ANEXOS

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA
"JUAN MISAEL SARACHO"
FACULTAD DE HUMANIDADES
Departamento de Idiomas

CENTRO DE TRADUCCIÓN Y CORRECCIÓN C.T.C
Campus Universitario - Tel. 6665045 6643114 - Interno 108
Tarija -Bolivia

CERTIFICADO

El Centro de Traducción y Corrección de la U.A.J.M.S. certifica que, la tesis titulada "**PROGRAMA DE PREVENCIÓN INTEGRAL DEL USO INDEBIDO DE DROGAS DEL INTRAID – TARIJA DIRIGIDO A LOS EDUCADORES URBANOS CEBRAS DEL GOBIERNO MUNICIPAL DE TARIJA EN LA GESTIÓN 2021**" correspondiente a la estudiante **UNIV. ROCIO GISELLE MENA BATALLANOS, R.U. 97691,** de la Carrera de Psicología de la Facultad de Humanidades fue corregida en lo que respecta a los aspectos gramaticales, sintácticos y ortográficos por la Docente Lic. Julia Acosta.

Es cuanto certificamos para los fines consiguientes de la interesada.

Tarija, 12 de noviembre de 2021

M.Sc. Lic. Giovanna Barrero Ortega
DIRECTORA DPTO. DE IDIOMAS
FACULTAD DE HUMANIDADES

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA JUAN MISAEL SARACHO
CARRERA DE IDIOMAS
CENTRO DE TRADUCCION Y CORRECCIÓN
TARIJA - BOLIVIA

Nota: *La M.Sc. Lic. Julia Acosta, docente titular tiempo completo del Departamento de Idiomas, fue asignada mediante R.H.C.F. en el Centro de Traducción y Corrección de la UAJMS para revisar y corregir trabajos de Profesionalización de la Gestión 2021. Número de Celular 75143657.*

GOBERNACIÓN DEL DEPARTAMENTO DE TARIJA
SECRETARÍA DEPARTAMENTAL DE DESARROLLO SOCIAL
INSTITUTO DE PREVENCIÓN, TRATAMIENTO, REHABILITACIÓN E
INVESTIGACIÓN DE DROGODEPENDENCIAS Y SALUD MENTAL

INTRAID

GOBIERNO AUTONOMO DEPARTAMENTAL DE TARIJA
¡Juntos por un Nuevo Tiempo!

Tarija, 07 de abril de 2021

GOBIERNO MUNICIPAL TARIJA
DPTO. CULTURA CIUDADANA
RECIBIDO
Fecha: 09/04/21 Hora: 8:30
UPE

Lic. Mariela Alurralde
RESPONSABLE EDUCADORES URBANOS

Presente.-

REF.- Talleres de Prevención "Líderes Juveniles"

De nuestra mayor consideración:

Nos dirigimos a su persona con el propósito de coordinar y trabajar conjuntamente con el grupo voluntario Cebritas a través de la implementación del programa de prevención: Líderes Juveniles.

El objetivo principal de este programa es poder capacitar a jóvenes en habilidades y valores personales que les permita prevenir y afrontar situaciones de uso y abuso de drogas, proporcionándoles recursos para fortalecer factores protectores y aminorar factores de riesgo en cuanto al consumo de drogas.

Como es de conocimiento, el consumo de bebidas alcohólicas y otras drogas en el departamento de Tarija se ha incrementado de manera preocupante en la etapa de la adolescencia; desde esta perspectiva, se hace necesario tomar acciones oportunas y eficaces para disminuir el consumo de drogas y retrasar la edad de inicio del consumo.

De esta manera y dentro del marco de nuestro trabajo constante y sostenido, le hacemos conocer que el INTRAID mediante la Carrera de Psicología, tiene a jóvenes practicantes que replican nuestros programas de prevención en todos sus niveles; teniendo la supervisión y guía de los profesionales del área de dicha institución. Por lo tal, la señorita Roció Giselle Mena Batallanos se encuentra realizando dicha práctica con el programa de líderes juveniles.

Agradeciendo de antemano el compromiso y predisposición del grupo en mención para llevar a cabo la implementación de este programa, nos despedimos cordialmente, deseándole éxitos en el rol que desempeña.

Atentamente:

Dra. Raquel Lita Caero Rodriguez
DIRECTORA DEL INSTITUTO DE PREVENCION TRATAMIENTO, REHABILITACION E INVESTIGACION DE DROGODEPENDENCIA Y SALUD MENTAL
INTRAID - TARIJA

Lic. Paola Olivia Maldonado
PSICÓLOGA
Mat. Prof. 0-0348
ÁREA PREVENCIÓN
INTRAID - TARIJA

Calle Junín Nº 1071 Telf./ Fax: 6643157 Casilla Nº34 E-mail: INTRAID-TARIJA@hotmail.com

Tarija, 01 de diciembre de 2021

CITE INTRAID N°. 081/2021

Señora:

Lic. María Isabel Morales Vasquez

DOCENTE ACTIVIDAD PROFESIONALIZACIÓN III – CARRERA DE PSICOLOGÍA

Presente.-

De nuestra consideración:

A solicitud escrita de la misma interesada, para ser presentado a la Carrera de Psicología de la UAJMS:

Mediante la presente, informamos que la Univ. Rocio Giselle Mena Batallanos con CI.: 7250346 Tja; ha realizado su PRACTICA INSTITUCIONAL en el Departamento de Prevención del Uso Indebido de Drogas y Promoción de la Salud Mental del INTRAID - TARIJA, durante la Gestión 2021. Esta práctica estuvo supervisada - guiada por la Lic. Paola Oliva Maldonado.

Hasta la fecha ha completado un total de 540 (Quinientos cuarenta) horas de práctica supervisada.

Es cuanto podemos informar:

Atte.:

Psic. Fernando González Torrico
INTRAID - TARIJA
Mat. Min. Salud / Deportes G-013

Dr. César Oliva Castrillo
DIRECTOR DEL INSTITUTO DE PREVENCIÓN, TRATAMIENTO, REHABILITACIÓN E INVESTIGACIÓN DE DROGODEPENDENCIA Y SALUD MENTAL
INTRAID - TARIJA

ANEXO 1

Pretest y Postest

Responde a las preguntas, encerrando en círculo una sola alternativa.

1. La definición de droga es:

a) Un vicio que te mata

b) Una sustancia dañina para el organismo y el sistema nervioso Central

c) Una sustancia que hace daño y mata.

2. Las drogas legales son:

a) Medicamentos, alcohol, vitaminas.

b) Licor, clefa, marihuana

c) Tabaco, alcohol, cafeína.

3. Las drogas ilegales son:

a) Pasta base de cocaína, alcohol, marihuana

b) Cocaína, Pasta Base de Cocaína, marihuana

c) Marihuana, cocaína, tabaco

4. Entre las drogas más consumidas el alcohol ocupa el:

a) Primer lugar

b) Segundo lugar

c) Tercer lugar

5. Los alcohólicos (as) presentan las siguientes características:

a) Consumo crónico, daños físicos y mentales,

b) Consumo ocasional, inestabilidad familiar

c) Consumo habitual, Violencia y agresividad, Daño cerebral.

6. Los hijos de madres que consumieron alcohol durante el embarazo, presentan:

a) Síndrome alcohólico fetal.

b) Retardo Mental

c) Retardo motor

d) Todas las respuestas

e) Ninguna

7. Los cambios físicos que caracterizan sólo a la adolescencia son:

a) Cambio de voz, menstruación, crecimiento del cabello.

b) Crecimiento de vellosidad, problemas de acné, cambio de voz.

c) Crecimiento de los senos, eyaculación, ensanchamiento de los hombros.

8. Los sentimientos que caracterizan a la adolescencia son:

a) Soledad, temor a quedarse solos.

b) Temor al rechazo, incomprensión, enamoramiento, confusión.

c) Enamoramiento, confusión, cansancio.

9. La comunicación es un*:*

a) Mensaje verbal y no verbal que expresa una persona a otra.

b) Intercambio de ideas, pensamientos y sentimientos, entre dos o más personas.

c) Capacidad de captar el mensaje de la otra persona, prestando mucha atención.

d) Todas las respuestas son correctas.

e) Ninguna de las respuestas es correcta.

10. La comunicación asertiva es:

a) Aquella que expresa lo que uno siente y piensa

b) Aquella que expresa lo que uno piensa o siente sin herir a los demás.

c) Aquella en lo que uno acierta o dice la respuesta correcta

11. La familia es:

a) Conjunto de personas que asumen obligaciones

b) Es un tipo de organización en el que dos o más personas viven juntas.

c) Es una organización en la cual las personas que la conforman comparten sentimientos, conocimientos, costumbres y valores.

12. La sexualidad es:

a) El conjunto de características biológicas que distinguen a los individuos en hombres y mujeres.

b) Conjunto de manifestaciones biológicas, psicológicas y sociales que permiten expresarnos y relacionarnos como hombres y mujeres.

c) Conjunto de manifestaciones, biológicas y sociales cuya función es la reproducción.

13. El líder es:

a) Es el que ordena al grupo

b) Es quien toma las decisiones

c) Es la persona que guía y conduce al grupo

14. Quién o quienes transmiten los valores:

a) La familia, la escuela, la iglesia, el Estado.

b) La escuela, el estado

c) La familia, los adultos, la iglesia

15. La Capacidad de aceptarse y valorarse positivamente se conoce como:

a) Simpatía

b) Autoestima

c) Sensibilidad

d) Intimidad

e) Ninguna de las anteriores.

16. Un grupo es:

a) La unión de personas

b) Un conjunto de personas con propósitos no necesariamente precisos.

c) Un conjunto de personas unidas por objetivos e intereses comunes.

17. Las características esenciales de un grupo son:

a) Sentido de fidelidad

b) Sentido de pertenencia

c) Sentido de misión

d) a y c son correctas

e) Todas son correctas.

18. Para una adecuada Toma de Decisiones es importante, entre otros pasos:

a) Identificar el problema

b) Obtener la información necesaria

c) Pensar en alternativas y analizar las ventajas y desventajas

d) Todas son correctas

e) a y b son correctas.

19. Si estas en la calle reconoces a una persona que consume drogas:

a) Si

b) No

20. Como identificas a una persona que consume drogas:

a) Ojos rojos, mirada dispersa, risa inusual, descuido personal, comportamiento extrovertido, falta de equilibrio.

b) Caída del cabello, engordar, dientes amarillos.

c) No sabe, no responde

21. Si identificas a una persona que consume sabes a qué lugar debería recurrir para ser ayudado:

a) Ministerio público, gobernación, SEDEGES

b) Intraid, AA, la colmena

c) No sabe, no responde

CALIFICACION DEL PRETEST Y POSTEST

1. b	5. a	9. d	13. c	16. c	19. -
2. c	6. d	10. a	14. a	17. e	20. a
3. b	7. b	11. c	15. b	18. d	21. b
4. a	8. b	12. b			

ANEXO 2

UNIDAD 1: MIS EXPECTATIVAS. ¿QUE TEMA ME GUSTARÍA PROFUNDIZAR?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

¿QUÉ ESPERO DEL TALLER?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ANEXO 3

UNIDAD 2: GRUPO LA IMPORTANCIA DE LAVIDA EN GRUPO. EL POEMA

El Poema

Muy mal es el líder,

Que todo el mundo obedece por temor;

Un poquito mejor es el líder

Que es elogiado por todos

Por sus buenas obras

En beneficio de los demás;

Pero muy bueno es el líder que,

Cuando el proyecto está terminado

Y la tarea finalizada

El grupo dice:

"nosotros mismos lo hicimos

ANEXO 4

UNIDAD 3: LÍDER LIDERAZGO. CONOZCAMOS A LOS LÍDERES - RECURSOS PARA EL LÍDER

LÍDER AUTORITARIO

En tu discurso debes, tener un tono de voz alta, y dirigirte al grupo dando órdenes, no pedir la opinión de los demás, evitar el dialogo y no permitir que nadie te pida explicación, por lo que dices. Ej, Diego debe buscar la movilidad, Mónica debe llevar los refrescos. etc.

LÍDER PATERNALISTA

En tu discurso debes, hablar a tus amigos con tono amable, y debes representar una figura paterna, todos dependen de tus consejos, y tú aparentemente haces todo por tu grupo, pero en realidad no les das ninguna responsabilidad. Ej: Sergio, no sé si puedes ir hoy a hablar con el presidente del Colegio San Luís. Si no puedes no importa yo puedo hacerlo.

LÍDER DEMOCRÁTICO

En tu discurso debes dar la impresión de ser una persona, segura, solidaria, que tomas en cuenta la opinión de tus compañeros, al plantear una tarea o idea, no debes dar órdenes, el tono de voz debe ser amable, escuchar y respetar a los demás y por tu tolerancia y paciencia debes conseguir la cooperación de todos. Ej. Tengo la idea de hacer un paseo, para compartir con todos, que dicen ustedes.... podemos organizarnos y planificar nuestras actividades, y todos tener una responsabilidad, voluntariamente levanten la mano los que pueden llevar una radio.

LÍDER LIBERAL

En tu discurso debes dar la impresión de ser una persona muy insegura e irresponsable que no tomas ninguna decisión, lo que haces es crear incertidumbre en tus amigos, porque no das ninguna instrucción, ni ninguna responsabilidad, ej podemos ir de paseo ustedes vean como se organizan, yo después voy

ANEXO 5

UNIDAD 5: ADOLESCENCIA. FANTASÍA ADOLESCENTE

"Cierren sus ojos... harán un viaje de fantasía, para tomar contacto con sus emociones y sus sentimientos. Pónganse cómodos.... inspiren lento y profundo.....Sientan como se va inflando el abdomen, y retengan el aire unos segundos y exhalen lentamente.

Ahora empezaremos a relajar nuestros músculos del cuello,.....relájense.....los hombros,.....la espalda.....la cintura....los brazos.... las caderas.... las piernas...., los pies...., sientan cada una de las partes de su cuerpo.

Dejen aparecer las ideas o imágenes en su cabeza (dar tiempo).

Los voy a invitar al mundo de las imágenes, donde las fantasías se pueden convertir en realidad.

Vas caminando por un espacio abierto...caminas y de pronto te encuentras frente a un gran espejo, en él, ves reflejada tú imagen.....Vamos a recordar....

Si sigues mirando.... tú imagen comienza a cambiar, a retroceder en el tiempo....estamos cada vez más atrás, ahora te ves cuando eras un/a niño/a.....estás en tu casa....jugando.....en el patio?....en la pieza.

¿Quiénes están contigo?.... ¿con quién juegas? ¿Cómo es tú vida de niño/a?

¿Qué ves a tu alrededor?.. ¿Qué colores ves?... ¿Qué olores sientes?

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

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

ANEXO 6

UNIDAD 8: TOMA DE DECISIONES

Hoja de trabajo

Grupo 1. Dilema

Carolina está en una fiesta con un grupo de amigos. La fiesta termina tarde, y ella es una de las últimas en irse. Se supone que Jorge, un muchacho que a ella le ha interesado hace mucho tiempo, la va a llevar a su casa en su moto. Él no está borracho pero ha tomado un poco para darse cuenta. Ella no tiene dinero para un taxi, y está lejos de su casa ¿Qué debe hacer?

Hoja de trabajo

Grupo 2. Dilema

Pedro tiene 16 años y vive en el campo. Ahora tiene la oportunidad de vivir en la ciudad con su hermano mayor y seguir estudiando para ser maestro. Pedro siempre ha querido ser maestro, pero en su provincia no hay escuela normal. Él también tiene una novia, Juanita, quien le pide que no se vaya. Su madre también le dice que no se vaya porque piensa que nunca va a volver a su pueblo y va a perderse en la ciudad. ¿Qué debe hacer?

Hoja de trabajo

Grupo 3. Dilema

Miguel ha podido ahorrar el dinero suficiente para comprarse el casette de su cantante favorito. El sábado le pide a sus amigos que lo acompañen a comprarlo, pero cuando llegan a la tienda ellos insisten para que compre otro casette. ¿Qué decide hacer Miguel? Sigue los pasos para tomar una decisión.

ANEXO 7

UNIDAD 9: AMISTAD. LOS AMIGOS

Trabajo de grupo

1. ¿Cómo puedes reconocer al amigo(a) verdadero(a)?

2. ¿Dónde puedes buscar (encontrar) amigos (as)? ¿Tienen que ser de tu misma edad?

3. ¿Qué debes hacer si un(a) amigo(a) tuyo(a) se halla en graves dificultades?

4. ¿Menciona cuatro maneras de hacer amigos (as)

5. ¿Por qué tienden a dejarse influir por sus compañeros (as) los(as) jóvenes? ¿Es Necesariamente malo esto?

6. ¿Cómo te gustaría que sea tu mejor amigo(a) Descríbelo(a).

7. Qué no te agradaría encontrar en un amigo(a)?

8. Crea una frase, o una poesía, una estrofa de una canción, etc. para el amigo

ANEXO 8

UNIDAD 10: DROGAS

JUNTOS ESTAMOS PROTEGIDOS (6 Tarjetas de cartulina)

Factores Protectores A nivel personal

Factores Protectores A nivel Familiar

Factores Protectores A nivel Escolar

Factores de Riesgo A nivel Personal

Factores de Riesgo A nivel Familiar

Factores De Riesgo A nivel Escolar

ANEXO 9

UNIDAD 10: DROGAS

CUESTIONARIO DE CONOCIMIENTO DE DROGAS

1. **Si estás en la calle, ¿reconoces a una persona que consume drogas?**

a) Si

b) No

2. **¿Cómo identificas a una persona que consume drogas?**

……

……

……

……

…….....

3. **Si identificas a una persona que consume sabes, ¿a qué lugares deberían recurrir para ser ayudado?**

……

……

……

……

……

4. **¿Conoces dónde las personas pueden adquirir droga?**

a) Si

b) No

5. **Menciona los lugares en las cuales se pueden adquirir drogas.**

……

……

……

……

……..

ANEXO 10

CONFESIÓN DE UNA ADOLESCENTE

Testimonio

"Como toda la gente de mi edad, estoy viviendo un periodo de crisis, una crisis demasiado fuerte para mí. En estos momentos me siento sin ánimo, me da miedo crecer, ya no creo en mí misma... me siento bastante diferente al resto. A veces soy muy mujer, otras muy niña. Me siento confundida, muy; pero muy agresiva. Quiero hablar de mi agresividad, algo que quiero que se acabe; pero la única manera es cambiando yo y dejando de una vez la marihuana, lo he tratado de hacer muchas veces; pero no puedo.

Mi familia es una familia común, pero cada uno vive su vida y yo tengo demasiada libertad.

A los 13 años empecé a fumar marihuana. Los que consumimos drogas nos acabamos lentamente, atentamos contra nosotros mismos y vamos perdiendo nuestra libertad.

Lo peor no es eso, sino que el efecto peor dura más allá de ingerir la droga o la "yerba, es como que envuelve de a poco. Las primeras veces no se nota, pero cuando es más fuerte o frecuente, se adopta la actitud "volada" permanente.

A los 14 años estaba enamorando; pero no podía mantener una relación por mucho tiempo, lo tomaba todo con superficialidad, me di cuenta que estaba perdiendo la capacidad de amar, de sentir.

A los 16 años sentía que ya no quedaba nada por hacer en esta vida, todo lo había probado.

A los 17 y 18, me echaron de varios colegios, la marihuana era cosa de todos los días. Por supuesto, no estudiaba.

Me empecé a juntar solamente con gente que hacía lo mismo; mis amigos de antes ya no existían... y caí en lo peor, me metí con muchas drogas, me sentía muy mal. Tuve muchas malas experiencias y prometí olvidarme de la marihuana, estudiar y, poco a poco, cambiar.

Y aquí estoy, apenas con los estudios, fumo menos; pero igual fumo y con muchos problemas porque la marihuana me quita fuerzas, me pone lenta, mi memoria me falla.

Yo tengo ganas de estudiar, vivir y sentir. Yo soy bastante inteligente, me gustaría crear, me gusta el arte, me gustaría trabajar, quiero viajar, conocer, quiero hacer miles de cosas y yo sé que algún día lo voy a lograr.

ANEXO 11

UNIDAD 12: ALCOHOLISMO

TRES TARJETAS CON PREGUNTAS

Grupo 1

1.- ¿A partir de qué momento se considera que una persona es alcohólica?

2.- Creen que el alcoholismo es hereditario?

3.- Porque el alcohólico suele ser agresivo con la familia y tiende a olvidarse de las cosas?

Grupo 2

1.- ¿Toda persona que bebe puede llegar a ser alcohólica?

2.- ¿Es peligroso conducir un auto inmediatamente después de haber ingerido unos pocos tragos?

3.- ¿Pueden ser ayudadas las personas alcohólicas?

Grupo 3

1. ¿Cambiar de bebida emborracha más, que beber un solo tipo de bebida alcohólica?
2. ¿Qué síntomas pueden ayudarnos a advertir que un familiar por su forma de beber, se está conduciendo al alcoholismo?
3. ¿Es difícil dejar de ser alcohólico?

Respuestas: Para el facilitador/a

Grupo 1

1.- Alcohólica es aquella persona cuyo consumo produce alteraciones en su vida social y profesional y afecta a su bienestar físico y emocional. Pierde progresivamente el control sobre su consumo y su vida gira en torno a la bebida.

2.- Se ha encontrado en un 70% de casos estudiados, que hay mayor predisposición al consumo de alcohol en los hijos de padres consumidores. Los hijos de madres que consumen bebidas alcohólicas, durante el embarazo, presentan un síndrome alcohólico fetal (SAF) estos niños sufren retardo mental y motor severos, tienen cara plana, y bajo peso.

3.-Los efectos del alcohol, aun en pequeñas cantidades, ejercen un efecto depresor del SNC, si se continúa bebiendo esta depresión se extiende hasta los centros emocionales, en donde están los centros que controlan la agresión, libera estos impulsos, perdiendo el control sobre sus actos.

Grupo 2

1.-Los expertos afirman que existe una combinación de causas físicas psicológicas y sociales. La persona que bebe para escapar de sus problemas emocionales y de las presiones, tienen mayores probabilidades.

2.-Unas pocas copas, pueden a veces afectar el juicio del conductor y su estado de alerta.

3.-Pueden y deben ser ayudadas. El tratamiento ayuda a las personas alcohólicas a permanecer sobrias. Existen centros de tratamiento y rehabilitación, también A.A. u orientaciones de tipo religioso, lo importante es saber que ningún método, por bueno que sea les sirve a todos.

Grupo 3

1.- El cambiar o mezclar no emborracha más, el grado de embriaguez se mide por cantidad total que absorbe la sangre. Pero el cambiar de bebida provoca náuseas y vómitos.

2. Aumento progresivo de la bebida alcohólica, bebe solo, inventa pretextos para beber, bebe a escondidas, necesidad de beber en las mañanas, lagunas o pérdida temporal de la memoria.

3.- Si porque el alcohol crea dependencia física y psíquica y por tanto requiere, tratamiento especializado. Principalmente es necesaria la motivación y decisión del paciente, para dejar el consumo en beneficio de su salud, trabajo, familia.

ANEXO 12

UNIDAD 13: TABACO

ACTIVIDAD 2: SET DE TARJETAS TABACO

Set de Tarjetas

1) El Tabaco durante el embarazo retarda el crecimiento

2) El Tabaco produce cáncer de labio, cavidad bucal y faringe.

3) El Tabaco produce cáncer de pulmón, Tráquea y Bronquios

4) La producción de cigarrillos ocasiona deforestación: limpian la tierra para plantar tabaco.

5) Los fumadores no son los únicos expuestos al humo de cigarrillo, los NO fumadores son agredidos por él, produciendo irritación a los ojos.

6) Para la realización de cigarrillos se debe producir en cantidad, para los hornos que secan las hojas de tabaco.

7) Los fumadores pasivos están expuestos a: Manifestaciones nasales.

8) El cigarrillo hace que el cuerpo no utilice bien el calcio aumentando el riesgo de osteoporosis o debilidad de los huesos, causando fracturas de los mismos.

9) En la plantación y cultivo son empleados fertilizantes químicos agrotóxicos en grandes cantidades, para esterilizar o exterminar las plagas. Estas causan consecuencias como contaminación de las agua, lo que lleva a la muerte de los animales.

10) La nicotina es un poderoso estimulante tóxico, que acelera el pulso aumenta la presión arterial.

11) Los efectos producidos a corto plazo en fumadores pasivos son: Tos, cefalea, aumento de los problemas alérgicos y cardiacos.

12) La Nicotina es responsable del hábito y la dependencia que desarrollan los y las fumadores (as)

13) Para los productores de cigarrillo, la leña es usada en el secado de la hoja. En este proceso, queman muchísimos árboles, la proporción es de un árbol para cada 300 cigarros producidos.

14) El Monóxido de Carbono es un gas que se encuentra en el humo del cigarrillo, envenena las células y el tejido-.Esta sustancia es responsable de las muertes por enfermedad coronaria.

15) El fumador pasivo a largo plazo puede tener una reducción de la capacidad respiratoria.

16) El Alquitrán que se inhala en el humo del Tabaco, se deposita en los bronquios y pulmones, es responsable del cáncer de pulmón bronquitis y enfisema pulmonar.

17) El fumar causa infartos. La Nicotina del cigarrillo hace trabajar más rápido el corazón y provoca la obstrucción de las arterias causando ataques cardiacos.

18) Las reservas forestales en un 15% A 25% aproximadamente son destruidas por incendio, en todo el mundo, a causa de cigarrillos dejados inadvertidamente.

19) El fumar causa el riesgo de aborto, sangramiento y parto prematuro.

20) Una embarazada que fuma corre riesgo de dar a luz un bebé de menor peso, con inmadurez pulmonar o con defectos congénitos.

21) Si la madre fuma durante el embarazo, el bebé puede padecer el Síndrome de Muerte Súbita.

22) Los fumadores pasivos pueden padecer angina (dolor de pecho).

23) Vivir en un ambiente contaminado por el humo del cigarrillo lleva al niño a desarrollar bronquitis, neumonía y complicaciones de asma con más frecuencia.

24) Vivir en un ambiente contaminado por el humo del cigarrillo lleva al niño a desarrollar bronquitis, neumonía y complicaciones de asma con más frecuencia.

25) La menopausia, en mujeres fumadoras, se alcanza dos años antes que las mujeres no fumadoras.

26) Algunas dolencias asociadas al uso del cigarrillo son, cáncer de riñones, vejiga, de colon y de útero.

27) El Monóxido de Carbono del cigarrillo disminuye el oxígeno en la sangre, produciendo arrugas en la piel antes de tiempo.

28) El fumar produce halitosis, que es el más aliento del fumador.

29) El Alquitrán del cigarrillo produce manchas y caries en los dientes, así como problemas con las encías que pueden hacer que se caigan los dientes.

30) Los venenos del cigarrillo obstruyen las arterias produciendo derrames cerebrales.

ANEXO 13

UNIDAD 14: INHALABLES

ACTIVIDAD 2: LA FIESTA DE SOLEDAD

"... Cuando entré a la Disco, la fiesta estaba que ardía... No conocía a muchos; pero igual la fiesta estaba súper... De tanto bailar me dio sed... en ese momento me di cuenta que en las pocas mesas no había casi trago. Pregunté por qué y me dijeron que ellos estaban en otra...Entonces, un chico súper churro, me dijo que me pusiera en onda y me paso la clefa... Tú sabes... ¡Cómo pueden decir algunos que la droga es mala! ¡Fue fantástico como me sentí!... Yo era otra... mi cuerpo libre... La música se introdujo en mi cuerpo... Deje de pensar, ya no me importó mi acné, ni mi pelo sin brillo, ni los problemas con mi papá. Nada. Después salimos con un grupo a continuarla... Y pasó... ¡"Es que tenía ganas de expresar lo que siempre había ocultado... Dar amor sin límites... recibir amor total...!" Nada le reproche a Soledad cuando me lo contó el lunes, durante el primer recreo. Es que somos compañeras desde básico... pero yo no estoy ahí con esa onda... Me comencé a alejar de a poco. Ella siguió por un tiempo siendo el centro de atención de los muchachos... pero no duró mucho. Empezó a faltar a clases con frecuencia, dejo de ser la chica alegre de siempre... hasta que casi sin darme cuenta no apareció más al colegio. Pasaron varios meses sin saber de Soledad. Faltaba poco para que terminará el año escolar cuando supe la noticia: A la Solé, la encontraron botada en la calle, inconsciente, me dijeron mis compañeros. Fui a verla al Hospital, me impacto cuando la vi, no podía ser ella... No era la misma chica bonita del Colegio... ¡cómo estaba cambiada!... Cuando se dio cuenta quien era yo, me abrazo fuertemente y estallo en sollozos. Lloramos juntas. Ella repetía y repetía que su vida no tenía sentido... que no tenía a nadie, que todos la habían rechazado. Entonces recordé que yo también me había alejado; que por temor a mí misma, nada había hecho por ella. En ese momento llegó su madre a verla y me puse muy nerviosa. Pensé que actuaría en forma descontrolada... que le gritaría... Pero no... Acarició con ternura el cabello de Soledad, y las lágrimas resbalaron suaves por su mejilla. Conversamos mucho las tres, pero nada dijimos de lo sucedido. La próxima semana es la promoción de nuestro curso, Soledad no estará con nosotros. Sé que sentiré pena; pero trataré de estar alegre; mi amiga sé está recuperando en el INTRAID, vive de nuevo con sus padres y yo... yo estaré siempre con ella.

ANEXO 14

UNIDAD 15: MARIHUANA

ACTIVIDAD 2: HOJA DE CONOCIMIENTOS SOBRE MARIHUANA FASE I

(Falso-Verdadero)

---------1. La marihuana no es adictiva

---------2. La marihuana hace que las personas sean más creativas y sociales.

_____ 3. Da lo mismo fumar tabaco, que marihuana

_____ 4. Si hoy fumas marihuana, tu cuerpo seguirá con esta droga al día siguiente

_____5 El fumar marihuana nos es dañina.

_____ 6 Muchas personas fumaron marihuana hace 10 años y parece que no les afecto.

_____7. La mayoría de los (as) jóvenes empiezan a usar marihuana porque son curiosos(as) aventureros (as) o muy astutos(as)

_____8. El fumar solo un toco (marihuana) no lastima

_____9. El fumar cigarrillos no tiene relación con que una persona pruebe la marihuana.

____10. No existen buenas razones para que los chicos y chicas usen drogas.

____11 La marihuana es el primer paso para iniciar la escalada de las drogas.

____12 Si quiero integrarme al grupo debo fumarme unos pitos.

____13 La marihuana produce cáncer pulmonar igual que el cigarrillo.

____14 La marihuana afecta la memoria y la concentración.

____15 La sustancia química de la marihuana llamada THC se acumula en el cerebro y los órganos reproductores

____16 La marihuana provoca la pérdida de interés y la apatía

ANEXO 15

UNIDAD 15: MARIHUANA

ACTIVIDAD 2: MITOS Y REALIDADES SOBRE LA MARIHUANA FASE II

Respuestas

1.-La marihuana no es adictiva (Falso)

REALIDAD: Si es adictiva.

Las personas pueden llegar a depender del "toco" física y psicológicamente dependiendo del tiempo y frecuencia con que se consume

2.-La marihuana hace que las personas sean más creativas y sociales. (Falso)

REALIDAD: El "toco" debilita y embota las emociones y puede hacer que los que la usan frecuentemente se vuelvan retraídos y paranoicos.

3.- Da lo mismo fumar cigarros que marihuana (Falso)

REALIDAD: Ambos son dañinos. Pero en el año 1988 una investigación encontró que la marihuana produce 3 veces más la cantidad de alquitrán y 5 veces más la cantidad de monóxido de carbono en el organismo, ambos son venenosos.

4-.- Si hoy fumas marihuana, tu cuerpo seguirá con esta droga al día siguiente. (Verdadero)

REALIDAD: Rastros químicos de marihuana (THC) pueden ser detectados en tu organismo después de un mes o más mediante una prueba de orina

5.- El fumar marihuana nos es dañino. (Falso)

REALIDAD: La marihuana ya no es vista como una droga "inocente". El uso excesivo de la misma afecta la memoria, las reacciones son lentas, disminuye la capacidad de aprendizaje, incrementa los latidos del corazón en 50%. Causa complicaciones en personas embarazadas.

6.- Muchas personas fumaron marihuana hace 10 años y parece que no les afecto (Falso)

REALIDAD: más de 7.000 investigaciones muestran que la marihuana tiene efectos dañinos. La marihuana de hoy, en comparación con la de hace 10 años atrás es de 10 a 15 veces más fuerte. Es difícil conocer o regular su potencia

7.- La mayoría de los (as) jóvenes empiezan a usar marihuana porque son curiosos (as) y aventureros (as) (Falso)

REALIDAD: Un trabajo de investigación concluyó que la mayoría de los chicos (as) empezaron a usar porque no se sentían capaces, apreciados o aceptados. En general, estaban deprimidos y se sentían mal.

8.-El fumar solo un toco (marihuana) no causa ningún problema. (Falso)

REALIDAD: El tiempo de reacción motora como el manejar, es reducido en el 42% después del primer "toco" y 63% después del segundo. Inmediatamente acaba con la energía. Los que usan marihuana dicen que el efecto que esta produce es de cansancio, aburrimiento, lentitud, inactividad

9. El fumar cigarrillos no tiene relación con que una persona pruebe la marihuana. (Falso)

REALIDAD: Los (as) jóvenes que fuman cigarrillos tienen más probabilidad de probar la marihuana y más tarde probar cocaína, y otras drogas. Es por esto que se dice que la nicotina es una "droga de entrada"

10. No existen buenas razones para que los chicos y chicas usen drogas. (Falso)

REALIDAD: Algunos chicos (as) tienen que tomar droga. Algunas de estas son prescritas por los médicos, pero nunca hay una buena razón para que un chico(a) tome drogas ilegales incluyendo el alcohol.

11.- La marihuana es el primer paso para iniciar la escalada de las drogas. (Relativo)

REALIDAD: En muchos casos es el tabaco o el alcohol la primera droga de entrada

12.- Si quiero integrarme al grupo debo fumarme unos pitos.

REALIDAD: El integrar y ser parte de tu grupo, no te obliga a hacer lo que los otros quieren, sino a cultivar una amistad con valores que vayan en tu propio beneficio.

13.- El fumar marihuana no produce daños al organismo.

REALIDAD: La marihuana produce cáncer pulmonar igual que el tabaco.

14.- La marihuana afecta la memoria y la concentración. (Verdadero)

15.- La sustancia química de la marihuana llamada THC se acumula en el cerebro y los órganos reproductores. (Verdadero)

16.- La marihuana provoca la pérdida de interés y la apatía (Verdadero)

ANEXO 16

UNIDAD 20: CONSTRUYENDO NUESTRA SEXUALIDAD

Grupo de Mujeres

¿Cómo se sentiría una adolescente que tenga las siguientes experiencias?
El inicio del crecimiento de los senos
La primera menstruación
La primera declaración de amor
El primer enamorado
La primera vez que se dio cuenta que le gusto un chico
El primer beso Las primeras fiestas con chicos
Los primeros piropos
La primera vez que se maquilla o arregla
Pasar frente a un grupo de chicos
Una experiencia de masturbación
La primera relación sexual

ACTIVIDAD 3: EL LENGUJE DE MI SEXUALIDAD

Grupo de Varones

¿Cómo se sentiría un adolescente que tenga las siguientes experiencias?
La primera reunión con chicas.
La primera vez que se dio cuenta que le gusta una chica.
El primer beso.
Los demás lo presionan para que tenga una relación sexual.
Se moja o tiene una polución nocturna por primera vez.
Una chica lo rechaza.
Una experiencia de masturbación.
La primera relación sexual
Enamorarse.
Pasar al lado de un grupo donde solo hay chicas.
Entrar solo a un colegio de mujeres.

ANEXO 17

UNIDAD 20: CONSTRUYENDO NUESTRA SEXUALIDAD

ACTIVIDAD 4: EL TEST DE LA SEXUALIDAD

En este test encontraras situaciones que pueden ser protagonizadas por un varón, por una mujer, o por ambos. Lee bien cada ítem y luego marca en el casillero que corresponda quien protagoniza en la mayoría de los casos, la situación mencionada.

ITEM	EL VARÓN	LA MUJER	AMBOS
Quien se declara para formar una pareja			
a Quien lleva los sándwiches al paseo			
Quien propone la película que la pareja ira a ver			
Quien invita a la fiesta			
Quien paga la cuenta cuando la pareja sale			
Quien ve más películas eróticas y de acción			
Quien propone tener relaciones sexuales			
Quien propone usar condón			
Quien usa anticonceptivos			
Quien castiga a los hijos y a las hijas			
Quien sale más a la calle con sus amigos o amigas			
Quien cambia los pañales a los hijos			
Quien pierde la virginidad			
Quien acude al centro de salud llevando a los hijos			
Quien acude al ginecólogo cuando se produce un embarazo o una enfermedad de trasmisión sexual			
Quien habla más de sexo			
Quien tiene más experiencia en las relaciones sexuales			

ANEXO 18

CUESTIONARIO PARA MEDIR LA VALORACIÓN DEL PROGRAMA

Ahora que ha finalizado el programa de Prevención Integral y Promoción de la Salud del Adolescente, nos interesa mucho conocer tu opinión sobre el mismo. Tus opiniones son importantes para nosotras(os), pues, nos permitirán mejorar el programa.

1. ¿Qué aportaste tú al Taller?

.....

.....

2. ¿Crees que los temas que hemos tratado pueden servirte en el futuro?

.....

.....

3. ¿Señala dos temas que a tu criterio fueron los más importantes:

.....

.....

4. Las actividades del Taller, aportaron a tu desarrollo personal y a tu rol como facilitado(a) ¿Cómo?

.....

.....

5. Las actividades del Taller ¿te ayudaron a mejorar tu relación con los miembros de tu familia? Explícanos:

.....

.....

6. Los temas y actividades de los talleres ¿aportaron para la comprensión del problema del Consumo del alcohol? Explícanos:

.....

.....

7. Consideras tú que el método de trabajo fue:
.....
.....

8. Tu opinión con referencia al trabajo de las(os) Facilitadoras (es):

.....

.....

Aspectos negativos: Aspectos positivos:

.....

.....

9. ¿Qué sugerencias podrías dar para mejorar el programa?

.....

.....

.....

.....

10. ¿Qué me llevo de este taller?

.....

.....

.....

11. ¿Quieres agregar algún detalle?

.....

.....

.....


ACTITUD




ACTITUD