32).

De acuerdo al cuadro N°4 en el pretest sobre conocimiento inicial en el área de Alcohol y Drogas, se puede observar una variedad de respuestas por parte de los estudiantes. En primer lugar, en cuanto a la definición de droga, el 61% de los estudiantes respondieron correctamente, lo que indica un nivel de comprensión moderado sobre este tema. Sin embargo, el 39% restante mostró cierta confusión o falta de conocimiento.

Según la UNESCO (2015), las consecuencias del consumo de drogas impactan de diversas formas e intensidades en la sociedad, como, por ejemplo, la generación de conductas antisociales, actividades delincuenciales organizadas derivadas del tráfico de drogas (robos, saqueos, secuestros, homicidios, etc.) que conllevan al incremento de la inseguridad ciudadana, la corrupción, el lavado de dinero y otros actos delictivos. Dichos actos ilegales significan un riesgo para la democracia y la estabilidad de los Estados (pp. 47-48).

En cuanto al tipo de drogas, se observa que sólo el 31% de los estudiantes identificaron correctamente las drogas legales, mientras que el 69% restante no lo hizo. Esto sugiere una falta de conciencia sobre qué sustancias son legales y cuáles no dentro del contexto estudiado.

En relación con las drogas ilegales, el 43% de los estudiantes respondieron de manera acertada, mientras que el 57% lo hizo de forma incorrecta. Esta pregunta revela un

conocimiento limitado sobre qué sustancias están prohibidas por la ley.

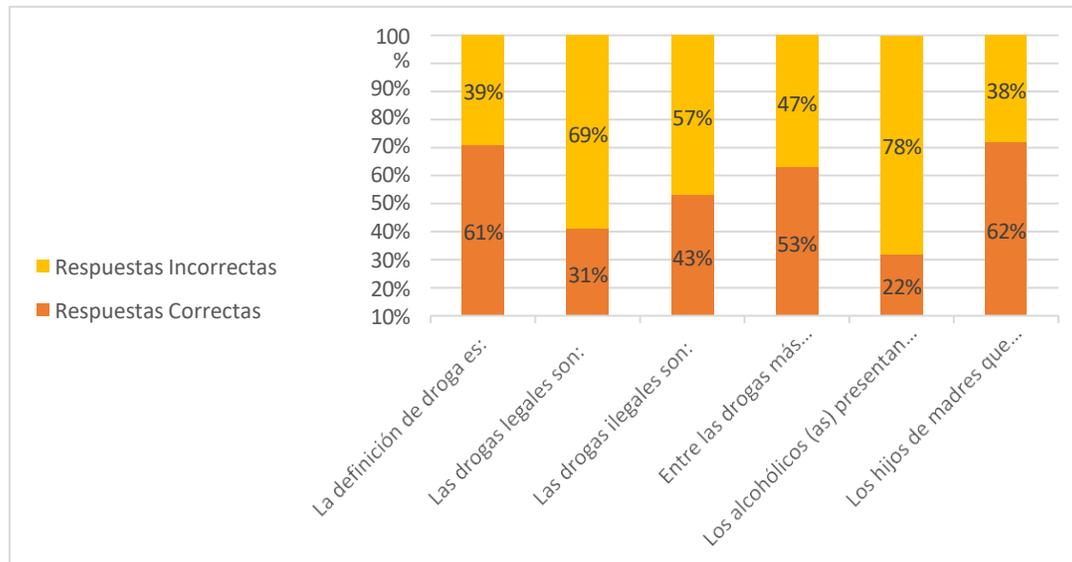
En cuanto al consumo de alcohol, el 53% de los estudiantes identificaron correctamente que es una de las drogas más consumidas, lo que muestra un nivel de conciencia aceptable sobre esta realidad, el 47% no logró identificar este dato correctamente.

Respecto a las características de los alcohólicos, solo el 22% de los estudiantes respondieron de manera acertada, lo que indica una comprensión limitada sobre este tema. Por otro lado, el 78% restante no logró identificar estas características correctamente.

Finalmente, en relación con los efectos del consumo de alcohol durante el embarazo, el 62% de los estudiantes respondieron correctamente, mientras que el 38% restante no lo hizo. Refiere un conocimiento moderado sobre los efectos del consumo de alcohol y drogas en la etapa de gestación.

Figura N°2

**Porcentaje del nivel de conocimiento en el área de drogas**



**Nota:** La figura muestra el nivel de conocimiento en el área de drogas en el año 2023.

**Fuente:** Elaboración propia.

De acuerdo a los resultados del pretest revelan que, si bien algunos estudiantes poseen un nivel de conocimiento aceptable en ciertos aspectos relacionados con las drogas, existen áreas donde se evidencia una falta de comprensión o confusión. Por ejemplo, aunque una

proporción significativa de estudiantes pudo definir correctamente qué son las drogas y reconocer algunas de las más consumidas, como el alcohol, de la misma manera se observó que hubo dificultades para distinguir entre las drogas legales e ilegales. Además, hubo una discrepancia en el conocimiento sobre las características de los alcohólicos y los efectos del consumo de alcohol durante el embarazo.

Estos hallazgos resaltan la necesidad de abordar estos temas de manera integral y educativa en el entorno escolar. Es importante proporcionar información precisa, detallada sobre las drogas, sus efectos, riesgos, consecuencias para la salud, así como promover habilidades de pensamiento crítico, toma de decisiones informadas.

Al realizarlo, se puede contribuir a mejorar el entendimiento y la conciencia de los estudiantes sobre este tema tan relevante para su bienestar y desarrollo personal.

**Tabla N°5**

*Nivel de conocimiento inicial – Sexualidad*

SEXUALIDAD	Respuestas Correctas		Respuestas Incorrectas		Total
	FR	%	FR	%	
PREGUNTA					
¿La sexualidad es?	111	46%	131	54%	100%

**Nota:** Cuestionario conocimientos.

**Fuente:** Elaboración propia.

Abordar el tema de sexualidad con estudiantes de secundaria es un aspecto crucial en su desarrollo integral, saludable, durante esta etapa de la vida, los adolescentes experimentan una serie de cambios físicos, emocionales, sociales que los llevan a explorar, cuestionar su identidad y sus relaciones con los demás. En este contexto, abordar temas relacionados con la sexualidad se vuelve fundamental para proporcionarles la información, las habilidades, los valores necesarios para tomar decisiones informadas y responsables.

Según la OMS (2019) para crecer y desarrollarse sanamente, los adolescentes necesitan información, en particular una Educación Integral acerca de la sexualidad que sea apropiada para la edad, oportunidades para adoptar aptitudes para la vida, servicios de salud

aceptables, equitativos, apropiados, eficaces, la creación de entornos seguros y propicios.

También necesitan oportunidades para participar positivamente en la concepción, ejecución de intervenciones para mejorar su salud. La ampliación de esas oportunidades es fundamental para responder a las necesidades y derechos específicos de los adolescentes (p. 32).

La sexualidad no se limita sólo a aspectos biológicos o reproductivos, sino que incluye aspectos emocionales, sociales, culturales y éticos. Por lo tanto, entablar el tema de sexualidad con los estudiantes va más allá de proporcionar información sobre la anatomía, la reproducción, implica brindarles herramientas para comprender, manejar sus emociones, establecer relaciones saludables, respetuosas, tomar decisiones informadas sobre su cuerpo, su vida sexual, enfrentar los desafíos y riesgos asociados con la sexualidad en la sociedad actual.

Educar en sexualidad implica entender que hay muchos silencios sobre la sexualidad, este silencio genera que los adolescentes no hablen sobre situaciones de abuso sexual que están viviendo o violencia en el noviazgo o no pregunten sobre los métodos anticonceptivos para prevenir embarazos no deseados e infecciones de transmisión sexual

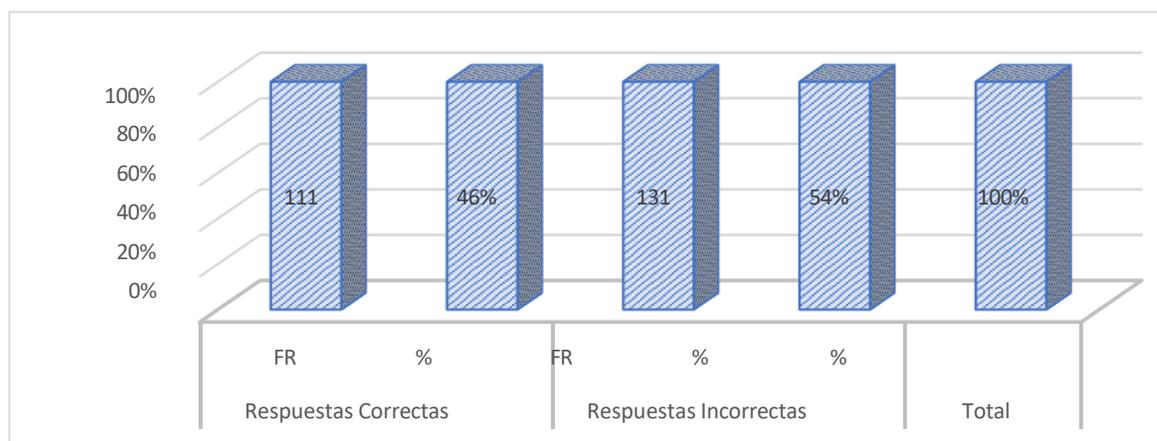
Toda relación humana se enriquece con las fantasías el disfrute del erotismo, con la libertad de elegir, vivir la sexualidad de manera placentera sin violencia ni discriminación, en un marco de relaciones de igualdad y respeto tenemos el derecho a disfrutar en la sexualidad sin miedos, vergüenza ni culpas porque es una dimensión básica de nuestra condición humana en nuestra espiritualidad, nos hace ser personas más plenas capaces de desarrollarnos y crecer con alegría. (Sánchez, 2015, p. 6).

El cuadro N°5, muestra un nivel de conocimiento inicial de los estudiantes sobre sexualidad, proporciona datos reveladores, de las respuestas recabadas, se destaca que el 46% de los estudiantes respondieron correctamente a la pregunta que indaga sobre la definición de sexualidad, mientras que el 54% lo hicieron de manera incorrecta. Este panorama indica que, si bien una parte significativa de los estudiantes tiene cierto grado de comprensión sobre el concepto de sexualidad, existe una proporción considerable que aún necesita mayor

claridad o profundización en el tema fundamental.

Figura N°3

***Porcentaje del nivel de conocimiento en el área de sexualidad***



**Nota:** La figura muestra el nivel de conocimiento en el área de sexualidad en el año 2023.

**Fuente:** Elaboración propia.

Los resultados en el gráfico N°3 reflejan claramente la importancia de abordar la educación sexual de manera adecuada en el entorno escolar, es esencial proporcionar información precisa y accesible que contribuya al desarrollo integral de los estudiantes. Estos datos subrayan la necesidad imperante de implementar estrategias educativas que fomenten la comprensión y el respeto hacia la diversidad sexual, así como la promoción de relaciones saludables y el ejercicio de una sexualidad responsable.

Una educación sexual completa y bien estructurada no solo beneficia a los estudiantes en su desarrollo personal, sino que también desempeña un papel importante en la prevención de riesgos y en la promoción de relaciones interpersonales más saludables en su vida adulta.

Es un paso fundamental hacia una sociedad más informada, empoderada y respetuosa de la diversidad humana en todas sus expresiones.

## **6.2. Análisis e interpretación del segundo objetivo específico**

- Adecuar y ejecutar el programa de prevención integral del uso indebido de drogas, a través de talleres orientados al desarrollo personal, drogas y sexualidad.

**Ilustración 1**  
**Programa de prevención de drogas para adolescentes**



**Fuente:** INTRAID

**Presentación del programa**

Es crucial actualizar constantemente los manuales de prevención de drogas dirigidos a adolescentes por varias razones fundamentales. Primero, el panorama del consumo de drogas está en constante evolución, con la aparición de nuevas sustancias y cambios en los patrones de uso. Estar al día con estas tendencias es esencial para proporcionar información precisa y relevante a los jóvenes.

Los adolescentes están expuestos a una variedad de factores sociales, culturales y económicos que influyen en su relación con las drogas. Por lo tanto, los programas de prevención deben adaptarse para abordar estas influencias cambiantes y brindar estrategias

efectivas para resistir la presión de grupo y tomar decisiones saludables.

Además, la investigación en el campo de la prevención de drogas continúa avanzando, lo que nos proporciona nuevos conocimientos sobre las mejores prácticas y enfoques para prevenir el consumo de drogas entre los jóvenes. Actualizar los manuales de prevención nos permite integrar estos avances y asegurar que estemos utilizando métodos basados en evidencia.

Por último, pero no menos importante, la actualización regular de los manuales de prevención muestra un compromiso continuo con la salud y el bienestar de los adolescentes. Demuestra que estamos atentos a las necesidades cambiantes de esta población y estamos comprometidos en proporcionarles el mejor apoyo posible para tomar decisiones saludables y evitar el consumo de drogas. En resumen, actualizar los manuales de prevención de drogas es esencial para mantener la relevancia, la eficacia y el compromiso con la salud de los adolescentes en nuestra sociedad en constante cambio.

### **6.3. Análisis e interpretación del tercer objetivo específico**

Realizar una comparación de los resultados entre la evaluación inicial y la evaluación final determinando el conocimiento adquirido durante la ejecución de los módulos del programa de prevención de drogas en los estudiantes de las Unidades Educativas.

**Tabla N°6**

*Comparación del pre y post test de los conocimientos de prevención – Desarrollo personal*

DESARROLLO PERSONAL	PRE-TEST					POST TEST				
	Respuestas Correctas		Respuestas Incorrectas		Total	Respuestas Correctas		Respuestas Incorrectas		Total
PREGUNTAS	FR	%	FR	%	%	FR	%	FR	%	%
Los cambios físicos que caracterizan sólo a la adolescencia son	98	40%	144	60%	100%	219	90%	23	10%	100%
Los sentimientos que caracterizan a la adolescencia son:	165	68%	77	32%	100%	222	92%	20	8%	100%
La comunicación es un:	89	37%	153	63%	100%	224	93%	18	7%	100%
La comunicación asertiva es:	71	29%	171	71%	100%	222	92%	20	8%	100%
La familia es:	214	88%	28	12%	100%	237	98%	5	2%	100%
El líder es:	48	20%	194	80%	100%	225	93%	17	7%	100%
Quién o quiénes transmiten los valores	185	76%	57	24%	100%	230	95%	12	5%	100%
La Capacidad de aceptarse y valorarse positivamente se conoce como:	167	69%	75	31%	100%	222	92%	20	8%	100%
Un grupo es:	155	64%	87	36%	100%	236	98%	6	2%	100%
Las características esenciales de un grupo son:	108	45%	134	55%	100%	237	98%	5	2%	100%
Para una adecuada Toma de Decisiones es importante, entre otros pasos:	115	48%	127	52%	100%	236	98%	6	2%	100%

**Nota:** Tabla comparativa pre y post test área desarrollo personal

**Fuente:** Elaboración propia.

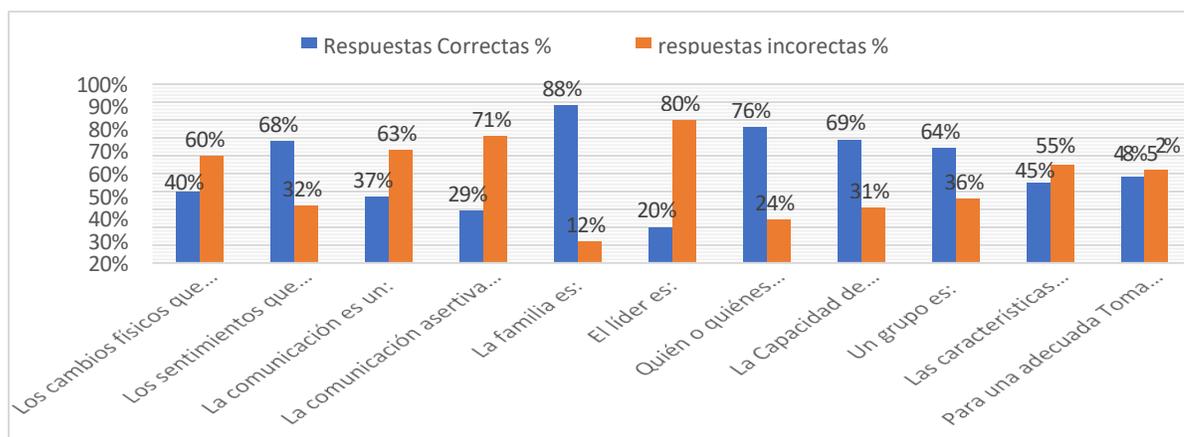
El cuadro N°6 presenta una comparación entre los resultados del pretest y post test sobre conocimientos de prevención en el área de Desarrollo Personal, los datos revelan una mejora significativa en el nivel de conocimiento de los estudiantes luego de la intervención educativa, antes del programa, en el pretest, se destaca que algunos temas como los cambios físicos y los sentimientos característicos de la adolescencia tenían una tasa de respuestas

correctas del 40% y 68%, respectivamente. Sin embargo, tras la implementación del programa, en el post test, estas tasas aumentaron considerablemente al 90% y 92%, lo que sugiere un entendimiento mucho más sólido por parte de los estudiantes en estos aspectos.

De manera similar, se observaron mejoras notables en otros temas como la comunicación, la familia, el liderazgo y la toma de decisiones. Por ejemplo, la comprensión de la comunicación asertiva aumentó del 29% al 92%, y la identificación de la familia como transmisora de valores pasó del 88% al 98%. Estos resultados indican que la intervención educativa fue efectiva en fortalecer el conocimiento de los estudiantes en áreas clave de desarrollo personal, lo que subraya la importancia de implementar estrategias educativas adecuadas para promover un aprendizaje significativo y duradero.

Figura N°4

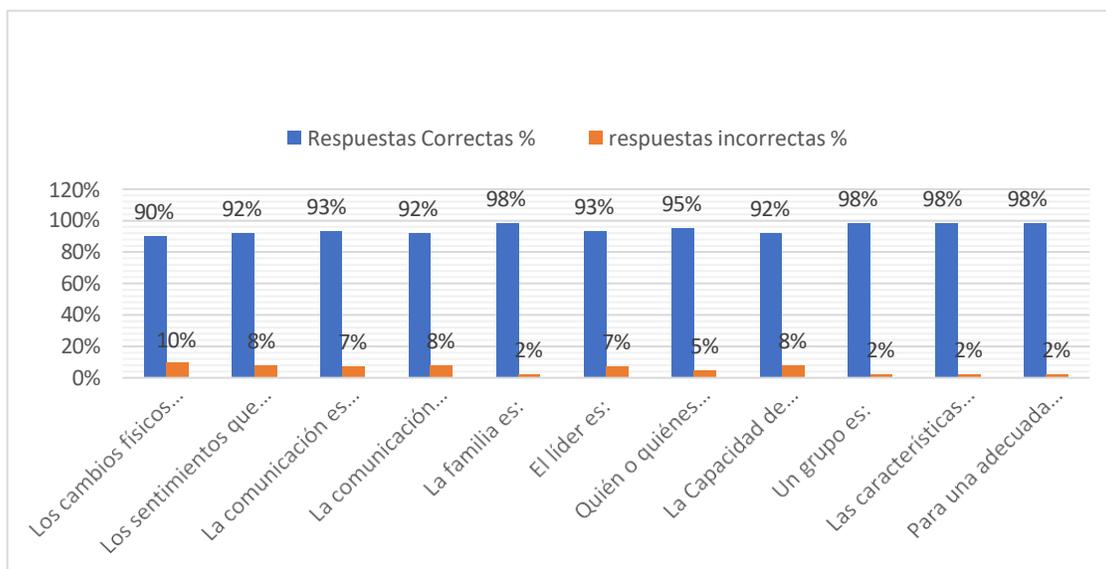
*Pre test de desarrollo personal*



**Nota:** La figura muestra el nivel de conocimiento inicial en el área de desarrollo personal en 2023.

**Fuente:** Elaboración propia.

Figura N°5  
**Post test de desarrollo personal**



**Nota:** La figura muestra el nivel de conocimiento final en el área de desarrollo personal 2023.

**Fuente:** Elaboración propia.

Los resultados obtenidos de la gráfica indican que el programa de prevención implementado ha sido efectivo en mejorar el conocimiento de los participantes sobre desarrollo personal. El incremento en el porcentaje de respuestas correctas en el postest refleja que los participantes han adquirido un mayor entendimiento de los conceptos relacionados con el desarrollo personal. Esto sugiere que el programa ha logrado transmitir de manera efectiva información relevante sobre el tema, lo que podría contribuir significativamente a un crecimiento personal más sólido y una toma de decisiones más informada en el futuro.

**Tabla N°7***Comparación del pre y post test de los conocimientos de prevención - Drogas*

DROGAS	PRE-TEST					POST-TEST				
	Respuestas Correctas		Respuestas Incorrectas		Total	Respuestas Correctas		Respuestas Incorrectas		Total
	FR	%	FR	%	%	FR	%	FR	%	%
PREGUNTAS										
La definición de droga es:	147	61%	95	39%	100%	229	95%	13	5%	100%
Las drogas legales son:	75	31%	167	69%	100%	209	86%	33	14%	100%
Las drogas ilegales son:	103	43%	139	57%	100%	207	86%	35	14%	100%
Entre las drogas más consumidas el alcohol ocupa el:	128	53%	114	47%	100%	239	99%	3	1%	100%
Los alcohólicos (as) presentan las siguientes características:	54	22%	188	78%	100%	201	83%	40	17%	100%
Los hijos de madres que consumieron alcohol durante el embarazo, presentan.:	150	62%	92	38%	100%	225	93%	17	7%	100%

**Nota:** Tabla comparativa pre y post test área drogas.

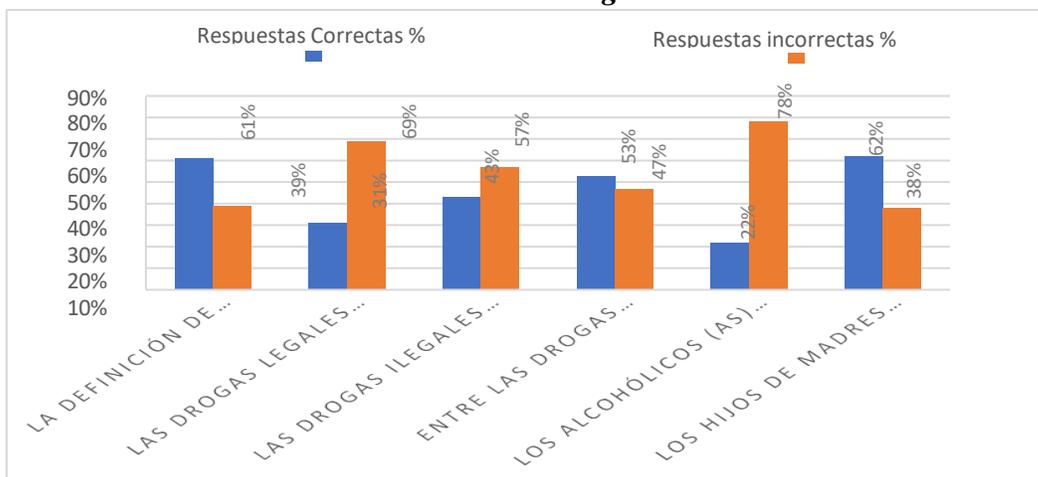
**Fuente:** Elaboración propia.

En el cuadro N °7, se presenta una comparación entre los resultados del pretest y el posttest de los conocimientos de prevención relacionados con las drogas. En el pretest, se observa que los participantes tenían un nivel variado de conocimiento sobre diferentes aspectos de las drogas, como su definición, legalidad, y efectos en ciertos grupos demográficos. Por ejemplo, en la pregunta sobre la definición de droga, el 61% de los participantes respondieron correctamente, mientras que en la pregunta sobre los hijos de madres que consumieron alcohol durante el embarazo, el 62% respondió correctamente.

Sin embargo, después de la intervención del programa, en el posttest, se observa una mejora significativa en los niveles de conocimiento en todas las áreas evaluadas. Por ejemplo, en la pregunta sobre la definición de droga, el porcentaje de respuestas correctas aumentó al 95%, y en la pregunta sobre los hijos de madres que consumieron alcohol durante

el embarazo, el porcentaje de respuestas correctas aumentó al 93%.

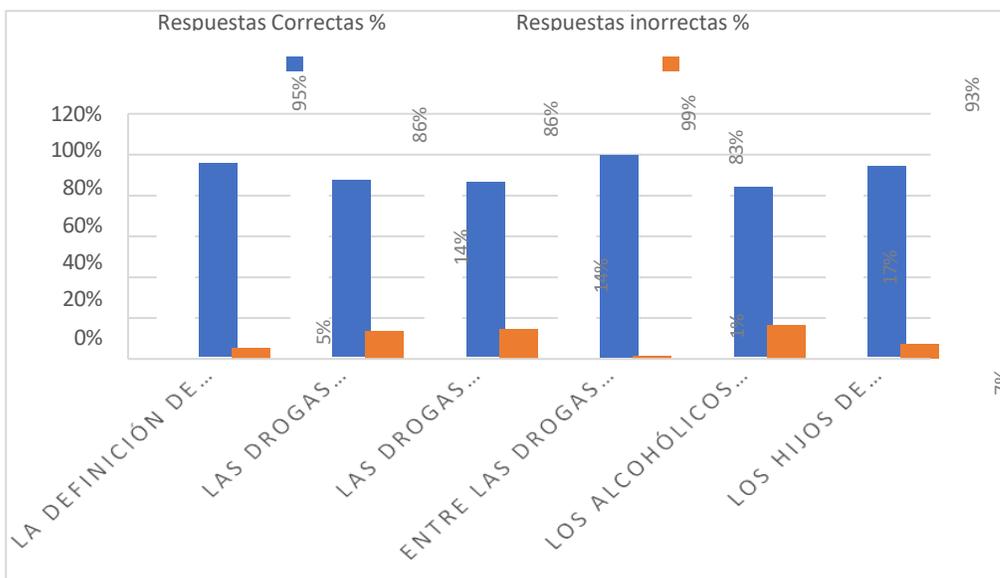
Figura N°6  
*Pre test de drogas*



**Nota.** La figura muestra el nivel de conocimiento inicial en el área de drogas en el año 2023.

**Fuente:** Elaboración propia.

Figura N°7  
*Post test de drogas*



**Nota:** La figura muestra el nivel de conocimiento final en el área de drogas en el año 2023.

**Fuente:** Elaboración propia.

Los resultados de la comparación entre el pretest y el postest en la gráfica indican un notable aumento en el nivel de conocimiento de los participantes sobre el tema de las drogas.

Este incremento sugiere que el programa de prevención implementado fue efectivo en su objetivo principal: mejorar la comprensión y conciencia de los participantes sobre los riesgos asociados con el consumo de drogas.

La mejora en los niveles de conocimiento puede atribuirse a la implementación exitosa de estrategias educativas dentro del programa. Estas estrategias podrían haber incluido sesiones de educación interactiva, presentaciones informativas, material didáctico relevante y discusiones en grupo, entre otras actividades, la combinación de estas estrategias probablemente ayudó a captar la atención de los participantes, facilitando así su aprendizaje y retención de información. Es importante destacar que esta mejora en el conocimiento no solo es un logro en sí mismo, sino que también tiene el potencial de impactar positivamente en las decisiones de los participantes con respecto al consumo de drogas. Al tener una comprensión completa de los riesgos y consecuencias asociadas con el uso de drogas, es probable que los participantes tomen decisiones informadas y saludables sobre su estilo de vida. Esto puede traducirse en una reducción en los comportamientos de riesgo y una mayor adopción de hábitos de vida más saludables entre los participantes.

Los resultados de la gráfica sugieren que el programa de prevención fue efectivo en mejorar el conocimiento de los participantes sobre las drogas, lo que a su vez puede tener un impacto positivo en la prevención de comportamientos de riesgo y la promoción de estilos de vida más saludables en la comunidad.

**Tabla N°8***Comparación del pre y post test de los conocimientos de prevención - Sexualidad*

SEXUALIDAD	pre test				post test					
	Respuestas Correctas		Respuestas Incorrectas		Total	Respuestas Correctas		Respuestas Incorrectas		Total
PREGUNTA	FR	%	FR	%	%	FR	%	FR	%	%
La sexualidad es:	111	46%	131	54%	100%	232	96%	10	4%	100%

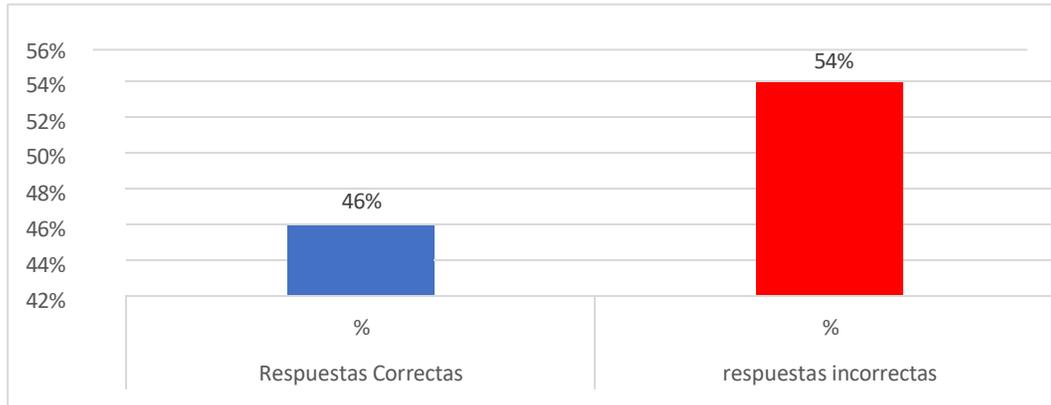
**Nota:** Tabla comparativa pre y post test área sexualidad.

**Fuente:** Elaboración propia.

Los resultados obtenidos al comparar el pretest y el posttest en el área de sexualidad revelan una transformación significativa en el nivel de conocimiento de los estudiantes. En el pretest, apenas el 46% de los estudiantes respondieron correctamente a la pregunta sobre sexualidad. Sin embargo, tras la implementación del programa de prevención, este porcentaje se elevó drásticamente al 96% en el posttest. Este aumento del 50% en el porcentaje de respuestas correctas refleja una mejora notable en el entendimiento de los estudiantes sobre el tema de la sexualidad.

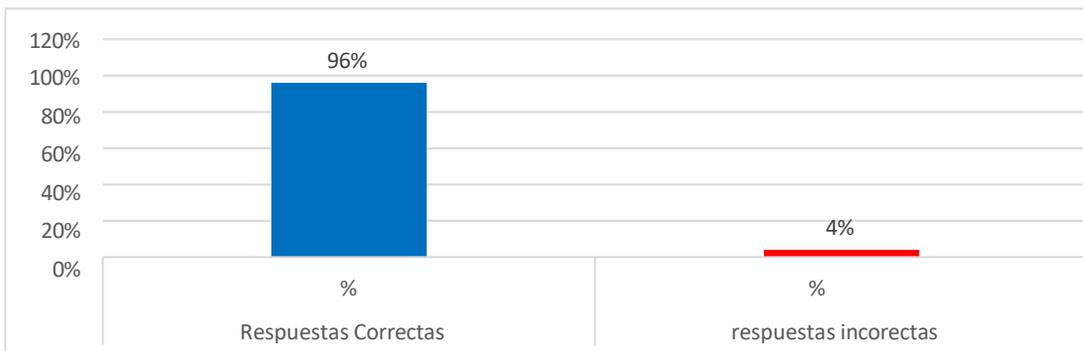
Este cambio positivo en el conocimiento sugiere que la intervención tuvo un impacto significativo en la comprensión de los estudiantes, lo que indica la efectividad del programa para transmitir información relevante y promover una comprensión más profunda de la sexualidad y sus aspectos asociados. Al tener un mejor entendimiento de la sexualidad, los estudiantes muestran mayor preparación para tomar decisiones informadas y saludables sobre su vida sexual y relaciones personales.

Figura N°8  
*Pre test de sexualidad*



**Nota.** La figura muestra el nivel de conocimiento inicial en el área de sexualidad en el año 2023.  
**Fuente:** Elaboración propia.

Figura N°9  
*Post test de sexualidad*



**Nota.** La figura muestra el nivel de conocimiento final en el área de sexualidad en el año 2023.  
**Fuente:** Elaboración propia.

Los resultados del postest evidencian de manera clara y contundente el impacto positivo que tuvo la intervención en la ampliación del conocimiento y la comprensión de los estudiantes sobre la sexualidad. Este incremento en el conocimiento no solo representa un logro en sí mismo, sino que también abre la puerta a una serie de beneficios adicionales. En primer lugar, al aumentar su comprensión sobre la sexualidad, los estudiantes están mejor equipados para tomar decisiones más informadas y saludables en lo que respecta a su vida sexual y reproductiva.

Este mayor nivel de conocimiento sobre la sexualidad no sólo se limita a la adquisición de información básica, sino que también implica mayor comprensión de los diferentes aspectos relacionados con la sexualidad, como la salud sexual, los métodos anticonceptivos, las enfermedades de transmisión sexual y el consentimiento. Al comprender mejor estos temas, los estudiantes pueden adoptar comportamientos más seguros y responsables en sus relaciones sexuales, lo que a su vez puede contribuir a la promoción de la salud sexual y la prevención de riesgos asociados con la actividad sexual. El aumento en el conocimiento puede tener un impacto positivo en otros aspectos de la vida de los estudiantes, como su bienestar emocional y social. Al sentirse más seguros y capacitados para tomar decisiones relacionadas con su salud sexual y reproductiva, es probable que los estudiantes experimenten un mayor nivel de bienestar y satisfacción en sus relaciones interpersonales.

**CAPÍTULO VII**  
**CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**

## 7.1. Conclusiones de la Práctica Institucional

Tras analizar e interpretar los resultados del programa "Fortaleza Juvenil", una iniciativa de prevención de consumo de drogas para adolescentes basada en la adaptación del manual "Jóvenes Líderes" de INTRAID, se extraen las siguientes conclusiones respecto a los objetivos planteados durante la Práctica Institucional.

**Primer objetivo específico:** Determinar el conocimiento que tienen los estudiantes de las Unidades Educativas San Roque y Lindaura Anzoátegui de Campero, con relación al consumo de drogas, a través del pre test.

El nivel de conocimiento general que presentan los estudiantes respecta los temas como el desarrollo personal las drogas y sexualidad, no siempre se traduce en una prevención efectiva más si lo relacionamos al consumo de drogas. De hecho, incluso dentro de las Unidades Educativas, se observa la presencia de estudiantes que participan en la venta y promoción de estas sustancias. Esta situación revela una brecha entre el conocimiento teórico sobre los riesgos asociados al consumo de drogas y la realidad de las conductas observadas en el entorno escolar.

Es importante reconocer que muchos adolescentes recurren al consumo de drogas y alcohol como una forma de hacer frente a los desafíos personales y académicos que enfrentan. Estos pueden incluir problemas familiares, presión académica, estrés social o dificultades emocionales. En lugar de buscar soluciones saludables y efectivas para abordar estos problemas, algunos estudiantes pueden recurrir al consumo de sustancias como una forma de escape o autotratamiento.

Por lo tanto, es fundamental abordar esta problemática desde una perspectiva integral que no se limite a la transmisión de información sobre los riesgos del consumo de drogas, sino que también involucre la promoción de habilidades de afrontamiento, la creación de espacios de apoyo emocional y el fomento de una cultura escolar basada en la salud y el bienestar.

La preocupación manifestada por algunos estudiantes sobre el consumo habitual de drogas entre sus compañeros refleja una realidad preocupante dentro del entorno escolar.

Algunos estudiantes expresaron situaciones difíciles como: “Dentro del colegio el curso paralelo el 5A de secundaria hay un estudiante que vende droga en el baño y la salida del colegio y no podemos decir a la directora porque estamos amenazados por su gente, quiero que la directora conozca que aquí si fuman marihuana ”.

“Es bueno que vengan a enseñarnos estos temas ya que afuera del colegio cerca al tobogán se juntan a consumir drogas nuestros compañeros”.

“A mí me interesa aprender más sobre los efectos que causa en nosotros como adolescentes las drogas creo que es importante que estemos informados”.

**Segundo objetivo específico:** Adecuar y ejecutar el programa de prevención integral del uso indebido de drogas, a través de talleres orientados al desarrollo personal, drogas y sexualidad.

El programa, denominado "Fortaleza Juvenil: Programa de Prevención de Drogas para Adolescentes", en el módulo de desarrollo personal, a incursionando en el fortalecimiento de temas como la autoestima, el trabajo en grupo, el fomento del liderazgo y la amistad, entre otros. Con la finalidad que los estudiantes identificaran sus debilidades y fortalezas, motivándolos a trabajar en ellas para su crecimiento personal.

Durante el proceso del desarrollo psicológico y búsqueda de identidad, el adolescente experimentará dificultades emocionales. Conforme el desarrollo cognitivo avanza hacia las operaciones formales, los adolescentes se vuelven capaces de ver las incoherencias y los conflictos entre los roles que realizan, incluyendo a los padres.

La solución de estos conflictos ayuda al adolescente a elaborar su nueva identidad con la que mejorará el resto de su vida. El desarrollo emocional, además, está influido por diversos factores que incluyen expectativas sociales, la imagen personal y el afrontamiento al estrés. (Rodríguez, 2019, p. 21).

Además, hablar sobre el desarrollo personal puede ayudar a los adolescentes a desarrollar habilidades de afrontamiento efectivas para enfrentar desafíos y adversidades. Les brinda la oportunidad de reflexionar sobre sus experiencias, aprender de los errores y desarrollar una mentalidad resiliente que les permita superar obstáculos y crecer a partir de

ellos.

Dentro del módulo de drogas, se implementaron actividades participativas e interactivas dirigidas directamente a los estudiantes. Esta estrategia se diseñó con el propósito de hacer que el proceso de aprendizaje sea dinámico y accesible, especialmente en relación con temas complejos al fomentar la participación activa de los estudiantes.

Uno de los problemas que enfrenta Bolivia son los altos índices de prevalencia anual de consumo de drogas lícitas e ilícitas, por la población en edad escolar, de 13 y 17 años de edad: el 35,4% consume alcohol; 12,5% tabaco; y, el promedio de consumo de marihuana, inhalables, pasta base, cocaína y otras drogas ilícitas alcanza el 5,1%)

Tomando en cuenta que mientras más temprano los adolescentes empiecen a consumir drogas, mayores serán las posibilidades de continuar consumiendo en el futuro. El abuso de drogas en la adolescencia puede contribuir al desarrollo de problemas como enfermedades cardíacas, presión arterial alta y trastornos del sueño (G.A.M.T., 2022, p. 2)

El hablar de drogas con adolescentes es esencial para educar, empoderar, prevenir y apoyarlos en su camino hacia una vida saludable y libre de drogas. Esta comunicación abierta y honesta sienta las bases para relaciones más sólidas y confiables entre padres, educadores y jóvenes, esto contribuye a la creación de comunidades más seguras y saludables.

Dentro del tercer módulo sobre sexualidad, se implementaron actividades destinadas a desafiar mitos y tabúes, con el objetivo de comprender que la sexualidad es una parte integral de la vida. Se enfatizó que los adolescentes no deben sentir temor al aprender y hablar sobre este tema, al contrario, deben abrirse a estas conversaciones ya que fortalece su entendimiento y les proporciona herramientas para vivir de manera saludable y segura.

El desarrollo físico del adolescente no es igual en todos los individuos, por lo cual en muchos casos el desarrollo se inicia temprana o tardíamente. Los adolescentes que maduran de manera prematura muestran mayor seguridad, son menos dependientes y manifiestan mejores relaciones interpersonales; por el contrario, quienes maduran tardíamente, tienden a poseer un autoconcepto negativo de sí mismos con sentimientos de

rechazo, dependencia y rebeldía. De ahí la importancia de sus cambios y aceptación de tales transformaciones para un adecuado ajuste emocional y psicológico. (Rodríguez, 2019, p. 20).

Hablar de sexualidad con adolescentes es esencial porque permite brindarles la información y las habilidades necesarias para tomar decisiones saludables, mantener relaciones respetuosas y cuidar de su bienestar físico y emocional.

**Tercer objetivo específico:** Realizar una comparación de los resultados entre la evaluación inicial y la evaluación final determinando el conocimiento adquirido durante la ejecución de los módulos del programa de prevención de drogas en los estudiantes de las Unidades Educativas.

La comparación entre los resultados del cuestionario pretest y postest muestra un aumento significativo en los conocimientos adquiridos. La mayoría refleja resultados positivos obtenidos durante este proceso.

La ejecución del programa demostró ser efectiva, ya que los resultados del post test revelaron un conocimiento cercano al 100%, en comparación con el pretest. Aunque inicialmente los porcentajes eran variados, el programa ayudó a fortalecer significativamente sus conocimientos.

Aunque los estudiantes tenían cierto conocimiento previo sobre los temas abordados en el módulo de desarrollo personal, se evidenciaron falencias en su manejo de aspectos como la autoestima, el liderazgo, la amistad y la comunicación. El programa les ayudó significativamente a fortalecer estas áreas.

Según los resultados obtenidos, se evidencia que el ítem con menor puntaje en el pretest del desarrollo personal fue del 20%, mientras que el más alto en el postest alcanzó el 98%. Estos datos muestran una mejora significativa en el conocimiento y la comprensión de los temas relacionados con el desarrollo personal después de la implementación del programa de prevención.

De acuerdo a los resultados en el módulo de drogas, se refleja un porcentaje más bajo en el pretest, con un 28%, en comparación con el posttest, donde el porcentaje más alto alcanzó el 98%. Esto indica que los contenidos abordados fueron fundamentales para el desarrollo de los talleres llevados a cabo, evidenciando una notable mejora en el conocimiento y la comprensión de los temas tratados.

La diferencia entre el porcentaje bajo en el pretest y el porcentaje alto en el posttest indica claramente que la intervención fue efectiva para mejorar el conocimiento y la comprensión de los adolescentes sobre el tema de las drogas. Esta mejora sustancial sugiere que los contenidos impartidos durante los talleres fueron relevantes y apropiados para los participantes, lo que refuerza la importancia de continuar con programas de prevención similares para abordar y mitigar el consumo de drogas entre los adolescentes.

Por último, pero no menos importante, en el módulo de sexualidad, se observan porcentajes iniciales en el pretest del 46%, en contraste con el posttest, que alcanzó un 96%. Esto señala una notable disparidad en la adquisición de conocimientos, destacando la efectividad del programa en mejorar la comprensión de los adolescentes sobre la sexualidad y los temas relacionados.

La educación sexual adecuada puede tener un impacto significativo en la vida de los adolescentes, no solo en términos de conocimiento, sino también en su capacidad para tomar decisiones informadas y saludables sobre su sexualidad y relaciones. Este aspecto específico de la educación es fundamental para el desarrollo integral de los jóvenes, ya que les proporciona las herramientas necesarias para navegar de manera segura y responsable en su vida sexual y afectiva.

Estos resultados respaldan la efectividad del programa en fortalecer de manera integral los conocimientos de prevención del consumo de drogas, proporcionando a los adolescentes las herramientas necesarias para fortalecer su capacidad y hacer frente a situaciones en las que se presenten las drogas.

Es crucial dedicar esfuerzos a fortalecer a los estudiantes en el ámbito de la prevención de drogas, ya que esto les proporciona herramientas fundamentales para enfrentar

los desafíos que puedan surgir en su vida. Al dotarlos de información y habilidades para resistir la presión de grupo y tomar decisiones saludables, no sólo se le brinda protección frente al consumo de sustancias nocivas, sino que también, se los capacita para afrontar de manera efectiva situaciones adversas.

## **7.2. Recomendaciones**

### **A la institución “INTRAID”**

Se recomienda a la institución INTRAID coordinar claramente con los directores de las Unidades Educativas para facilitar el acceso a las mismas, el respaldo necesarios por parte de los directores, es crucial para que los programas de INTRAID se implementen de manera efectiva.

Se sugiere establecer canales de comunicación regulares y claros con los directores para discutir las necesidades específicas de cada Unidad Educativa y adaptar los programas de apoyo. La colaboración activa de los directores es fundamental para crear un entorno propicio para el aprendizaje y así maximizar el impacto positivo de las iniciativas de INTRAID en la comunidad educativa.

### **A los directores**

Se recomienda que los directores aumentar su involucramiento, para facilitar el acceso de los estudiantes a los cursos necesarios para llevar a cabo la práctica.

Este mayor compromiso no sólo garantizará que los estudiantes puedan beneficiarse plenamente de los cursos, sino que también fortalecerá la implementación efectiva de la práctica en el contexto escolar.

La participación activa de los directores puede ayudar a superar posibles obstáculos logísticos y administrativos, asegurando así que el programa de prevención del consumo de alcohol y drogas se desarrolle de manera integral y eficaz.

### **A los profesores**

Se recomienda a los profesores demostrar empatía y brindar su apoyo activo en la

realización de las prácticas institucionales, ya que estos temas no sólo implican a los estudiantes, sino que también contribuyen significativamente a su desarrollo integral. Los temas abordados en estas prácticas suelen ser delicados y altamente relevantes para la vida de los estudiantes, abarcando desde la prevención de problemáticas sociales hasta el fomento de hábitos saludables. Estos temas influyen directamente en su bienestar emocional, social y académico.

Es crucial que los profesores se involucren de manera positiva y comprensiva en la implementación de estas prácticas. La empatía por parte de los profesores ayuda a crear un ambiente de confianza y apertura donde los estudiantes se sientan seguros para expresar sus preocupaciones y experiencias. El apoyo activo de los profesores fomenta un sentido de pertenencia y compromiso con el proceso de aprendizaje.

La participación empática de los profesores favorece la participación y el compromiso de los estudiantes, promoviendo un entorno educativo en el que los estudiantes se sientan valorados y comprendidos. Esto no solo mejora su disposición para abordar temas sensibles, sino que también fortalece su capacidad para tomar decisiones informadas y saludables.

### **A futuros practicantes de la carrera de Psicología**

Se sugiere a los futuros investigadores que continúen realizando estudios en el área de prevención, ya que estos trabajos destacan la importancia de estos temas en la sociedad y el valioso aporte que hacen al desarrollo integral de los estudiantes. La prevención es fundamental para construir una sociedad más saludable y equitativa. Los estudios e investigaciones en este campo permiten identificar factores de riesgo, diseñar intervenciones efectivas y evaluar programas de prevención para abordar diversas problemáticas, desde la salud mental hasta la violencia y el consumo de drogas.

Promover investigaciones continuas en la prevención contribuye significativamente a mejorar el bienestar de los estudiantes y crear entornos más seguros y de apoyo. Estos esfuerzos no solo benefician a los individuos, sino que también fortalecen la comunidad educativa y, en última instancia, la sociedad en su conjunto.