

## 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 DEL PROBLEMA Y**  
**JUSTIFICACIÓN DE LA PRÁCTICA**  
**INSTITUCIONAL**

# **1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA Y JUSTIFICACIÓN DE LA PRÁCTICA INSTITUCIONAL**

## **1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

En la actualidad, el consumo de alcohol y otras drogas se ha convertido en uno de los principales problemas sociales que afectan a los adolescentes, quienes son especialmente vulnerables a conductas de riesgo. Esta vulnerabilidad se debe, en parte, a la facilidad con la que pueden acceder a estas sustancias, sumado al hecho de que atraviesan una etapa de profundos cambios, caracterizada por la inestabilidad emocional, la búsqueda de identidad, la transformación personal y una actitud de rebeldía frente a las normas sociales.

‘‘El consumo de drogas constituye en la actualidad un importante fenómeno social que afecta especialmente a los adolescentes, la prevalencia del uso y abuso de drogas en la etapa adolescente son altas. Ante la disponibilidad, en la actualidad los adolescentes tienen que aprender a vivir con las drogas, tomando decisiones sobre su consumo o la abstinencia de las mismas’ . (Iglesias, 2024 ).

Comprender la dimensión del consumo de alcohol y sustancias psicoactivas en menores de edad requiere un análisis riguroso de los datos empíricos disponibles. Según el informe emitido por el Observatorio Boliviano de Seguridad Ciudadana y Lucha contra las Drogas (OBSCD, 2023), la prevalencia del consumo de alcohol en adolescentes, medida en términos de consumo alguna vez en la vida, se sitúa en un 73,9%. Asimismo, el consumo registrado en los últimos 12 meses alcanza un 54,4%, mientras que en los últimos 30 días asciende al 31,2%. En este sentido, el departamento de Tarija, con énfasis en su capital, se posiciona como la región con mayores índices de consumo de bebidas alcohólicas.

Gracias a estos datos sirve como referencia para implementar diversas acciones en el país, dirigidas primero con reducir el consumo de drogas en los adolescentes y en segundo tratar de revertir esta situación. Debido a la gran cantidad de conceptos es necesario delimitar las dimensiones a abordar en este estudio de Práctica Institucional. Se consideró pertinente estudiar las siguientes variables:

Iniciamos con la definición de prevención, múltiples autores definen y hacen referencia a la prevención según los avances alcanzados por las diferentes ciencias que lo abordan y lo construyen. La Organización Mundial de la Salud (OMS 2009) define la

prevención como cualquier acción que tienda a mejorar la calidad de vida, a reformar instituciones sociales y ayudar a la comunidad a tolerar una mayor diversidad de formas de vida. Se plantea entonces que la prevención es una práctica permanente de educación, respeto, estímulo y normas que conducen a definir un estilo de vida, basado en la libertad y el crecimiento personal. (Gómez, 2022)

Se considera al desarrollo personal que abarca el crecimiento y la evolución de uno mismo, es un proceso continuo de autodescubrimiento, aprendizaje y crecimiento que nos ayuda a alcanzar nuestro máximo potencial en la vida. El desarrollo personal se enfoca en aspectos como nuestras habilidades, emociones, pensamientos, relaciones y valores. (Therapyside, 2023 ).

También se tomará la variable drogas, según la Organización Mundial de la Salud (OMS) define a la droga como toda sustancia natural o sintética que al ser introducida en el organismo puede alterar de algún modo el sistema nervioso central, generando modificaciones en el estado de conciencia, de pensamiento, de estados de ánimo y funciones motoras. (Romero, 2008).

La autoestima es el juicio o valoración que una persona realiza sobre sí misma, reflejando la estimación que tiene de sus propias capacidades, cualidades y valor como individuo. Este auto concepto se construye y evoluciona a lo largo de la vida, influenciado por experiencias personales, interacciones sociales, y la absorción de valores y creencias culturales. (Psiquiatría, 2024)

**A nivel internacional** el consumo de drogas, es un tema preocupante, pues más de una cuarta parte (26.5%) de los jóvenes entre 13-19 años son bebedores, esto supone 155 millones de adolescentes. Las mayores tasas de consumo actual de alcohol corresponden a Europa (43,8%), la Región de las Américas (38.2%) y el Pacífico Occidental (37,9%). Las encuestas escolares indican que, en muchos países, el consumo de alcohol comienza antes de los 15 años, con diferencias muy pequeñas entre niños y niñas. Según los datos de la OMS, Chile es el principal consumidor de alcohol, pues tiene un consumo anual per cápita de 9,6 litros de alcohol puro; le sigue de cerca Argentina, donde el consumo es de 9,3 litros per cápita. (OMS, 2022).

En Chile, el consumo de drogas se encuentra fuertemente concentrado entre

adolescentes y jóvenes. El 75% del consumo de marihuana se registra en menores de 25 años una tendencia que también se observa en otras sustancias: 54% del uso de pasta base y el 43% del consumo de cocaína corresponden a este grupo etario. Según datos obtenidos por British Broadcasting Corporation en población escolar, el 45% de los casos, de consumo de marihuana están relacionados con factores como el bajo rendimiento académico, desapego escolar, problemas en la relación con los padres, indisciplina y tendencias hacia la agresión. (BBC, 2023).

La Organización Mundial de la Salud (OMS) afirma que los patrones de consumo de alcohol más altos en Argentina se dan en los adolescentes de entre 13 y 19 años. El dato se desprende del Informe Mundial sobre Alcohol y Salud 2018 y sostiene que en 2016 murieron más de 3 millones de personas a consecuencia del consumo nocivo de alcohol. (OMS, 2024)

**A nivel nacional** El alcohol y el tabaco son las drogas lícitas más consumidas en Bolivia, mientras que la marihuana es la droga ilícita con más consumo, por encima de la cocaína, según indicó el viceministro de Defensa Social y Sustancias Controladas. La edad promedio de consumo de marihuana es de 20 años para ambos sexos. La curiosidad es uno de los principales motivos para su compra y consumo según el estudio, otros factores son invitación o por influencia de amigos.

El 35,1% de aquellos que reconocieron consumir marihuana, reveló que destina un gasto comprendido entre Bs 36 y Bs 70. Un 19,1% gasta en el rango de Bs 151 a Bs 250, mientras que el 17,7% entre Bs 71 y Bs 100, revela el estudio elaborado entre julio y agosto de 2023, mediante entrevistas directas con un tamaño de la muestra de 12.298. (AEP, 2024).

Un estudio del Observatorio Boliviano de Seguridad Ciudadana, basado en el sistema SIDUC de la OEA, reveló que Tarija presenta la mayor prevalencia de consumo anual de alcohol en 2023, con un 73,9%, seguida por Cochabamba (64,4%) y Sucre (63,2%). El estudio, realizado entre junio y agosto de 2023 en las capitales del país y El Alto, también muestra una tendencia nacional a la baja en el consumo de alcohol: la prevalencia de vida disminuyó del 76,4% en 2007 al 58,1% en 2023. Sin embargo, ciudades como Cochabamba y Oruro registraron aumentos en comparación con 2018. (Vision 360, 2023)

El IV Estudio Nacional de Prevalencia y Características del Consumo de Drogas en Hogares Bolivianos determinó que en Bolivia existe una reducción considerable en el

consumo de alcohol y marihuana primordialmente además de una tendencia baja en cuanto al consumo de sustancias controladas como son la marihuana y la cocaína. Estos datos reflejan la efectividad de las políticas antinarcóticos adoptadas por el Gobierno Nacional que no solo se fundamentan en la interdicción sino también en la concientización y la prevención del consumo de drogas en todo el territorio nacional. Según un estudio realizado en Bolivia, se evidenció una disminución significativa en el consumo de alcohol, tabaco, marihuana y cocaína entre 2007 y 2023. El porcentaje de personas que alguna vez consumieron alcohol bajó del 76,4% al 58,1%, mientras que el consumo de tabaco pasó del 53% al 32,8%. Esta tendencia se observa con mayor fuerza en los jóvenes, quienes cada vez se alejan más de estas sustancias. Asimismo, el consumo de marihuana descendió del 10,4% al 4% y el de cocaína del 3,2% al 0,99%. El informe destaca que estas reducciones están asociadas a una mayor conciencia sobre las consecuencias negativas del consumo y a una tendencia general de rechazo entre las nuevas generaciones. (OBSCD, 2023)

**A nivel regional**, en fecha 12 de agosto de 2023 se realizó una entrevista a la Lic. Marlene Rollano Chamas, Jefa de Prevención del Instituto de Prevención, Tratamiento, Rehabilitación e Investigación de Drogodependencias y Salud Mental. La profesional indicó que población masculina tiene el mayor índice de consumo de bebidas alcohólicas con un porcentaje del 75,73%; por otro lado, la población femenina presenta un porcentaje del 67,99% en consumo de bebidas alcohólicas. Y actualmente Tarija ocupa el primer lugar de consumo de alcohol con un 47 % de acuerdo a los datos de investigación que maneja INTRAID. (Rollano,2023).

El responsable de la Unidad de Prevención dependiente de la Secretaría de la Mujer y la Familia de la Alcaldía de Tarija, Lic. Ricardo Torrejón, en fecha 15 de agosto de 2023 aseveró que, en base a otros estudios, Tarija ocupaba los primeros lugares en cuanto al consumo de bebidas alcohólicas.

Un estudio realizado por el Centro de Investigación Estadística de la Universidad Privada Domingo Savio (UPDS) en coordinación con la Secretaría de la Mujer del Gobierno Municipal de Cercado. Revela que el consumo de alcohol en Tarija comienza, en promedio, entre los 12 y 13 años de edad. La investigación se basó en encuestas aplicadas a 3000 jóvenes de entre 13 a 20 años, lo que representa aproximadamente el 10% de la población juvenil.

(El País, 2020)

En nuestro departamento el consumo excesivo de drogas está llegando a niveles alarmantes ya que, en la población joven de nuestro territorio, el consumo de drogas legales ha adquirido una preocupante aceptación y se ha visto cada vez más normalizado dentro del ámbito social, influenciado tanto por factores socioculturales como por antecedentes hereditarios que predisponen a ciertos patrones de consumo.

Se entrevistó al Director de la Unidad educativa Bolivia 2, Lic. Carlos Quiñonez el cual manifestó su preocupación por el consumo de alcohol y drogas entre algunos estudiantes, especialmente en los cursos superiores. El Director destacó que varios alumnos de los cursos mencionados fueron sorprendidos consumiendo sustancias dentro del establecimiento. Asimismo, denunció la venta de drogas ilegales tanto al interior como en las inmediaciones del centro educativo. Incluso se identificó a estudiantes de la pre promoción transportando estas sustancias ilícitas dentro de la Unidad Educativa Bolivia 2. Para concluir el Lic. Quiñonez manifestó la inquietud del plantel docente, el personal administrativo y los padres de familia ante estos hechos lamentables, y expresó su esperanza en que la Práctica Institucional logre resultados positivos en la formación de los estudiantes de secundaria de la Unidad Educativa Bolivia 2. (Quiñonez, 2024).

Por lo tanto, es fundamental implementar el programa “Crecer sin Drogas” de INTRAID, para que los estudiantes de la Unidad Educativa Bolivia 2 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 a más temprana edad para prevenir el consumo de bebidas alcohólicas y drogas, ya que estas prácticas tienen graves consecuencias para el bienestar físico. El desarrollo cognitivo de los adolescentes durante esta etapa es bastante crucial y el consumo de sustancias puede interferir en este proceso, provocando daños significativos en áreas relacionadas con aprendizaje y memoria.

El departamento de Tarija atraviesa una situación social particularmente compleja, caracterizada por condiciones desfavorables que afectan a gran parte de la población. Entre los factores más preocupantes se destacan el incremento de la pobreza, la urbanización desordenada, el aumento de la inseguridad ciudadana y las persistentes formas de inequidad en la región. En este contexto, son frecuentes las problemáticas asociadas a la adolescencia, especialmente el consumo excesivo de drogas y la participación en pandillas.

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).

El aporte práctico: El programa tiene como objetivo generar un impacto duradero en estudiantes de 12 a 18 años, fortaleciendo sus conocimientos y habilidades para que puedan enfrentar futuras dificultades, también busca fomentar actitudes contrarias al consumo mediante el trabajo de concientización, así también, en el desarrollo personal, drogas y la autoestima.

El principal objetivo es prevenir o retrasar el consumo de sustancias controladas y alcohol. Para lograrlo, el programa no solo se enfoca en la aplicación del programa a los adolescentes sino también considera la importancia de futuras mejoras e innovaciones basadas en las necesidades emergentes de los adolescentes y unidades educativas. Al

identificar y responder estas necesidades, el programa busca mantenerse relevante y efectivo.

El aporte teórico: A través de la Práctica Institucional, mediante la aplicación de pre test y pos test en 2024, se podrá determinar el nivel de conocimiento que tienen los estudiantes de 12 a 18 años relecto 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 comprenderlas diferentes definiciones del programa.

La Práctica Institucional será una oportunidad valiosa para los estudiantes de la Unidad Educativa Bolivia 2, ya que permitirá brindar información clara y precisa sobre el alcoholismo y el consumo de droga. A través del abordaje de diversas áreas temáticas, se fortalecieron los conocimientos clave que favorecieron la comprensión de los riesgos asociados al uso de sustancias ilícitas y el 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.**

El Instituto Nacional de Prevención, Tratamiento y Rehabilitación de Drogodependencias y Salud Mental, INTRAID Tarija, fue creado el 12 de agosto de 1988 con la finalidad de brindar atención en aspectos psicosociales de la salud y en diciembre de 1990 amplía sus servicios con la creación del Centro de Tratamiento y Rehabilitación en Drogodependencias y Alcoholismo.

El INTRAID, actualmente ubicado en la calle Junín N° 1071 ex Hospital del Niño, posee una infraestructura amplia, dispone de 25 camas para el servicio de tratamiento y rehabilitación.

Los servicios que brinda INTRAID son especialmente para mejorar la salud de la población, dando cobertura a aquellos programas prioritarios de plan estratégico de salud. Los propósitos y atribuciones de INTRAID se encuentran respaldados por las Leyes del País 1008 Régimen de la Coca y sus sustancias controladas, Ley 1788 de Organización del Poder Ejecutivo, Ley 1654 Descentralización Administrativa, Ley 1403 Código del Niño, Niña y Adolescente y los Decretos Supremos 25060, Estructura de las Prefecturas del Departamento D. S. 2538 Estructura de Salud D. S. 24805 D. S. 24855 y el reglamento de la Ley de Organización del Poder Ejecutivo Resolución Ministerial N° 192.

### **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 Estratégico 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 de la población en prevención integral del uso indebido de drogas y alcohol.
- Rehabilitar drogodependientes y alcohólicos, apoyar con consejería y asesoramiento a las familias de alcohólicos 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 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. MISIÓN.**

Brindar atención integral a la salud mental de la población con programas de prevención y promoción de la salud, tratamiento, y rehabilitación, desde un punto de vista biopsicosocial.

### **2.1.5. VISIÓN.**

Aplicar la cobertura de atención especializada en salud mental a todo el departamento de Tarija, disminuyendo la patología mental y el consumo de drogas.

### **2.1.6. ÁREA DE TRATAMIENTO Y REHABILITACIÓN DE DROGODEPENDIENTES, ALCOHOLISMO Y SALUD MENTAL.**

Esta área brinda atención a la población del departamento de Tarija en tratamiento, rehabilitación y reinserción social de la drogadicción, el alcoholismo y los problemas de salud mental en general. En el caso de las drogodependencias y alcoholismo, el tratamiento busca la abstinencia de toda sustancia psicoactiva, que imposibilite el retorno al consumo recreacional o social. La atención se realiza tanto en consulta externa como en un programa residencial (internación) con el seguimiento respectivo y de acuerdo a las características, y la sintomatología de los pacientes drogodependientes y alcohólicos, previa evaluación del equipo multidisciplinario. La población que se beneficia de este servicio son personas de ambos sexos, sin límites de edad. El tratamiento de nuestros pacientes incluye la internación con una permanencia mínima de seis a ocho semanas.

Además, desarrolla un programa de prevención integral del uso indebido de drogas (INTRAID), en adolescentes de secundaria de la ciudad de Tarija.

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

INTRAID-TARIJA está conformado por un equipo multidisciplinario de 35 personas con capacidades 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 psicólogos, una trabajadora social, una secretaria, dos encargadas del área administrativa y 8 personas en el equipo de apoyo.

#### **2.1.8. 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 BOLIVIA 2**

El crecimiento poblacional acelerado en la zona y con la permanente cooperación del Servicio Nacional de Caminos Distrito de Tarija, a mediados del año 1981, nace la idea de gestionar mediante la Dirección de Educación urbana la dotación de un ítem para la creación de un kínder en el barrio que pueda albergar a todos los ande la zona.

Entonces inmediatamente se convocó a los padres de familia del barrio para darles a conocer esta iniciativa, la misma fue aprobada plenamente y se comprometieron todos a aportar económicamente para solventar gastos de alquiler y pasajes de los maestros, quienes debían trasladarse para cumplir la tarea docente.

Planteada la solicitud al director Distrital de Educación Prof. Luz Aparicio de Fuentes, la misma fue aceptada plenamente. Se inició con el Ciclo Pre- Básico en 1982 y se tomó en alquiler la casa del Sr. José Tejerina para el funcionamiento de dicho Kínder, siendo asignadas como profesoras:

Sra. Martha Aguirre Ulloa, Sra. Mary Serrano de Villarroel y la Sra. Mirian Jaramillo, vecina del barrio quien cooperó voluntariamente como maestra de Religión. La secretaria fue la Sra. Rina Iturricha de Vásquez. Y el Sr. Milton Camacho G. fue presidente de padres de familia.

Ante el notable crecimiento y la creciente afluencia de estudiantes, el directorio tomó la iniciativa de gestionar ante el Plan Regulador la dotación de un terreno y la construcción de una nueva escuela. La solicitud fue aceptada, el terreno fue asignado en el barrio Senac, ubicado detrás del Servicio de Caminos. Posteriormente, se procedió de inmediato con los trámites legales ante el Ministerio de Educación, gestión que fue elaborada por el Sr. Alejandro Cortez. Una vez consolidada la dotación del terreno y definida la ubicación del nuevo establecimiento, se convocó a una gran asamblea de toda la comunidad, en la cual se nombró al nuevo centro educativo como **ESCUELA BOLIVIA**.

Durante los dos primeros años, las actividades escolares se desarrollaron en la vivienda alquilada. En el tercer año, con la apertura del primero básico y ante la falta de un espacio adecuado, las clases se trasladaron al salón de la iglesia Virgen de Guadalupe. Al cuarto año, con ya cuatro grados en funcionamiento, se optó por utilizar la vivienda del Sr. José Larrazabal. Para el segundo básico, se designó a la Prof. Marlene Vargas, de Larrazabal, y a la Prof. Margarita de Montalvo como directora. Posteriormente se alquiló la casa del Sr. Rolando Fernández. Para continuar con las labores educativas frente a esta situación pedagógica de y al constante crecimiento de la población estudiantil, se realizaron gestiones insistentes ante las autoridades gubernamentales responsables de la construcción del establecimiento. Como respuesta, la Dirección Distrital de Educación, al no contar con un local apropiado, decidió el trasladar las actividades académicas a la escuela” Carmen Mealla.” ubicada en la parte baja del Puente San Martín. entonces De este modo, con la creación de cursos superiores y la dotación de ítems docentes, se incorporaron al plantel las profesoras Mirtha Cortez de Lema, Bertha Vergara de castillo, Angélica Romero, Sra. Beatriz Panique como secretaria del ciclo básico Sra. Mila Iturricha Uribe, el Sr. Milton Camacho G. presidente de los padres de familia junto con el Sr. Hugo Bejarano secretario general del directorio vecinal en 1991.

Aprovechando la visita al barrio del Lic. Jaime Paz Zamora, presidente de la República, se hace conocer la urgente necesidad de construcción de la escuela. El primer mandatario con muy buen gesto y cordialidad atiende el pedido solicitando la documentación de la nueva obra. A los 20 días se recibe la noticia de la aprobación de esta importante obra, cuya construcción inicia a fines de 1992. La obra se concluye con el equipamiento de

pupitres, material didáctico y, posteriormente, la directora distrital, prof. Lumen Escalante de Benavidez inaugura la Unidad Educativa” BOLIVIA” estando como director distrital la Prof. Lumen Escalante de Benavidez así entrando en funcionamiento el año 1993 incluyendo el nivel Secundario hasta el bachillerato.

### **2.2.1. Objetivo de la institución**

Brindar una educación integral y de calidad a los estudiantes de nivel secundario, promoviendo el desarrollo de competencias académicas, valores éticos, pensamiento crítico, responsabilidad social y conciencia ambiental, con el fin de formar ciudadanos comprometidos con su comunidad y preparados para los desafíos del mundo actual.

### **2.2.2. Visión**

Ser una unidad educativa de nivel secundario reconocida por su excelencia académica, formación en valores, compromiso con la comunidad y desarrollo integral de los estudiantes, promoviendo líderes responsables, críticos y solidarios, capaces de transformar su entorno con ética y compromiso social.

### **2.2.3. Misión**

Formar estudiantes del nivel secundario con una educación de calidad basada en principios éticos, valores humanos y competencias académicas, científicas, tecnológicas, artísticas y deportivas; fomentando la inclusión, el respeto a la diversidad, la participación activa y el pensamiento crítico, para contribuir al desarrollo sostenible de la sociedad.

### **2.2.4. Personal**

El plantel docente se constituye de 20 maestras y maestros de aula, además de 6 profesores también con varios años de servicio. Por otro lado, se cuenta con un secretario encargado del manejo y resguardo de la documentación de la unidad educativa, dos auxiliares para el apoyo de las maestras de inicial en familia comunitaria, una regente encargada del control de la indisciplina y un portero quien realiza el trabajo de la limpieza del establecimiento.

### **2.2.5. Ubicación**

Actualmente se encuentra ubicada en el distrito 13 de la ciudad de Tarija en el barrio Luis de Fuentes, en la calle Manuel Rojas entre Toledo y hermanos Ruiloba.



**CAPÍTULO III**  
**OBJETIVOS GENERAL Y ESPECÍFICOS DE LA**  
**PRÁCTICA INSTITUCIONA**

### **3.1. Objetivo General.**

Implementar el Programa “Crecer sin Drogas”, en estudiantes de 12 a 18 años de la Unidad Educativa Bolivia 2024.

#### **3.1.1. Objetivos específicos.**

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

- Adaptar y aplicar el programa “Crecer sin Drogas” para brindar y fortalecer los conocimientos de los estudiantes de 12 a 18 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 12 a 18 años.

**CAPÍTULO IV**  
**MARCO TEÓRICO**

#### **4. MARCO TEÓRICO**

El consumo de alcohol y drogas en Tarija se encuentra entre los más preocupantes del país. Esta situación puede estar relacionada con diversos factores, entre ellos, aspectos culturales profundamente arraigados en la identidad tarijeña, donde ciertas tradiciones y comportamientos sociales promueven el consumo excesivo de bebidas alcohólicas, especialmente considerando que el departamento es reconocido como productor de vinos y singanis. A ello se suma su ubicación geográfica estratégica, ya que al colindar con Argentina, Tarija se convierte en una zona de tránsito para el tráfico de drogas hacia el extranjero. Esto incrementa el riesgo de consumo dentro de la población local. Estos y otros factores inciden en la necesidad de buscar estrategias de prevención e intervención en la población más vulnerable.

##### **4.1. IMPORTANCIA DE IMPLEMENTAR PROGRAMAS DE INTERVENCIÓN EN ADOLESCENTES**

Las interacciones que se producen en el aula permiten establecer determinadas pautas comunicativas, influir en el comportamiento grupal y en el propio proceso de enseñanza-aprendizaje. Partiendo de esta premisa, se considera a las relaciones interpersonales entre estudiantes como el conjunto de interacciones que se producen entre los miembros de un grupo escolar, donde se establece un sistema de influencias mutuas sustentadas por la comunicación.

Los resultados de estudios sobre las relaciones interpersonales con alumnos “diferentes”, indican la necesidad de desarrollar más prácticas educativas que promuevan el aprendizaje cooperativo y la inclusión de los adolescentes en sus grupos de trabajo. Además, señalan la importancia de motivarlos a participar en clases y desarrollar sus habilidades sociales, la inteligencia emocional, educación intercultural. Estos aspectos son fundamentales para promover actitudes positivas, una cultura de acogida hacia todas las personas y, especialmente, para fortalecer en los estudiantes la capacidad de establecer relaciones interpersonales positivas entre ellos. Los diferentes espacios tanto docentes como extra docentes es un factor que puede contribuir al desarrollo de un clima escolar favorable para el aprendizaje. Refiere que la formación como individuos aptos para la vida en sociedad de los estudiantes se sustenta en valores que son claves para la vida y la convivencia, para

cada persona y para la comunidad, de modo conjunto. (Cutíño, 2020, pp. 2-3).

## **4.2. CONCEPTO DE PREVENCIÓN**

### **4.2.1. PREVENCIÓN PRIMARIA**

Es un proceso que implica la anticipación de los acontecimientos, mediante la implementación de acciones de protección que informen a la población sobre los riesgos que el consumo de alcohol y otras drogas representa para la salud, adoptando medidas concretas que disminuyan los factores de riesgo en la comunidad. La prevención primaria está dirigida a niños mediante el fortalecimiento de factores de protección como la toma de decisiones, el uso adecuado a tiempo de ocio, la autoestima y la presión de grupo. (INTRAID, 2004).

### **4.2.2. Prevención Secundaria**

El objetivo es evitar el abuso de bebidas alcohólicas y otras drogas; estas actúan en la etapa inicial del consumo de alcohol, momentos en los que se pretende reducir la frecuencia y cantidad del consumo. La prevención secundaria está dirigida a niños, adolescentes y adultos que han iniciado en el consumo de alcohol y otras drogas. (INTRAID, 2004)

### **4.2.3. Prevención Terciaria**

Su objetivo es detener el abuso y dependencia del alcohol y otras drogas; actúa en etapas terminales. Esta etapa se caracteriza por prevenir el incremento de daños ocasionados por el abuso y dependencia mediante el tratamiento especializado, la rehabilitación y la reinversión familiar, laboral y social. (INTRAID, 2004)

### **4.2.4. Prevención del Uso Nocivo del Alcohol**

Según la Estrategia Mundial para reducir el uso nocivo del alcohol, avalada por la 63 Asamblea Mundial de la Salud, en mayo de 2010, "se calcula que el uso nocivo del alcohol causa cada año 2,5 millones de muertes, y una proporción considerable de ellas corresponde a personas jóvenes. El consumo de bebidas alcohólicas ocupa el tercer lugar entre los principales factores de riesgo de mala salud en el mundo. Una gran variedad de problemas relacionados con el alcohol puede tener repercusiones devastadoras en las personas y sus familias. El uso nocivo del alcohol es uno de los cuatro factores de riesgo de enfermedades no transmisibles importantes que son susceptibles de modificación y prevención.

El consumo nocivo de alcohol conlleva una serie de consecuencias, entre ellas traumatismos tanto intencionales como no intencionales. Estos incluyen, los provocados por accidentes de tránsito, actos de violencia y conductas suicidas, los cuales suelen afectar a personas relativamente jóvenes. (INTRAID, 2004).

### **4.3. Adolescencia**

La Organización Mundial de la Salud define la adolescencia como el periodo de crecimiento y desarrollo humano que se produce después de la niñez y antes de la edad adulta, entre los 10 y los 19 años. Se trata una de las etapas de transición más importantes en la vida del ser humano, que se caracteriza por un ritmo acelerado de crecimiento y de cambios. (Gobierno de México, 2019)

Esta fase de crecimiento y desarrollo viene condicionada por diversos procesos biológicos que son prácticamente universales ya que estos cambios se producen tanto en los chicos como en las chicas. Cada género tiene sus propias evoluciones físicas, les va apareciendo el vello en áreas como los genitales, el bigote o las axilas y, además, el crecimiento de los órganos sexuales. Y las adolescentes mujeres, por su parte, además de experimentar el crecimiento del vello en su cuerpo, sufren lo que se conoce con el nombre de la primera menstruación. Son hechos especialmente significativos que marcarán para ambos de manera indudable, una nueva etapa en sus vidas. (Dra. Eddy Evis. p.3-4-5).

De acuerdo con la psicología, los adolescentes luchan por la identificación del Yo y por la estructuración de su existencia basada en esa identidad y que se lleva a cabo una clasificación de los principales problemas que tienen lugar durante la adolescencia. Así, esta determina que existen problemas emocionales, escolares, conductuales, de alimentación, de drogas o incluso de abuso. (Evis, 2022, pp.3-4-5).

#### **4.3.1. Cambios psicológicos**

- Cambios en la forma de ser y pensar, los adolescentes ya no aceptan tan fácilmente todo.
- La relación de amistad con personas del mismo sexo les ayuda a identificarse con ellos mismos y eso les permite conocerse mejor.
- Los amigos toman un rol más importante que la familia.
- Conciliación de la propia identidad.

- Elección de una profesión.

#### **4.3.2. Cambios Emocionales**

- Pensamiento abstracto
- Tranquilidad intelectual: organización de los conocimientos adquiridos
- Buena capacidad de memorización
- Le interesa investigar todo y aprender a trabajar y participar

#### **4.3.3. Cambios cognitivos: Pensamiento crítico**

- Capacidad de manejo de información
- Mayor amplitud de conocimientos en distintos dominios
- Mayor confianza en procedimientos para aplicar y adquirir conocimientos

#### **4.4. Desarrollo personal**

Por naturaleza la persona está llamada a crecer y desarrollarse en cada área de su vida. El conocerse y hacer uso de sus competencias es un modo de responder a nuevas exigencias que el entorno dispone. El desarrollo personal facilita encontrar nuestro sentido de vida y talentos, desarrollar habilidades y lograr un bienestar pleno.

El desarrollo personal también conocido como crecimiento personal, es el anhelo de la persona por lograr un mayor potencial y productividad en distintos aspectos de su vida ya sea este personal, profesional o relación con los demás; esto independientemente del propio desarrollo natural que se desarrolle. El desarrollo personal pone énfasis en el conocimiento de uno mismo: reconocer nuestras metas, identificar nuestras limitaciones y valorar las virtudes que poseemos y debemos fortalecer. Asimismo, implica tomar acción de manera consciente sobre lo que se desea alcanzar o transformar. Supone, además, un cambio de mentalidad y de hábitos que puedan obstaculizar nuestro bienestar integral. (Sanarai, 2024)

#### **4.5. El Desarrollo psicosocial**

La sociedad impone al adolescente un cambio de estatus, que incluye la necesidad de independencia y de buscar el porvenir fuera de la familia, unido a la necesidad de autonomía de los jóvenes con relación a sus padres, creando en el adolescente una lucha interna y una

ambivalencia respecto a la dependencia-independencia. La experiencia de separación crea en él la necesidad de intensos estados emocionales y de pertenencia al grupo de amigos.

Progresivamente, el adolescente se va distanciando de sus padres e integrándose en el grupo de amigos, cuya constitución y relaciones van cambiando. En un principio, el grupo de amigos es del mismo sexo y centrado en la actividad más que en la interacción.

En la interacción grupal se crean unos elementos culturales compartidos por el grupo, con los que se identifican, cohesionan y que les ayuda a resolver sus problemas. Esta cultura adolescente la constituyen elementos como: la distribución territorial, la percepción del tiempo (externa juventud), la relativización de las creencias y valores, el lenguaje (jergas, tatuajes) y los rituales (bebida en común, ir de fiesta), los productos como el deporte, la música, la cultura estudiantil y del ocio y las marcas comerciales.

El adolescente adquiere nuevos papeles y no aquéllos que se le adjudican como niño, creándose posibles incompatibilidades con las expectativas centradas en él: Desarrolla ideas políticas produciéndose un cambio que va desde la ausencia de pensamiento político a un intenso compromiso político; desarrolla su capacidad crítica de soluciones autoritarias adopta puntos de vista relativistas. (Euroinnova, 2013)

A continuación, se desarrollan los conceptos esenciales que definen y describen el desarrollo psicosocial en la adolescencia:

#### **4.5.1. La búsqueda de la identidad**

El periodo de la pubertad y de la adolescencia se inicia con la combinación del crecimiento rápido del cuerpo y de la madurez psicosexual, que despierta intereses por la sexualidad y formación de formar la sexual. La integración psicosexual y psicosocial de esta etapa tiene la función de la formación de identidad personal en los siguientes aspectos: a) identidad psicosexual por el ejercicio del sentimiento de confianza y lealtad con quien pueda compartir amor, como compañeros de vida; b) la identificación ideológica por la asunción de un conjunto de valores, que son expresados en un sistema ideológico o en un sistema político; c) la identidad psicosocial por la inserción en movimientos o asociaciones de tipo social; d) la identidad profesional por la selección de una profesión en la cual poder dedicar sus energías y capacidades de trabajo y crecer profesionalmente; y e) la identidad cultural y religiosa en la que se consolida su experiencia cultural y religiosa, además de fortalecer el



sentido espiritual de la vida.

#### **4.5.2. Autonomía**

El punto más relevante es el que acontece para evolucionar desde la dependencia a la autonomía, tanto en la toma de las decisiones como en las relaciones sociales, apareciendo la elección de modas, la pertenencia a grupos, la explosión de la identidad sexual y la sexualidad en su conjunto.

Subjetivamente, el adolescente experimenta un proceso de cambio orientado hacia la autonomía. Gran parte de los conflictos familiares y sociales que surgen en esta etapa están relacionados con los límites reales que enfrentan dicho proceso. Aquí hay que considerar como elemento clave las capacidades personales y sociales de los propios adolescentes, por ejemplo, la integración social definitiva y su autonomía depende, en buena medida, de la posibilidad de acceder al mercado de trabajo y sostener mínimamente su nivel de vida. (Euroinnova, 2013)

#### **4.5.3. Pertenencia de grupo**

Con frecuencias los adolescentes buscan en su tiempo libre vincularse con grupos de amigos o pandillas, cuya influencia puede llegar a ser más determinante que la de sus propios padres. Es bien sabido que, al actuar en grupo, los adolescentes tienden a comportarse de manera distinta que cuando están solos.

La pandilla de amigos tiene sus ventajas e inconvenientes. Uno de los riesgos de estos grupos de amigos es cuando no se sabe bien quiénes son los otros chicos que la integran y si no tenemos en cuenta las características propias de nuestro hijo.

El peligro radica en que en ciertas edades se da la necesidad de buscar modelos, líderes y héroes. Dentro del grupo se produce una unificación de la conducta, todos tienden a actuar con una misma dirección, a hacer las mismas cosas. Se necesita la fuerza que dan los amigos ya que los adolescentes por sí solos son inestables, por lo general.

#### **4.6. El desarrollo cognitivo y moral**

Según Piaget, durante la adolescencia se desarrolla el pensamiento formal. Desde la fase anterior de las operaciones concretas, en la que el niño empieza a operar y actuar sobre lo real y perceptible de los objetos y acontecimientos, el niño comienza, de forma gradual, a

dominar nociones abstractas, adquiriendo el pensamiento formal en la adolescencia. El pensamiento se hace abstracto, conceptual, y se orienta hacia el futuro, empezando a construir proposiciones que cambiarán el pensamiento de "lo real a "lo posible", lo que le da un sentimiento de omnipotencia. Este pensamiento formal permite al individuo crear constructos mentales como si fueran objetos, puede planificar y decidir sobre su futuro y, a partir de los datos experimentales, formular hipótesis y alcanzar el razonamiento hipotético-deductivo.

Durante este período de la vida se planifican los grandes temas existenciales y cualquier tema es objeto de formal le permite al adolescente pensar no sólo en su propio pensamiento. El pensamiento existencia, sino también en la de otras personas, resultándole difícil distinguir entre lo que los demás están pensando y sus propios pensamientos. De forma simultánea, no tiene en cuenta todas las contradicciones vitales, razón por la que su plan de vida suele resultar utópico, ingenuo y es motivo de confrontación de sus ideales con la realidad. Sin embargo, una importante proporción de jóvenes no alcanza el pensamiento formal.

Un aspecto más específico del desarrollo cognitivo es el desarrollo moral. Según Kohlberg, en la adolescencia se adquiere el estadio post convencional, que representará la aceptación personal de los principios morales. En los estadios previos, el niño acepta las normas y controla su conducta por el castigo, la obediencia a sus padres, y para ganarse la aprobación de los demás; en el estadio post convencional lo hace sobre la base de la interiorización de principios éticos universales y es capaz de hacer excepciones si dos reglas socialmente aceptadas entran en conflicto. (Euroinnova, 2013)

#### **4.7. Modelo de prevención de los factores de riesgo y protección**

El modelo de los factores de riesgo y protección (FRP), permite definir el marco conceptual para el análisis y desarrollo de las estrategias más efectivas orientadas a la reducción de la demanda del consumo de sustancias psicoactivas; este modelo infiere que las conductas problemáticas son el resultado de múltiples factores que interactúan entre sí incrementando o reduciendo el riesgo de consumo de sustancias psicoactivas a nivel individual.

Los conceptos "factor de riesgo", "factor de protección" y "prevención" están, por tanto, estrechamente relacionados. Un factor de riesgo es una característica interna y/o

externa al individuo cuya presencia aumenta la probabilidad o la predisposición de que se produzca un determinado fenómeno; estas características personales, sociales y familiares permiten predecir el desarrollo de la conducta de consumo de sustancias psicoactivas y situarían a la persona en una posición de vulnerabilidad hacia ese tipo de comportamiento. Asimismo, los factores de protección son aquellos atributos individuales, condición situacional, ambiente o contexto que reducen, inhiben o atenúan la probabilidad del consumo de sustancias psicoactivas.

En ese sentido, el modelo de factores de riesgo y protección reconoce cinco grandes fuentes de influencia sobre las conductas en adolescentes: las influencias provenientes del vecindario o comunidad, la escuela, la familia, los pares, y las características y recursos del individuo mismo. Dentro de cada fuente, los factores específicos que se examinan provienen de la evidencia de estudios realizados cada cierto periodo de tiempo.

La lógica del modelo de factores de riesgo y protección establece que para cada población se deben identificar los factores de mayor impacto. Una vez identificados éstos, los programas preventivos y las actividades diseñadas más efectivas serán aquellos factores de riesgo con mayor incidencia y que logren aumentar o fortalecer los factores de protección de mayor impacto. (INTRAID, 2004)

## **4.8. Liderazgo**

Es la calidad de líder dentro de un grupo. El liderazgo es una función a desempeñar, no hay liderazgo sin que haya seguidores. Es decir, al hablar de liderazgo siempre debemos hacerlo en el marco del funcionamiento de un grupo. El liderazgo no puede existir en un vacío, existe en el contexto de un grupo. (CIES, 2021)

### **4.8.1. Tipos de liderazgo**

#### **4.8.1.1. Líder Autoritario**

Es un “tipo de líder que se caracteriza por el ejercicio de decisión por parte de una sola persona, ordena, impone el trabajo, no pide opiniones, no ayuda a crecer al grupo. Los grupos con este tipo de líder, tienden a desintegrarse con facilidad”.

#### **4.8.1.2. Líder Paternalista**

Representa una figura paterna, todos dependen de sus consejos y, por lo menos

aparentemente, hace todo por el bien del grupo. El liderazgo paternalista, básicamente cultiva actitudes de dependencia y desvalimiento, que paralizan la iniciativa creativa y el sentido de responsabilidad personal. En un grupo así, juegan más las presiones afectivas, en este caso, la dependencia afectiva y el grupo tiende a decaer.

#### **4.8.1.3. Líder Liberal**

Representa a un líder que actúa con inseguridad, temor o debilidad frente al grupo. Cambia de opinión, no está seguro de sus decisiones, pregunta constantemente al grupo, evade responsabilidades, espera que los demás solucionen lo que el debería de solucionar, desmotiva y confunde. Este tipo de líder no ayuda a la consolidación del grupo.

#### **4.8.1.4. Líder Democrático**

Consigue la cooperación del grupo por su capacidad, paciencia y honestidad de propósitos. No da órdenes, da el ejemplo, estimula en vez de desalentar. Fomenta al máximo la solidaridad del grupo, cimentada en una cadena de estrechas relaciones interpersonales entre sus miembros, este tipo de líder genera grupos exitosos. (CIES, 2021)

### **4.9. Características de un líder**

Ser responsable y disciplinado. Proyectarse, tener visión de futuro. Tener voluntad y capacidad de cambio. Preconizar con el ejemplo. Saber escuchar y respetar las ideas y argumentos de los demás. Tener iniciativa y creatividad. Ser asertivos. Conocer debilidades, corregir errores. Conocer a los miembros del grupo, sus potencialidades. Comprender que su acción es privilegiada y debe estar al servicio de los demás, no actuar con protagonismo ni buscar el beneficio personal. (CIES, 2021, p. 86).

### **4.10. Significado de ser líder**

Un líder influencia y persuade positivamente a la gente para alcanzar un propósito. Direcciona y motiva, mientras desempeña sus funciones con el fin de lograr los objetivos de la organización es un inspirador, integrador, visionario, decisor, integrador de equipos de excelencia. (CIES, 2021, p. 87)

### **4.11. Habilidades psicosociales**

Uno de los talentos más importantes del desarrollo psicosocial es la adquisición de

habilidades sociales. Los niños aprenden a interactuar con otras personas a través de la observación y la imitación de comportamientos.

A medida que crecen las personas, desarrollan su capacidad para comunicarse y relacionarse con los demás, lo que les permite establecer relaciones satisfactorias y desarrollar su auto concepto y autoestima. (CIES, 2021, p. 94)

#### **4.11.1. Auto concepto**

El auto concepto es la opinión que una persona tiene sobre sí misma, que lleva asociado un juicio de valor. Auto concepto no es lo mismo que autoestima, sin embargo, su relación es muy estrecha y no podría entenderse uno sin la presencia del otro, representa la imagen que tenemos de nosotros mismos. Se crea a partir de una serie de variables, pero es particularmente influenciado por nuestras interacciones con las personas importantes en nuestras vidas.

El auto concepto incluye la percepción de nuestras capacidades y nuestras flaquezas, y a medida que envejecemos estas percepciones de nosotros mismos se vuelven mucho más organizadas, detalladas y específicas. Cuando esta valoración de nosotros mismos es positiva, la autoestima es alta, pero cuando la valoración es negativa, la autoestima es baja. Según la teoría de la identidad social, el auto concepto se compone de dos partes fundamentales: la identidad personal y la identidad social, nuestra identidad personal incluye aspectos como los rasgos de personalidad y otras características que hacen a cada persona única. La identidad social incluye los grupos a los que pertenecemos dentro de la comunidad, la religión, la universidad o la propia familia. (CIES, 2021, p. 96)

#### **4.11.2. Autoestima**

La autoestima es el conjunto de percepciones, imágenes, pensamientos, juicios y afectos sobre nosotros mismos. Es lo que yo pienso y siento sobre mí, la satisfacción de cada uno respecto de sí mismo.

Todas las personas tienden a mantener una elevada autoestima e intentan comportarse de modo que su autoimagen se fortalezca. A lo largo de la vida, y en especial, durante la adolescencia suelen vivir experiencias desfavorables que pueden reducir la autovaloración y la autoestima: los adolescentes que no reciben suficiente aprobación de sus padres, profesores

y de otras personas cuya opinión es importante para ellos, que muestran dificultades para lograr el éxito académico y que carecen de habilidades para la vida. Asimismo, pueden experimentar sentimientos de auto desprecio que les alejen de las normas convencionales. Durante su interacción social; bajo estas circunstancias y cuando las experiencias de auto rechazo se repiten, los adolescentes pueden buscar vías alternativas que les permitan recuperar la autovaloración, aumentando así su predisposición a mantener contacto con grupos que presentan comportamientos disociales y/o consumo de sustancias psicoactivas, con los cuales pretenden reforzar su valía personal. (CIES, 2021, p. 98)

#### **4.11.3. Toma de decisiones**

La adolescencia es una etapa del desarrollo en la cual suelen aparecer un importante número de conductas de riesgo y durante este periodo es probable que los adolescentes se involucren en actos vandálicos, practiquen relaciones sexuales desprotegidas, y se inicien en el consumo de drogas. Estas conductas se asocian a cambios que ocurren a nivel fisiológico y también psicológico, que impulsan al individuo hacia una constante búsqueda de situaciones que implican elevados niveles de riesgo.

La psicología hace referencia a la perspectiva cognitiva propuesta por Piaget e Inhelder, quienes plantean que estos comportamientos se deben fundamentalmente a la inmadurez en las habilidades de razonamiento. De acuerdo con estos autores, los adolescentes, a diferencia de los jóvenes y los adultos, presentan una mayor ineficiencia en sus estrategias de pensamiento y en las habilidades metacognitivas en general, lo cual les impide el análisis adecuado de las situaciones y, como consecuencia, entorpece la toma adaptativa de decisiones. (CIES, 2021, p. 99)

#### **4.11.4. Comunicación afectiva**

En la adolescencia los amigos juegan un papel fundamental, no solo a nivel de socialización e identificación grupal, sino también en cuanto a factor de riesgo y de protección frente al consumo de sustancias psicoactivas. Existen habilidades de comunicación que son sumamente importantes para relacionarse de forma autónoma e independiente con los demás y para iniciar y fortalecer las relaciones de amistad; por otra parte, también es fundamental que los adolescentes se mantengan firmes y desarrollen la capacidad de afrontar a personas consideradas de riesgo. (CIES, 2021. p. 101)

En ese sentido, las habilidades sociales desempeñan un papel de protección frente al

consumo de sustancias psicoactivas en la medida en que permiten a los adolescentes afrontar las situaciones de riesgo, rechazando la oferta de consumo y afrontando con firmeza la presión del grupo. Asimismo, las habilidades de relación interpersonal permiten establecer nuevos contactos sociales y participar con éxito en las oportunidades de interacción social haciendo contribuciones positivas en los diferentes grupos sociales, lo que refuerza la probabilidad de establecer vínculos adecuados y saludables a nivel social.

Igualmente, como una parte fundamental de las habilidades de comunicación, está la comunicación efectiva. Esta puede definirse como un comportamiento comunicacional en el cual la persona que se comunica no agrede ni se somete a la voluntad de otras personas, sino que manifiesta su forma de pensar y sentir, así como sus valores y convicciones personales. En este sentido, las personas se comunican de forma congruente, clara, directa y equilibrada, con la intención de comunicar sus ideas y sentimientos o defiende sus derechos legítimos sin la intención de herir o agredir, actuando desde un estado personal de autoconfianza. Por otro lado, son capaces de gestionar adecuadamente su nivel ansiedad, sus sentimientos de culpa o rabia durante todo el proceso de interacción social. (CIES, 2021, p. 102)

#### **4.11.5. Proyecto de vida**

Asimismo, como una parte fundamental de las habilidades de comunicación, está la comunicación efectiva esta puede definirse como un comportamiento comunicacional en el cual la persona que se comunica, no agrede ni se somete a la voluntad de otras personas, sino que manifiesta su forma de pensar y sentir, así como sus valores y convicciones personales; sentido, las personas se comunican de forma congruente, clara, directa y equilibrada, con la intención de comunicar las ideas y sentimientos o defiende los legítimos derechos sin la intención de herir o agredir, actuando desde un estado personal de autoconfianza: por otra lado son capaces de gestionar adecuadamente su nivel ansiedad, sus sentimientos de culpa o rabia, durante todo el proceso de interacción social.

- Identificar los valores y creencias fundamentales
- Definir metas a corto, mediano y largo plazo que sean coherentes con las creencias y valores
- Conocer la situación actual en diferentes ámbitos de vida.
- Definir planes de acción para cada una de las metas
- Poner en acción los planes.

- Aprender de la experiencia.

En general, los proyectos de vida sirven para que una persona tenga conocimiento sobre sí misma en cada uno de los elementos mencionados, con el fin de alcanzar de forma realista los objetivos planteados o encontrar el sentido de la misión personal. (CIES, 2021. p. 115)

#### **4.11.6. Ocio y gestión de tiempo libre**

Diversos estudios apuntan la relación existente entre el consumo de sustancias psicoactivas y la forma en que se ocupa el tiempo libre: fomentar una variedad de actividades de ocio saludable adecuadas a las motivaciones e intereses personales. En este sentido, se han propuesto unas estrategias efectivas de prevención al consumo de sustancias psicoactivas; entre las cuales están las actividades artísticas y culturales que tienen una mayor influencia preventiva, generando aficiones e intereses en los adolescentes.

El tiempo libre en adolescentes presenta las siguientes dimensiones:

- Festiva: disfrute en interacción con pares.
- Creativa: oportunidades para desarrollar actividad artística y cultural
- Deportiva: deporte o actividad física no incluida como una asignatura
- Ecológica: encuentro con entornos naturales.
- Lúdica: juego y diversión

Por tanto, la idea central a la que debe llegar el grupo de participantes es que hay muchas formas divertidas y creativas de ocupar el tiempo libre y que estas actividades tienen un carácter eminentemente preventivo en la medida en que son saludables, gratificantes y se ajustan a sus intereses y motivaciones.

Los adolescentes pasan casi nueve horas por día absorbiendo contenidos de los medios de comunicación y, pese a todas las nuevas opciones, la música y la televisión siguen siendo los favoritos. La organización Common Sense Media dio a conocer el martes una encuesta en la que detalla cómo los jóvenes pasan su tiempo frente a las pantallas. Una preocupación es el número de jóvenes que se sienten cómodos efectuando tareas múltiples mientras hacen sus deberes escolares. Dos tercios de adolescentes dijeron que escuchaban



música todos los días, y el 58 por ciento dijo que veía televisión. (CIES, 2021. p. 116).

#### **4.12. Concepto de Droga**

Según la Unión de Asociaciones Familiares menciona, droga es la sustancia que introducida en un organismo vivo por cualquier vía de administración, es capaz de actuar sobre el Sistema Nervioso Central (SNC), provocando alteración fisiológica, cognitiva, emocional y/o comportamental y es susceptible de crear dependencia. (UNAF, 2022)

##### **4.12.1. Drogadicción**

Lo que es la drogadicción hace referencia a un trastorno crónico que induce al paciente a buscar y consumir drogas ilegales, legales (tabaco y alcohol) o fármacos, de manera compulsiva a pesar de los efectos negativos a nivel físico, mental y emocional que la adicción a las drogas le genera. Lograr entender qué es la drogadicción es esencial para identificar la manera en que esta condición afecta no solamente a la persona, sino también a su entorno familiar y social. (ABC, 2025)

##### **4.12.2. Consecuencias de la drogadicción**

###### **4.12.2.1. Consecuencias Individuales**

###### **➤ Consecuencias biológicas**

Las consecuencias biológicas del consumo de drogas dependen del tipo de drogas, de la frecuencia y el tiempo de consumo, y del estado de salud de la persona, previo al consumo. El uso indebido de drogas puede afectar diferentes órganos del cuerpo con graves consecuencias para la salud fisiológica y mental del consumidor; incluso, puede provocarle daños irreparables y la muerte, más aún cuando consume simultáneamente distintas drogas. Si bien los daños al organismo en general tardan en presentarse, en ocasiones pueden ser observados en la fase inicial (experimental) del consumo de drogas. (UNODC, 2015)

###### **➤ Consecuencias psicológicas**

Las consecuencias psicológicas del consumo de drogas afectan de manera progresiva a las actitudes hacia sí mismo y su comportamiento, afectan directamente a su autoestima provocando sentimientos de desvalorización relacionados con la falta de autoconfianza e insatisfacción. El consumidor tiende a descuidar su imagen personal, higiene y limpieza. La

conducta del consumidor se modifica en función del hábito de consumo y paulatinamente sus actos son dirigidos por la sustancia, iniciándose un proceso de adicción y dependencia, que pueden derivar en suicidio. (UNODC, 2015)

#### **4.12.2.2. Consecuencias sociales**

##### **➤ Consecuencias micro sociales**

Las consecuencias micro sociales están referidas a las relaciones del consumidor con su entorno inmediato como son la familia, la escuela, el trabajo y los amigos. Las más comunes son la pérdida de su grupo de referencia y pertenencia, el consumidor cambia el grupo habitual de amigos por otro en el que se consume drogas, posteriormente cuando el consumidor se hace adicto o dependiente de las drogas, generalmente se aísla y se auto margina. El consumidor en la medida que evoluciona hacia la adicción o dependencia, comienza a incurrir en conductas antisociales y delictivas para poder adquirir la droga. Por otra parte, su vida familiar se altera porque ya no responde a sus expectativas ni a sus roles familiares, tiende a pasar menos tiempo con sus padres y familiares, y comienza a pasar la noche en otros lugares. La familia es víctima del consumidor de drogas. Otra consecuencia micro social es la disminución de su rendimiento escolar porque baja el nivel de su motivación, los procesos de atención y memoria se ven afectados, se producen faltas permanentes e injustificadas que derivan finalmente en la deserción escolar o repetición del curso. Las consecuencias del consumo también se producen en el ámbito laboral, el consumidor muestra bajos niveles de desempeño laboral, ausentismo del trabajo y accidentes en su desempeño, lo que inevitablemente conduce al abandono o despido de la fuente laboral. (UNODC, 2015)

##### **➤ Consecuencias macro sociales**

Las consecuencias macro sociales corresponden a un entorno más amplio relacionados con aspectos socioeconómicos, políticos y culturales. Las consecuencias del consumo de drogas impactan de diversas formas e intensidades en la sociedad como, por ejemplo, la generación de conductas antisociales, actividades delincuenciales organizadas derivadas del tráfico de drogas (robos, saqueos, secuestros, homicidios, etc.) que conllevan al incremento de la inseguridad ciudadana, la corrupción, el lavado de dinero y otros actos delictivos. Dichos actos ilegales significan un riesgo para la democracia y la estabilidad de

los Estados. Otra consecuencia macro social del consumo de drogas es la incidencia en la elevación de gastos para servicios de salud, tratamiento, rehabilitación y reinserción social de las personas en situación de dependencia o adicción. (UNODC, 2015)

### **4.12.3. Clasificación de drogas**

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

#### **4.12.3.1. Las drogas lícitas**

Las drogas lícitas son sustancias cuya producción, distribución y consumo están legalmente permitidos y sujetos a la regulación de entidades gubernamentales competentes. A pesar de que el término "drogas" se asocia comúnmente con sustancias ilícitas, este concepto engloba también a aquellas que poseen un estatus legal y que pueden ser utilizadas con fines terapéuticos o recreativos, siempre dentro de los marcos normativos establecidos. (OBSCD, 2023)

##### **➤ Alcohol**

Compuesto químico orgánico clasificado como alcohol, que se caracteriza por la presencia de un grupo funcional hidroxilo (-OH) enlazado a un átomo de carbono saturado. El etanol (alcohol etílico) es la variante más relevante en el contexto de las bebidas alcohólicas debido a sus propiedades psicoactivas. Su uso no se limita al consumo humano, ya que también se emplea como desinfectante y solvente en diversas aplicaciones industriales y médicas. (OBSCD, 2023)

##### **➤ Tabaco**

Producto derivado de las hojas secas de plantas del género *Nicotiana*, utilizado en la manufactura de productos como cigarrillos, puros y tabaco de pipa. El componente químico clave es la nicotina, un alcaloide que induce la dependencia. La exposición al tabaco está correlacionada con un incremento en el riesgo de padecer patologías respiratorias, cardiovasculares y neoplásicas. (OBSCD, 2023)

➤ **Cigarro electrónico**

Conocido también como vaporizador electrónico o sistema electrónico de suministro de nicotina, es un dispositivo que calienta un líquido para generar un aerosol. Este líquido, o "e-líquido", está compuesto por solventes, saborizantes y, en la mayoría de los casos, nicotina. Los usuarios inhalan este vapor, que puede contener sustancias perjudiciales. Los efectos a largo plazo de su uso siguen siendo objeto de investigación. (OBSCD, 2023)

➤ **Estimulantes**

Sustancias psicoactivas que provocan un aumento transitorio de la actividad del sistema nervioso central y del estado de alerta. 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. (OBSCD, 2023)

➤ **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. (OBSCD, 2023)

#### **4.12.3.2. Las drogas ilícitas**

Las drogas ilícitas son sustancias cuya producción, posesión, distribución y comercialización están prohibidas por la legislación de un país. Su estatus de ilegalidad se debe a los efectos perjudiciales que pueden tener en la salud, su potencial de abuso y adicción, así como sus impactos negativos a nivel social, como el incremento de la criminalidad. (OBSCD, 2023)

➤ **Cocaína:**

Es un alcaloide con propiedades estimulantes que inhibe la recaptación de neurotransmisores como la dopamina, norepinefrina y serotonina en el cerebro. Este mecanismo de acción produce un aumento de la actividad neuronal y genera una sensación de euforia. La cocaína posee propiedades psicoactivas y adictivas, y su uso recreativo está asociado con graves consecuencias para la salud física y mental, además de afectar las interacciones sociales. (OBSCD, 2023)

➤ **Marihuana**

Conocida también como cannabis, es una planta que se consume por sus efectos psicoactivos y medicinales. El principal compuesto responsable de sus efectos psicoactivos es el delta-9-tetrahidrocannabinol (THC), cuya concentración es mayor en las flores y hojas de la planta. El consumo de marihuana actúa sobre el sistema nervioso central, induciendo sensaciones de relajación, euforia y alteración de la percepción. Además, el consumo de marihuana puede generar alteraciones en la memoria y en la coordinación motora. Algunos grupos defienden su uso recreativo y medicinal, argumentando que determinados compuestos de la planta, como el cannabidiol (CBD), poseen propiedades terapéuticas comprobadas. (OBSCD, 2023)

➤ **Inhalables**

Los inhalables son sustancias químicas o productos que, al ser aspirados, ingresan al sistema respiratorio y pueden provocar efectos psicoactivos o alterar la función del sistema nervioso central. Generalmente, liberan vapores o gases que pueden inhalarse por la boca o la nariz. El abuso de inhalables conlleva graves riesgos para la salud, incluyendo daños pulmonares, lesiones en el sistema nervioso central y afectación de otros órganos. Asimismo, su consumo puede ocasionar pérdida de la consciencia, daño cerebral, cardiopatías y, en casos extremos, la muerte. Su uso indebido es altamente peligroso y potencialmente letal. (OBSCD, 2023)

➤ **Medicamentos sin prescripción médica**

Los medicamentos de venta libre, también conocidos como Over the Counter (OTC), son fármacos que pueden adquirirse directamente en farmacias u otros establecimientos sin

requerir receta médica. Se consideran seguros y eficaces para el tratamiento autónomo de afecciones menores y síntomas comunes, como dolores leves, fiebre, tos, resfriados, alergias o malestares digestivos. No obstante, su uso debe ser responsable, siguiendo estrictamente las indicaciones del envase y, de ser posible, con la supervisión de un profesional de la salud, especialmente si la persona presenta enfermedades crónicas o está tomando otros medicamentos, para evitar interacciones o contraindicaciones. (OBSCD, 2023)

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

La probabilidad de iniciarse en el consumo de drogas aumenta con la acumulación de factores de riesgo, mientras que los factores de protección reducen dicha probabilidad.

##### **4.12.4.1. Factores de riesgo familiares.**

Según (Teran, 2022) estos influyen en etapas tempranas del desarrollo y suelen ser determinantes:

- Familias disfuncionales o con conflictos severos.
- Actitudes parentales permisivas hacia el consumo de sustancias o antecedentes de abuso.
- Presencia de trastornos mentales en los progenitores.
- Falta de disciplina efectiva, ya sea por exceso o déficit, especialmente en hijos con temperamentos difíciles o problemas de conducta.
- Escasa vinculación afectiva entre padres e hijos.

##### **4.12.4.2. Factores de protección familiares.**

- Vínculos familiares sólidos.
- Supervisión parental activa con normas claras de conducta.
- Participación de los padres en la vida académica y social de sus hijos.
- Éxito escolar.
- Vinculación con instituciones prosociales, como la familia, la escuela o entidades religiosas.
- Adopción de normas convencionales respecto al uso de drogas.

#### **4.12.4.3. Factores de riesgo sociales y comunitarios.**

- Conductas inadecuadas, excesivamente tímidas o agresivas en el entorno escolar.
- Bajo rendimiento o fracaso escolar.
- Déficit en habilidades sociales.
- Asociación con pares que presentan conductas problemáticas o consumo de drogas.
- Percepción de aprobación del consumo por parte de compañeros, instituciones educativas o la comunidad.

#### **4.12.4.4. Factores de riesgo escolares.**

- Fomento del individualismo y la competitividad.
- Promoción de actitudes pasivas y dependientes.
- Relaciones jerárquicas y discriminatorias entre docentes y estudiantes.
- Metodologías de enseñanza unidireccionales centradas únicamente en contenidos curriculares.
- Falta de atención a las particularidades de cada alumno.
- Climas educativos que favorecen la manipulación y la confrontación entre docentes.
- Escasa vinculación de la escuela con otros sistemas sociales.

#### **4.12.4.5. Factores de protección escolares.**

- Relaciones integradoras y no dominantes.
- Promoción de la cooperación, la solidaridad y la autonomía.
- Establecimiento de relaciones igualitarias y comunicación bidireccional.
- Participación activa del alumnado en el proceso educativo.
- Accesibilidad y cercanía de los docentes.
- Respeto por los intereses de los estudiantes.
- Creación de un clima escolar empático y colaborativo.
- Coordinación y trabajo en equipo entre docentes.

#### **4.13. Familia**

La familia es considerada la institución social que introduce al individuo en la sociedad y la cultura de referencia. Para llevar a cabo esta pretensión, la familia cumple unas funciones en la sociedad contemporánea que ayudan al ser humano en su realización y bienestar a lo largo de sus diferentes etapas de vida: en la familia se aprende de las crisis, de las diferencias, de los aciertos y desaciertos, se construyen vínculos estables y, sobre esa base, como afirma.

El fenómeno del uso de drogas en nuestro país, requiere orientar a la familia, considerada como el núcleo fundamental de la sociedad, dentro de los procesos preventivos que contribuyan a promover una vida sana y productiva, fomentando actividades alternativas para nuestros/as hijos/as. (CIES, 2021, p. 119)

La presente Práctica Institucional (PI) se desarrolla en la Institución INTRAID – Tarija; está enmarcada dentro la prevención y promoción de la salud en el área de la Psicología Socioeducativa, y abarca a la etapa adolescente.

Desde una perspectiva educativa, el PI toma el proceso de enseñanza aprendizaje para la prevención. Este es un proceso dinámico de carácter integral que proporciona concepto comportamientos, actitudes y experiencias al estudiante acerca del consumo nocivo de drogas y el desarrollo de habilidades sociales, los cuales puedan servir al estudiante como herramientas para su propio desarrollo.



**CAPÍTULO V**  
**METODOLOGÍA**

## **5. METODOLOGÍA**

En el presente capítulo se expone el desarrollo de la Práctica Institucional, abordando las áreas clave que permitieron la recopilación de información relevante sobre el programa implementado. Se describe de manera detallada la población con la que se trabajó, así como los métodos, técnicas, instrumentos y materiales utilizados, garantizando la validez y fiabilidad de los datos obtenidos. Asimismo, se resalta el respaldo brindado por las instituciones participantes para el cumplimiento de los objetivos propuestos. Finalmente, se presenta un cronograma que organiza de forma clara y secuencial las etapas del proceso antes, durante y después de su ejecución.

Este trabajo se enmarca en el área de la Psicología Socioeducativa, un campo que estudia cómo los procesos sociales y el entorno educativo influyen en el aprendizaje y el comportamiento de los estudiantes. Se enfoca en aspectos como la interacción entre estudiantes y docentes, la influencia de los grupos en el rendimiento académico y el impacto de los factores culturales en el desarrollo educativo. Este enfoque interdisciplinario integra teorías de la psicología y la sociología con el fin de mejorar las prácticas educativas y promover el bienestar de la comunidad escolar. (UNIR, 2023).

### **5.1.Descripción sistematizada de la PI**

A continuación, se detallan sistemáticamente las fases de implementación de la Práctica Institucional.

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

Durante la gestión 2024, el practicante estableció contacto con la institución INTRAID-Tarija y solicitó formalmente a su dirección una plaza llevar a cabo la Práctica Institucional. En dicha solicitud, se presentó la propuesta del programa de intervención integral, incluyendo sus objetivos, metodología y líneas de acción. Posteriormente, el practicante recibió la capacitación correspondiente y se realizó el contacto con el Director de la Unidad Educativa Bolivia 2, ubicada en la ciudad de Tarija. En esta instancia, se expuso la modalidad de desarrollo de la Práctica Institucional, con el fin de coordinar su implementación.

En el proceso de capacitación se llevó a cabo mediante talleres que estuvieron basados

en el contenido del Manual Teórico-Práctico de Prevención Integral del uso indebido de drogas.

La capacitación fue impartida por la institución INTRAID-Tarija y fue de gran importancia para la formación y orientación del practicante. Se desarrolló a lo largo de tres semanas mediante jornadas constantes bajo la dirección de la Licenciada Marlene Rollano y el Licenciado Amilcar Patiño, quienes trabajan en el área de Prevención y Promoción de la Salud. El objetivo de los talleres fue capacitar capacitación al practicante en el manejo del Manual correspondiente, fortaleciendo su comprensión sobre el enfoque preventivo.

En esta fase de aproximación con la población beneficiaria, se realizó el contacto con el Licenciado Carlos Quiñonez (Director de la Unidad Educativa Bolivia 2) a quien se le presentó el programa “Crecer sin Drogas”, explicación de la aplicación del programa, los temas y el tiempo de duración. Por otro lado, se coordinó de los días y horas requeridas para poder implementar el programa con el plantel docente y padres de familia mediante una solicitud escrita y posterior presentación a los estudiantes de la Unidad Educativa Bolivia 2, los cuales recibieron el programa de manera óptima y participativa.

### **Fase 2: Diagnóstico**

En la segunda fase se implementó la evaluación inicial, los primeros días del mes de mayo. El pre test estuvo compuesto por el Cuestionario del programa “Crecer sin Drogas”, 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 los cuestionarios 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 las estrategias efectivas para abordar los temas de desarrollo personal, drogas y autoestima.

### **Fase 3: Intervención**

En la tercera fase se llevó a cabo la aplicación del programa “Crecer sin Drogas” de INTRAID. 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 “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 como 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 beneficiaria**

La población parte del programa fueron estudiantes de segundo a sexto de secundaria, las mismas que se encuentran plasmadas en el programa de prevención proporcionado por el INTRAID, en la Unidad Educativa Bolivia 2 se compone de 11 cursos los paralelos A, B y C, haciendo un total de 312 estudiantes entre mujeres y hombres mismos que componen 183 varones y 129 mujeres, existiendo un mayor número de estudiantes en los cursos inferiores llegando a un número de 33 estudiantes por curso mientras que los cursos superiores obteniendo un número mayor de apenas de 27 a 25 estudiantes. El nivel socio económico de los estudiantes de Unidad Educativa Bolivia 2, en su mayoría, es la clase media a media baja. Un gran porcentaje de los estudiantes que asisten a la Unidad Educativa habitan cerca del Centro Educativo o parte del distrito 13 de la ciudad de Tarija, así como también existen estudiantes que asisten de otros lugares de la ciudad, pero en menor porcentaje.

**Tabla 1****Unidad Educativa Bolivia 2**

Curso	Nº de Estudiantes	Mujeres	Hombres
2do A	27	14	13
2do B	28	17	11
2do C	28	12	16
3ro A	33	21	12
3ro B	32	18	14
4to A	27	8	19
4to B	28	5	23
5to A	30	9	21
5to B	27	11	17
6to A	27	9	18
6to B	25	6	19
Número de estudiantes beneficiados		<b>312</b>	

Fuente: Secretaria de la Unidad Educativa Bolivia 2.

### **5.3. Métodos, Técnicas y Materiales a ser Implementados, Procedimiento o Desarrollo de las Diferentes Etapas**

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

Los métodos que se utilizaron en la Práctica Institucional fueron:

##### **5.3.1.1. 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 el estado de arte sobre el problema científico, hasta la interpretación de los datos viajes constatados las correspondientes conclusiones y recomendaciones. (p.4).

Es imprescindible considerar este método al realizar la revisión bibliográfica, ya que permite recopilar información necesaria 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:

### **5.3.1.2. Dinámica de Presentación y Bienvenida**

Se entiende por dinámica a aquel conjunto de recursos, estrategias, métodos y técnicas utilizados con el propósito de lograr un objetivo determinado, generalmente provocando algún tipo de movimiento o actuación por parte de uno o varios agentes.

En lo que respecta a las dinámicas de presentación, estaríamos hablando de diferentes métodos pensados para facilitar un contacto e interacción inicial entre los miembros de un grupo, de tal manera que puedan establecerse lazos más profundos con posterioridad o que existe un reconocimiento entre individuos. Por lo general son de gran utilidad para todo el mundo, si bien son especialmente útiles para aquellos con mayor timidez o dificultad para establecer un contacto inicial. (Castillero, 2025)

Se utilizó con el objetivo de conocer a los participantes y fomentar la comunicación, es necesario generar un ambiente cómodo para todos por lo que es imprescindible realizar una presentación tanto el facilitador y la institución que representa, como de todos los participantes, para generar un espacio de confianza y seguridad.

Entre los instrumentos utilizados fueron:

### **5.3.1.3. Cuestionario de Conocimientos.**

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

#### **Ficha técnica del Cuestionario de Conocimientos**

**Título:** Cuestionario de Conocimientos.

**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:** Duración de 15 minutos.

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 del “Liderazgo”; De la pregunta dos 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, 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

Se utilizaron los siguientes instrumentos:

- **Manual Teórico-Práctico de Prevención**

El instrumento a utilizar fue el manual de prevención "Crece Sin Drogas" proporcionado por la institución de INTRAID-TARIJA.

**Título:** Manual teórico-práctico de Prevención Temprana "Crece 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:** 12 a 18 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 2**

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

<b>PROGRAMA DE PREVENCIÓN “CRECER SIN DROGAS” INTRAID-TARIJA, DIRIGIDO A ESTUDIANTES DE 12 A 18 AÑOS DE EDAD</b>			
<b>Área</b>	<b>Temas</b>	<b>Objetivo</b>	<b>Sesión</b>
Liderazgo	Compartir y crecer juntos	- Comprenderán En qué consiste el programa, su duración y metodología. - Compartir su estado de ánimo y fortalecer la integración grupal	Sesión 1
	Formato de grupos	-Ejercitarán responsabilidades, elaborando sus propias normas. -Tener 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 sociables del bebedor problema.	Sesión 6
	Me protejo y evité 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	Conocerán y describirán la importancia de prevenir el consumo de drogas.	Sesión 14
Autoestima	¿Cómo somos?	-Desarrollarán 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 INTRAIID –TARIJA, desempeñó un rol fundamental en la prevención, bajo la dirección del Lic. Amilcar Patiño, Lic. Marlene Rollano y la Lic. Catalina Arroyo.

**Material:** INTRAIID entregó folletos impresos y afiches sobre diferentes temas para facilitar el desarrollo de los talleres en la Unidad Educativa Bolivia 2. Estos recursos garantizaron que las actividades se llevaran a cabo de manera eficaz.

La dirección de la Unidad Educativa brindó el equipamiento de un proyector de video y parlantes de 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:** La Unidad Educativa brindó un espacio en sus ambientes para que se lleven a cabo los talleres programados.

## 5.5. CRONOGRAMA

**Tabla 3**

*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														
Contacto con las instituciones		X	X													
Diagnostico (aplicación del pre test)			X													
Intervención (aplicación del programa)				X	X		X	X								
Evaluación final (pos test)								X	X							
Tabulación y análisis de la información											X	X	X			
Redacción del informe											X	X	X	X	X	X

**Fuente:** Elaboración propia

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

## 6. RESULTADOS, PRESENTACIÓN Y SISTEMATIZACIÓN DEL PROCESO DE INTERVENCIÓN Y DEL INFORME TÉCNICO DE LA INSTITUCIÓN

En el presente capítulo presenta el análisis e interpretación de los resultados, recopilados a través de la aplicación de los instrumentos señalados en la metodología. En primera instancia, se muestran las cifras, respecto al nivel de conocimiento inicial de los estudiantes de la Unidad Educativa Bolivia 2, sobre los temas evaluados del Manual de Prevención de Consumo de Drogas. Las tablas contienen frecuencias de cada módulo realizado, mismo que resaltan los valores de mayor relevancia. En segunda instancia, como respuesta al segundo objetivo, se explica el desarrollo del programa de prevención de forma sistemática, basado en el mencionado Manual, para cada una de las sesiones de acuerdo a la temática abordada, la valorización de los logros y alcances del proceso. En tercera instancia, y en respuesta al tercer objetivo, se presentan los resultados obtenidos en la evaluación final (pos test) en relación a los logros alcanzados por los estudiantes, una vez concluido el desarrollo de los temas incluidos en el Manual. Ambas evaluaciones (inicial y final) fueron realizadas con los mismos instrumentos. Es importante precisar que, debido a razones metodológicas, el practicante realizó un análisis tanto cuantitativo como cualitativo, a partir de los cuales interpretó los resultados alcanzados.

### 6.1. PRIMER OBJETIVO

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

**Tabla 4**

#### *Nivel de conocimiento inicial – Liderazgo*

Liderazgo	Respuestas correctas		Respuestas incorrectas		Total	
	Fr	%	Fr	%	N°	%
Preguntas						
Un buen líder es aquel que...	183	58%	129	42%	312	100%
Tipos de liderazgo	125	40%	187	60%	312	100%

**Nota:** Cuestionario Pre test

**Fuente:** Elaboración propia

El desarrollo del liderazgo desde una edad temprana no solo es posible, sino también necesario para formar individuos resilientes, seguros de sí mismos y capaces de enfrentar los

desafíos de la vida. En la actualidad, las habilidades de liderazgo resultan esenciales, especialmente si se fomentan en el ámbito escolar, preparando así a los adolescentes para su vida adulta.

Si bien algunas personas poseen características innatas para liderar, otras requieren apoyo adicional para fortalecer estas capacidades. Por ello, desde una perspectiva educativa, se vuelve fundamental ofrecer herramientas y espacios que promuevan el liderazgo en todos los adolescentes, independientemente de sus predisposiciones naturales.

De acuerdo con los resultados obtenidos, podemos observar que el 58% de los estudiantes conocen el verdadero concepto de liderazgo. El 42% de los estudiantes afirman desconocer el concepto de lo que es un líder, aunque sus respuestas suelen enfocarse en ideas como tener autoridad, 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 liderazgo se entiende como el conjunto de competencias y cualidades que permiten a una persona orientar, influir y motivar a otros en la consecución de metas compartidas. Un líder se caracteriza por su capacidad de inspirar y promover transformaciones positivas en distintos ámbitos, tales como la empresa, la familia, las organizaciones sociales, los equipos deportivos o la comunidad en general. (Cortez, 2025)

En cuanto a los tipos de liderazgo, se observa que el 60% de los estudiantes desconoce las distintas categorías de líderes y las características que definen a cada uno de ellos. Esta falta de conocimiento se relaciona, en gran medida, con la ausencia de una formación integral en liderazgo y en sus diferentes enfoques. La carencia de esta información limita su capacidad para reconocer qué estilo de liderazgo pueden aplicar en diversas situaciones, lo que repercute en su crecimiento personal y académico. Entre los tipos de liderazgo más comunes se encuentra el liderazgo democrático, que se caracteriza por fomentar la participación activa de todos los integrantes del grupo 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 40% 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 constituye una estrategia efectiva para cerrar esta brecha de conocimiento. Mediante dinámicas prácticas, los estudiantes no solo tendrían la oportunidad de reconocer las características propias de cada estilo de liderazgo, sino también de reflexionar sobre cuál de ellos se ajusta mejor a su personalidad y a las demandas de los equipos con los que interactúan.

**Tabla 5**  
*Nivel de conocimiento inicial – Decisiones Responsables.*

Decisiones Responsables	Respuestas correctas		Respuestas incorrectas		Total	
	Fr	%	Fr	%	N°	%
Para tomar una decisión	186	59%	126	41%	312	100%
¿ahora que has crecido, qué cambios has notado en tu forma de pensar?	143	45%	169	55%	312	100%

**Nota:** Cuestionario Pre test

**Fuente:** Elaboración propia

Las decisiones responsables en la adolescencia pueden definirse como aquellas elecciones que se realizan a partir de la reflexión consciente sobre las posibles consecuencias de las acciones, implicando la capacidad de discernir entre lo correcto e incorrecto y de valorar el impacto que dichas decisiones generan en el propio individuo y en su entorno social. La toma de decisiones en esta etapa del desarrollo se ve influenciada, en gran medida, por los valores y orientaciones transmitidos por padres, docentes y otros adultos significativos; no obstante, también se consolida mediante la experiencia directa, el aprendizaje autónomo y la construcción progresiva de la identidad personal.

Como podemos observar, el 59% 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 41% 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 55% 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 45% 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 6**  
***Nivel de conocimiento inicial – Comunicación***

Comunicación	Respuestas correctas		Respuestas incorrectas		Total	
	Fr	%	Fr	%	N°	%
Preguntas						
La comunicación es...	197	63%	115	37%	312	100%
La propaganda que ves y escuchas en la radio y la televisión...	188	60%	124	40%	312	100%
Cuando estás con tus padres...	188	60%	124	40%	312	100%

**Nota:** Cuestionario Pre test

**Fuente:** Elaboración propia

La comunicación en los adolescentes 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.

Su definición precisa es disputada y existen desacuerdos sobre si las transmisiones no intencionales o fallidas son incluidas y si la comunicación no solo transmite significado sino que también lo crea. Los modelos de comunicación son descripciones simplificadas de sus componentes principales y sus interacciones. Muchos modelos incluyen la idea de que una fuente utiliza un sistema de codificación para expresar información en forma de mensaje. El mensaje se envía a través de un canal a un receptor que tiene que decodificarlo para comprenderlo. El principal campo de investigación que investiga la comunicación se denomina ciencias de la comunicación, Una forma común de clasificar la comunicación es según si la información se intercambia entre humanos, miembros de otras especies o entidades no vivas como las computadoras. Para la comunicación humana, un contraste central es entre la comunicación verbal y la no verbal. La comunicación verbal implica el intercambio de mensajes en forma lingüística, incluidos los mensajes hablados y escritos, así como el lenguaje de señas. La comunicación no verbal ocurre sin el uso de un sistema lingüístico, por ejemplo, utilizando el lenguaje corporal, el tacto y las expresiones faciales. Otra distinción es entre la comunicación interpersonal, que se produce entre personas distintas, y la comunicación intrapersonal, que es la comunicación con uno mismo. La competencia comunicativa es la capacidad de comunicarse bien y se aplica a las habilidades de formular mensajes y comprenderlos. (Unimarconi, 2023)

Como podemos observar la tabla, el 63% 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 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 37 % 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 adolescentes a adoptar una actitud pasiva ante las dinámicas familiares y limitar su capacidad para tomar decisiones autónomas y reflexivas.

Continuando el 60 % de los estudiantes considera que las propagandas pueden volver más agresivos a los adolescentes, 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.

El 40% de los estudiantes 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.

El 60 % 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 40 % 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 7**

*Nivel de conocimiento inicial - alcoholismo y drogas*

Alcoholismo y consumo de drogas	Respuestas correctas		Respuestas incorrectas		Total	
	Fr	%	Fr	%	N°	%
¿El alcoholismo es?	178	57%	134	43%	312	100%
Las personas que beben	156	50%	156	50%	312	100%
¿Qué son las drogas?	137	43%	175	57%	312	100%
¿Cuáles son consideradas drogas?	125	40%	187	60%	312	100%

**Nota:** Cuestionario Pre test

**Fuente:** Elaboración propia

El consumo de alcohol y drogas en adolescentes es un tema alarmante que puede tener consecuencias graves a corto y largo plazo. Estas sustancias pueden afectar el desarrollo físico y emocional y cognitivo de los adolescentes, 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, los conflictos familiares, el estrés y la curiosidad propia de la etapa adolescente. En este contexto, resulta imperativo que los adultos responsables incluidos padres, docentes y cuidadores mantengan una vigilancia activa ante posibles indicadores de riesgo, tales como modificaciones abruptas en el comportamiento, tendencia al aislamiento o disminución del rendimiento académico.

Como se puede observar en la tabla, se observa que el 57% de la población comprende que el alcoholismo es una enfermedad que demanda atención médica, apoyo psicológico y un tratamiento integral. Pese a ello, esta percepción es a menudo incompleta, dado que una gran parte de las personas lo asocia únicamente a la falta de voluntad o a problemas de comportamiento, dejando de lado los factores biológicos, sociales y emocionales que contribuyen a la patología. Por otro lado, el 43% de los participantes no tiene una definición

clara del alcoholismo, si bien lo asocian al consumo de alcohol. Esta deficiencia conceptual destaca la importancia de nuestro programa preventivo, diseñado para informar y sensibilizar a la población sobre los riesgos reales del consumo problemático.

El alcoholismo se define como una enfermedad crónica caracterizada por una alteración significativa del sistema nervioso central. Esta condición se manifiesta a través de síntomas y signos físicos que generan un deseo incontrolable de consumir alcohol. A nivel conductual, la enfermedad provoca un estado de dependencia física (primaria o secundaria) hacia la sustancia. (Adinfa, 2023)

Asimismo, el 50% de los estudiantes reconoce que el consumo de alcohol puede provocar ataques agresivos y dañar a sus familias. Este alto porcentaje refleja la comprensión de los estudiantes sobre el impacto negativo que el alcoholismo tiene en la vida personal y familiar, un problema influenciado por múltiples factores. A pesar de esta conciencia, el 50% de los estudiantes no sabe qué factores provocan el consumo de alcohol en las personas. Esta falta de conocimiento subraya la necesidad de implementar estrategias educativas que fomenten la reflexión crítica y la toma de decisiones informadas.

En el contexto familiar, los episodios de agresividad causados por el alcohol pueden generar conflictos, tensión e incluso la ruptura de relaciones. Los menores que crecen en un entorno donde el alcoholismo es un problema pueden experimentar inseguridad emocional, estrés y, en algunos casos, traumas que afectan su desarrollo a largo plazo.

En el caso de las drogas el 57% carece de esta información, lo cual resulta sumamente preocupante, dado que los alumnos se hallan en una posición de vulnerabilidad y expuestos a múltiples factores de riesgo, tales como la presión de grupo y el acceso facilitado a sustancias psicoactivas. el 43% de la población estudiantil manifiesta conocimiento acerca de su naturaleza y de los efectos que dichas sustancias pueden ocasionar en el organismo Este hallazgo pone de relieve la imperiosa necesidad de consolidar una conciencia crítica respecto al uso de drogas y sus repercusiones físicas, emocionales y sociales.

Por último, el 40 % de los encuestados carece de una clasificación precisa de ciertas sustancias, llegando a considerar como drogas productos tales como el bicarbonato de sodio, el café o la hoja de coca. Dicha confusión evidencia la necesidad inaplazable de reforzar la educación preventiva con contenidos claros, accesibles y adaptados al contexto cultural, que

permitan distinguir con precisión entre sustancias psicoactivas, artículos de uso cotidiano y elementos de usos tradicionales o medicinales. El 60 % del estudiantado posee conocimiento sobre determinadas drogas y es capaz de identificar algunos ejemplos, como la marihuana y la cocaína. Esta familiaridad se atribuye, en gran medida, a la exposición mediante diversos medios de comunicación redes sociales, televisión y, en ciertos casos, al entorno social inmediato.

Como se puede observar la información relativa a las drogas puede llegar a los estudiantes de forma directa o indirecta a través de campañas de prevención, reportes informativos o conversaciones en su entorno cercano, si bien esta exposición no siempre se ve acompañada de una formación adecuada que posibilite la comprensión cabal de los riesgos y las consecuencias derivadas del consumo de tales sustancias.

**Tabla 8**  
*Nivel de conocimiento inicial – Autoestima*

Autoestima	Respuestas correctas		Respuestas incorrectas		Total	
	Fr	%	Fr	%	Nº	%
Preguntas						
La autoestima significa	188	60%	124	40%	312	100%
¿Qué podemos hacer para cuidar nuestra salud?	192	61%	120	39%	312	100%

**Nota.** Cuestionario Pretest

**Fuente:** Elaboración propia

La autoestima en la adolescencia es clave para el desarrollo emocional y social. No solo condiciona la forma en que los jóvenes se perciben y valoran, sino que también repercute directamente en su confianza, en su capacidad para afrontar desafíos y en su bienestar general.

La autoestima en la adolescencia afecta al desarrollo personal y social de los jóvenes, la autoestima se basa en la evaluación positiva o negativa de la personalidad propia, ya que esta puede ser afectada debido a experiencias, costumbres, sentimientos, etc. La baja autoestima en los adolescentes puede deberse a experiencias, nuevas amistades o relaciones, lo cual puede afectar a la hora de la resolución de problemas y su estado de ánimo. (Federación de Salud Mental Valenciana, 2023)

Como se observa en la tabla, el 60% de los estudiantes afirma conocer el significado de la autoestima. Sin embargo, muchos tienen dificultades para aplicarla en su propia vida,

lo que demuestra una brecha entre el conocimiento teórico y la práctica. Esta desconexión puede ser el resultado de factores como la inseguridad, la presión social o la falta de apoyo emocional.

Por otro lado, el 40% de los estudiantes desconoce completamente el concepto de autoestima. Este dato subraya la necesidad urgente de implementar programas de prevención que se enfoquen en el autoconocimiento y la valoración personal.

La ausencia de un entorno que promueva el refuerzo positivo y el apoyo socioemocional constituye un factor crítico. Cuando los estudiantes carecen de una validación externa por sus logros y esfuerzos, y no disponen de espacios institucionales para la catarsis emocional y la introspección personal sobre sus competencias, se dificulta de manera significativa el desarrollo de un constructo de autoestima robusto y resiliente.

El 61% de los estudiantes reconoce la importancia de cuidar su salud física, psicológica y social, comprendiendo su impacto directo en la autoestima. Sin embargo, un 39% 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 brindar y fortalecer los conocimientos de los estudiantes de 12 a 18 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:** traviosos 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.

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, los estudiantes no colaboraron con la dinámica, sino que se dedicaron a conversar entre ellos y no prestaron atención.

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, 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 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 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 adolescentes 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:** Pliegues 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 son 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 adolescentes 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 adolescentes 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 adolescentes 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 12 a 18 años.

**Tabla 9**

*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...	183	58%	129	42%	100%	220	70%	92	30%	100%
Tipos de liderazgo	125	40%	187	60%	100%	207	66%	105	34%	100%

**Nota:** Cuestionario Pos Test

**Fuente:** Elaboración propia

Se observó una mejora sustancial en el conocimiento de los estudiantes sobre el liderazgo. A diferencia del pretest, donde solo el 58% sabía lo que significa ser un buen líder, el 70% de los estudiantes logró responder correctamente después de las sesiones, lo que refleja un proceso de aprendizaje efectivo y una asimilación sólida de los conceptos.

Asimismo, la asertividad en la identificación de los tipos de liderazgo aumentó de manera notable, pasando del 40% en el pretest al 66% en la evaluación final. Este progreso sugiere que las estrategias pedagógicas no solo reforzaron el conocimiento teórico, sino que también desarrollaron la capacidad de aplicación práctica de los estudiantes. En conclusión, estos resultados confirman el valor de las herramientas educativas que promueven el desarrollo de competencias y habilidades.

**Tabla 10**

***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...	186	59%	126	41%	100%	215	68%	97	31%	100%
¿Ahora que has crecido, qué cambios has notado en tu forma de pensar?	143	45%	169	55%	100%	206	66%	106	33%	100%

**Nota:** Cuestionario Pos Test

**Fuente:** Elaboración propia

Los resultados reflejan un avance significativo en el proceso de toma de decisiones. En el pretest, el 59 % de los estudiantes era consciente de la importancia de informarse adecuadamente para analizar las ventajas y desventajas. Tras la intervención, este porcentaje aumentó al 68%, 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 66% 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 11**

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

Comunicación	Pretest					Post test				
	Respuestas correctas		Respuestas incorrectas		Total	Respuestas correctas		Respuestas incorrectas		Total
Preguntas	Fr	%	Fr	%	%	Fr	%	Fr	%	%
La comunicación es...	197	63%	115	37%	100%	245	78%	67	21%	100%
La propaganda que ves y escuchas en la radio y la televisión es...	188	60%	124	40%	100%	240	76%	72	23%	100%
Cuando estas con tus padres...	188	60%	124	40%	100%	267	85%	45	14%	100%

**Nota:** Cuestionario Pos Test

**Fuente:** Elaboración propia

En la siguiente tabla se observa que el 63% 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 60% al 76%, 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 60% de los estudiantes expresaba sus sentimientos y mantenía comunicación con sus padres. En el post test, este porcentaje aumentó al 85%, 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 12**

***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
Preguntas	Fr	%	Fr	%	%	Fr	%	Fr	%	%
¿El alcoholismo es?	178	57%	134	43%	100%	275	88%	37	12%	100%
Las personas que beben...	156	50%	156	50%	100%	258	82%	54	18%	100%
¿Qué son las drogas?	137	43%	175	57%	100%	231	74%	81	26%	100%
¿Cuáles son consideradas drogas?	125	40%	187	60%	100%	210	67%	102	33%	100%

**Nota:** Cuestionario Pos Test

**Fuente:** Elaboración propia

En el pretest, el 57 % de los estudiantes afirmó que el alcoholismo es una enfermedad, lo que indica que más de la mitad de la población estudiantil ya poseía conocimientos básicos sobre el tema. Tras la implementación del programa, se observó un incremento significativo: el 88 % manifestó conocer qué es el alcoholismo, su origen, las consecuencias que conlleva y su reconocimiento como enfermedad. Este resultado evidencia el impacto positivo del programa en el fortalecimiento del conocimiento sobre esta problemática, así como la importancia de fomentar la conciencia preventiva en la comunidad estudiantil.

En relación con la segunda pregunta, se registró un notable aumento en el nivel de conciencia de los estudiantes: del 50 % al 82 % afirmó estar seguro de que el consumo de alcohol puede desencadenar situaciones de violencia, incluyendo agresiones hacia los adolescentes y otros miembros de la familia. Esto se debe a los efectos del alcohol sobre el sistema nervioso, los cuales alteran el juicio, aumentan la impulsividad y disminuyen el autocontrol, factores que pueden intensificar los conflictos y propiciar comportamientos agresivos. Además, el consumo excesivo de alcohol puede exacerbar emociones negativas

como la frustración o el enojo, lo que contribuye a la aparición de violencia en el entorno familiar.

Por otra parte, el 74 % de los participantes adquirió un conocimiento amplio sobre las drogas y sus consecuencias tanto en el organismo como en la mente, en comparación con el 43 % registrado en el pretest. Este aprendizaje abarca el reconocimiento de los efectos físicos, como el daño a órganos vitales, y de los efectos psicológicos, entre los que se encuentran la dependencia y los trastornos emocionales. El 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.

Finalmente, el 67 % de los estudiantes logró identificar correctamente qué productos se consideran drogas, tanto legales como ilegales, frente al 40 % registrado en el pretest. Este incremento refleja un avance significativo tras la implementación del programa, lo que demuestra una mayor conciencia y capacidad de discernimiento por parte de los estudiantes respecto al uso de sustancias psicoactivas.

**Tabla 13**  
***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	188	60%	124	40%	100%	237	75%	75	25%	100%
¿Qué podemos hacer para cuidar nuestra salud?	192	61%	120	39%	100%	262	84%	50	16%	100%

**Nota:** Cuestionario Pos Test

**Fuente:** Elaboración propia

Los resultados del pretest indican que el 60 % de los estudiantes logró identificar adecuadamente la idea central. En el postest, se observó un incremento moderado, alcanzando el 75 %. Este aumento sugiere que, si bien las estrategias implementadas resultaron efectivas, no es suficiente con el dominio de los contenidos teóricos; es igualmente imprescindible su aplicación en contextos prácticos. Esta mejora evidencia un avance en la

capacidad de los estudiantes para transferir y aplicar el conocimiento adquirido a situaciones reales, lo cual constituye un componente esencial en el proceso de aprendizaje significativo.

Del mismo modo, se registró un incremento sustancial en el nivel de conocimiento relacionado con el cuidado de la salud física y psicológica, al pasar del 61 % en el pretest al 84 % en el posttest. Este resultado pone de manifiesto el impacto positivo del programa, al facilitar en los estudiantes la identificación de prácticas concretas orientadas a la preservación de su bienestar integral. Entre estas se incluyen la adopción de hábitos de vida saludables, el reconocimiento temprano de señales asociadas al estrés o al malestar emocional, así como la disposición a buscar apoyo profesional cuando resulte necesario.

En conjunto, los hallazgos obtenidos evidencian el efecto favorable de las sesiones en el desarrollo personal y formativo de los estudiantes. Estos resultados refuerzan la pertinencia de continuar implementando programas educativos que articulen componentes teóricos y prácticos, con el propósito de promover aprendizajes más profundos, efectivos y transformadores.

**CAPÍTULO VII**  
**CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**

## 7. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

### 7.1. Conclusiones.

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

La primera evaluación resultó significativa, ya que facilitó el diagnóstico del tipo de información que los estudiantes poseían en relación con los temas tratados. Este diagnóstico inicial no solo evidenció sus conocimientos previos, sino también sus percepciones, creencias y los vacíos informativos que podrían influir en el consumo de sustancias ilegales. Asimismo, se constató el papel crucial que la autoestima, la capacidad para tomar decisiones responsables y la calidad de la comunicación con sus padres pueden desempeñar en la prevención de conductas de riesgo.

En conclusión, los resultados reflejan la imperiosa necesidad de implementar programas preventivos que fortalezcan las habilidades existentes de los estudiantes y les proporcionen herramientas efectivas para afrontar situaciones de adversidad. Se considera fundamental abordar esta problemática 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 brindar y fortalecer los conocimientos de los estudiantes de 12 a 18 años, a través de técnicas y estrategias activo participativas, que promoverán la reflexión.

La implementación del programa de prevención en la Unidad Educativa Bolivia 2 se realizó en coordinación con el personal docente y directivo, lo que permitió una optimización de los recursos disponibles y un mayor aprovechamiento de las actividades. Se logró crear un espacio de confianza que proporcionó a los estudiantes un entorno seguro para la libre expresión de sus opiniones, sin temor a juicios. Este ambiente propició una interacción más profunda, particularmente en relación con temas sensibles como el alcoholismo.

Durante las sesiones, los participantes compartieron experiencias personales sobre la presencia de bebedores habituales en espacios públicos, así como vivencias ocurridas en el ámbito familiar durante eventos festivos. 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 12 a 18 años.

Una vez finalizado el programa preventivo, se procedió a la aplicación de un **postest** con el objetivo de comparar los resultados con los obtenidos en el pretest. Los datos revelaron una mejora significativa en las siguientes áreas:

**Liderazgo:** El 70% de los estudiantes demostró una comprensión precisa de las cualidades de un buen líder, lo cual sugiere un fortalecimiento en su capacidad para influir de manera positiva en su entorno.

**Toma de decisiones:** El 68% reconoció múltiples alternativas en los procesos de toma de decisiones, evidenciando un pensamiento más reflexivo y estratégico.

**Autoestima:** El 84% asimiló y aplicó herramientas para la valoración de su identidad personal, lo que se correlaciona con una actitud más segura y resiliente.

**Comunicación:** El 85% expresó una comprensión clara sobre cómo comunicarse de forma afectiva y asertiva, mejorando así sus vínculos interpersonales.

**Consumo de alcohol y drogas:** El 88% identificó los riesgos asociados al consumo de sustancias, tanto a nivel físico (impacto en órganos vitales) como psicológico, lo que refuerza su compromiso con el autocuidado.

Asimismo, se constató un incremento en la participación estudiantil en espacios de liderazgo, procesos de toma de decisiones grupales y actividades colaborativas orientadas a la construcción de entornos seguros y respetuosos. La recurrencia de la apertura al diálogo y la expresión emocional en los testimonios estudiantiles subraya el impacto del programa a nivel cognitivo, afectivo y relacional.

Estos hallazgos respaldan la eficacia de las estrategias educativas centradas en la prevención y justifican la necesidad de continuar y expandir este tipo de intervenciones.

## **7.2.Recomendaciones**

### **A la Unidad Educativa**

Se recomienda a la Unidad Educativa, en especial a su director, que continúen facilitando el uso de las aulas para la aplicación de programas de prevención, dado que estos representan un beneficio directo para los estudiantes. Asimismo, se resalta la importancia de trabajar de manera articulada con estudiantes, padres de familia y docentes, a fin de lograr una mayor aceptación y receptividad en futuras implementaciones de dichos programas.

### **A la Institución 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 los futuros practicantes**

Se aconseja a los futuros practicantes de la carrera asumir sus prácticas institucionales con responsabilidad y profesionalismo. Es fundamental que valoren la oportunidad otorgada por las Unidades Educativas e Instituciones y comprendan la relevancia de su labor. Trabajar con estudiantes, docentes y directores exige un trato ético, respetuoso y comprometido. Asimismo, el desarrollo de habilidades de comunicación efectiva, empatía y resolución de conflictos contribuirá tanto a su crecimiento profesional como personal, preparándolos para afrontar los desafíos de la Práctica Institucional con confianza y excelencia.