

## INTRODUCCIÓN

Actualmente podemos observar cómo los niños enfrentan nuevos desafíos a una edad temprana, como el consumo de alcohol y drogas. Desde la niñez, están expuestos a muchos riesgos tanto en sus hogares como en la sociedad, algunos despiertan su curiosidad por probar lo que los adultos consumen, ciertamente en la etapa que se encuentran algunos niños posiblemente suelen imitar a sus padres y se sienten tentados a descubrir a qué saben las bebidas, sustancias y cómo se sienten, lo que puede provocar daños irreversibles en su salud física y psicológica.

El consumo de bebidas alcohólicas no solo es influenciado por el entorno familiar, sino también por las publicidades que se observan en la televisión y las redes sociales, así como por el fácil acceso a ciertas sustancias. En la etapa de pubertad, los niños y adolescentes buscan formar parte de un grupo, y en muchos casos, estos grupos los incitan a consumir bebidas alcohólicas como requisito para integrarse, tener una autoestima baja los hace más susceptibles a la influencia externa.

Los riesgos asociados con el consumo de alcohol y drogas en menores van más allá de la salud física y psicológica, también afectan su rendimiento académico y sus relaciones interpersonales, aumentando la probabilidad de desarrollar adicciones a largo plazo.

Como parte de la sociedad, estamos obligados a implementar programas de prevención y concientización para que los niños y adolescentes comprendan las consecuencias del consumo a una edad tan temprana. La educación temprana es clave, debe incluir talleres informativos en escuelas, campañas publicitarias que promuevan estilos de vida saludables, es esencial involucrar a los padres y a las unidades educativas en estas actividades para crear un entorno de aprendizaje que promueva el desarrollo positivo de los niños y adolescentes.

Además, las Unidades Educativas deben abordar temas de gran importancia con un enfoque preventivo, contando con el apoyo de psicólogos que los guíen en el proceso, la implementación de programas y talleres contribuirá a que los estudiantes adquieran un mayor

conocimiento, les permitirá desarrollar herramientas para tomar decisiones informadas y fortalecerá su bienestar integral.

Asimismo, es importante promover la formación en estrategias de acompañamiento y prevención, dotándolos de recursos para identificar señales de alerta y actuar de manera oportuna. La colaboración entre familias, instituciones educativas y especialistas permitirá generar un impacto duradero

# **CAPÍTULO I**

## **PLANTEAMIENTO Y JUSTIFICACIÓN DE LA PRÁCTICA INSTITUCIONAL**

## 1.1. Planteamiento del problema

Para empezar, se abordará el tema de las drogas y alcoholismo en niños y adolescentes, considerando que cada vez están más expuestos a estas sustancias. El enfoque temprano no solo permite identificar los factores que pueden contribuir al consumo a una edad temprana, sino también comprender los riesgos asociados. Además, se han incorporado investigaciones a nivel internacional, nacional y regional, así como entrevistas con los directores de las Unidades Educativas respecto al tema.

El consumo de alcohol y drogas entre estudiantes menores de edad es una preocupación creciente en diversas comunidades alrededor del mundo. A cierta edad, los niños y adolescentes se encuentran en una etapa crítica de desarrollo, tanto físico como psicológico, la exposición a sustancias adictivas puede tener consecuencias graves como corto a largo plazo. Durante la etapa, son particularmente susceptibles a influencias externas, como la presión de sus pares y la influencia de los medios de comunicación.

“Cuando los niños pasan de la escuela primaria a la escuela media, deben hacer frente a nuevas situaciones sociales, familiares y académicas que les resulta difíciles. A menudo, durante cierto periodo están expuestos por primera vez a sustancias como los cigarrillos o el alcohol. Al ingresar en la escuela secundaria, pueden encontrarse allí con una mayor disponibilidad de drogas, adolescentes más grandes ya dados el consumo y actividades sociales en las que se consumen drogas”. Instituto Nacional Sobre el Abuso de Drogas, (NIDA, 2023).

Para comprender la gravedad del consumo de alcohol y drogas en menores de edad, es importante conocer la siguiente investigación y porcentajes. Según los datos obtenidos por el Observatorio Boliviano de Seguridad Ciudadana y Lucha Contra las drogas, (OBSCD, 2024), la prevalencia de consumo de alcohol medida en términos de vida es del 73.9%. en los últimos 12 meses, se observa un 54.4%, y en los últimos 30 días un 31.2%, destacando significativamente la ciudad capital de Tarija como el departamento donde más se consumen bebidas alcohólicas. Además, puede generar que en los niños y adolescentes se familiaricen y normalicen el consumo de bebidas desde temprana edad, debido a la constante exposición en sus hogares. (p. 33)

Además, los siguientes datos podría servir como referencia para implementar diversas acciones en el país, dirigidas primero a reducir el consumo de sustancias nocivas para la salud de los niños, y segundo, a intentar revertir esta situación. Dada la amplitud de los conceptos, es necesario delimitar las dimensiones que serán abordadas en este estudio. Por lo tanto, se consideró pertinente estudiar las siguientes variables:

Empezaremos definiendo qué es prevención, “La prevención es el resultado de concretar la acción de prevenir, la cual implica el tomar las medidas precautorias necesarias y más adecuadas con la misión de contrarrestar un perjuicio o algún daño que pueda producirse.” (Ucha, 2022)

Para llevar a cabo el programa la Prevención escolar es fundamental tal como lo menciona Iglesias (2002), que “La prevención escolar debe conseguir que los jóvenes no consumas drogas o retrasen la edad de inicio. Aplicada en la escuela debe conseguir este objetivo en todos los alumnos, pero puede haber distintos grados de intensidad.” (p. 76)

Al educar y fortalecer a los jóvenes desde temprana edad en la toma de decisiones saludables, se busca no solo prevenir el uso de sustancias, sino también fomentar un entorno escolar donde prime el bienestar físico, emocional y social de todos los alumnos.

También se considera la variable pubertad-adolescencia, Güemes, et al. (2017), señala que, “entre los 8-13 años se da la pubertad y da inicio con la aparición de telarquia entre los 8-13 años en las niñas y el aumento del tamaño testicular entre los 9-14 años en los niños.” (p. 8)

A esta edad llegan a afrontarse a diferentes situaciones y empiezan a tomar más en cuenta a sus pares, por lo que, son más propensos al consumo de sustancias ilícitas.

Por lo tanto, se tomará la variable drogas, al respecto define que “Una droga es una sustancia vegetal, mineral o animal que tiene efecto estimulante, alucinógeno, narcótico o deprimente. Se conoce como la droga blanda o que tiene un bajo grado adictivo, como el cannabis, mientras que una droga dura es fuertemente adictiva como la cocaína y la heroína.” (Porto y Gardey, 2021)

Según la Organización Mundial de la Salud, (OMS, 2022), el alcohol es una sustancia psicoactiva con propiedades causantes de dependencia, se ha utilizado ampliamente en muchas culturas durante siglos. El uso nocivo del alcohol causa una alta carga de morbilidad y tiene importantes consecuencias sociales y económicas.

Así mismo, la autoestima en adolescentes es importante como lo menciona Rosenberg (2005), psicólogo y creador de la Comunicación No Violenta, sostiene que “La autoestima genuina no proviene de la aprobación externa, sino de la autoaceptación y el reconocimiento de nuestras propias necesidades y sentimientos. Rosenberg enfatiza la importancia de conectarse con uno mismo de manera honesta y empática para desarrollar una autoestima saludable” (p. 39)

Por último, definimos la toma de decisiones responsables como “un proceso cognitivo en el que se realiza una elección entre posibles alternativas, incluso cuando se trate solo de una alternativa posible hay otra potencial.” (Bustillos, 2020)

Destacamos la importancia de brindar a los niños oportunidades para tomar decisiones por sí mismos en situaciones cotidianas, ya que esto contribuye al desarrollo de su sentido de autonomía y responsabilidad.

## **Internacional**

En una investigación realizada en Colombia por la Pontificia Universidad Javeriana el 2021 titulado “Consumo de drogas lícitas con niños escolarizados de 8 a 12 años”, con el objetivo de determinar la salud percibida, la autoeficiencia y la actitud hacia el consumo de drogas de los niños que asisten a colegios de Colombia. Con una población de 467 niños y niñas de 8 a 12 años en seis colegios, se aplicó el instrumento de autoeficiencia percibida de Albert Bandura, el instrumento Kidscreen 27 y el cuestionario de actitud hacia el consumo de drogas.

Como resultado “se evidencia contacto con cigarrillos y alcohol desde los 8 años con diferencias significativas según edad y sexo. Al parecer los niños entran en primer contacto con el alcohol, mientras que las niñas lo hacen con el cigarrillo. Los que han tenido contacto con el alcohol y tabaco refirieron menores niveles de autoeficacia y salud percibida”. Por lo

mismo recomiendan que los programas de prevención del consumo de drogas se deben articular de manera transversal con el sector salud, el educativo y el familiar de modo que en ellos se involucren padres y profesores. (Melo et al., 2021)

En otra investigación realizada en Cuba por la Universidad Holguín el 2019, titulada “comportamientos de alcoholismo en adolescentes”, con el objetivo de describir el comportamiento de alcoholismo en los adolescentes del Instituto Jesús Menéndez Larrondo. La población estuvo conformada por los 972 estudiantes y la muestra por 317 de 13 y 15 años, principal fuente empleada fue la entrevista. Como resultados, el 65.9% consume bebidas alcohólicas siendo femeninas las mayores consumidoras, seguido por los varones con un 36.6%. Se puede apreciar que los 209 pacientes que las consumen el 44% comenzó a beber a los 14 y 15 años, mientras que el 93.3% empezaron antes de cumplir los 16 años. La edad promedio de los consumidores de alcohol fue del 13,45 con desviación estándar de 3.03. Por lo mismo recomienda que continuamente las organizaciones gubernamentales y educativos puedan realizar prevención ante el consumo de alcohol. (Góngora et al., 2019)

En una diferente investigación realizada en el Municipio de Contramaestre en la provincia de Santiago de Cuba por el Área de Salud América 1 el 2019, titulada “Consumo de bebidas alcohólicas en adolescentes”, la población estuvo conformada por 200 adolescentes de 10-19 años de edad. Se realizó un estudio descriptivo y transversal. Como resultados el 88,5% de los adolescentes consumieron bebidas alcohólicas y 60,5% comenzaron el consumo entre 10 y 16 años. Se evidenció un riesgo de consumo patológico en el sexo masculino. Los consumidores de riesgo, perjudiciales y dependientes alcohólicos manifestaron la necesidad de ingerir alcohol en las actividades, puesto que les producía efectos favorables; por tanto, se propuso fomentar la educación antialcohólica entre los integrantes de este grupo poblacional. (Vázquez et al., 2019)

## **Nacional**

En la investigación realizada de tipo descriptivo no experimental, desde el enfoque cualitativo realizado en Bolivia por la Universidad Mayor de San Andrés titulado “Estrategias de prevención contra el consumo de drogas dirigido estudiantes de secundaria de la Unidad Educativa República de Italia”, con el objetivo de diseñar una estrategia de

prevención social para orientar, sensibilizar y fortalecer el rechazo al uso y abuso de sustancias. Con una población de 240 estudiantes de 13 a 19 años, el 54.8% del sexo femenino y 45.2% por el sexo masculino; siendo así los resultados, en cuanto al consumo de drogas, más de una cuarta parte de la población adolescente ha consumido algún tipo de droga, con una prevalencia del 41.9%. De estos, el 29% son mujeres y el 12.9% son varones lo que indica que el uso de drogas es más alto entre las mujeres en comparación con los hombres. Así mismo, se concluye que, existen elevados niveles de consumo de drogas en la Unidad Educativa República Italia, evidenciándose que al menos tres tipos de drogas. Tabaco (cigarrillo), el alcohol y la marihuana; por lo tanto, es urgente la implementación de acciones o estrategias de prevención en ese espacio educativo. Es necesario proponer y ejecutar acciones o estrategias de prevención de un proyecto de vida en beneficio de los adolescentes, que sea impulsada desde la Unidad Educativa, y sea considerada un elemento importante como factor de protección. (Ramírez, 2019)

En otra investigación realizada en la Universidad Mayor de San Andrés titulada “Percepción de riesgo del alcoholismo en adolescentes: centros de desarrollo integral red 5 El Alto”, con el objetivo de Determinar la percepción de riesgo sobre el consumo de alcohol en adolescentes de 15 a 18 años de edad, que asisten al CDI, para elaborar un esquema de prevención sobre la temática planteada. La metodología fue transversal descriptiva, un muestreo probabilístico estratificado, los instrumentos utilizados fueron una Escala y una Encuesta de Percepción de Riesgo, aplicadas a 261 adolescentes entre 14 a 18 años de edad, de los mismos un 46% son vulnerables al consumo de alcohol, 74.7% tienen una percepción adecuada acerca de los daños que puede generar el consumo, un 56% desconocen algunos aspectos relacionados con la salud, el 48.9% declaran no saber la sensación de bienestar que podría provocar el consumo de bebidas alcohólicas, es decir que muchos se involucran en situaciones de consumo solo para saber que se siente, como resultado importante se observó que el consumo una vez al mes es de 0.76% entre 14 y 15 años, el consumo aumenta en 1.4% en edades de 16 a 17 años, y el 2.3% se da a los 18 años de edad. Por lo que recomienda a las instituciones que trabajan con niños y adolescentes introducir temáticas vinculadas a la prevención del consumo de alcohol (así como también de promoción de estilos de vida saludable), de acuerdo a la edad que poseen las personas beneficiarias. (Morales, 2020)



## **Regional**

De acuerdo al trabajo de investigación titulado “El alcoholismo en la ciudad de Tarija”, realizado por la Universidad Privada Domingo Sabio (UPDS) entre septiembre y enero de 2021 y 2022 que estuvo a cargo del Lic. Bernardino Vásquez, director del Centro de Estadística de la Universidad Privada Domingo Savio y la cooperación de Alcohólicos Anónimos en Tarija, con una población de 157.522 habitantes de la ciudad de Tarija mayores de 15 años del 2022 a base de datos del INE, se obtuvieron los siguientes resultados: el 49% de los encuestados señalan que consumen una vez al mes o al menos alguna bebida alcohólica, el 51% señala que han tratado alguna vez de no beber por una semana o más sin haber logrado cumplir el plazo, el 34% de todos los encuestados tienen una tendencia hacia el alcoholismo, 41% de los hombres encuestados tienen una tendencia al alcoholismo contra 28% de las mujeres. Por lo tanto, es recomendable que haya campañas y actividades que promueven una vida más saludable, seguido de reducir la publicidad y restringir el acceso al alcohol, además de talleres de sensibilización a los padres de familia. (UPDS, 2022)

Un reciente estudio revela que Tarija es la ciudad capital líder en consumo de alcohol en Bolivia, con un impactante 73.9% de personas encuestadas admitiendo haber consumido bebidas alcohólicas en algún momento de su vida. Este dato alarmante posiciona a Tarija como la ciudad con mayor incidencia de consumo de alcohol, seguida por Cochabamba y Sucre.

Aunque el consumo de alcohol en ciudades capitales muestra una tendencia a la baja desde 2007, Tarija se destaca como una excepción, manteniendo un índice preocupante de consumo. Según el informe presentado por el ministro de Gobierno, Eduardo del Castillo, en 2023 el 58.1% de los bolivianos consumieron bebidas alcohólicas, destacando la problemática en la región de Tarija. El estudio también pone de manifiesto una marcada diferencia entre hombres y mujeres en cuanto al consumo de alcohol, siendo los hombres quienes lideran este aspecto con un 51.1% de los encuestados reportando haber bebido en los últimos 12 meses. (El País, 2024)

Un estudio realizado entre 2023 y 2024 reveló que Tarija ocupa el primer lugar en el consumo de bebidas alcohólicas a nivel nacional, una situación que genera preocupación en las autoridades y especialistas en salud.

El Lic. Amílcar Patiño encargado de estadísticas del Instituto de Prevención, Tratamiento, Rehabilitación e Investigación de Drogodependencia y Salud (INTRAID) informó que los datos fueron obtenidos en colaboración con la Universidad Domingo Savio y el equipo de prevención del Comité Departamental, evidenciando un alarmante descenso en la edad de inicio del consumo de alcohol. “El consumo de alcohol sigue siendo bastante elevado. Los datos nos muestran que cada vez se inicia a una edad más temprana, en promedio entre los 13 y 14 años, y en algunos casos incluso antes”, explicó el especialista. Ante este panorama, resaltó la importancia de reforzar las acciones de prevención y concientización en la población, especialmente en los niños y adolescentes. “Nos da a entender que hay que seguir trabajando en la prevención, porque los niños están consumiendo a muy temprana edad”, concluyó. (Flores, 2025)

Durante una entrevista, el director Jhasmany Romano Santillano, de la Unidad Educativa Dr. Alberto Baldivieso, manifestó su preocupación por las múltiples carencias que enfrenta su institución, especialmente en lo que respecta a la orientación psicológica y emocional de niños y adolescentes. Según explicó, la falta de personal especializado en el área de psicología limita considerablemente la atención oportuna y adecuada a los estudiantes que enfrentan diversas problemáticas personales y familiares.

También reveló que se han identificado casos de estudiantes consumiendo bebidas alcohólicas dentro de las instalaciones del establecimiento, una situación alarmante que refleja la urgente necesidad de implementar estrategias preventivas y correctivas. Asimismo, mencionó que en los alrededores del colegio es común observar a estudiantes ingiriendo alcohol o fumando cigarrillos, lo que incrementa el riesgo de adicciones a edades tempranas. El alumnado proviene de entornos familiares disfuncionales, o están bajo el cuidado de tutores que también presentan patrones de consumo problemático, la realidad es compleja aún más el abordaje de la situación, ya que el contexto familiar influye directamente en el comportamiento y el bienestar emocional de los estudiantes.

De igual manera, en una entrevista realizada a la directora Lic. Rosario Zelaya Peredo, de la Unidad Educativa Aniceto Arce, turno tarde, señaló que, si bien hasta el momento no se han identificado casos de consumo de alcohol o drogas entre los estudiantes, considera fundamental implementar desde ahora acciones preventivas. Mencionó la importancia de trabajar de manera anticipada para evitar que, en el futuro, los alumnos caigan en conductas de riesgo asociadas al consumo de sustancias.

Asimismo, la directora expresó que, aunque la situación actual no presenta casos críticos en ese ámbito, existen otras problemáticas que afectan el bienestar emocional del estudiantado, por lo cual se hace necesario contar con mayor apoyo psicológico dentro del establecimiento. En su opinión, el acompañamiento profesional adecuado puede marcar una gran diferencia en la formación integral de los adolescentes.

Por lo tanto, es fundamental implementar el programa “CRECER SIN DROGAS”, para que los niños y adolescentes se informen, reflexionen y desarrollen una conciencia crítica sobre el tema, se busca promover la aceptación, fomentar la toma de decisiones responsables, elevar la autoestima y proporcionar información adecuada, permitiéndoles enfrentar los desafíos de su entorno con seguridad y confianza.

## **1.2. Justificación**

Los datos recopilados revelan la necesidad de intervenir cada vez más a temprana edad para prevenir el consumo de bebidas alcohólicas y drogas, ya que estas prácticas tienen graves consecuencias para la salud física. El cerebro de los niños está en una fase crítica de desarrollo, el consumo de sustancias puede interferir en este proceso, provocando daños permanentes en áreas relacionadas con el aprendizaje y la memoria.

Dada la temprana edad a que muchos niños y niñas comienzan a consumir sustancias, así como el alarmante nivel de consumo actual, es fundamental enfocarse en esta población vulnerable. Los menores están expuestos a drogas legales e ilegales en diversos entornos sociales y familiares, donde la influencia de los padres y sus pares es inevitable. Por ello, esta iniciativa institucional se centra en prevenir o retrasar el inicio del consumo de alcohol y drogas ilícitas mediante el desarrollo de habilidades que fomenten la reflexión y el análisis, adaptadas a su proceso de crecimiento.

Asimismo, provoca daños psicológicos, favoreciendo el desarrollo de trastornos mentales asociados a un mayor riesgo de padecer problemas de salud mental, como depresión, ansiedad y trastornos de conducta. Además, puede generar dependencia y adicción.

El objetivo actual de la Práctica Institucional es prevenir o retrasar el inicio del consumo de alcohol y drogas, tanto legales como ilegales, mediante el programa “Crecer sin Drogas”, con el apoyo del Instituto Nacional de Prevención, Tratamiento y Rehabilitación de Drogodependencias y Salud Mental (INTRAID).

Aporte práctico: El programa tiene como objetivo generar un impacto duradero en estudiantes de 9 a 13 años, fortaleciendo sus conocimientos y habilidades para que puedan enfrentar futuras dificultades, también busca fomentar actitudes contrarias al consumo mediante un trabajo de concientización, así también, en la autoestima, toma de decisiones, comunicación y liderazgo.

El principal objetivo es prevenir o retrasar el consumo de sustancias controladas y alcohol. Para lograrlo, el programa no solo se enfoca en la intervención directa con los niños,

sino que también considera la importancia de futuras mejoras e innovaciones basadas en las necesidades emergentes de los niños, adolescentes y unidades educativa. Al identificar y responder a estas necesidades, el programa busca mantenerse relevante y efectivo en su mismo de prevención.

Aporte teórico: A través de la Práctica Institucional, mediante la aplicación de Pretest y Post test en 2024, se podrá determinar el nivel de conocimiento que tienen los estudiantes de 9 a 13 años respecto al consumo de alcohol y drogas. Dado que tienen acceso ilimitado a internet, frecuentemente reciben información errónea, lo que les causa confusión, el aporte teórico busca proporcionar información verídica basada en datos que ayuden a comprender las diferentes definiciones del programa.

La Práctica Institucional será una oportunidad valiosa para los estudiantes de las Unidades Educativas Dr. Alberto Baldivieso y Aniceto Arce Turno Tarde, ya que permitirá brindar información clara y precisa sobre el alcoholismo y el consumo de drogas. A través del abordaje de diversas áreas temáticas, se fortalecerán conocimientos clave que favorecerán la comprensión de los riesgos asociados al uso de sustancias ilícitas y al abuso del alcohol. Esta iniciativa contribuirá al desarrollo de habilidades para la toma de decisiones responsables y al desarrollo de un estilo de vida saludable.

**CAPÍTULO II**

**CARACTERÍSTICAS Y OBJETIVOS DE  
LA INSTITUCIÓN**

## **2.1. Historia de la Institución de INTRAID-TARIJA**

La institución fue oficialmente fundada el 12 de agosto de 1988. Desde sus inicios, a pesar de no contar con una infraestructura propia, gozó de total autonomía para designar a los miembros de su equipo, quienes desempeñaron sus funciones en oficinas proporcionadas por el Servicio Departamental de Salud (SEDES).

En aquel tiempo, siguiendo las nuevas políticas de salud, se implementó un consultorio de atención integral para adolescentes. Además, se llevaron a cabo investigaciones sobre el consumo de alcohol, así como el perfil de los pacientes ingresados en la institución, incluyendo tanto aquellos con problemas relacionados con el alcohol y las drogas como aquellos con patologías mentales.

Con el paso de tiempo, en diciembre de 1990, la institución amplió sus servicios con la creación de un Centro de Tratamiento y Rehabilitación en Drogodependencia y Alcoholismo, el cual fue elevado al rango de instituto en 1995. Inicialmente, contaba con ocho camas para internación; sin embargo, debido a la creciente demanda de la población, su capacidad se expandió a 22 camas en 1990 y, actualmente, cuenta con 33 camas.

Los servicios que brindan están orientados a mejorar la salud mental de la población, atendiendo a los programas prioritarios del Plan Estratégico de Salud. A lo largo de su trayectoria, el Instituto de Prevención, Tratamiento, Rehabilitación de Drogodependencia y Salud Mental (INTRAID-TARIJA) ha organizado diversos encuentros, invitando a profesionales e instituciones con el objetivo de capacitar y actualizar continuamente a su personal.

Desde su fundación, el 15 de diciembre de 1990, INTRAID-TARIJA ha acumulado más de 34 años de experiencia en la prevención del consumo de alcohol y otras drogas. Durante este tiempo, ha avanzado hacia un modelo integral de salud mental validado por la propia población de la ciudad de Tarija.

Además, ha desarrollado manuales dirigidos a públicos específicos, conformando equipos capacitados y diseñado metodologías efectivas. Todo esto ha sido posible gracias a la práctica constante y al contacto directo con actores clave en el proceso educativo, como

padres de familia, adolescentes, niños, maestros y mujeres pertenecientes a organizaciones barriales.

### **2.1.1. Objetivo general de la Institución**

Atender los aspectos psicosociales de la salud, brindando servicios que contribuyan a mejorar la salud mental de la población y ofreciendo cobertura en los programas prioritarios del Plan Estratégicos de salud.

### **2.1.2. Objetivos específicos de la Institución**

- Crear en la sociedad y en los grupos vulnerables en todas las edades, condiciones que favorezcan en desarrollo y mantenimiento del mejor nivel posibles de salud mental.
- Orientar, capacitar y educar a la población en prevención integral del uso indebido de drogas y de alcohol.
- Rehabilitar drogodependientes y alcohólicos, apoyar con consejería y asesoramiento a las familias de alcohólicos drogodependientes y de salud mental.
- Facilitar a las personas cuya salud mental este abocado a que corran riesgo de ver comprometidos su equilibrio psíquico obtener una respuesta adecuada a sus necesidades y una atención oportuna y apropiada.
- Intervenir con un trato especializado y de modo multidisciplinario.

### **2.1.3. Departamento de Prevención y Promoción de la Salud**

El departamento tiene como objetivo principal, la orientación, educación y capacitaciones de la población en general, sobre el uso indebido de drogas, alcohol y salud mental. Uno de los fines de la prevención es la de ayudar a la sociedad a comprender las causas del abuso de drogas y evitar su comienzo.

### **2.1.4. Visión**

Aplicar la cobertura de atención especializada en salud mental a todo el departamento de Tarija, intentando disminuir la dependencia a sustancias y patologías mentales.



### **2.1.5. Misión**

Brindar atención integral a la salud mental, de la población, haciendo uso de programas de prevención, promoción de la salud mental, tratamiento y rehabilitación, desde una perspectiva biopsicosocial.

### **2.1.6. Personal con el que cuentan**

INTRAID-TARIJA está conformado por un equipo multidisciplinario de 35 personas capacitadas en su área de trabajo. En el área clínica, cuenta con 4 psiquiatras, 5 psicólogas y 8 enfermeras. En el área de prevención y promoción de la salud, se dispone de 3 psicólogos, una trabajadora social, una secretaria, dos encargadas del área administrativa y 8 personas en el equipo de apoyo.

### **2.1.7. Ubicación**

INTRAID-TARIJA se encuentra ubicado en la calle Junín N° 1071, Barrio La Pampa (ex Hospital del Niño).

## **2.2 Historia de la Unidad Educativa Dr. Alberto Baldivieso**

La Unidad Educativa Dr. Alberto Baldivieso fue fundada el 23 de abril de 1997 por resolución administrativa, dando cumplimiento a la instrucción emanada por las autoridades de la Dirección Distrital para satisfacer una sentida necesidad de la población estudiantil del barrio 1ro de mayo, donde los niños asistían a escuelas lejanas, como Lourdes y Octavio Campero Echazu.

En un principio, la Unidad Educativa funcionaba en los ambientes del barrio, cuyos vecinos prestaron su sede para los niveles inicial y primario. Contaba con una sola docente: la maestra Rosario Castillo Berástegui, quien fundó la institución con el nombre "1 de mayo". Ella asumió el rol de maestra de multigrado y directora encargada.

En el año 1997, se realizaron los trámites a nivel ministerial para oficializar la unidad educativa como Dr. Alberto Baldivieso. Actualmente, funciona en ambientes propios con 20 aulas construidas: 3 para el nivel inicial, 12 para el nivel primario y 6 para el nivel secundario,

además de un aula TIC. La institución cuenta con 546 estudiantes, 40 docentes y 3 administrativos que trabajan en el establecimiento, actualmente cumpliendo 28 años de funcionamiento.

### **2.2.1. Visión**

Es una institución que brinda una educación de calidad, inclusiva y pertinente, respondiendo a la realidad de la comunidad educativa del Barrio 1ro de mayo. Lo hace en el marco del enfoque Socio Comunitario Productivo, desarrollando la formación integral y holística de los estudiantes, quienes son capaces de transformar la realidad para vivir bien. Esto se logra a través de la práctica de valores cívicos, morales, culturales y éticos, en armonía con la Madre Tierra y el cosmos.

### **2.2.2. Misión**

Tiene la misión de implementar, de manera transparente y oportuna, las políticas educativas y de administración curricular en la comunidad educativa del Barrio 1ro de mayo. Asimismo, se encarga de la administración y gestión de los recursos dentro de su jurisdicción, competencias y funciones.

### **2.2.3. Personal con el que cuentan**

La Institución cuenta con 546 estudiantes y un equipo de 40 docentes, distribuidos de la siguiente manera: 6 en el nivel inicial, 12 en el nivel primario, 3 docentes del área multidisciplinaria y 19 en el nivel secundario. Además, cuenta con 3 administrativos que trabajan en el establecimiento, junto con un director que gestiona toda la Unidad Educativa.

### **2.2.4. Ubicación**

Está ubicada en el barrio 1º de Mayo, sobre la Av. La Paz, al lado de Cerámicas Industrial Narváez.

## **2.3. Historia de la Unidad Educativa Aniceto Arce Turno Tarde**

Según acta de refundación, donde la misma reza lo siguiente:

Reunidos en la dirección de la Unidad Educativa en fecha 15 de julio del año 2021, la directora Lic. Rosario Peredo Zelaya, y el presidente de la junta escolar Sr. Roberto Ortega Nogales para revisar la documentación referida a la fundación de la Unidad Educativa, donde se puede evidenciar diferentes documentos como los de ampliación y trasladados a los nuevos ambientes; pero no se tiene documentos referidos a la fundación del establecimiento.

Por esa razón es que se hizo las diferentes diligencias y gestiones para poner el dato preciso sobre la fecha de fundación de la Unidad Educativa Aniceto Arce Turno Tarde.

Con la información obtenida se tiene como dato de fundación, que la Unidad Educativa Aniceto Arce Turno Tarde, nace a la vida institucional un 7 de marzo de 1973, con Intermedio N° 02, ubicado en el pasaje Baldviezo, entre calles Gral. Narciso Campero y Juan Misael Saracho.

### **2.3.1 Visión**

La Unidad Educativa Aniceto Arce Turno Tarde, es una Institución que brinda una educación, pertinente que responde a la realidad de la comunidad educativa en el distrito educativo de la Provincia Cercado del Departamento de Tarija, el marco del enfoque, socioeconómico productivo, desarrollando la formación integral y logística de los actores y beneficiarios de la Educación capaces de transformar la realidad, bajo el principio del vivir Bien; con la práctica de los valores socio comunitarios, cívicos, morales, culturales y éticos, en armonía con la madre tierra y el cosmos.

### **2.3.2 Misión**

La Unidad Educativa Aniceto Arce Turno Tarde, tiene la Misión de implementar de manera transparente y oportuna las políticas educativas, de administración curricular y de gestión de los recursos en el ámbito de su jurisdicción, competencias y funciones.

### **2.3.3 Personal con el que cuentan**

La Institución cuenta con 725 estudiantes y un equipo de 60 docentes, distribuidos de la siguiente manera: 4 en el nivel inicial, 15 en el nivel primario, 41 en el nivel secundario. Además, cuenta con 3 administrativos que trabajan en el establecimiento.

#### **2.3.4. Ubicación**

La Unidad Educativa Aniceto Arce Turno Tarde se encuentra situada en el barrio Guadalquivir, ubicado en la Avenida Integración a orillas del río Guadalquivir.

**CAPÍTULO III**

**OBJETIVOS GENERALES Y  
ESPECÍFICOS DE LA PRÁCTICA**

### **3.1. Objetivo General**

Implementar el programa de prevención “Crecer sin Drogas” de INTRAIID - TARIJA en estudiantes de 9 a 13 años en las Unidades Educativas Dr. Alberto Baldivieso y Aniceto Arce Turno Tarde 2024.

### **3.2. Objetivos Específicos**

- Identificar el nivel de conocimientos antes del inicio de los talleres, en relación al consumo de drogas y alcohol con el cuestionario del programa “Crecer sin Drogas” de INTRAIID-TARIJA.
- Adaptar y aplicar el programa “Crecer sin Drogas” para fortalecer los conocimientos de los estudiantes de 9 a 13 años, a través de técnicas y estrategias activo participativas, que promoverán la reflexión.
- Evaluar y determinar los conocimientos adquiridos y el impacto del programa “Crecer sin Drogas”, mediante la aplicación del cuestionario de evaluación post test, en estudiantes de 9 a 13 años.

**CAPÍTULO IV**  
**MARCO TEÓRICO**

## 4. Marco Teórico

En el presente capítulo se desarrollarán las definiciones que darán soporte teórico al presente trabajo, mencionando las diferentes variables con las que se trabajará. Se definirán el alcohol y las drogas, la autoestima, la comunicación, el liderazgo y las decisiones responsables. Por último, se definirá qué es la prevención y sus niveles.

### 4.1. Definición de prevención

Según Porto (2024), la prevención, por lo tanto, es la disposición que se hace de forma anticipada para minimizar un riesgo. El objetivo de prevenir es lograr que un perjuicio eventual no se concrete.

La importancia de la prevención como un pilar fundamental para garantizar el bienestar y el desarrollo óptimo de las personas adquiere especial relevancia cuando hablamos de niños y niñas, quienes están en una etapa de formación. Por ello, la prevención en Unidades Educativas no solo es importante, sino esencial para construir un futuro más seguro y prometedor.

#### 4.1.1. Niveles de prevención

A continuación, se presenta los niveles de prevención utilizados en las drogodependencias (Niveles de prevención de drogas, 2024) basado en la proposición de Caplan (1890):

- **Prevención primaria:** Se interviene antes de que surja la enfermedad, con el objetivo de impedir su aparición. Es considerada la forma más deseable de prevención.
- **Prevención secundaria:** Busca localizar y tratar lo antes posible las enfermedades que no pudieron ser evitadas mediante medidas primarias.
- **Prevención terciaria:** Se aplica después de que la enfermedad se ha manifestado, con el propósito de evitar complicaciones y recaídas. Se enfoca en el tratamiento y la rehabilitación de enfermedades con síntomas clínicos claros.



Según Iglesias (2002), en el caso de las drogas, la prevención primaria se orienta a evitar el consumo mediante la reducción de factores de riesgo y el fortalecimiento de factores de protección. La prevención secundaria busca frenar el avance de problemas relacionados con las drogas, evitando que se convierta en situaciones más graves. Por último, la prevención terciaria se centra en el tratamiento y rehabilitación de la dependencia a las drogas evitando recaídas. (pp. 71-72)

Por otro lado, Gordon (1987), desarrolló un modelo de prevención en el ámbito de la salud pública, ampliamente aplicado también en la salud mental. Este modelo clasifica la prevención en tres categorías, según la etapa de intervención y la población objetivo:

- **Prevención universal:** Dirigida a toda la población sin distinción (por ejemplo, chicos de 12 a 14 años). Los programas buscan promover recursos generales, como habilidades para la vida, a menudo implementados en entornos escolares.
- **Prevención selectiva:** Enfocada en subgrupos de la población con mayor riesgo de consumo en comparación con el promedio, como colectivos vulnerables debido a factores personales, familiares o socioculturales.
- **Prevención indicada:** Orientada a subgrupos específicos que ya presentan problemas de comportamiento o consumo indebido de drogas, abordando individuos y grupos de alto riesgo. (pp. 107-109)

#### 4.1.2. Prevención escolar

El principal objetivo de la prevención del consumo de drogas en el ámbito escolar es instruir y fortalecer a los estudiantes para evitar el uso de sustancias, promoviendo un entorno escolar seguro y saludable.

De acuerdo al libro “Base científicas de la prevención” de Iglesias (2002), menciona que: “En la práctica, el tipo de prevención que más se ha desarrollado ha sido la prevención escolar. Ello ha venido dado porque en la escuela e institución donde está el grupo con mayor riesgo de consumir drogas. De ahí que si podemos aplicarles a todos ellos un programa preventivo (de tipo universal), conseguiremos a bajo coste un impacto importante, ya que llegamos a todos ellos y podemos hacer una intervención con todos sin excepción. Sin

embargo, aunque muchos casos si ésta no va acompañada de una prevención más intensiva a nivel familiar, comunitario, etc.” (p. 75)

Así mismo, Iglesias (2002), señala que “la prevención escolar debe conseguir que los jóvenes no consuman drogas o retrasen la edad de inicio. Aplicada en la escuela debe conseguir este objetivo en todos los alumnos, pero puede haber distintos grados de intensidad.” (p.76)

Alonso et al. (1996), destaca la importancia de la prevención en las unidades educativas, porque es uno de los principales agentes de socialización, junto con la familia y el grupo de iguales, y es en ella donde se continua el proceso de socialización iniciando en la familia.

#### **4.1.3. Prevención familiar**

El mayor problema que tienen los programas preventivos a nivel familiar es la escasa participación de los padres. Cuando participan, suelen ser la madre que acude a las sesiones más que el padre. De modo parecido, en las escuelas de padres que se han creado para los mismos, orientadas específicamente para la prevención de las drogas, ocurre algo semejante: suelen acudir las madres y de las que acuden no siempre son las que tienen los hijos con mayores problemas de consumo de drogas o de riesgo de consumirlas. (Iglesias, 2002, p. 79)

#### **4.2. Pubertad y adolescencia**

Güemes et al. (2017), señala que, “se considera inicio pubertad normal a la aparición de telarquia entre los 8-13 años en las niñas, y el aumento del tamaño testicular entre los 9-14 años en los niños.” El término pubertad proviene del latín “pubere” que significa pubis con vello. Es un proceso biológico en el que se produce el desarrollo de los caracteres sexuales secundarios, la maduración completa de las gónadas y glándulas suprarrenales, así como la adquisición del pico de masa ósea, grasa muscular y se logra la talla adulta. (p. 8)

Los mismos autores mencionan que el primer signo de desarrollo puberal en las niñas es el aumento del botón mamario que puede iniciarse entre los 8-13 años, junto con el

aumento de la velocidad de crecimiento y acontece a una edad ósea de 11 años. Antes de los 8 años hablamos de pubertad precoz y después de los 13 de pubertad tardía. (p. 8)

### **4.3. Definición de alcohol**

El término “alcohol” generalmente se refiere al etanol cuando se habla de bebidas alcohólicas. El etanol es un compuesto orgánico con la fórmula química  $C_2H_5OH$ , que actúa como depresor del sistema nervioso central y se consume en bebidas con la cerveza, el vino y los licores. (OMS, 1994)

#### **4.3.1. Alcoholismo**

El alcoholismo es un tema mundial que avanza a pasos agigantados. Diferentes autores definen el alcoholismo de diversas maneras. Para Naveillan (1981, citado por Marconi, 1959), que define “el alcoholismo como una enfermedad crónica, caracterizada por una perturbación fundamental del sistema nervioso central, que se manifiesta por un grupo de síntomas y signos corporales que confiere un carácter imperioso al deseo concomitante de ingerir alcohol. En el nivel de la conducta, la enfermedad se manifiesta por un estado de dependencia física, primaria o secundaria, hacia la sustancia.” (p. 343)

Según la OMS (2022), el consumo de alcohol es un factor causal en más de 200 enfermedades, traumatismo y otros trastornos de la salud. Está asociada con el riesgo de desarrollar problemas de salud tales como trastornos mentales y comportamentales, incluido el alcoholismo en importantes enfermedades no transmisibles tales como la cirrosis hepática, algunos tipos de cáncer y enfermedades cardiovasculares.

El uso nocivo del alcohol causa una alta carga de morbilidad y tiene importantes consecuencias sociales y económicas. Su consumo nocivo puede perjudicar a otras personas, por ejemplo, a familiares, amigos, compañeros de trabajo y desconocidos.

#### **4.3.2. Consecuencias del alcoholismo**

Las consecuencias del alcoholismo son varias; por ende, tal como lo menciona en su investigación, Pautassi (2013), "La ingesta de alcohol en la adolescencia trae consecuencias

negativas inmediatas: accidentes domésticos, mayor probabilidad de violencia en el hogar y entre pares, conductas sexuales no deseadas, entre otras consecuencias nocivas. Otra consecuencia es que pone al niño o adolescente que consume en riesgo de desarrollar problemas con el alcohol más tarde en la vida. Además, las consecuencias pueden ser físicas, psicológicas y sociales, y se vuelven más graves cuanto más frecuente es el consumo, tanto en adolescentes como en jóvenes y adultos." (p.29)

Según el Instituto Nacional sobre el Abuso de Alcohol y el Alcoholismo (NIAAA, 2021), beber demasiado, en una sola ocasión o con el tiempo, puede afectar gravemente la salud.

#### **4.3.2.1. Consecuencias físicas**

Así es como el alcohol puede afectar a tu cuerpo: A continuación, se detallan algunas de sus principales consecuencias:

- **Cerebro:** El alcohol interfiere con las vías de comunicación del cerebro. Estas alteraciones pueden cambiar el estado de ánimo y el comportamiento, además de dificultar el pensamiento claro y el movimiento coordinado.
- **Corazón:** El consumo excesivo de alcohol, ya sea de manera prolongada o en una sola ocasión, puede dañar el corazón y causar problemas como miocardiopatía, arritmias y presión arterial alta.
- **Hígado:** El consumo excesivo de alcohol afecta al hígado y puede provocar una variedad de problemas e inflamación hepática, que incluyen: esteatosis o hígado graso, hepatitis alcohólica, fibrosis y cirrosis.
- **Páncreas:** El alcohol hace que el páncreas produzca sustancias tóxicas que, eventualmente, pueden conducir a la pancreatitis, una inflamación peligrosa en el páncreas que causa hinchazón y dolor, que puede afectar su capacidad para producir enzimas y hormonas para una digestión adecuada.
- **Sistema inmunológico:** Beber demasiado puede debilitar su sistema inmunológico, lo que hace que su cuerpo sea un objetivo mucho más fácil para las enfermedades. Los bebedores crónicos son más propensos a contraer enfermedades como la neumonía y la tuberculosis que las personas que no beben demasiado. Beber mucho en una sola ocasión

ralentiza la capacidad de su cuerpo para protegerse de las infecciones, incluso hasta 24 horas después de emborracharse.

#### **4.3.2.2. Consecuencias psicológicas**

Según Inaba y Cohen (2007, citado por Cortes et al. (2013), se estima que, por lo menos, un 44% de los pacientes admitidos a tratamiento por problemas derivados de un consumo excesivo de alcohol padecen, como mínimo, otro trastorno mental; alternativamente, por lo menos un 34% de los pacientes con algún trastorno mental tiene problemas derivados del consumo excesivo de alcohol. (p. 66)

A continuación, se abordarán tanto los efectos inmediatos tras el consumo como los impactos que se manifiestan después de un uso prolongado.

- **Episodios psicóticos transitorios:** Estos episodios, que pueden aparecer hasta en un 25% de los pacientes con una dependencia al alcohol y un cuadro de temblor asociado, se relacionan con un riesgo posterior de delirium tremens o alucinosis alcohólica. La sintomatología se caracteriza por alteraciones en la percepción, repentinas y fugaces, entre 24 y 72 horas, que generan sorpresa en el paciente y su entorno. (p.67)
- **Trastornos de ansiedad:** El diagnóstico diferencial entre los trastornos de ansiedad y la ansiedad provocada por la abstinencia alcohólica es difícil de establecer. Es necesario realizar una desintoxicación alcohólica, que se prolongue por lo menos 4 semanas, y comprobar la persistencia de la sintomatología ansiosa para poder confirmar el diagnóstico. (p.68)
- **Trastornos de la personalidad:** El trastorno de la personalidad límite o por inestabilidad emocional es altamente prevalente, junto al trastorno antisocial de la personalidad, entre los pacientes con problemas relacionados con el consumo excesivo de alcohol. (p.72)

#### **4.3.3. Factores de riesgo y protección en el consumo de alcohol**

Para prevenir el consumo excesivo de alcohol en los adolescentes, es fundamental identificar los factores de riesgo que incrementan la probabilidad de que ocurra este

problema. Aunque el abuso de alcohol se encuentra en todos los niveles socioeconómicos y culturales, no restringido a un tipo específico de familia.

La Comisión Interamericana para el Control del Abuso de Drogas (CICAD, 2004), indica que los factores de riesgo son numerosos y pueden clasificarse en varias categorías: psicológico, escolares y familiares.

- **Psicológicos:** Baja autoestima, ansiedad, depresión, problemas de comportamiento, inseguridad, dependencia emocional.
- **Escolares:** Comportamientos inapropiados, demasiado tímido o agresivo en clase, deficiencia en el desempeño escolar, fracaso escolar, asociación con compañeros de comportamiento desadaptativo, aislamiento del grupo.
- **Familiares:** Las familias disfuncionales, el maltrato, conflictos familiares, falta de lazos afectivos, padres consumidores, mala relación con los hermanos y mala comunicación entre los miembros de la familia.

#### **Factores de protección:**

- **El principal factor protector es pasar tiempo en familia.** Tener buena relación con los padres y disfrutar estando juntos. El diálogo, los vínculos, las relaciones familiares y la práctica de deporte ayudan a retrasar al máximo el inicio del consumo. Tener al menos una comida al día todos juntos para compartir y conversar es primordial.
- **Reglas claras.** Los padres deben tener posturas claras y consistentes en relación a que los adolescentes no deben consumir alcohol, así como supervisar que ello no ocurra. “No estás autorizado para beber ni fumar marihuana”, ese es el mensaje que debe estar claro. Si no se logra, hay que tomar medidas mayores por que el riesgo de adicción va en aumento.
- **Más naturaleza y deportes.** Salir a caminar, practicar alguna actividad física o simplemente observar el entorno al aire libre hace que los jóvenes se desconecten de las pantallas y mejoren su salud física y mental. Además, el deporte favorece la concentración, el trabajo en equipo, permite sociabilizar y sirve como regulador emocional, entre otros.

- **Dormir lo suficiente.** A menos horas de sueño, menos concentración, más irritabilidad y falta de energía. Esto se traduce también en una disminución del rendimiento académico y desmotivación, que puede hacer que los jóvenes busquen compensar por otro lado.
- **Menos estrés.** Un poco de adrenalina no es malo, pero llegar al límite del estrés nunca es positivo
- **La toma de decisiones:** Preparar a nuestras hijas e hijos para tomar decisiones tiene un valor incalculable porque la vida requiere decidir constantemente, de hecho, no podemos vivir sin tomar decisiones. Además, al enseñarles a tomar decisiones aprenden también capacidad crítica, a asumir responsabilidades y autocontrol.  
El hecho de poder decidir con autonomía nos hace a todas las personas menos influenciables y nos permite afrontar mejor las situaciones de consumo de alcohol.

#### 4.4. Definición de droga

Una droga es una sustancia vegetal, mineral o animal que tiene efecto estimulante, alucinógeno, narcótico o deprimente. Se conoce como droga blanda a aquella que tiene un bajo grado adictivo, como el cannabis, mientras que una droga dura es fuertemente adictiva como la cocaína y la heroína. (Pérez y Gardey, 2021)

##### 4.4.1. Drogadicción

La OMS (1975), define la drogadicción como el consumo repetido de una droga que lleva a un estado de intoxicación periódica o crónica.

Barrionuevo (2015) destaca que, en cuanto a las formas de consumo de drogas, suelen diferenciarse entre uso, abuso.

- **Uso:** Este término supone un contacto esporádico u ocasional con la droga, con consumo circunstancial y en ocasiones determinadas.
- **Abuso:** Reiterado consumo de drogas, recurriendo al sujeto a cantidades y frecuencia “que supera en mucho a las iniciales”. Discontinuo o no, el abuso suele ser considerado un riesgo en cuanto a la posibilidad de facilitar el traspaso de los límites que lo separan de la adicción propiamente dicha. (p.3)

Así mismo, las Oficinas de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito mencionan que la drogadicción es el consumo de drogas puede tener efecto en cadena que repercuten en las familias, posiblemente en varias generaciones, así como en los amigos y compañeros. El consumo de drogas pone en peligro la salud en general y la salud mental en particular y es especialmente dañino en la primera etapa de la adolescencia. (UNODC, 2022)

#### **4.4.2. Consecuencias de la drogadicción**

Para Ondigo et al., (2019, citado por Quevedo 2022), señala que el consumo de sustancias ilegales genera un impacto en diferentes aspectos del ser humano ocasionado desestabilidades en su estado físico y emocional, los cuales pueden generar su rutina de manera progresiva. Por ejemplo, si el individuo afectado se encuentra dentro de la etapa escolar, dificultaría su aprendizaje y rendimiento.” (p.16)

Según Bortoli et al., (2017, citado por Quevedo 2022), las principales consecuencias del consumo de drogas son:

- Deterioro de la capacidad cognitiva.
- Deterioro de la memoria.
- Accidentes cerebrovasculares.
- Conductas antisociales.
- Episodios de violencia.
- Falta de motivación.
- Bajo rendimiento escolar.
- Insomnio.
- Alucinaciones auditivas y visuales.
- Psicosis.

Las consecuencias descritas se pueden intensificar si es que el consumidor llega a desarrollar la adicción de manera que pueda considerablemente en su desarrollo personal. Por otro lado, enfatizado en el ámbito educativo, el impacto es sumamente preocupante debido a que no solo se reconoce una disminución en el rendimiento escolar, sino que incluso



muchos estudiantes registran continuas inasistencias en los centros educativos al punto de verse obligados a abandonar la escuela. (p.16)

#### **4.4.3. Clasificación de drogas**

Según OBSCD, (2023) menciona dos clasificaciones: clasifica las drogas en legales e ilegales.

##### **4.4.3.1. Las drogas lícitas**

Son aquellas sustancias legalmente permitidas y reguladas por las autoridades. Aunque comúnmente se asocia el término “drogas” con sustancias ilegales, es importante reconocer que también engloba aquellas sustancias legales que pueden emplearse con propósitos médicos o recreativos, siempre y cuando se respeten los límites establecidos por la legislación vigente. (p.15)

**Alcohol:** Se refiere a una clase de compuestos químicos orgánicos que contienen el grupo funcional hidroxilo (-OH) unido a un carbono saturado. Comúnmente, este término se asocia principalmente con el etanol (alcohol etílico), que es la forma de alcohol que se consume en bebidas alcohólicas. El alcohol etílico tiene propiedades psicoactivas y es ampliamente utilizado en la fabricación de bebidas alcohólicas. Además, se utiliza como desinfectante y solvente en diversos procesos industriales y médicos.

**Tabaco:** El tabaco se refiere a la planta del género *Nicotiana*, cuyas hojas secas se utilizan en la fabricación de productos como: cigarrillos, puros, tabaco de pipa, entre otros. Uno de sus compuestos es la nicotina, principal responsable de la adicción asociada al consumo de productos de tabaco. El consumo de tabaco está relacionado con diversos riesgos para la salud como: enfermedades respiratorias, cardiovasculares y diversos tipos de cáncer.

**Cigarro electrónico:** También conocidos como vaporizadores electrónicos o sistemas electrónicos de suministro de nicotina (ENDS, por sus siglas en inglés), son dispositivos que calientan un líquido que contiene solventes, saborizantes y, a menudo, nicotina. Los usuarios inhalan el vapor resultante. El aerosol puede contener sustancias dañinas. Una investigación continua permitiría comprender sus efectos a largo plazo.

**Estimulantes:** Los estimulantes son sustancias que, al ser consumidas, tienden a aumentar temporalmente el nivel de actividad o alerta en el sistema nervioso central. Estos compuestos pueden mejorar la vigilia, la atención y la energía, usualmente se utilizan con el propósito de contrarrestar la fatiga y mejorar el rendimiento cognitivo y físico. Aunque algunos estimulantes son de origen natural, otros son sintéticos y pueden tener efectos significativos en el sistema nervioso. Por esta razón, su uso está a menudo regulado y controlado.

**Tranquilizantes:** Los tranquilizantes son sustancias (generalmente fármacos) que tienen la capacidad de reducir la actividad o excitación del sistema nervioso central. También se los conocen como sedantes o ansiolíticos. Se utilizan para aliviar la ansiedad, calmar los nervios, inducir la relajación muscular y en algunos casos promover el sueño. Estos medicamentos actúan deprimiendo la actividad del sistema nervioso, lo que puede resultar en efectos sedantes o calmantes. Es importante señalar que el uso de tranquilizantes debe realizarse bajo supervisión médica, ya que su uso indebido o sin la debida precaución puede llevar a efectos secundarios no deseados o a la dependencia.

#### **4.4.3.2. Las drogas ilícitas**

Son sustancias cuyo uso, posesión, producción, distribución y comercialización están prohibidos por las leyes de un país. Estas drogas son consideradas ilegales debido a sus efectos perjudiciales para la salud, sus potenciales riesgos de abuso (adicción) o sus impactos negativos en la sociedad (crimen). (p.16)

**Cocaína:** La cocaína es un alcaloide estimulante que actúa bloqueando la recaptación de neurotransmisores como la dopamina, norepinefrina y serotonina en el cerebro, lo que conduce a un aumento de la actividad neuronal y a una sensación de euforia. La cocaína tiene propiedades psicoactivas y adictivas, su uso recreativo puede tener graves consecuencias para la salud física – mental y para el relacionamiento social.

**Marihuana:** La marihuana también conocida como cannabis es una planta que se consume por sus propiedades psicoactivas y medicinales. La sustancia química responsable de los efectos psicoactivos es el delta-9-tetrahidrocannabinol (THC), que se encuentra en

mayor concentración en las flores y hojas de la planta. El consumo de marihuana tiene efectos en el sistema nervioso central provocando una sensación de relajación, euforia, alteración de la percepción del tiempo y del espacio, además, puede producir cambios en la memoria y la coordinación motora. Existe grupos de personas que defienden el uso recreativo y medicinal de esta planta ya que se ha demostrado que ciertos componentes de la marihuana, como el cannabidiol (CBD), tienen propiedades terapéuticas.

**Inhalables:** Los inhalables son sustancias químicas o productos que cuando se inhalan ingresan al sistema respiratorio y pueden tener efectos psicoactivos o alterar la función del sistema nervioso central. Estas sustancias a menudo desprenden vapores o gases que se pueden inhalar a través de la boca o la nariz. El abuso de inhalables puede tener efectos perjudiciales para la salud ya que puede causar daño a los pulmones, al sistema nervioso central y a otros órganos. Además, la inhalación de estas sustancias puede llevar a la pérdida del conocimiento, daño cerebral, daño cardíaco y en casos extremos la muerte. El uso de inhalables conlleva riesgos significativos su abuso es peligroso y potencialmente letal.

**Medicamentos sin prescripción médica:** Los medicamentos sin prescripción médica también conocidos como medicamentos de venta libre “OTC” (Over the counter), se refiere a medicinas que pueden adquirirse directamente en una farmacia u otros establecimientos sin necesidad de una receta de un profesional en salud. Estos medicamentos suelen ser considerados seguros y eficaces para el auto tratamiento de condiciones médicas menores y síntomas comunes como: dolores leves, fiebre, tos, resfriados, alergias, malestares digestivos, entre otros. Aunque no se requiere prescripción médica para obtenerlos, es importante utilizar estos medicamentos con responsabilidad y seguir las indicaciones del envase. Además, se recomienda consultar a un profesional de la salud antes de usar medicamentos de venta libre, especialmente si se están tomando otros fármacos o si la persona cuenta con condiciones médicas preexistentes, en lo posible se debe evitar contraindicaciones.

#### **4.4.4. Factores de riesgo y protección en el consumo de drogas**

Según CICAD (2005), estos factores se suman y entre más factores de riesgo existan más probabilidades hay de iniciarse en el consumo. Los factores conectados con el mayor

potencial para el uso de drogas se denominan “factores de riesgo” y los relacionados con la reducción del potencial de dicho uso se denominan “factores de protección”. (p. 18)

**Factores de riesgo en la familia:** afectan el desarrollo precoz y probablemente son los más cruciales. (p.18)

- Familias disfuncionales, presencia de conflictos familiares importantes, actitudes proactivas de los padres o asociadas al abuso de sustancias tóxicas o progenitores que padecen de enfermedades mentales.
- Ineficacia por parte de los padres, quienes muestran déficit o exceso de disciplina, en especial con hijos que tienen temperamentos difíciles y trastornos de conducta.
- Falta de lazos afectivos.

**Factores de protección:** Estos factores no siempre son los opuestos a los factores de riesgo. Su repercusión también varía a lo largo del proceso de desarrollo. Entre los principales factores de protección figuran los siguientes:

- Fuertes lazos familiares;
- Experiencia de vigilancia de los padres con reglas claras de conducta en la unidad familiar y participación de los padres en la vida de sus hijos;
- Éxito en el desempeño escolar;
- Fuertes lazos con instituciones prosociales como la familia, la escuela y organizaciones religiosas, y
- Adopción de normas convencionales
- sobre el uso de drogas.

Otros factores de riesgo tienen que ver con la forma en que los niños interactúan con otros agentes de socialización fuera de la familia, específicamente la escuela, los compañeros y en la comunidad en general. Algunos de estos factores son los siguientes:

- Comportamiento inapropiado, demasiado tímido y agresivo en la clase.
- Deficiencia en el desempeño escolar, fracaso escolar.
- Aptitudes sociales inadecuadas.

- Asociaciones con compañeros de comportamiento difícil, que se relacionan entorno a comportamientos desadaptativos o con pares consumidores de drogas.
- Percepciones de aprobación de comportamientos de uso de drogas en la escuela, entre compañeros y en ámbitos comunitarios. (p.18)

**Factores de Riesgo en la Escuela:**

- Fomento de la competitividad y el individualismo.
- Promoción de la pasividad y la dependencia.
- Existencia de relaciones de dominación, desequilibradas y discriminatorias.
- Relación vertical entre profesor – alumno.
- Utilización de metodologías pasivas basadas en transmitir conocimientos.
- Programas enfocados principalmente en los contenidos curriculares y no en las necesidades del alumno.
- Ignorancia de las características individuales de cada alumno.
- Promoción o formación de individuos manipulables.
- Relaciones de enfrentamiento entre el equipo docente.
- La escuela no está abierta a los demás sistemas sociales. (p.18)

**Factores de protección en la Escuela:** Asimismo, deben reforzar la actitud y los comportamientos personales contra el uso de drogas y aumentar la habilidad social de comunicación asertiva, relaciones con compañeros, eficacia personal y confianza en sí mismo. (p. 19)

- Presencia de relaciones integradoras no dominantes.
- Fomento de la cooperación y la solidaridad.
- Promoción de la autonomía personal.
- Establecimiento de relaciones de igualdad.
- Comunicación fluida y bidireccional.
- Participación del alumnado en el proceso de enseñanza – aprendizaje.
- Profesores accesibles y cercanos.
- Docentes que conocen y respetan los intereses de los alumnos.

- Promoción de un clima social empático.
- Fomento de la coordinación y del trabajo en equipo.
- Establecimiento de vínculos positivos entre la escuela y la comunidad.

#### 4.5. Autoestima

Se puede definir la autoestima como “la valoración positiva o negativa que el sujeto hace de su autoconcepto, valoración que se acompaña de sentimientos de valía personal y auto aceptación”. La autoestima, así entendida, influye y se expresa a través del comportamiento del sujeto en todas sus dimensiones y manifestaciones, tales como autoaceptación, afrontamiento, aceptación de los demás e interacciones sociales, entre otras. (González,1999, p.217)

#### Como fortalecer la autoestima

Saber cómo fortalecer la autoestima es un desafío complejo, pero vale la pena el esfuerzo, ya que, si logran tener una buena percepción de sí mismos, podrán alcanzar el bienestar emocional y resiliencia que todos necesitan. (Molina, 2023)

- **Acepta tus defectos:** Reconocer que nadie es perfecto te libera de la presión de cumplir con estándares imposibles.
- **Celebra tus logros:** Aprende a reconocer y disfrutar tus éxitos, sin importar cuán pequeños parezcan.
- **Rodéate de personas positivas:** Busca relaciones que te motiven y eviten críticas innecesarias.
- **Practica la autocompasión:** Habla contigo mismo como lo harías con un amigo que necesita apoyo.
- **Establece metas realistas:** Dividir tus objetivos en pasos alcanzables puede aumentar tu confianza en ti mismo.
- **Cuida de ti mismo:** Una buena alimentación, ejercicio y descanso tienen un impacto positivo en tu autoestima.
- **Desafia pensamientos negativos:** Identifica y reemplaza las creencias limitantes con afirmaciones más realistas.

## 4.6. La comunicación

Tustón, (2016), menciona que “la apertura de la comunicación tiene que ver con la presencia en la diada que se entabla entre el padre-hijo/a o a su vez madres-hijo/a para que dé como resultado una comunicación positiva, basada en la libertad, el libre flujo de información, la comprensión entre las dos partes y la satisfacción que obtienen la misma que está basada en la interacción. Caso contrario se generan los problemas de comunicación, los mismos que por su parte, tienen que ver con la comunicación poco eficaz, excesivamente crítica o negativa en la diada, la misma que se centra en aspectos como la resistencia a compartir información y afecto o estilos negativos de interacción generando malestar a todo el sistema”. (p. 19).

## 4.7. Liderazgo

El liderazgo es el conjunto de habilidades que permiten a un individuo guiar, influir y motivar a un grupo para alcanzar objetivos comunes. Un líder es capaz de inspirar y generar un cambio positivo en diversos contextos, ya sea una empresa, una familia, una organización, un equipo deportivo o una comunidad. (Gómez, 2025)

Fomentar el liderazgo desde la infancia es esencial, ya que esta habilidad es fundamental para el éxito a lo largo de la vida. Los niños que desarrollan habilidades de liderazgo desde temprano tienen mayores posibilidades de convertirse en líderes exitosos en el futuro.

### 4.7.1. Tipos de liderazgo

- **Líder autocrático.** Es directivo y controla el camino a seguir con poca participación del resto de los miembros del equipo.
- **Líder democrático.** Alienta la participación de los miembros del grupo en la toma de decisiones, respeta las opiniones ajenas y delega tareas.
- **Líder paternalista.** Toma decisiones y establece el camino a seguir, trabajando en base a resultados e imponiendo un sistema de premios y castigos para incentivar a los miembros.

- **Líder liberal.** Delega el poder de decisión y el cumplimiento de las funciones a los miembros del grupo, ya que confía en su autonomía. (Gómez, 2025)

#### **4.8. Decisiones responsables**

Se define la toma de decisiones como un proceso cognitivo en el que se realiza una elección entre posibles alternativas, incluso cuando se trate solo de una alternativa posible hay otra potencial. (Bustillos, 2020)

Para Raffino (2020), la toma de decisiones es un proceso que atraviesan las personas cuando deben elegir entre distintas opciones. Diariamente nos encontramos con situaciones donde debemos optar por algo, pero no siempre resulta simple. El proceso de la toma de decisiones hace hincapié en conflictos que se presentan y a los cuales hay que encontrarles solución. (p.1)

#### **4.9. Investigaciones sobre la temática**

Según un estudio realizado en Cuba titulado “Factores de riesgo y consumo de alcohol en adolescentes”, donde se realizó un estudio descriptivo de corte transversal, en el mes de enero del 2014, para lograr identificar algunos factores de riesgo asociados con el consumo de alcohol en los adolescentes del Politécnico Industrial "Jesús Menéndez Larrondo", del municipio Manzanillo. Se encuestaron 100 adolescentes, con las edades comprendidas entre 15 y 18 años, el 73 % del sexo masculino y el 27 % del sexo femenino. Señalando los siguientes resultados. “El 93 % de los encuestados ha consumido alcohol y el 36 % presentó un consumo riesgoso. Predominaron los factores del nivel macrosocial: disponibilidad de la sustancia (88 %) y dificultades en el empleo del tiempo libre (72 %). Los factores de riesgo asociados al consumo riesgoso de alcohol fueron: información deformada o escasa, dificultades en la comunicación padre e hijo, consumo familiar de alcohol, amigos consumidores de alcohol y dificultad para resistir las presiones grupales”.

Así mismo, “recomienda el diseño e implementación de programas educativos para contribuir a la prevención del consumo de alcohol en los adolescentes, a través de la potenciación de factores protectores y la modificación de factores de riesgo”. (Rosabal, et al. 2016, pp. 308-310).



Así mismo, en otra investigación de tipo descriptivo, no experimental, desde el enfoque cualitativo realizada en Bolivia por la Universidad Mayor de San Andrés titulada “Estrategias de prevención contra el consumo de drogas dirigido a estudiantes de secundaria la de unidad educativa República de Italia”, que tiene por objetivo general “Diseñar una estrategia de prevención social para orientar sensibilizar y fortalecer el rechazo al uso y abuso de sustancias”, estudió una población de 240 estudiantes entre 13 a 19 años, el 54.8 % del sexo femenino y 45.2 % por el sexo masculino. La investigación indica que “En cuanto al consumo de drogas, más de una cuarta parte de la población adolescente ha consumido algún tipo de droga, con una prevalencia del 41,9%. De estos, el 29% son mujeres adolescentes y el 12,9% son varones, lo que indica que el uso de drogas es más alto entre las mujeres en comparación con los hombres. El 25.8% de los adolescentes que consumió algún tipo de droga, pertenecen a una familia nuclear y el 16.1% son parte de una familia monoparental. Entonces se deduce la vulnerabilidad de los adolescentes, el consumo de drogas a esta edad no excluye a nadie”.

Por lo tanto, se concluye que, “existe elevados niveles de consumo de drogas en la Unidad Educativa República de 75 Italia, es evidente que los jóvenes del nivel secundario consumen al menos tres tipos de droga: el tabaco (cigarrillo), el alcohol y la marihuana.”

Por tanto, es urgente y necesario la implementación de acciones de prevención en ese espacio educativo, “es necesario proponer y ejecutar acciones o estrategias de prevención a raíz del diagnóstico realizado y la problemática creciente, a través de la construcción de un proyecto de vida en beneficio de los adolescentes, que sea impulsado desde la Unidad Educativa y sea considerada un elemento importante como factor de protección”. (Ramírez, 2018, pp. 21- 47).

De acuerdo al trabajo de investigación titulado “El alcoholismo en la ciudad de Tarija” realizado por la Universidad Privada Domingo Savio (UPDS) entre septiembre y enero de 2021 y 2022 que estuvo a cargo del Lic. Bernardino Vásquez, director del Centro de Investigación Estadística de la Universidad Privada Domingo Savio y la cooperación de Alcohólicos Anónimos en Tarija, se estudió una población de 157.522 habitantes de la ciudad de Tarija mayores de 15 años al año 2022 en base a datos del INE, obteniendo los siguientes resultados: El 49% de los encuestados señalan que consumen 1 vez al mes o menos alguna

bebida alcohólica, el 51% señalan que han tratado alguna vez de no beber por una semana (o más) sin haber logrado cumplir el plazo, el 34% de todos los encuestados tienen una tendencia hacia el alcoholismo, el 41% de los hombres encuestados tienen una tendencia hacia el alcoholismo, contra un 28% de las mujeres.

La investigación recomienda entre lo más importante que haya campañas y actividades que promuevan una vida más saludable, seguido de reducir la publicidad y restringir el acceso al alcohol, además de talleres de sensibilización, sensibilización a los padres de familia. (UPDS, 2022).

# **CAPÍTULO V**

## **METODOLOGÍA**

En el capítulo se expone el desarrollo de la Práctica Institucional, abordando las áreas importantes que permitieron recopilar información relevante sobre el programa implementado. Se describe detalladamente la población con la que se trabajó, así como los métodos, técnicas, instrumentos, materiales empleados, asegurando la validez y fiabilidad de los datos obtenidos. Además, se destaca el respaldo brindado por las instituciones para alcanzar los objetivos de la práctica. Finalmente, se presenta un cronograma que organiza de manera clara las etapas del proceso antes, durante y después de su ejecución.

El presente trabajo está enfocado dentro del área de la Psicología Socioeducativa es un campo de estudio que investiga cómo los procesos sociales y el entorno educativo influyen en el aprendizaje y el comportamiento de los estudiantes. Se centra en aspectos como la interacción entre estudiantes y profesores, la influencia de los grupos en el rendimiento académico, y cómo los factores culturales afectan el desarrollo educativo. Este enfoque interdisciplinario combina teorías de la psicología y la sociología para mejorar las prácticas educativas y el bienestar de la comunidad escolar. (Freitas y Hulatt, 2024)

### **5.1. Descripción sistematizada de la P.I.**

A continuación, se describe las fases por las que siguió la Práctica Institucional:

#### **Fase 1: Aproximación a la población (establecimiento del Rapport)**

Durante la fase 1 en septiembre, se estableció el Rapport con los estudiantes, lo cual fue fundamental para garantizar que los participantes se sintieran seguros y cómodos. La primera interacción ayudó a una conexión y facilitó la creación de un ambiente armonioso que promovió la fluidez en la interacción grupal, permitiendo que los participantes se sintieran en confianza y compartieran sus experiencias y perspectivas de manera genuina. Se inició con la presentación de la facilitadora y del programa, para que los estudiantes tuvieran un mejor entendimiento de los temas que se abordarían durante las sesiones. Sin embargo, en dos cursos fue necesario dedicar dos clases para establecer un buen Rapport y lograr que los estudiantes pudieran entrar en confianza con la facilitadora.

#### **Fase 2: Diagnóstico**

En la segunda fase se implementó la evaluación inicial, en fecha 9 a 13 de septiembre. El pretest estuvo compuesto por 14 preguntas, lo cual permitió identificar y conocer las áreas en las que se debería poner mucho más interés, relacionadas con el consumo de alcohol y drogas. Asimismo, se les indicó que en el cuestionario debían responder según sus conocimientos y percepciones personales. Por lo tanto, el enfoque es fundamental para garantizar que la evaluación refleje de manera precisa la situación de cada participante, permitiendo así el desarrollo de estrategias efectivas para abordar los temas de consumo de sustancias y la autoestima.

### **Fase 3: Intervención**

En la tercera fase se llevó a cabo la aplicación del programa “Crecer sin Drogas” INTRAID-TARIJA. Con esfuerzo y voluntad se llevó a cabo cada sesión programada donde los estudiantes fueron partícipes activos, lo que permitió que se cumpla con cada objetivo de las 18 sesiones.

El programa de prevención estuvo dividido en áreas que abordaron diferentes temas:

**Liderazgo:** Se llevaron a cabo actividades relacionadas con la formación de grupos, el desarrollo de liderazgo y el cuidado de la salud. Las sesiones tuvieron como propósito que los participantes adquirieran habilidades de liderazgo y fortalecieran sus conocimientos. Durante este segmento, se observó cómo los estudiantes aprendieron a trabajar en equipo, fomentar su confianza y liderar con responsabilidad, impactando positivamente en su desarrollo personal.

**Decisiones responsables:** Se trató el tema de la toma de decisiones responsables, además de cómo protegerse y evitar riesgos. El fin era que los participantes llegaran a ser conscientes de sus acciones, así como sus palabras aprendiendo a cuidarse de las consecuencias de sus elecciones. Las actividades ayudaron a generar reflexiones con compromiso para su bienestar, promoviendo un ambiente de mayor responsabilidad en su vida cotidiana.

**Comunicación:** Se hablaron sobre cómo la publicidad influyó en las decisiones de compra, sobre el tiempo libre y sobre la expresión de sentimientos. El objetivo fue que los

estudiantes comprendieran cómo la publicidad incitaba a adquirir ciertos productos. Además, los jóvenes tuvieron la oportunidad de expresarse de forma cómoda, compartiendo lo que les molestaba y sus emociones. En el espacio, se crearon conexiones genuinas entre los participantes, fortaleciendo la empatía y la confianza mutua.

**Consumo de alcohol y drogas:** Se exploraron los efectos del alcohol y las drogas en el organismo y la salud psicológica. Los estudiantes aprendieron sobre los riesgos asociados a estas sustancias y desarrollaron una mayor conciencia sobre cómo impactan en su bienestar general.

**Autoestima:** Los participantes descubrieron sus valores como personas, aprendieron a aceptarse y respetarse entre ellos. En esta sección, se realizaron dinámicas enfocadas en fomentar el amor propio, promoviendo una actitud positiva hacia sí mismos y hacia los demás. Como resultado, los estudiantes reforzaron su autoestima y la calidad de sus relaciones interpersonales.

#### **Fase 4: Evaluación final**

En la cuarta fase, se concluyó por completo la implementación del programa de prevención temprana "Crecer sin drogas" INTRAID-TARIJA. Tras esta conclusión, se llevó a cabo la aplicación del Post test para evaluar el impacto de los talleres realizados. Los resultados de la evaluación final fueron comparados con la evaluación diagnóstica que se había llevado a cabo al inicio del programa. El análisis permitió identificar aquellas áreas en las que se evidenciaron avances significativos en los conocimientos y habilidades adquiridas por los estudiantes. Asimismo, se detectaron las áreas en las que los cambios no resultaron tan notorios.

El proceso de evaluación también destacó cómo los participantes adoptaron nuevas perspectivas y herramientas prácticas para su desarrollo personal. En términos generales, la implementación de "Crecer sin drogas" representó un paso importante hacia la sensibilización y educación de los jóvenes sobre temas fundamentales para su bienestar. El programa no solo proporcionó herramientas prácticas para enfrentar situaciones difíciles,

sino que también generó espacios de reflexión y crecimiento colectivo, dejando algo positivo en quienes participaron.

## **5.2. Características de la población beneficiada**

La población beneficiada fue conformada por estudiantes con edades comprendidas entre los 9 a 13 años, tanto varones como mujeres, pertenecientes a la Unidad Educativa Aniceto Arce (Turno Tarde). En total, participaron 187 estudiantes, quienes, en su mayoría, provienen de un nivel socioeconómico medio.

La Unidad Educativa, ubicada en la Avenida Integración, ofrecen niveles de formación inicial, primaria y secundaria, brindando a sus alumnos en un entorno educativo integral y accesible. Los talleres y actividades del programa fueron dirigidos a este grupo con el propósito de fortalecer sus habilidades, conocimientos y valores en un contexto adecuado a sus edades y necesidades.

Así también, la población beneficiada pertenece a la Unidad Educativa Dr. Alberto Baldivieso de estudiantes con edades entre 9 a 13 años, incluyendo tanto hombres como mujeres. En total, participaron 178 estudiantes, quienes en su mayoría provienen de un nivel socioeconómico bajo.

La Unidad Educativa está ubicada en el Barrio Lourdes, sobre la Avenida La Paz, al lado de Cerámicas Industrial Narváez, ofrece formación inicial, primaria y secundaria. El programa fue dirigido a su población para atender las necesidades específicas de grupos vulnerables, con el objetivo de promover su desarrollo integral y brindarles herramientas para enfrentar los desafíos de su entorno.

**Tabla 1**

*Unidad Educativa Aniceto Arce Turno Tarde*

<b>Cursos</b>	<b>N° de Estudiantes</b>	<b>Mujeres</b>	<b>Hombres</b>
4to "A"	32	16	16
4to "B"	33	10	23
5to "A"	30	12	18
5to "B"	31	18	13
6to "A"	30	15	15
6to "B"	31	16	15
<b>Número de estudiantes beneficiados</b>		<b>187</b>	

Fuente: Secretaría de la Unidad Educativa Aniceto Arce Turno Tarde

**Tabla 2**

*Unidad Educativa Dr. Alberto Baldivieso*

<b>Curso</b>	<b>N° de estudiantes</b>	<b>Mujeres</b>	<b>Hombres</b>
4to "A"	20	11	9
4to "B"	25	12	13
5to "A"	16	7	9
5to "B"	18	12	6
6to "A"	28	13	15
6to "B"	25	10	15
1ro "A"	25	10	15
1ro "B"	21	12	9
<b>Número de estudiantes beneficiados</b>		<b>178</b>	

Fuente: Secretaría de la Unidad Educativa Dr. Alberto Baldivieso

### **5.3. Métodos, técnicas, instrumentos y materiales implementados en la Práctica Institucional**

#### **5.3.1. Fases de Diagnóstico y Evaluación Final**

Los métodos que se utilizaron en la Práctica Institucional fueron:

**Método teórico:** El método teórico es esencial para la precisión y la validez de la investigación, proporciona una base sólida para el proceso investigativo. Según Ortiz (2012), menciona que el método teórico se utiliza de manera reiterada desde la elaboración del diseño



investigativo, a partir del estudio del estado del arte sobre el problema científico, hasta la interpretación de los datos y hechos constatados y las correspondientes conclusiones y recomendaciones. (p. 4).

Es imprescindible considerar este método al realizar la revisión bibliográfica, ya que permite recopilar información relevante para la formulación del problema, justificación y la construcción del marco teórico. De este modo, se garantiza una base científica sólida que sustente la Práctica Institucional.

Entre las técnicas utilizadas están:

**Dinámica de Presentación y bienvenida:** Las dinámicas son actividades divertidas y originales para trabajar con niños, adolescentes o adultos, estas situaciones pueden generar mucha ansiedad y estrés en las personas, por lo que las dinámicas adecuadas pueden derribar temores y prejuicios, para que la gente pueda establecer un primer contacto y conocerse mejor. (Cajal, 2022)

Se utilizó con el objetivo de conocer a los participantes y fomentar la comunicación. Es muy importante al generar un ambiente cómodo para todos, por eso es muy imprescindible realizar una presentación tanto del facilitador y la institución que representa, como de todos los estudiantes que participarán, para generar confianza en el grupo.

Así también se utilizó un cuestionario como instrumento de medición. Es importante mencionar que se utilizó el cuestionario del manual “Crecer sin Drogas” proporcionado por la institución de INTRAID-TARIJA.

**Título:** Cuestionario de conocimientos (pretest y post test).

**Objetivo:** Su objetivo es realizar una evaluación inicial y final sobre el impacto y los conocimientos adquiridos por los beneficiarios.

**Autora:** Lic. Marlene Rollano Chamas.

**El tiempo de aplicación:** Dura 12 minutos aproximadamente.

El cuestionario se encuentra dividido en 5 áreas las cuales se ven reflejadas en el mismo. La pregunta 1 y 14 se encuentran en el área de “Liderazgo”; de la pregunta 2 a la 9 en área de “Decisiones responsables”; las preguntas 3, 4, 10, 11 están en el área de “comunicación”; las preguntas 6,7, 12 y 13 corresponden al área de “alcoholismo y consumo de drogas” y por último las preguntas 5 y 8 al área de “Autoestima”.

### **5.3.2. Fase de Intervención**

Los métodos utilizados para la fase de intervención son los siguientes:

**Método activo participativo:** La metodología activo participativa es una forma de concebir y abordar los procesos de enseñanza aprendizaje y construcción del conocimiento. Esta forma de trabajo concibe a los participantes de los procesos como agentes activos en la construcción, reconstrucción del pensamiento. (Nuñez, 2017)

El método ayuda a que el estudiante, mediante su propio proceso de aprendizaje, participe activamente en cada actividad preparada, lo que le permite estar presente en las dinámicas. Se utilizó principalmente en las sesiones teóricas, donde los estudiantes podían aportar sus conocimientos adquiridos a través de su propia experiencia

Las técnicas aplicadas en la fase de intervención son las siguientes:

**Técnica de lluvia de ideas:** La lluvia de ideas es una técnica de trabajo grupal que consiste en proponer libremente ideas y asociaciones a partir de un concepto determinado, con el propósito de obtener ideas innovadoras y perspectivas originales.

Esta técnica se utilizó en diferentes sesiones para que los estudiantes pudieran expresar su opinión sobre un tema en particular. Esto ayudó a fomentar su participación activa, promoviendo el intercambio de ideas y el desarrollo del pensamiento crítico.

**Técnicas de relajación:** Existen formas diferentes de buscar la relajación, más todas ellas persiguen un objetivo fundamental: Permitir que los miembros del grupo liberen tensiones al enseñar a relajarse en pocos minutos. (Gómez, 2007, p.8)

Esta técnica se utilizó al inicio de cada sesión para que los estudiantes pudieran comenzar con la mente y el cuerpo relajados y, de este modo, atender la sesión con mayor concentración. Asimismo, se empleaba cuando los estudiantes mostraban signos de cansancio.

**Técnicas de animación y concentración:** Son técnicas de animación para dinamizar y facilitar la participación activa de los miembros. Existe un objetivo que es común y general: crear un ambiente fraterno y de confianza a través de la participación al máximo de los miembros del grupo en las actividades. (Gómez. 2007, p. 10)

Se aplicaron en diversas actividades en las que se conformaron grupos, especialmente cuando los estudiantes mostraban signos de cansancio. En algunas ocasiones, se utilizaron a mitad de sesión para evitar que la actividad resultara demasiado pesada.

El instrumento a utilizar fue el manual de prevención “Crecer sin Drogas” proporcionado por la institución de INTRAID-TARIJA.

**Título:** Manual teórico- práctico de Prevención Temprana “Crecer Sin Drogas” INTRAID-TARIJA.

**Objetivo:** Realizar prevención temprana del consumo de alcohol y drogas en edad escolar.

**Autora:** Lic. Marlene Rollano Chamas

**Versión y Año:** 2017.

**Edades de aplicación:** 9 a 13 años

**Tiempo de aplicación:** 18 días, con una carga horaria de 30 horas aprox.

**Áreas dentro del Manual:** liderazgo, consumo de alcohol y drogas, toma de decisiones, comunicación, y autoestima.

**Tabla 3**  
**RESUMEN DEL PROGRAMA “CRECER SIN DROGAS”**

PROGRAMA DE PREVENCIÓN “CRECER SIN DROGAS” INTRAID-TARIJA, DIRIGIDO A ESTUDIANTES DE 9 A 13 AÑOS DE EDAD			
Área	Temas	Objetivo	Sesión
Liderazgo	Compartir y crecer juntos	-Comprenderán en que consiste el programa, su duración y metodología. -Compartir su estado de ánimo y fortalecer la integración grupal.	Sesión 1
	Formando grupos	-Ejercitarán responsabilidades, elaborando sus propias normas. -Tendrán una actitud positiva hacia el trabajo en grupo.	Sesión 2
	Somos líderes	-Identificarán en los estilos de liderazgo -Conocerán que es un líder y cuáles son sus características.	Sesión 3
	Cuido mi salud	-Reconocerán los componentes de la salud integral	Sesión 4
Decisiones responsables	Podemos decir no al alcohol	-Comprender por qué las personas toman alcohol	Sesión 5
	Las personas que no beben	-Conocerán los efectos y consecuencias físicas, personales, familiares y sociales del bebedor problema.	Sesión 6
	Me protejo y evito riesgos	-Comprender los riesgos que implica el mal uso de medicamentos	Sesión 7
	Decisiones responsables	-Fortalecer la toma de decisiones con responsabilidad	Sesión 8
Comunicación	Cómo influye la publicidad	-Ejercitar su creatividad a través del diseño novedoso en publicidad para prevenir el consumo de alcohol y tabaco	Sesión 9
	Nuestro tiempo libre	Identificar recursos que les permita utilizar de manera positiva su tiempo	Sesión 10
	Mis sentimientos	Comprender las reacciones emocionales que son únicas en cada persona	Sesión 11
	Redes sociales	Conocer sobre la mala utilización del internet y peligros de las redes sociales.	Sesión 12
Consumo de alcohol y drogas	¿Qué es el alcoholismo?	Comprender los efectos físicos y psicológicos que provocan el alcohol	Sesión 13
	Hablemos de drogas	Comprenderán y describirán la importancia de prevenir el consumo de drogas	Sesión 14
Autoestima	¿Cómo somos?	-Desarrollaran conciencia de sus características personales. -Deberán conocer aspectos de su identidad al interior del grupo.	Sesión 15
	Mi cuerpo es valioso	Reconocer y valorar las capacidades de su cuerpo.	Sesión 16
	Mi cuerpo está cambiando	Descubrir y aceptar los cambios que producen la adolescencia	Sesión 17
	Mi despedida	Reforzar los contenidos aprendidos	Sesión 18

**Nota.** Programa “Crecer sin drogas” por áreas.

**Fuente.** Elaboración de INTRAID-TARIJA

#### **5.4. Contraparte Institucional**

La Institución INTRAID-TARIJA, desempeñó un rol fundamental en la prevención, bajo la dirección del Lic. Amílcar Patiño, Lic. Marlene Rollano y la Lic. Catalina Arroyo.

**Material:** INTRAID entregó folletos impresos y afiches sobre diferentes temas para facilitar el desarrollo de los talleres en las Unidades Educativas. Estos recursos garantizaron que las actividades se llevaran a cabo de manera eficaz.

Las direcciones de las Unidades Educativa brindaron el equipamiento de un proyector de video y parlantes para el sonido.

**Humano:** La institución ofreció capacitaciones lideradas por su personal, proporcionando formación específica para los participantes de la práctica. Además, se aseguró de brindar orientación durante los talleres, contribuyendo de manera significativa al éxito de la iniciativa.

**Físico:** Las Unidades Educativas brindaron un espacio en sus ambientes para que se lleven a cabo los talleres programados.

## 5.5. Cronograma

A continuación, se presentará el cronograma que detalla las distintas etapas por las que transcurrió la Práctica Institucional.

**Tabla 4**

***Cronograma de las actividades de la Práctica Institucional***

Actividades	2024										2025					
	Meses										Meses					
	Feb	Mar	Abr	May	Jun	Jul	Ag	Sept	Oct	Nov	Feb	Mar	Abr	May	Jun	Jul
Revisión bibliográfica	X	X	X													
Contacto con las instituciones				X	X	X										
Diagnóstico (aplicación del pretest)							X	X								
Intervención (aplicación del programa)								X	X	X						
Evaluación final (post test)										X						
Tabulación y análisis de la información											X	X				
Redacción del informe.												X	X	X	X	X

**Fuente:** Elaboración propia

**CAPÍTULO VI**

**RESULTADOS, PRESENTACIÓN Y  
SISTEMATIZACIÓN DEL PROCESO DE  
INTERVENCIÓN INFORME TÉCNICO  
DE LA INSTITUCIÓN**

En el capítulo, se expondrán los resultados obtenidos a lo largo de la Práctica Institucional, respondiendo a los objetivos planteados previamente. Los resultados estarán divididos en tres etapas:

Etapa 1: Presentación de los resultados derivados de la aplicación del Pretest.

Etapa 2: Descripción detallada de la fase de intervención del programa “Crecer sin Drogas”.

Etapa 3: Visualización y análisis de las tablas comparativas entre los resultados del Pretest y Post test.

### 6.1. Primer Objetivo

Identificar el nivel de conocimientos antes del inicio de los talleres, en relación al consumo de drogas y alcohol con el cuestionario del programa “Crecer sin Drogas” de INTRAID-TARIJA.

**Tabla 5**

*Nivel de conocimientos inicial – Liderazgo*

Liderazgo	Respuestas correctas		Respuestas incorrectas		Total
	Fr	%	Fr	%	
Preguntas					%
Un buen líder es aquel que...	109	30%	256	70%	100%
Tipos de liderazgo	105	29%	296	71%	100%

**Nota.** Cuestionario Pretest

**Fuente:** Elaboración propia

El desarrollo del liderazgo desde una edad temprana no solo debe ser posible, sino también necesario para formar individuos más resilientes, seguros y capaces de enfrentar los retos de la vida. En la actualidad, las habilidades de liderazgo son esenciales, especialmente si comenzamos a fomentarlas desde la escuela, preparando a los niños para su vida adulta.

Es importante reconocer que hay personas que poseen características innatas para liderar, mientras que otras necesitan apoyo adicional para desarrollar estas capacidades. Por ello, desde una perspectiva educativa, resulta fundamental ofrecer herramientas y espacios que promuevan el liderazgo en todos los niños, independientemente de sus predisposiciones naturales.



De acuerdo con los resultados obtenidos, podemos observar que el 70% de los estudiantes desconocen el verdadero concepto de liderazgo. Muchos de ellos creen que ser líder se limita a dar órdenes al grupo, sin participar activamente ni trabajar junto a sus compañeros. Esta percepción errónea puede generar dificultades en el futuro, especialmente al integrarse en equipos de trabajo, donde la colaboración y la cohesión resultan indispensables. El 30% de los estudiantes afirman conocer el concepto de lo que es un líder, aunque sus respuestas suelen enfocarse en ideas como tener autoridad.

Como lo menciona Gómez, (2025), el liderazgo es el conjunto de habilidades que permiten a un individuo guiar, influir y motivar a un grupo para alcanzar objetivos comunes. Un líder es capaz de inspirar y generar un cambio positivo en diversos contextos, ya sea una empresa, una familia, una organización, un equipo deportivo o una comunidad.

En cuanto a los tipos de liderazgo, podemos observar que el 71% de los estudiantes desconoce las diferentes categorías de líderes y las características que definen a cada uno de ellos. Esta falta de conocimiento se debe, en gran medida, a que los estudiantes no han sido expuestos a una educación integral sobre liderazgo y sus diversas formas. La carencia de esta información limita su capacidad para identificar cuál estilo de liderazgo podría aplicar en distintas situaciones, afectando su crecimiento personal, algunos de los tipos de liderazgo más comunes incluyen el liderazgo democrático, que fomenta la participación activa de todos los integrantes del equipo en la toma de decisiones.

Por otro lado, también existen estilos como el liderazgo autoritario, más estructurado y jerárquico, que puede ser útil en situaciones que requieran respuestas rápidas y decisivas. El 29% de los estudiantes manifestó tener conocimiento sobre los distintos tipos de liderazgo, lo que indica que algunos llegan al programa con una base previa que puede enriquecer las dinámicas de aprendizaje.

Incorporar en los programas educativos, actividades y talleres específicos sobre los diferentes tipos de liderazgo podría ser una solución efectiva para cerrar esta brecha de conocimiento. A través de dinámicas prácticas, los estudiantes no solo aprenderían a identificar las características de cada estilo de liderazgo, sino que también podrían reflexionar

sobre cuál de ellos se adapta mejor a su personalidad y a las necesidades de los equipos con los que interactúan.

**Tabla 6**  
*Nivel de conocimiento inicial – Decisiones Responsables*

<b>Decisiones Responsables</b>	<b>Respuestas correctas</b>		<b>Respuestas incorrectas</b>		<b>Total</b>
	<b>Fr</b>	<b>%</b>	<b>Fr</b>	<b>%</b>	<b>%</b>
<b>Preguntas</b>					
Para tomar una decisión	248	68%	117	32%	100%
¿ahora que has crecido, qué cambios has notado en tu forma de pensar?	235	64%	130	36%	100%

**Nota.** Cuestionario Pretest

**Fuente:** Elaboración propia

Las decisiones responsables en los niños son aquellas que se toman considerando las consecuencias de sus acciones, aprendiendo a discernir entre lo correcto e incorrecto, teniendo en cuenta cómo sus elecciones afectan a ellos mismos y los demás. Las decisiones surgen a partir de guías y valores transmitidos por sus padres, maestros o cuidadores, pero también se desarrollan gradualmente a medida que el niño crece y adquiere experiencia.

Como podemos observar, el 68% de los estudiantes son conscientes de que deben informarse adecuadamente para analizar las ventajas y desventajas antes de tomar una decisión correcta. Sin embargo, a pesar de tener este conocimiento, muchos de ellos toman decisiones impulsivamente, sin considerar las medidas necesarias para garantizar un buen resultado. El 32% de los estudiantes manifiesta que desconoce cómo tomar una decisión, por lo que es fundamental brindarles herramientas prácticas que les permitan desarrollar habilidades para la toma de decisiones informadas. Esta falta de estrategias claras puede generar consecuencias negativas tanto en el ámbito académico como en su vida personal.

Para Raffino (2020), la toma de decisiones es un proceso que atraviesan las personas cuando deben elegir entre distintas opciones. Diariamente nos encontramos con situaciones donde debemos optar por algo, pero no siempre resulta simple. El proceso de la toma de decisiones hace hincapié en conflictos que se presentan y a los cuales hay que encontrarles solución.

La tendencia de actuar por impulso puede deberse a diversos factores. Uno de ellos es la falta de habilidades prácticas para la toma de decisiones, que les permita conectar el conocimiento teórico con las acciones cotidianas. Otro factor podría ser la presión social o emocional, que genera un ambiente donde los estudiantes sienten que deben actuar rápidamente, sin detenerse a reflexionar sobre las consecuencias de sus decisiones.

Además, la influencia del entorno, como las redes sociales o atribuirse la falta de modelos a seguir que promuevan decisiones responsables, también puede contribuir a este comportamiento. Aunque los estudiantes comprenden la importancia de informarse y evaluar opciones, carecen de estrategias claras y estructuradas para llevarlo a cabo en situaciones reales.

Otra de las preguntas planteadas revela que el 64% de los estudiantes siente que su forma de pensar está cambiando ahora que están creciendo, muchos de ellos expresan que, en este proceso, a veces se sienten confundidos, abrumados o incluso tristes. En algunas ocasiones, prefieren aislarse para lidiar con estas emociones.

Esta situación puede deberse a varios factores. Uno de ellos es el impacto de los cambios biológicos y psicológicos que ocurren durante la adolescencia, como el desarrollo emocional y la búsqueda de identidad personal. Otro aspecto importante es la presión social y académica, que puede generar sentimientos de inseguridad o estrés al tratar de cumplir con las expectativas propias o de los demás. El 36% de los estudiantes expresa que su forma de pensar no ha cambiado y que, posiblemente, lo haga con el paso del tiempo. Algunos adolescentes consideran que este tipo de transformación ocurre a una edad más avanzada, cuando se cuenta con mayor madurez o experiencia. Esto indica que el desarrollo del pensamiento reflexivo y crítico aún está en proceso.

**Tabla 7*****Nivel de conocimiento inicial – Comunicación***

<b>Comunicación</b>	<b>Respuestas correctas</b>		<b>Respuestas incorrectas</b>		<b>Total</b>
	<b>Fr</b>	<b>%</b>	<b>Fr</b>	<b>%</b>	
<b>Preguntas</b>					<b>%</b>
La comunicación es...	285	78%	80	22%	100%
La propaganda que ves y escuchas en la radio y la televisión...	204	56%	161	44%	100%
Cuando estás con tus padres...	246	67%	119	33%	100%

**Nota.** Cuestionario Pretest

**Fuente:** Elaboración propia

La comunicación en los niños es el proceso mediante el cual expresan sus ideas, sentimientos, necesidades y pensamientos, mientras interactúan con los demás. Es una habilidad fundamental que comienza desde los primeros años de vida y se desarrolla gradualmente a medida que los niños crecen y adquieren experiencia en su entorno social.

Como lo menciona Tustón, (2016), La apertura de la comunicación tiene que ver con la presencia en la diada que se entabla entre el padre-hijo/a o a su vez madres-hijo/a para que dé como resultado una comunicación positiva, basada en la libertad, el libre flujo de información, la comprensión entre las dos partes y la satisfacción que obtienen la misma que está basada en la interacción. Caso contrario se generan los problemas de comunicación, los mismos que por su parte, tienen que ver con la comunicación poco eficaz, excesivamente crítica o negativa en la diada, la misma que se centra en aspectos como la resistencia a compartir información y afecto o estilos negativos de interacción generando malestar a todo el sistema”. (p. 19).

Como podemos observar la tabla, el 78% de los estudiantes define la comunicación como la capacidad de expresar a sus padres el afecto que sienten hacia ellos y compartirles sus pensamientos. Este enfoque muestra la importancia de la comunicación como una herramienta para fortalecer los vínculos familiares y fomentar relaciones más cercanas y honestas. Estas habilidades permiten a los niños y adolescentes no solo expresar sus emociones, sino también comprender las necesidades y perspectivas de sus padres, creando un ambiente de confianza y apoyo en el hogar.

Sin embargo, el 22 % de los estudiantes expresó que, para ellos, la comunicación consiste en gritar, ordenar o simplemente escuchar sin poder expresar lo que realmente piensan. Este hallazgo resulta preocupante, ya que sugiere que en algunos entornos familiares no se promueve el desarrollo de un criterio propio, lo que puede llevar a los niños a adoptar una actitud pasiva ante las dinámicas familiares y limitar su capacidad para tomar decisiones autónomas y reflexivas.

Continuando, el 56% de las personas considera que la publicidad que consumen no tiene un efecto negativo. Sin embargo, esta percepción puede ser contraproducente, especialmente cuando se trata de publicidad relacionada con bebidas alcohólicas. Aquello se debe a varios factores que influyen tanto en el comportamiento como en las decisiones de los consumidores.

La publicidad de bebidas, en particular, suele estar diseñada de manera atractiva, utilizando elementos visuales y mensajes que asocian el consumo de estas bebidas con experiencias positivas, como diversión, éxito social o relajación. Estos enfoques pueden minimizar los riesgos reales que conlleva su consumo excesivo, especialmente en jóvenes, quienes son más susceptibles a la influencia de los medios y los mensajes publicitarios.

Además, la repetición constante de estos anuncios en diferentes plataformas puede normalizar el consumo de bebidas alcohólicas, haciéndolo parecer como una práctica habitual y sin consecuencias. Lo cual refuerza la idea errónea de que la publicidad no tiene impacto directo, cuando en realidad puede moldear percepciones, hábitos y comportamientos, incluso a nivel inconsciente. El 44 % de los estudiantes considera que las propagandas pueden volver más agresivos a los niños, debido al tipo de público al que están dirigidas. Este dato sugiere que los estudiantes perciben un vínculo entre los contenidos publicitarios y ciertos comportamientos en la infancia, lo cual evidencia la necesidad de analizar críticamente los mensajes que transmiten los medios y su impacto emocional y conductual en los menores.

El 67 % de los estudiantes menciona que, cuando están con sus padres, pueden expresar sus problemas, sentirse escuchados sin ser juzgados y manifestar sus emociones con libertad. Sin embargo, el 33 % de los estudiantes mencionó no hablar con sus padres y que,

ante un problema, recurren principalmente a sus amigos. Este dato sugiere la necesidad de reforzar otros aspectos fundamentales de la comunicación familiar, tales como la escucha activa, el respeto mutuo y la empatía, con el fin de fomentar vínculos más sólidos y un entorno de confianza que permita a los estudiantes expresarse libremente en el seno familiar.

**Tabla 8**

*Nivel de conocimiento inicial – alcoholismo y drogas*

Alcoholismo y consumo de drogas	Respuestas correctas		Respuestas incorrectas		Total
	Fr	%	Fr	%	
Preguntas					%
¿El alcoholismo es?	182	55%	183%	50%	100%
Las personas que beben	280	77%	130%	36%	100%
¿Qué son las drogas?	274	75%	91%	25%	100%
¿Cuáles son consideradas drogas?	199	55%	166%	45%	100%

**Nota.** Cuestionario Pretest

**Fuente:** Elaboración propia

El consumo de alcohol y drogas en niños es un tema alarmante que puede tener consecuencias graves a corto y largo plazo. Estas sustancias pueden afectar el desarrollo físico, emocional y cognitivo de los niños, ya que sus cerebros aún están en formación. Además, el uso temprano de estas sustancias aumenta el riesgo de desarrollar adicciones en la adultez.

Factores como la presión social, problemas familiares, estrés o curiosidad pueden llevar a los niños a experimentar con estas sustancias. Por eso, es importante que los adultos cercanos, como padres, maestros y cuidadores, estén atentos a señales de alerta, como cambios drásticos en el comportamiento, aislamiento o bajo rendimiento escolar.

Según la OMS (2022), el consumo de alcohol es un factor causal en más de 200 enfermedades, traumatismo y otros trastornos de la salud. Está asociada con el riesgo de desarrollar problemas de salud tales como trastornos mentales y comportamentales, incluido el alcoholismo en importantes enfermedades no transmisibles tales como la cirrosis hepática, algunos tipos de cáncer y enfermedades cardiovasculares.

Como se puede observar en la tabla, el 55% de la población entiende que el alcoholismo es una enfermedad y que, como tal, requiere atención médica, apoyo psicológico y un tratamiento adecuado para su abordaje, sin embargo, este entendimiento puede ser limitado en algunos casos, ya que muchas personas aún tienden a asociar el alcoholismo exclusivamente con falta de voluntad o problemas de comportamiento, ignorando los aspectos biológicos, sociales y emocionales que intervienen en la condición. El 50% de los participantes afirma no saber con certeza qué es el alcoholismo, aunque lo asocian con el consumo de alcohol. Esta falta de claridad conceptual evidencia la importancia de implementar el programa preventivo, que busca precisamente informar, sensibilizar y orientar sobre los riesgos reales del consumo problemático.

Naveillan (1981, citado por Marconi, 1959), define el alcoholismo como “una enfermedad crónica, caracterizada por una perturbación fundamental del sistema nervioso central, que se manifiesta por un grupo de síntomas y signos corporales que confiere un carácter imperioso al deseo concomitante de ingerir alcohol. En el nivel de la conducta, la enfermedad se manifiesta por un estado de dependencia física, primaria o secundaria, hacia la sustancia.” (p. 343)

Asimismo, también se observa que el 77% de los estudiantes reconocen que el consumo de bebidas alcohólicas puede provocar ataques agresivos y causar daño a sus familias, sin duda alguna se debe a varios factores que influyen tanto en el comportamiento individual como en las dinámicas familiares. El 36% de los estudiantes indicó no ser consciente de los factores que provocan el consumo de bebidas alcohólicas en las personas la falta de conciencia refuerza la necesidad de estrategias educativas que promuevan la reflexión crítica y la toma de decisiones informadas.

En el contexto familiar, los episodios de agresividad pueden generar tensiones, conflictos, en casos graves, rupturas en las relaciones. Los niños y adolescentes que crecen en un entorno donde el alcoholismo está presente pueden experimentar inseguridad emocional, estrés, en algunos casos, traumas que afectan su desarrollo.

Según la OMS (1975), define la drogadicción como el consumo repetido de una droga que lleva a un estado de intoxicación periódica o crónica.

En el caso de las drogas, el 75 % de la población estudiantil reconoce qué son y qué efectos pueden causar en el cuerpo. Sin embargo, el 25 % desconoce esta información, lo que resulta particularmente preocupante, ya que los estudiantes se encuentran en una situación de vulnerabilidad y exposición a diversos factores de riesgo, como la presión de grupo y el fácil acceso a sustancias psicoactivas. Este hallazgo subraya la necesidad de fortalecer la conciencia crítica sobre el uso de drogas y sus consecuencias físicas, emocionales y sociales.

Por último, el 55% de los estudiantes tienen conocimiento sobre las drogas y pueden identificar algunas de ellas, como la marihuana y la cocaína. Se debe, en gran parte, a la exposición que tienen a través de diversos medios, como las redes sociales, la televisión y en algunos casos, su entorno social. El 45% de los estudiantes encuestados desconocen la clasificación precisa de ciertas sustancias, llegando a considerar productos como el bicarbonato, el café o la hoja de coca como drogas. Esta confusión evidencia la necesidad urgente de fortalecer la educación preventiva con contenidos claros, accesibles y culturalmente contextualizados, que permitan distinguir entre sustancias psicoactivas, productos de uso cotidiano y elementos con usos tradicionales o medicinales.

Como se puede observar, la información sobre las drogas puede llegar a los estudiantes de manera directa o indirecta, ya sea por campañas de prevención, noticias, o incluso por conversaciones en su círculo cercano. Sin embargo, la exposición no siempre está acompañada de una educación adecuada que les permita comprender los riesgos y consecuencias asociados al consumo de sustancias.

**Tabla 9**

*Nivel de conocimiento inicial – Autoestima*

Autoestima	Respuestas correctas		Respuestas incorrectas		Total
	Fr	%	Fr	%	%
Preguntas					
La autoestima significa	265	73%	100	27%	100%
¿Qué podemos hacer para cuidar nuestra salud?	202	55%	165	45%	100%

**Nota.** Cuestionario Pretest

**Fuente:** Elaboración propia



La autoestima en los niños es fundamental para su desarrollo emocional y social. Además de cómo perciben y valoran su propio ser, influye directamente en su confianza, su capacidad para enfrentar retos y su bienestar general.

Como lo menciona González, (1999), la autoestima es “la valoración positiva o negativa que el sujeto hace de su autoconcepto, valoración que se acompaña de sentimientos de valía personal y auto aceptación”. La autoestima, así entendida, influye y se expresa a través del comportamiento del sujeto en todas sus dimensiones y manifestaciones, tales como autoaceptación, afrontamiento, aceptación de los demás e interacciones sociales, entre otras. (p.217)

Como se observa en la tabla, el 73% de los estudiantes manifiesta conocer el significado de la autoestima, muchos no logran aplicarla en sí mismos, lo que sugiere dificultades para internalizar esta habilidad esencial. Esta brecha entre el conocimiento y la práctica puede deberse a factores como la inseguridad personal, la presión social o la falta de apoyo emocional. Por otro lado, un 27% desconoce completamente el concepto de autoestima, lo que refuerza la necesidad de implementar un programa preventivo que promueva el autoconocimiento, la valoración personal.

Uno de los principales motivos es la falta de práctica para reconocer su propio valor y habilidades, aunque entienden el concepto teórico de la autoestima, no han desarrollado herramientas o hábitos que les permitan reforzar su confianza personal en el día a día. Además, las críticas externas, las comparaciones con otros y la influencia de redes sociales pueden debilitar su percepción de sí mismos, haciendo difícil que apliquen lo que saben sobre el tema.

Otro factor puede ser la ausencia de un entorno que fomente el refuerzo positivo y el apoyo emocional, si los estudiantes no reciben elogios por sus esfuerzos o logros, ni tienen espacios donde puedan expresar sus emociones y reflexionar sobre sus fortalezas, es más complicado para ellos construir una autoestima sólida.

El 55% de los estudiantes reconoce la importancia de cuidar su salud física, psicológica y social, comprendiendo su impacto directo en la autoestima. Sin embargo, un

45% manifiesta desconocimiento sobre cómo hacerlo, lo que puede incidir negativamente en su bienestar personal y en la construcción de una autoestima saludable.

## **6.2. Segundo Objetivo**

Adaptar y aplicar el programa “Crecer sin Drogas” para fortalecer los conocimientos de los estudiantes de 9 a 13 años, a través de técnicas y estrategias activo participativas, que promoverán la reflexión.

### **Área – Liderazgo**

#### **Sesión N° 1**

**Área:** Liderazgo

#### **Objetivos:**

- Comprenderán en que consiste el programa, su duración, metodología y frecuencia de las sesiones y talleres.
- Compartirán con sus compañeros sus pasatiempos favoritos.
- Se sentirán en confianza para participar y dar a conocer sus opiniones.
- Recibirán un soporte afectivo durante todo el taller.

#### **Materiales:**

- Tarjetas de presentación, hojas bon en blanco, lápices de colores, masking.
- Un pliegue de cartulina (reporte del clima).

**Descripción de las actividades:** Se inició con la presentación del programa y los temas que se hablarían a lo largo de las semanas. Seguidamente, se hizo la presentación de la institución Intraid, donde muchos estudiantes no tenían conocimientos sobre ella, así que se les explicó de manera más clara. Después, se continuó con el lema del día “podemos conocernos y ser amigos”, y seguidamente con la canción del saludo:

Grupo 1: ¿Amigos como están?

Grupo 2: ¡Muy bien, muy bien!

Grupo 1: ¿Y sus amistades cómo están?

Grupo 2: ¡Muy bien, muy bien!

Donde se aprovechó para que los estudiantes pudieran gritar más fuerte de lo normal y estuvieran más animados.

Se siguió con la presentación de cada estudiante, quienes mencionaron su nombre y su actividad favorita, integrando algún movimiento característico de cada persona. Luego, se continuó con el reporte del clima, donde los estudiantes escribieron su nombre e indicaron el estado del clima en el que se encontraban en ese momento; por ejemplo, si habían estado aburridos y cansados, ponían ‘nublado parcial’, y si habían estado felices y animados, ponían ‘sol esplendoroso’

Por último, se realizó la aplicación del pretest. Al finalizar, se les preguntó a los estudiantes cómo se habían sentido con las actividades, a lo que respondieron: “Nos gustó mucho, vuelva en la siguiente clase”.

## **Sesión N° 2**

**Área:** Liderazgo

### **Objetivos:**

- Ejercitarán responsabilidades, elaborando sus propias normas.
- Se reconocerán como parte de su grupo.
- Tendrán una actitud positiva hacia el trabajo en equipo.

**Materiales:** Pelota de papel, masking, cinco sets de tarjetas, marcadores.

**Descripción de las actividades:** Se inició con el saludo respectivo a los estudiantes, seguido de una canción para que se relajaran. Luego, se establecieron las “reglas de oro”, donde cada curso había propuesto reglas para su grupo, por ejemplo: respeto, solidaridad, responsabilidad, no groserías y no gritar, comprometiéndose a seguirlas y respetarlas. Después, se formaron grupos de seis estudiantes, a quienes se les había pedido que realizaran un dibujo de sus integrantes, describiendo qué cosas tenían en común.

Hubo grupos en los que algunos compañeros habían tardado en trabajar juntos; les había costado integrarse o simplemente se habían negado a colaborar. Se habló sobre cómo, a lo largo de sus vidas, tendrían que trabajar con infinidad de grupos y que, desde entonces, deberían acostumbrarse a trabajar bajo presión y siguiendo las reglas.

A continuación, se siguieron con los conceptos de grupos. Los estudiantes habían realizado una lluvia de ideas sobre cómo se formaban los grupos, desde el colegio hasta en las familias. Posteriormente, se había llevado a cabo la actividad de la “cajita de recuerdos”, donde, en lugar de traer su objeto favorito, cada uno había dibujado su objeto y lo había depositado en las cajitas. Luego, habían tenido la oportunidad de mostrarlos a sus compañeros, reforzando así la participación y el respeto al escuchar en silencio.

Finalmente, se habían realizado preguntas sobre cómo se habían sentido trabajando en grupo, y los estudiantes habían expresado sus incomodidades. Se había culminado la sesión con una despedida y una recopilación de todo lo que se había hablado.

### **Sesión N° 3**

**Área:** Liderazgo

#### **Objetivos:**

- Conocerán que es un líder y sus características
- Identificarán los estilos de líderes
- Habrán recibido información sobre el rol del líder y conocerán algunas técnicas, ejercitando tipos de liderazgo

**Materiales:** Cinco tarjetas de liderazgos, papelógrafos con los tipos de líderes, marcadores, masking.

**Descripción de las actividades:** Se inició con el saludo correspondiente a los estudiantes, abordando el tema "¿Qué es un líder?". Se realizó una lluvia de ideas y las respuestas se anotaron en la pizarra. Muchos estudiantes ya tenían una noción sobre el liderazgo, cómo algunos de ellos querían ser líderes de grupo.

Seguidamente, se llevó a cabo la actividad de los personajes y sus características. Cada estudiante levantó la mano para participar y mencionar una característica principal del animal asignado. Por ejemplo:

**Mono:** traviesos inquietos, también inquieta y alegre a los demás, son graciosos cuando el grupo está cansado, los anima, pero si siguen así cansan al grupo

**Caballo:** Ágil, fuerte, veloz, impacientes, no necesitan un líder, son apurados y no siguen el ritmo del grupo y a veces hasta se apartan del grupo.

En algunos cursos, los estudiantes solicitaron agregar más animales, ya que consideraban que sus características se ajustaban mejor a sus personalidades. Incluso los profesores del aula participaron activamente.

Por último, se explicó los cuatro estilos de liderazgo: líder demócrata, líder autoritario, líder liberal y líder paternalista. Gracias a los ejemplos del programa, los estudiantes lograron comprender el concepto con mayor claridad. En algunos cursos, se realizó una dramatización para representar los diferentes tipos de liderazgo.

#### **Sesión N° 4**

**Área:** Liderazgo

#### **Objetivos:**

- Habrán reflexionado en torno al concepto de salud y lo relacionarán con el programa.
- Reconocerán los componentes de la salud integral.

**Materiales:** Marcadores, hojas bond blancas, colores, cartulina con el triángulo de la salud integral.

**Descripción de las actividades:** Se inició con la frase de la semana “mi salud es valiosa, pero tengo que cuidarla y valorarla” y luego con el respectivo saludo de los estudiantes.

Seguidamente, se explicó el concepto de salud integral, preguntando a los estudiantes si conocían lo que significa tener una buena salud en todos sus aspectos. La mayoría no estaba familiarizada con el término, por lo que se procedió a una explicación detallada. Luego, se realizó una lluvia de ideas sobre factores que afectan la salud física, mental y social. Los estudiantes participaron activamente, aunque en algunos cursos desconocían el concepto de salud social, por lo que fue necesario profundizar más en el tema.

Continuando, se preguntó, qué podemos hacer para tener una salud plena en las tres áreas. Los estudiantes compartieron sus respuestas y, en esta ocasión, algunos profesores también dieron su opinión, participando en la discusión. Mencionando que, para tener una buena salud, es importante alimentarse con una dieta rica en proteínas y vitaminas, mantener una alimentación saludable, hacer ejercicio regularmente y practicar algún pasatiempo que disfruten.

Como última actividad, se realizaron preguntas mediante un programa de televisión, adaptado en esta ocasión a un formato de TikTok. Se seleccionaron tres voluntarios: un presentador, encargado de dirigir el programa de salud; un estudiante a cargo de grabar con el teléfono; y otro que realizaría las entrevistas con un micrófono. El resto del curso actuó como los entrevistados. Se formularon preguntas sobre la salud integral para evaluar la atención de los estudiantes, e incluso algunos entrevistaron a sus profesores. La actividad fue un éxito, algunos cursos decidieron implementarla en futuras sesiones.

Los alumnos mencionaron que les agradó la actividad. Para concluir, se les pidió que dibujaran un escudo de salud representando los factores que dañan la salud y los que la fortalecen, las cosas que les generan felicidad y dibujándose a sí mismos como líderes de la salud. Al finalizar, presentaron sus trabajos ante todos sus compañeros.

**Observaciones del área:** El recibimiento de los estudiantes había sido muy bueno. Algunos se habían mostrado algo reacios a la integración de grupos y no habían querido unirse a ninguno. Se habló con ellos y se les explicó el objetivo de la actividad.

En la Unidad Educativa Dr. Alberto Baldivieso, los estudiantes de 4to y 5to de primaria se acomodaron muy bien a las dinámicas y tuvieron una participación mucho más

activa. Sin embargo, con los estudiantes de 6to de primaria y 1ro de secundaria tardaron en entender las dinámicas y en soltarse un poco más. En la Unidad Educativa Aniceto Arce, los estudiantes de 4to y 6to tardaron más en tomar confianza y ser participativos, mientras que los de 5to fueron mucho más activos.

Como algunos estudiantes no lograron integrarse adecuadamente a sus grupos asignados, por lo que se decidió realizar cambios para que pudieran incorporarse a nuevos grupos en los que se sintieran más cómodos. En algunos cursos, como en el 6° B de la Unidad Educativa Dr. Alberto Baldivieso los estudiantes no colaboraron con la dinámica, sino que se dedicaron a conversar entre ellos y no prestaron atención. Debido a esto, se optó por suspender la sesión.

Al buscar ejemplos de liderazgo en su entorno, los estudiantes identificaron a sus padres como líderes en el hogar y determinaron el estilo de liderazgo que ejercen. Incluso, dentro de sus propios grupos de amigos, lograron reconocer los estilos que habían aprendido y se dieron cuenta de que ellos también son líderes en diferentes actividades. Los estudiantes mostraron un mayor interés en la salud psicológica, ya que consideran que, al ser algo que no se puede ver, es importante hablar más seguido sobre los problemas que afectan a los estudiantes, además, creen que estos temas deben abordarse sin que nadie se sienta juzgado.

Asimismo, un maestro intervino para profundizar en el problema de la bulimia y el cutting, siendo situaciones que afectan a su curso. Se buscó analizar las posibles causas y plantear soluciones ante estos problemas.

**Conclusiones del área:** Las sesiones fueron significativas, ya que permitió a los estudiantes expresar cómo se sentían, algo que muchos no suelen hacer con frecuencia. Este ejercicio propició un espacio seguro donde algunos compartieron las situaciones que estaban enfrentando en sus hogares, lo que contribuyó a fortalecer la empatía y la comprensión dentro del grupo.

En cuanto al desarrollo de la primera sesión, el compromiso de los estudiantes y maestros fue clave para lograr los objetivos planteados, aunque en algunos cursos se encontraron desafíos, como la falta de colaboración o la necesidad de profundizar ciertos

temas. Esta primera sesión sentó las bases para futuros encuentros, reforzó la importancia de la participación, el respeto y el aprendizaje en un ambiente seguro y motivador.

La integración de los estudiantes en grupos fue un proceso clave para garantizar una dinámica de trabajo efectiva, si bien algunos alumnos tuvieron dificultades para adaptarse a sus grupos asignados, los cambios que se realizaron permitieron que se sintieran más cómodos y participaran activamente. Este ajuste ayudó a mejorar la colaboración y el ambiente en el aula, favoreciendo el cumplimiento de los objetivos de la sesión

Sin embargo, en ciertos cursos, como en 6° B, se presentaron desafíos relacionados con la falta de atención y participación, ante esta situación, se tomó la decisión de suspender la sesión para evaluar estrategias más adecuadas que fomenten el compromiso de los estudiantes. En general, la formación de grupos jugó un papel esencial en el desarrollo de las actividades, permitiendo que los alumnos aprendieran de manera conjunta, fortalecieran sus relaciones interpersonales y adquirieran una mayor comprensión de los temas abordados.

El liderazgo es una habilidad esencial que influye en la dinámica de los grupos y desarrollo individual. A lo largo de la sesión, los estudiantes reflexionaron sobre las características de un líder, identificando diferentes estilos de liderazgo presentes en su entorno, desde el hogar hasta sus grupos de amigos, la exploración permitió comprender que el liderazgo no es exclusivo de ciertas personas, sino que cualquier persona puede asumir un rol de líder si se lo propone.

Además, al reconocer los distintos tipos de liderazgo, los estudiantes analizaron el más adecuado según la situación y el contexto en el que se encuentran, la dramatización y otras actividades lúdicas facilitaron el aprendizaje y fomentaron la participación activa. En definitiva, este proceso no solo promovió una mejor comprensión del liderazgo, sino que también ayudó a fortalecer la confianza en sí mismos y su capacidad para influir positivamente en quienes los rodean.

Por último, la salud psicológica es un aspecto fundamental que, aunque no siempre es visible, impacta significativamente la vida de los estudiantes. La necesidad de abordar estos temas sin juicios ha generado un mayor interés en su discusión dentro del aula. En este



contexto, la intervención de un maestro para profundizar sobre problemas como la bulimia y el cutting demuestra la relevancia de tratar estas situaciones de manera adecuada. Analizar las posibles causas y soluciones permite generar conciencia y brindar apoyo a quienes enfrentan estas dificultades, promoviendo un ambiente escolar más comprensivo y saludable.

## **Área – Decisiones Responsables**

### **Sesión N° 5**

**Área:** Decisiones responsables

#### **Objetivos:**

- Comprenderán por qué las personas toman alcohol
- Habrán ejercido la habilidad de decir “no” ante algunas situaciones motivantes para el consumo.

**Materiales:** Cuatro tarjetas de situaciones, marcadores

**Descripción de las actividades:** Se inició la sesión con la consigna: "¿Por qué toman algunos jóvenes?". Se realizó una lluvia de ideas en la que casi todos los estudiantes participaron, compartiendo sus opiniones y experiencias personales. Algunos mencionaron que en sus hogares habían observado a hermanos mayores consumir bebidas alcohólicas simplemente porque les gustaba hacerlo. También señalaron que algunos estudiantes de 6°to de primaria y 1° de secundaria ya consumían alcohol, ya sea porque querían ser aceptados en grupos de sus cursos o porque sus padres les habían permitido probarlo y les había gustado.

Posteriormente, se leyeron cuatro situaciones en las que los estudiantes podrían encontrarse en riesgo, y se realizó una pequeña dramatización para enseñarles cómo cuidarse y decir "no". Aunque a algunos les costó hablar frente a sus compañeros, con apoyo lograron participar y cumplir con el objetivo.

Por último, se discutió cómo en diversas ocasiones, como cumpleaños, fiestas de graduación, bautizos, entre otros eventos, las personas suelen aprovechar para consumir

alcohol. Algunos estudiantes mencionaron que en sus hogares se realizan convivencias con frecuencia, las cuales a menudo terminan en situaciones de alcoholización.

## **Sesión N° 6**

**Área:** Decisiones responsables

### **Objetivos:**

- Habrán reflexionado acerca de los rasgos positivos que presentan las personas adultas que no beben alcohol o beben de forma moderada.

**Materiales:** Marcadores, tarjetas con preguntas de la historia de don Manuel.

**Descripción de las actividades:** Se leyó la historia de Don Manuel, una persona que no consume alcohol y que pasa más tiempo con su familia. Luego, se realizaron las preguntas del manual, en las cuales los estudiantes participaron activamente. Muchos expresaron que les gustaría tener una familia así, ya que en algunos hogares el consumo de bebidas alcohólicas es constante y provoca discusiones entre los padres.

Asimismo, algunas estudiantes mencionaron que en sus familias no se consumen bebidas alcohólicas, la profesora de aula también compartió que, desde que era niña, nunca había visto a sus padres beber. Los estudiantes reflexionaron sobre los aspectos positivos de no consumir alcohol, destacando que no solo beneficia la salud, sino que también permite ahorrar dinero, lo que facilita la compra de alimentos y otros productos esenciales. Además, mencionaron que los padres que no consumen alcohol suelen cumplir más sus promesas. Finalmente, la sesión concluyó con un pequeño repaso de todo lo que se había hablado en la clase.

## **Sesión N° 7**

**Área:** Decisiones responsables

### **Objetivos:**

- Conocerán los riesgos que implican el mal uso de los medicamentos.

- Ejercitan formas de decir NO a partir de respuesta asertiva ante situaciones de riesgo.

**Materiales:** Tarjetas de situaciones de ¡momentos de riesgo!

**Descripción de las actividades:** La facilitadora preguntó cómo ciertos medicamentos estaban al alcance de los niños y adolescentes sin ninguna supervisión y cómo algunos los tomaban por descuido, causando intoxicación. También preguntó si alguien les había ofrecido medicamentos que no conocían. Algunos alumnos respondieron que, en alguna ocasión, habían tomado pastillas sin saber para qué eran, que las habían encontrado en algún cajón de casa y las habían ingerido pensando que eran caramelos o vitaminas. Otros expresaron que, incluso con los jarabes, los tomaban, aunque no estuvieran enfermos, ya que les parecía dulce.

Seguidamente, se realizó la dramatización de las cuatro situaciones que menciona el manual, concientizando sobre cómo, en algunos lugares o con ciertas personas, se corre el riesgo de consumir medicamentos caducados o aceptar medicamentos ofrecidos por otros. Se enfatizó que siempre debían negarse ante tales peticiones. Por último, se realizó el juego de la porra para que los estudiantes se relajaran y no estuvieran tan cansados.

## **Sesión N° 8**

**Área:** Decisiones responsables

### **Objetivos:**

- Comprenderán el concepto de decisión.
- Identificar quienes toman decisiones de sus vidas
- Conocer los pasos en la toma de decisiones

**Materiales:** Hojas impresas sobre decisiones diarias, marcadores.

**Descripción de las actividades:** Se les preguntó qué eran las "decisiones responsables". Mediante una lluvia de ideas, los estudiantes mencionaron que se trataba de hacerse responsables o de decidir entre el bien y el mal. Asimismo, la facilitadora les explicó que, desde pequeños, habían estado tomando decisiones, ya fuera para bien o para mal, y que

lo importante era aprender de ellas y no volver a cometer los mismos errores, ya que cada decisión siempre traía consecuencias.

Se les pidió que se reunieran en grupos de cinco personas, donde se les presentó una situación en la que debían tomar una decisión que influiría en su futuro. Luego, se les solicitó que escribieran lo positivo o negativo de esa decisión, reflexionando si los perjudicaría y evaluando si las alternativas que consideraban eran beneficiosas o negativas. Con este sencillo truco, podían aprender a tomar decisiones importantes.

Se realizó la actividad titulada "¿Quién decide por nosotros?". Al principio, todo transcurría bien, ya que cada alumno iba hacia la tarjeta que lo identificaba. Sin embargo, con el paso del tiempo, los estudiantes comenzaron a hacer desorden, por lo que se optó por que cada alumno permaneciera en su asiento. Allí debían levantar la mano y decir si la decisión la tomaba un adulto o ellos mismos. Finalmente, se entregaron las hojas a los estudiantes para que reflexionaran sobre sus decisiones diarias. En algunos casos, se observó que los padres aún estaban decidiendo por sus hijos, impidiéndoles elegir cosas como qué ropa ponerse o cómo peinarse.

**Observaciones del área:** Fue un tema que les gustó a los estudiantes, ya que tienen amplio conocimiento sobre las ocasiones en las que los adultos consumen bebidas alcohólicas y los dejan sin supervisión. También se pudo observar que algunos niños habían probado alcohol por error, ya que sus padres habían dejado un vaso con bebida y ellos pensaron que era soda. Al contarles lo sucedido, sus padres simplemente se rieron, sin considerar las posibles consecuencias futuras.

En esta sesión, algunos cursos optaron por dar la clase en la cancha de la unidad educativa, ya que se sentían un poco cansados de estar en el aula. Al ser un tema relativamente corto, al finalizar se realizó la dinámica 'Zapato a su zapato', donde varones y mujeres debían buscar el par de su zapato. El grupo que lo lograba más rápido ganaba.

También se pudo observar que algunos estudiantes prestaron mucha atención, ya que algunos tenían hermanos menores, desde ese momento, comenzaron a tener más precaución sobre dónde dejaban los medicamentos para evitar futuros incidentes.

Durante las sesiones, una profesora intervino mencionando que las decisiones debían ser tomadas por las estudiantes sin la influencia de sus compañeras o amigas. Explicó que ellas mismas debían decidir qué comer y con quién juntarse durante los recreos. Esto fue abordado debido a que se habían presentado casos en los que las estudiantes formaban grupos y una de las integrantes decidía por las demás, lo cual estaba generando problemas en el aula.

**Conclusiones del área:** La sesión permitió a los estudiantes reflexionar sobre las razones por las que algunos jóvenes consumen alcohol y cómo esto puede influir en sus vidas. A través de la lluvia de ideas, compartieron sus opiniones y experiencias, mostrando que el consumo de alcohol en el entorno familiar puede afectar su percepción sobre este hábito.

El análisis de situaciones de riesgo y la dramatización fueron herramientas clave para que los estudiantes comprendieran la importancia de establecer límites y aprender a decir "no" en circunstancias en las que puedan sentirse presionados. Así también, la discusión sobre los eventos sociales donde el alcohol está presente permitió visibilizar cómo la normalización del consumo en reuniones familiares puede influir en los jóvenes. La sesión ayudó a generar conciencia sobre la necesidad de tomar decisiones responsables, promoviendo el autocuidado y el respeto por su bienestar.

Continuando, la lectura y discusión sobre la historia de Don Manuel fomentaron una reflexión profunda entre los estudiantes acerca de los beneficios de no consumir alcohol, la actividad les ayudó a valorar ejemplos positivos dentro y fuera de sus hogares. Además, el espacio de diálogo propició una conexión significativa entre los estudiantes y su profesora, promoviendo un ambiente de aprendizaje basado en el respeto y la reflexión.

Los estudiantes demostraron una atención significativa durante la sesión, lo que evidencia el impacto positivo de los temas tratados, su reflexión sobre la necesidad de tener mayor precaución con los medicamentos en sus hogares, especialmente para proteger a sus hermanos menores, muestra un avance en su conciencia y responsabilidad.

En conclusión, la sesión permitió a los estudiantes reflexionar sobre el impacto de sus decisiones en su vida futura, a través de las actividades grupales y el análisis de situaciones, aprendieron a evaluar las consecuencias positivas y negativas de sus elecciones. Asimismo,

la dinámica abordó los retos de la influencia entre compañeros, resaltando la importancia de tomar decisiones autónomas y responsables. Aunque hubo momentos de desorden, se pudo redirigir la actividad para mantener el enfoque en el aprendizaje. Finalmente, el ejercicio de reflexión sobre decisiones diarias ayudó a identificar áreas donde los estudiantes todavía dependían de sus padres, fomentando un diálogo sobre el desarrollo de la independencia y la responsabilidad personal.

## Área – Comunicación

### Sesión N° 9

**Área:** Comunicación

#### **Objetivos:**

- Conocerán los mensajes que la publicidad utiliza
- Ejercitarán su creatividad a través del diseño de alternativas novedosas en publicidad, para prevenir el consumo del alcohol y el tabaco.

**Materiales:** Pliegos de cartulinas, tijeras, masking, marcadores, colores.

**Descripción de las actividades:** La sesión se inició con el respectivo saludo a los estudiantes. Seguidamente, se realizó la actividad de "la influencia de la publicidad". La facilitadora preguntó al grupo qué entendían por medios de comunicación. Mediante una lluvia de ideas, los estudiantes dieron conceptos de lo que creían que eran los medios de comunicación. A través de las ideas que aportaron, se fue formando el concepto principal, mencionando también los medios de comunicación que se usaban.

Seguidamente, se explicó los nueve tipos de publicidad más utilizadas tanto en las televisoras como en las redes sociales. Los estudiantes también brindaron ejemplos de cómo la publicidad jugaba con la mente, haciendo que desearan algo que no necesitaban, y que muchas veces veían publicidades de videojuegos o promociones que observaban en sus redes sociales. Como última actividad, se formaron grupos de cuatro para que dramatizaran los tipos de publicidad. En algunos cursos, los grupos no pudieron ponerse de acuerdo para

realizar la dramatización, pero se les dio la oportunidad de que se organizaran nuevamente para realizarla.

## **Sesión N° 10**

**Área:** Comunicación

### **Objetivos:**

- Analizar qué actividades realizan en su tiempo libre.
- Identificarán qué recursos tiene su escuela, su barrio que les permita utilizar de manera positiva su tiempo libre.

**Materiales:** Hojas bond, marcadores.

**Descripción de las actividades:** La sesión se inició con el respectivo saludo a los estudiantes. Seguidamente, se realizó la actividad titulada "¿Qué hago en mi tiempo libre?". Los estudiantes escribieron en una hoja completando toda la información sobre lo que realizaban en su tiempo libre, explicando que, muchas veces, empleaban su tiempo libre de manera no provechosa, lo que podía perjudicarles en el futuro.

También se analizaron los aspectos positivos y negativos de estas actividades, observando cómo podían sacar provecho de ellas para mejorar su intelecto. Se les pidió que escribieran en una hoja cómo emplear el tiempo libre de manera provechosa, organizándose en grupos de cinco personas. Al finalizar, pasaron al frente para exponer. Algunos estudiantes mencionaron que no tenían tiempo libre, ya que ayudaban a sus padres a cuidar a sus hermanitos o realizaban labores del hogar como lavar, acomodar, barrer, entre otros. Otros comentaron que iban a vender con sus padres para contribuir al sustento familiar. Además, un estudiante compartió que no tenía padres y que él se mantenía solo, dedicando todo su tiempo a trabajar para poder comer.

## **Sesión N° 11**

**Área:** Comunicación

**Objetivos:**

- Identificarán algunas claves corporales en la expresión de sentimientos.
- Comprenderán que las reacciones emocionales con distintas en cada niño.

**Materiales:** Hojas bond, lápices de colores, marcadores, masking, hojas impresas con imágenes de sentimientos

**Descripción de las actividades:** Se inició la sesión con el saludo a los estudiantes y la respuesta a las preguntas que realizaron en la clase anterior.

Seguidamente, se explicó qué son los sentimientos y la diferencia entre emociones y sentimientos. Se formaron grupos de cinco personas para trabajar en la creación de una historieta, en la que identificaron distintas emociones y narraron situaciones en las que pueden sentir alegría, tristeza o miedo.

Posteriormente, los estudiantes interpretaron diferentes sentimientos y compartieron en qué ocasiones los habían experimentado. En algunos cursos, los estudiantes quisieron explicar las historias que escribieron y expusieron sus dibujos en la pizarra; en otros, actuaron las historietas que habían creado, expresando en sus rostros las emociones que viven día a día.

Finalmente, se montó una exhibición con las historietas realizadas, para que fueran apreciadas por todos los alumnos. Se destacó que la felicidad puede manifestarse de diversas maneras y en distintos momentos.

**Sesión N° 12**

**Área:** Comunicación

**Objetivos:**

- Conocer sobre la mala utilización del internet.
- Dar a conocer a los estudiantes los riesgos del mal uso de internet y redes sociales.
- Practicar estrategias para que sean bien utilizadas en beneficio del aprendizaje.



- Analizar las relaciones humanas en la actualidad.

**Materiales:** marcadores, hojas bond.

**Descripción de las actividades:** La sesión inició con un breve repaso de la clase anterior. Posteriormente, la facilitadora preguntó a los estudiantes quiénes poseían un teléfono celular y si contaban con algún control parental o restricciones sobre las aplicaciones que podían utilizar. Algunos mencionaron que tenían la libertad de descargar cualquier aplicación, ya que sus padres no supervisaban su uso, e incluso señalaron que solían permanecer despiertos toda la noche utilizando el celular y jugando videojuegos.

Se abordó el concepto de redes sociales, y los estudiantes expresaron sus ideas sobre lo que creían que eran. Asimismo, se explicó los riesgos asociados a su uso, tales como la adicción, el acceso a contenido inapropiado y el ciberacoso.

Muchos estudiantes mencionaron que pasaban gran parte de su tiempo en TikTok y que dedicaban horas al teléfono, hasta el punto de descuidar sus responsabilidades académicas. Por otro lado, algunos alumnos comentaron que sus padres les establecían horarios para el uso del teléfono. En un curso, se evidenció que los estudiantes eran más aficionados a los videojuegos, al grado de permanecer despiertos hasta altas horas de la madrugada los fines de semana jugando.

La facilitadora explicó que algunas personas desarrollaban adicción al teléfono móvil, sintiendo la necesidad de tenerlo en la mano constantemente y siendo incapaces de pasar una hora sin él, lo que los llevaba a permanecer inmersos en redes sociales. Asimismo, se abordó la problemática de compartir información personal en línea, incluyendo direcciones y otros datos privados, advirtiéndoles sobre los riesgos que esto implicaba.

Además, algunos estudiantes expresaron que recibían críticas por tener cuentas en redes sociales y que incluso eran víctimas de acoso en clases debido a ello. Ante esta situación, la facilitadora introdujo el tema del respeto entre compañeros, con el propósito de que los estudiantes comprendieran la gravedad de la problemática. Fue tratado durante dos sesiones para garantizar una comprensión clara del concepto de respeto entre pares.

**Observaciones del área:** Una de las observaciones fue que a los estudiantes les gustaba trabajar en grupo cuando se trataba de dibujar y recortar, pero les resultaba difícil pasar al frente y actuar, algunos cursos incluso llevaron productos para promocionar y vender, haciendo una réplica de cómo funciona la publicidad.

En algunos cursos, los estudiantes se mostraron entusiasmados por participar y compartir sus historietas; incluso se organizaron para actuar frente a sus compañeros. Por otro lado, en otros cursos, los estudiantes tardaron más en definir qué emociones dibujar, ya que tuvieron dificultades para ponerse de acuerdo dentro de sus grupos.

También se identificó que algunos estudiantes ejercían ciberacoso contra sus compañeros sin ser plenamente conscientes de ello, ya que consideraban sus acciones como simples bromas sin medir el impacto de sus palabras o videos compartidos, otros alumnos mencionaron que, en sus hogares, durante la hora del almuerzo, toda la familia permanecía concentrada en sus dispositivos móviles, sin interactuar entre sí.

**Conclusiones del área:** En conclusión, la sesión permitió a los estudiantes explorar cómo los medios de comunicación y la publicidad influyen en sus decisiones y comportamientos. La actividad de lluvia de ideas fomentó la construcción colectiva del concepto de medios de comunicación, mientras que el análisis de los tipos de publicidad ayudó a identificar estrategias empleadas para captar la atención de los consumidores. Además, la reflexión sobre cómo la publicidad puede generar deseos innecesarios promovió el pensamiento crítico entre los estudiantes.

También permitió a los estudiantes reflexionar sobre el uso adecuado de su tiempo libre, destacando la importancia de emplearlo de manera provechosa para su desarrollo personal e intelectual, las actividades grupales fomentaron el trabajo colaborativo y la exposición en público, aunque también evidenciaron realidades diversas entre los participantes. Algunos compartieron las responsabilidades que asumen en sus hogares, como el cuidado de hermanos o las labores domésticas, mientras que otros aportaron testimonios más complejos, como el trabajo para su propio sustento.

Las sesiones permitieron a los estudiantes explorar sus emociones y comprender la diferencia entre sentimientos y emociones a través de diversas dinámicas, algunos enfrentaron dificultades para ponerse de acuerdo sobre las emociones que querían representar. A pesar de estos desafíos, las actividades lograron fomentar la creatividad, la expresión emocional y el trabajo en equipo. La exhibición de historietas y las dramatizaciones permitieron que los estudiantes reflexionaran sobre sus sentimientos y reconocieran que cada emoción es válida y parte de su desarrollo personal. Esta experiencia les ayudó a fortalecer la comunicación y el respeto entre compañeros, promoviendo un ambiente de aprendizaje donde el bienestar emocional es valorado.

En conclusión, las sesiones ayudaron a que los estudiantes generaran conciencia sobre el uso de internet y las redes sociales. Hoy en día, toda comunicación se realiza a través de plataformas como WhatsApp, donde también existen peligros como las estafas o el ciberacoso. Además, es fundamental promover el uso responsable de estas herramientas digitales, fomentando la privacidad, la seguridad y el respeto en los entornos virtuales. Comprender los riesgos y adoptar medidas preventivas permitirá a los estudiantes aprovechar los beneficios de la tecnología sin comprometer su bienestar.

## **Área – Consumo de Alcohol y Drogas**

### **Sesión N° 13**

**Área:** Consumo de alcohol y drogas.

#### **Objetivos:**

- Conocerán los efectos físicos y psicológicos que provocan el alcohol.
- Conocerán las consecuencias personales, familiares, y sociales del bebedor problema.

**Materiales:** Hojas bond, marcadores, cartulina (fases de la embriaguez), masking.

**Descripción de las actividades:** Se entregó una hoja bond donde los estudiantes debían contar la historia de una persona alcohólica que conocieran. Algunos compartieron relatos sobre sus padres, quienes consumían bebidas alcohólicas, mientras que otros mencionaron a sus hermanos, quienes bebían con sus compañeros y amigos.

También respondieron las seis preguntas del programa, 1. ¿Qué ocurre en el cuerpo con el alcohol? 2. ¿Qué pasa con la mente de los que toman siempre? 3. ¿Por qué no pueden dejar de tomar? 4. ¿Es vicio o enfermedad? 5. ¿Cómo creen que se relaciona con su familia o entorno? 6. ¿Qué consecuencias para el país tiene el alcoholismo?, demostrando sus conocimientos sobre el alcoholismo. Luego, se les explicó qué es el alcoholismo, cómo afecta el cuerpo y qué órganos son más perjudicados. Los estudiantes participaron activamente, destacando que el alcoholismo no solo daña a la persona que consume, sino también a su familia y a quienes lo rodean.

Además, se aclaró que el daño no es solo físico, sino también mental, utilizando como ejemplo a personas en situación de calle que han llegado a ese estado debido a su consumo excesivo. Seguidamente, se explicaron los distintos tipos de bebidas alcohólicas y cuáles son las más consumidas en los hogares. Los estudiantes mencionaron cuáles son las bebidas alcohólicas más frecuentes en sus casas, como vinos, cervezas, singani y otras variedades de alcohol.

Por último, se abordaron las fases de la embriaguez, lo cual llamó la atención de los estudiantes, ya que compararon estos estados con ciertos comportamientos de animales. Además, notaron que sus familiares se comportan de manera similar cuando consumen bebidas alcohólicas. También se habló sobre los distintos tipos de consumidores, y algunos estudiantes mencionaron que sus allegados suelen ser consumidores habituales, ya que beben cada fin de semana.

## **Sesión N° 14**

**Área:** Consumo de alcohol y drogas

**Objetivos:** Comprenderán la importancia de prevenir el consumo

**Materiales:**

- Tarjetas de preguntas de “la historia de José”
- Historias impresas de personas que consumen drogas
- Videos sobre los efectos de las drogas en el cuerpo, data, parlante.

**Descripción de las actividades:** Se contó la historia de José, de cómo empezó a consumir drogas, la edad a la que inició y lo que sucedía en su hogar que lo llevó a entrar al mundo de las drogas, lo que finalmente arruinó su vida. Después, se les pidió a los estudiantes que sacaran una hoja en la que respondieron las preguntas del manual. Se les explicó que esto le puede pasar a cualquiera, especialmente si se juntan con personas involucradas en el consumo de drogas.

Luego, se pidió a algunos estudiantes que leyeran en voz alta sus respuestas y las compartieran con los demás. Seguidamente, se les explicó qué son las drogas y cuáles son los tipos más comunes en Bolivia. Se realizó una lluvia de ideas en la que los estudiantes mencionaron que observan cómo otras personas venden drogas fuera de los colegios y que nadie dice nada. También hubo alumnos que comentaron que, muchas veces, los propios amigos son quienes los llevan por ese camino.

Además, se explicó los efectos negativos que las drogas tienen en el cuerpo, cómo dañan los órganos y cuáles son las partes más perjudicadas. También se preparó un video que mostró las zonas del cuerpo más afectadas y cómo el daño no solo es físico, sino también emocional. Muchos estudiantes compartieron experiencias sobre cómo algún miembro de su familia comenzó a consumir estas sustancias y cómo algunos no lograron salir de ese vicio. Finalmente, se les leyeron historias de vida de personas que fueron consumidas por la adicción.

**Observaciones del área:** En esta sesión se pudo observar que los estudiantes tenían un amplio conocimiento sobre cómo se comportan los adultos cuando consumen alcohol. Hubo un estudiante en particular que compartió con sus compañeros que no le gustaba ver a sus padres beber y que se sentía mal al presenciarlo.

Así también, la gran mayoría de los estudiantes ya poseían conocimiento previo sobre algunas drogas, como la marihuana. Incluso, algunos mencionaron que era una de las drogas más inofensivas porque estaba hecha a base de planta, sin embargo, se les corrigió explicándoles que, aunque proviniera de una planta, igualmente traía consecuencias a largo plazo. Por último, los estudiantes tuvieron la duda de si la coca machucada se consideraba

una droga, se les aclaró que sí, ya que contenía químicos que la hacían más adictiva que la coca tradicional.

**Conclusiones del área:** La sesión permitió que los estudiantes profundizaran en el tema del alcoholismo, no solo desde una perspectiva informativa, sino también a través de experiencias cercanas. Al compartir historias sobre personas de su entorno que consumen bebidas alcohólicas, pudieron reflexionar sobre el impacto que tiene el alcohol en la vida de quienes lo consumen y en su círculo familiar y social.

Así mismo, a través de la historia de José y las discusiones en clase, se destacó la importancia de tomar decisiones informadas y de rodearse de personas que promuevan valores positivos. Los estudiantes tuvieron la oportunidad de compartir sus propias experiencias y observaciones, lo que favoreció la empatía y el entendimiento mutuo. Esta sesión ayudó a generar conciencia sobre el impacto de las drogas en la vida de las personas y promovió un ambiente de aprendizaje basado en la prevención y el diálogo.

### **Área – Autoestima**

#### **Sesión N° 15**

**Área:** Autoestima

#### **Objetivos:**

- Tendrán conciencia de sus características personales

**Materiales:** Hojas bond, fotocopias de “Mi autobiografía”, marcador

**Descripción de las actividades:** Iniciamos con la frase de la semana “aprendo a conocerme” y el respectivo saludo a los estudiantes.

Continuamos con la actividad “Si yo fuese”, en la que los estudiantes se identificaron con un animal y explicaron las características que comparten con él. Recordaron los animales vistos en la sesión anterior y añadieron algunos nuevos, como el capibara, que es muy social, la jirafa, que se enfoca principalmente en alimentarse. Algunos estudiantes tardaron en

responder, ya que sentían que no encajaban con ningún animal, por lo que se les ayudó a encontrar uno que reflejara mejor su personalidad.

Después, los estudiantes completaron su autobiografía. Algunos no estaban familiarizados con ciertas palabras, por lo que se les brindaron explicaciones con ejemplos para facilitar su comprensión. Finalmente, cerramos la sesión con un repaso de los temas abordados previamente.

## **Sesión N° 16**

**Área:** Autoestima

### **Objetivos:**

- Habrán evaluado alguna de sus características físicas.
- Reconocerán y valorarán algunas capacidades de su cuerpo.

**Materiales:** Lápices de colores, hojas bond, marcador acrílico

**Descripción de las actividades:** Iniciamos con el saludo a los estudiantes y con la frase de la semana: "Mi cuerpo es valioso".

Luego, se conformaron grupos de cinco personas, en los que cada estudiante debía dibujarse a sí mismo según cómo se veía. En la parte inferior del dibujo, se les pidió que escribieran su nombre, color de ojos, cabello y estatura, así como las partes de su cuerpo que más les gustaban y las que no. Algunos niños tuvieron dificultades con esta tarea, ya que no conocían cuánto medían.

También se habló sobre la importancia de reconocer que todos somos hermosos y que no debemos desvalorizarnos ni prestar atención a comentarios negativos de los demás. Muchos niños expresaron que algunos compañeros les ponían sobrenombres o apodos basados en su apariencia o vestimenta. Ante esto, se conversó con todos los cursos sobre la importancia del respeto entre compañeros, recordándoles que cada persona tiene un nombre y que debe ser tratado con respeto.

Posteriormente, continuamos con la actividad sobre el cuerpo, modificando la dinámica para enfatizar la importancia de que el cuerpo de cada persona es valioso y que nadie debe tocarlo sin consentimiento. Se les explicó que, si en algún momento un extraño intentara acercarse de manera inapropiada, debían pedir ayuda. Esta parte de la sesión se realizó a petición de la profesora de algunos cursos, al observar los resultados y la respuesta de los estudiantes, se decidió aplicarla en los demás cursos, ya que se consideró fundamental abordar el tema.

También se llevó a cabo una dramatización en la que los niños representaron cómo algunas personas con malas intenciones pueden acercarse mediante engaños. Los demás estudiantes participaron activamente, brindando información sobre cómo deben reaccionar ante una situación similar y a quién acudir. La actividad se complementó con explicaciones que reforzaron el aprendizaje.

Por último, se realizó la sesión de relajación corporal, en la que los estudiantes comenzaron a estirarse y a relajarse. Esta actividad tuvo una gran acogida, especialmente entre los cursos de última hora, quienes disfrutaron el ejercicio.

## **Sesión N° 17**

**Área:** Autoestima

### **Objetivos:**

- Aceptarán y comprenderán los cambios que se producen en la prepuberal y pubertad.
- Identificarán la etapa de desarrollo que están viviendo.

**Materiales:** Marcadores, hojas bond

**Descripción de las actividades:** Se inició la sesión con el saludo a los estudiantes y con la primera actividad, “Estoy creciendo”. Se les pidió que sacaran una hoja bond dividida en dos y se les dio la instrucción de escribir, en una mitad, cómo eran hace cinco años y qué les gustaba hacer en ese entonces; en la otra mitad, debían escribir cómo son actualmente, cuáles son sus gustos y qué cambios han notado en los últimos cinco años.



Posteriormente, la facilitadora explicó las “Etapas de mi cuerpo”, comenzando con la etapa escolar, prepuberal, y por último la pubertad, abordando los cambios físicos, sociales y emocionales. Algunos estudiantes se identificaron con los cambios emocionales y físicos que estaban atravesando, expresando que les había resultado difícil formar un nuevo grupo social.

Para complementar la actividad, se les pidió que escribieran en una hojita cualquier duda que tuvieran, con el fin de responderlas en la siguiente clase. Esto les permitió plantear sus inquietudes sin miedo ni vergüenza.

**Observaciones del área:** algunos estudiantes tuvieron dificultades al no saber el color de sus ojos, comenzaron a observarse entre compañeros, lo que provocó una mayor participación y dinamismo en la actividad. Ahora pueden reconocer el color de sus ojos, y algunos mencionaron que tienen los ojos de su mamá, mientras que otros dijeron que los heredaron de su papá. Al completar su autobiografía, algunos estudiantes mencionaron que aún no sabían qué querían ser de adultos ni a qué querían dedicarse, ya que nunca lo habían pensado antes.

Se pudo observar que a algunos estudiantes les resultaba difícil aceptar los cambios que estaban experimentando en sus cuerpos, especialmente a las niñas. En las preguntas que escribieron en sus hojitas, mencionaron dudas sobre la menstruación, ya que sus madres no les habían explicado cómo funciona, también, preguntaron de cómo se da un embarazo y cuando hay más riesgo de uno.

**Conclusiones del área:** El ejercicio de autobiografía les permitió reflexionar sobre su identidad y futuro, planteando preguntas que quizás nunca se habían hecho antes. Puede ser útil seguir fomentando este tipo de conversaciones, ayudándolos a identificar sus talentos, intereses y posibilidades que poco a poco construyan un camino que les resulte significativo.

Así también la dinámica de “como somos” permitió que los estudiantes se conocieran mejor y exploraran aspectos de su identidad que antes no habían considerado. La observación entre compañeros no solo generó mayor participación, sino que también fortaleció la interacción y el sentido de pertenencia dentro del grupo, al reconocer el color de sus ojos y

vincularlo con sus padres, los estudiantes pudieron reflexionar sobre las características familiares, enriqueciendo su comprensión sobre sí mismos. En definitiva, esta actividad fomentó el compañerismo y el autoconocimiento.

Con respecto al tema de “mi cuerpo está cambiando”, es comprensible que algunos estudiantes, especialmente las niñas, tengan dificultades para aceptar los cambios que están experimentando en sus cuerpos. La pubertad trae consigo transformaciones físicas y emocionales que pueden generar incertidumbre, especialmente cuando no han recibido suficiente información sobre el tema en casa. El hecho de que hayan preguntado sobre la menstruación demuestra su interés por comprender mejor lo que les está ocurriendo, es fundamental brindarles un espacio seguro donde puedan expresar sus dudas sin temor ni vergüenza, proporcionarles información clara y accesible les ayudará a sentirse más seguras y preparadas para enfrentar estos cambios de manera positiva.

## **Sesión N° 18**

**Área:** Mi despedida

**Objetivos:** Reforzar los contenidos del programa y evaluar los talleres.

**Materiales:** Hojas bond, hojas de evaluación, marcadores.

**Descripción de las actividades:** La sesión comenzó con la retroalimentación de todos los temas que se habían abordado a lo largo del programa. Seguidamente, se dio inicio a la primera actividad, en la que se repartió una hoja a cada estudiante. Se les dio la instrucción de que debían escribir sobre cómo habían llegado al programa, con qué expectativas habían iniciado los talleres, cómo se sentían ahora que ya habían concluido y con qué conocimientos se iban, para identificar los cambios significativos que habían experimentado. Después, en otra hoja, los estudiantes respondieron cinco preguntas:

¿Qué fue lo que más te gustó de las sesiones?

¿Qué cosas no te gustaron de las sesiones?

¿Qué aprendiste en las sesiones?

¿Qué significó para ti convertirte en un líder?

Menciona dos temas del manual que más te hayan gustado.

Las preguntas permitieron conocer la opinión individual de cada estudiante. Por último, se aplicó el post test y se dieron unas palabras de despedida a los alumnos, resolviendo las dudas que tenían. También se les pidió que mencionaran qué había sido lo más relevante del programa y en qué se había tenido falencias, con el propósito de mejorar futuros talleres.

Como actividad final, se pidió a cada estudiante que sacara una hoja y escribiera en ella sus miedos y su momento más triste, para que la facilitadora se lo llevara. De esta forma, los estudiantes solo se quedaron con los momentos felices.

**Observaciones:** La última sesión con los estudiantes fue emotiva, ya que algunos se mostraron tristes por la despedida y expresaron su deseo de participar en más talleres. Se agradeció a los estudiantes por su atención y participación activa en cada actividad. Asimismo, se extendió un agradecimiento a los maestros por su apoyo con los estudiantes y por sus valiosas intervenciones a lo largo del programa.

**Conclusiones:** En conclusión, esta sesión de cierre permitió a los estudiantes reflexionar sobre su experiencia en el programa y evaluar su propio crecimiento personal y académico. Las preguntas específicas ofrecieron un espacio para expresar sus opiniones y aprendizajes, enriqueciendo el proceso de retroalimentación.

Las palabras de despedida marcaron un cierre significativo, resolviendo dudas y recogiendo las impresiones finales de los estudiantes. La actividad final, donde escribieron sus miedos y momentos tristes para quedarse únicamente con los momentos felices, simbolizó un ejercicio emocional de cierre positivo, dejando una sensación de bienestar.

En general, la última sesión fue una oportunidad valiosa para consolidar lo aprendido, brindar un cierre emocional y recoger insumos importantes para mejorar futuros talleres.

### 6.3. Tercer Objetivo

Evaluar y determinar los conocimientos adquiridos y el impacto del programa “Crecer sin Drogas”, mediante la aplicación del cuestionario de evaluación post test, en estudiantes de 9 a 13 años.

**Tabla 10**  
*Comparación del Pretest y Post test – Liderazgo*

Liderazgo	Pretest					Post test				
	Respuestas correcta		Respuestas incorrectas		Total	Respuestas correctas		Respuestas incorrectas		Total
Preguntas	Fr	%	Fr	%	%	Fr	%	Fr	%	%
Un buen líder es aquel que...	109	30%	256	70%	100%	319	87%	46	13%	100%
Tipos de liderazgo	105	29%	296	71%	100%	288	79%	77	21%	100%

**Nota.** Cuestionario Pretest y Post test

**Fuente:** Elaboración propia

Se observa una clara diferencia respecto al pretest, en el que solo el 30 % de los estudiantes conocía qué significa ser un buen líder. Como se evidencia en la tabla, el 87% de los estudiantes logró responder correctamente, reflejando un cambio significativo en el nivel de conocimiento adquirido tras las sesiones implementadas. Este resultado indica un proceso de aprendizaje efectivo y una apropiación sólida de los conceptos clave.

Asimismo, se alcanzó un 79% de asertividad, lo que subraya un progreso notable en comparación con los resultados del pretest, donde solo el 29% de los estudiantes conocía los tipos de liderazgo. Esto nos indica que las estrategias empleadas durante las sesiones no solo fortalecieron el conocimiento teórico de los estudiantes, sino también su capacidad para aplicarlo de manera adecuada.

Los resultados obtenidos confirman la importancia de brindar herramientas educativas que favorezcan el desarrollo de competencias y habilidades.

**Tabla 11**

***Comparación del Pretest y Post test – Decisiones Responsables***

Decisiones responsables	Pretest					Post test				
	Respuestas correctas		Respuestas incorrectas		Total	Respuestas correctas		Respuestas incorrectas		Total
	Fr	%	Fr	%	%	Fr	%	Fr	%	%
Para tomar una decisión...	248	68%	117	32%	100%	294	81%	71	19%	100%
¿Ahora que has crecido, qué cambios has notado en tu forma de pensar?	235	64%	130	36%	100%	238	65%	127	35%	100%

**Nota.** Cuestionario Pretest y Post test

**Fuente:** Elaboración propia

Los resultados reflejan un avance significativo en el proceso de toma de decisiones. En el pretest, el 68 % de los estudiantes era consciente de la importancia de informarse adecuadamente para analizar las ventajas y desventajas. Tras la intervención, este porcentaje aumentó al 81 %, mostrando una mejora notable en las respuestas correctas. Los estudiantes reconocieron que, al tomar una decisión, deben considerar tanto los aspectos negativos como los positivos. Este dato destaca lo favorecedor del programa que fomenta a la reflexión y el pensamiento crítico en el proceso de toma de decisiones.

Asimismo, el 65% de los participantes considera que su manera de pensar ha cambiado. Este cambio refleja un avance significativo en su capacidad para evaluar situaciones y tomar decisiones más informadas y responsables. Este desarrollo puede estar relacionado con las herramientas y conocimientos adquiridos durante las sesiones, que han permitido a las personas replantearse la forma en que abordan sus elecciones.

Los resultados destacan la efectividad de los programas educativos y de formación que promueven el pensamiento crítico, la reflexión y la toma de decisiones conscientes.

**Tabla 12**

***Comparación del Pretest y Post test – Comunicación***

Comunicación	Pretest					Post test				
	Respuestas correctas		Respuestas incorrectas		Total	Respuestas correctas		Respuestas incorrectas		Total
	Fr	%	Fr	%	%	Fr	%	Fr	%	%
La comunicación es...	285	78%	80	22%	100%	315	86%	50	14%	100%
La propaganda que ves y escuchas en la radio y la televisión es...	204	56%	161	44%	100%	167	66%	198	34%	100%
Cuando estas con tus padres...	246	67%	119	33%	100%	262	72%	103	28%	100%

**Nota.** Cuestionario Pretest y Post test

**Fuente:** Elaboración propia

En el siguiente cuadro se observa que el 86% de los estudiantes considera que la manera de comunicación con sus padres es afectiva y se caracteriza principalmente por el uso de la comunicación verbal. Este dato refleja la importancia de los lazos emocionales dentro del núcleo familiar y cómo estos contribuyen a una relación más cercana y armoniosa entre padres e hijos. En contraste, en el pretest solo el 78 % de los estudiantes reportaba tener una comunicación estable, lo que evidencia una mejora significativa en la calidad del vínculo familiar.

En relación con la segunda pregunta, los estudiantes demostraron conocer que la publicidad persigue distintos tipos de objetivos, reconociendo que algunos pueden tener efectos positivos y otros negativos. El porcentaje de comprensión pasó del 56 % al 66 %, reflejando un incremento notable tras la implementación del programa. Este resultado evidencia que los estudiantes desarrollaron un pensamiento crítico y lograron realizar un análisis más profundo sobre los mensajes publicitarios y sus implicancias.

En el pretest, se evidenció que el 67 % de los estudiantes expresaba sus sentimientos y mantenía comunicación con sus padres. En el post test, este porcentaje aumentó al 72 %, indicando que los estudiantes se sienten ahora más preparados para comunicar de manera

efectiva cualquier acontecimiento que pueda ocurrir. Este avance, observado tras la aplicación del programa, demuestra un mayor nivel de confianza, fortaleciendo el intercambio de ideas y emociones. Este tipo de comunicación no solo contribuye al bienestar emocional de los estudiantes, sino que también favorece la resolución de conflictos y la toma de decisiones conjuntas, reforzando el sentido de apoyo y seguridad en el entorno familiar.

**Tabla 13**  
**Comparación del Pretest y Post test – Alcoholismo y drogas**

Alcoholismo y consumo de drogas	Pretest					Post test				
	Respuestas correctas		Respuestas incorrectas		Total	Respuestas correctas		Respuestas incorrectas		Total
	Fr	%	Fr	%	%	Fr	%	Fr	%	%
¿El alcoholismo es?	182	50%	183	50%	100%	279	76%	86	24%	100%
Las personas que beben...	280	77%	130	36%	100%	333	91%	32	9%	100%
¿Qué son las drogas?	274	75%	91	25%	100%	311	85%	54	15%	100%
¿Cuáles son consideradas drogas?	199	55%	166	45%	100%	280	77%	85	23%	100%

**Nota.** Cuestionario Pretest y Post test

**Fuente:** Elaboración propia

En el pretest, el 50 % de los estudiantes afirmaba que el alcoholismo es una enfermedad, lo que indica que la mitad de la población estudiantil ya poseía conocimientos básicos sobre el tema. Tras la implementación del programa, se observó un incremento significativo: el 76 % afirmó conocer qué es el alcoholismo, su origen, las consecuencias que conlleva y que se trata de una enfermedad reconocida. Este resultado evidencia el impacto positivo del programa en el fortalecimiento del conocimiento sobre esta problemática y la importancia de generar conciencia preventiva en la comunidad estudiantil.

En la segunda pregunta, se observa un incremento considerable en el nivel de conciencia de los estudiantes: del 77 % al 91 % de la población estudiantil afirma estar segura

de que el consumo de alcohol puede desencadenar hechos de violencia, incluyendo agresiones hacia los niños y otros miembros de la familia. Esto se debe a los efectos del alcohol en el sistema nervioso, que alteran el juicio, aumentan la impulsividad y reducen el autocontrol, lo que puede intensificar conflictos y generar comportamientos agresivos. Además, el consumo excesivo de alcohol puede exacerbar emociones negativas como la frustración o el enojo, contribuyendo a situaciones de violencia en el entorno familiar.

Por otro lado, el 85 % de los participantes adquirió un amplio conocimiento sobre lo que son las drogas y las consecuencias que tienen en el organismo y en la mente, en comparación con el 75 % registrado en el pretest. Este aprendizaje incluye el reconocimiento del impacto físico, como el daño a órganos vitales, así como el impacto psicológico, que abarca la dependencia y los trastornos emocionales. Este aumento en el nivel de conocimiento evidencia la efectividad del programa en la sensibilización de los estudiantes frente a los riesgos asociados al consumo de sustancias psicoactivas.

Asimismo, el 77 % de los estudiantes logró identificar correctamente qué productos se consideran drogas, tanto legales como ilegales, en comparación con el 55 % registrado en el pretest. Este incremento demuestra un avance significativo después de la implementación del programa, lo que evidencia una mayor conciencia y capacidad de discernimiento por parte de los estudiantes frente al uso de sustancias psicoactivas.

**Tabla 14**

***Comparación del Pretest y Post test – Autoestima***

Autoestima	Pretest					Post test				
	Respuestas correctas		Respuestas incorrectas		Total	Respuestas correctas		Respuestas incorrectas		Total
Preguntas	Fr	%	Fr	%	%	Fr	%	Fr	%	%
La autoestima significa	265	73%	100	27%	100%	280	77%	85	23%	100%
¿Qué podemos hacer para cuidar nuestra salud?	202	55%	163	45%	100%	262	71%	103	28%	100%

**Nota.** Cuestionario Pretest y Post test **Fuente:** Elaboración propia



Como se puede observar, en el pretest se obtuvo un 73 % de estudiantes que lograron captar la idea central. En el post test, se evidenció un leve incremento al 77 %, lo que indica que, con las herramientas brindadas, no solo es necesario dominar los aspectos teóricos, sino también llevarlos a la práctica. Este entendimiento refleja un avance en la capacidad de aplicar el conocimiento de manera activa, permitiéndoles conectar lo aprendido con situaciones reales y cotidianas.

Asimismo, se destaca un incremento en el nivel de conocimiento sobre el cuidado de la salud física y psicológica, pasando del 55 % al 71 % de los estudiantes. Este avance refleja el impacto positivo del programa, que permitió a los participantes identificar acciones concretas para preservar su bienestar integral. La incorporación de hábitos saludables, el reconocimiento de señales de estrés o malestar emocional, y la búsqueda de apoyo en caso necesario

Los resultados destacan el impacto positivo de las sesiones en el desarrollo personal de los estudiantes, evidenciando la necesidad de seguir implementando programas educativos que combinen teoría y práctica para fomentar un aprendizaje más efectivo y transformador.

**CAPÍTULO VII**

**CONCLUSIONES Y**

**RECOMENDACIONES**

## 7.1. Conclusiones

**Primer Objetivo Específico:** Identificar el nivel de conocimientos antes del inicio de los talleres, en relación al consumo de drogas y alcohol con el cuestionario del programa “Crecer sin Drogas” de INTRAID-TARIJA.

La primera evaluación resultó significativa, ya que permitió identificar el tipo de información que los estudiantes manejaban en relación con los temas abordados. Este diagnóstico inicial no solo evidenció sus conocimientos previos, sino también sus percepciones, creencias y vacíos informativos que podrían influir en el consumo de sustancias ilegales. Asimismo, reveló cómo la autoestima, la capacidad de tomar decisiones responsables y la calidad de la comunicación con sus progenitores pueden desempeñar un papel crucial en sus conductas de riesgo.

En conclusión, los resultados reflejan la necesidad urgente de implementar programas preventivos que fortalezcan las habilidades existentes de los estudiantes y les proporcionen herramientas efectivas para enfrentar situaciones adversas. Además, resulta fundamental abordar estos temas desde una perspectiva integral que incluya no solo a los estudiantes, sino también a su entorno familiar y educativo,

**Segundo Objetivo Específico:** Adaptar y aplicar el programa “Crecer sin Drogas” para fortalecer los conocimientos de los estudiantes de 9 a 13 años, a través de técnicas y estrategias activo participativas, que promoverán la reflexión.

La implementación del programa de prevención en las diferentes Unidades Educativas se realizó de manera coordinada con docentes y directores, lo que permitió optimizar los recursos disponibles y garantizar un mayor aprovechamiento de las actividades. Se logró establecer un espacio de confianza con los estudiantes, brindándoles un entorno seguro donde pudieron expresar libremente sus opiniones sin temor a ser juzgados. Este ambiente favoreció una interacción más profunda, especialmente en torno a temas sensibles como el alcoholismo.

Durante las sesiones, los participantes compartieron experiencias personales relacionadas con la presencia de bebedores habituales en la vía pública, así como vivencias

ocurridas en el ámbito familiar durante celebraciones. Estas expresiones espontáneas evidencian la cercanía del tema con sus realidades cotidianas

**Tercer Objetivo Específico:** Evaluar y determinar los conocimientos adquiridos y el impacto del programa “Crecer sin Drogas”, mediante la aplicación del cuestionario de evaluación post test, en estudiantes de 9 a 13 años.

Una vez concluido el programa preventivo, se aplicó el post test con el fin de comparar los resultados obtenidos respecto al pretest. Los datos revelaron un cambio significativo en diversas áreas:

- **Liderazgo:** El 87 % de los estudiantes identificó correctamente las cualidades de un buen líder, mostrando un fortalecimiento en su capacidad para influir positivamente en su entorno.
- **Toma de decisiones:** El 81 % reconoció distintas alternativas antes de tomar decisiones, evidenciando un pensamiento más reflexivo y estratégico.
- **Autoestima:** El 77 % comprendió y aplicó herramientas para valorar su identidad personal, lo que se traduce en una actitud más segura y resiliente.
- **Comunicación:** El 86 % manifestó entender cómo comunicarse de manera afectiva y asertiva, mejorando sus vínculos interpersonales.
- **Consumo de alcohol y drogas:** El 91 % identificó los riesgos asociados al consumo de sustancias, tanto en términos físicos (impacto en órganos vitales) como psicológicos, reforzando su compromiso con el autocuidado

Asimismo, se incrementó significativamente la participación estudiantil en espacios de liderazgo, toma de decisiones grupales y actividades colaborativas orientadas a la construcción de entornos más seguros y respetuosos. La apertura al diálogo y la expresión emocional fueron elementos recurrentes en los testimonios estudiantiles, lo que evidencia no solo el impacto cognitivo, sino también afectivo y relacional del programa.

Estos hallazgos respaldan la efectividad de las estrategias educativas centradas en la prevención. El impacto generado por el programa confirma la necesidad de continuar fortaleciendo este tipo de intervenciones.

## **7.2. Recomendaciones**

### **A las Unidades Educativas**

Se recomienda a las Unidades Educativas, especialmente a los directores, que brinden el espacio de sus aulas para continuar aplicando programas de prevención, ya que representan un beneficio directo para los estudiantes. Asimismo, se enfatiza la importancia de trabajar de manera conjunta con estudiantes, padres de familia como así también con profesores para lograr una mayor aceptación y receptividad en futuras implementaciones de programas preventivos.

### **A la Institución de INTRAIID-TARIJA**

A la institución INTRAIID-TARIJA, se sugiere enfocar los esfuerzos en implementar programas de prevención en Unidades Educativas más alejadas de la ciudad, dado que son quienes más lo necesitan, también sería importante capacitar a futuros practicantes aprovechando su amplio conocimiento, brindándoles orientación y apoyo para enfrentar casos específicos que puedan surgir.

### **A futuros practicantes**

Se aconseja a los futuros practicantes de la carrera que desempeñen sus prácticas institucionales con responsabilidad y profesionalismo. Es esencial que valoren la oportunidad brindada por las Unidades Educativas e Instituciones y comprendan la importancia de su labor, ya que trabajar con estudiantes, profesores, directores exige un trato ético, respetuoso y comprometido con cada situación que surja, además, desarrollar habilidades de comunicación efectiva, empatía y resolución de conflictos contribuirá a su crecimiento profesional, personal, preparándolos para enfrentar los desafíos de la Práctica Institucional con confianza y excelencia.