INTRODUCCIÓN

La prevención integral entendida como el proceso educativo, que implica el desarrollo de las habilidades para la vida, identifica la raíz del problema de la acción de las drogas en la comunidad, revisa el rol de los procesos socializadores de la familia, la escuela, la comunidad y el lugar de trabajo y propone acciones para la solución de los problemas planteados.

Es importante tomar en cuenta que los estudios sobre el consumo de drogas en la población mundial muestran que, salvo algunas excepciones vinculadas al consumo tradicional de drogas como el opio o el khat, el consumo de drogas sigue estando más extendido entre los jóvenes que entre las personas de más edad. De la mayoría de las investigaciones se desprende que el riesgo de iniciación en el abuso de sustancias es más acusado en el período de la adolescencia temprana (12 a 14 años) y tardía (15 a 17 años) y que el abuso de sustancias llega a su auge en las personas de 18 a 25 años. (UNDOC, 2018, P.10)

Por lo anteriormente expuesto, es de gran importancia reparar en el verdadero problema del consumo indebido de drogas haciendo énfasis en la percepción errónea que la mayoría de las personas tienen sobre las razones "justificadas" que se tienen para iniciar un consumo y gradualmente intensificarlo. Cuando una persona comienza a drogarse posiblemente lo primero que perciba serán los efectos positivos, pensando así que puede llegar a controlar el consumo. Sin embargo, con el tiempo si el consumo continúa y aumenta, muchas actividades diarias pueden verse afectadas en incluso suspendidas haciendo que aquellas actividades que resultaban ser placenteras, se vuelvan menos placenteras perdiendo el sentido y dando paso a un planteamiento de consumo para "sentir" placer.

Es necesario reconocer que hablamos de factores riesgo y protectores de manera plural ya que el uso indebido de drogas en los adolescentes es el resultado de cuatro dominios: comunidad, escuela, familia e individual-iguales.

El riesgo de consumir drogas aumenta sustancialmente durante las etapas de transición de una persona, siendo de gran relevancia en nuestra investigación, en los adolescentes; mudanzas, divorcios, pérdidas, cambio de escuela y situaciones sociales estresantes. Vale recalcar que las

partes del cerebro que controlan el jucio y la toma de decisiones no termina de desarrollarse hasta pasados los 20-25 años, lo cual limita la capacidad en un adolescente para evaluar correctamente los riesgos de probar drogas y lo hace más vulnerable a la presión de sus compañeros.

Como el cerebro todavía está en desarrollo, es más probable que el consumo de drogas a esta edad perturbe la función cerebral en zonas que son críticas para la motivación, la memoria, el aprendizaje, el juicio y el control de comportamiento.

Se considera observar ciertos aspectos de la vida desde una perspectiva más profunda, y la psicología, educación y formación nos ayudan a descubrir el orden de la conducta, los pensamientos, decisiones y accionar en la actualidad. Dentro de la sociedad están aumentando y de manera alarmante ciertas problemáticas que afectan la salud física y mental de los estudiantes y futuros profesionales, por tal, en el presente trabajo de investigación desarrollaremos un tema que involucra el papel de los factores de riesgos y protectores en relación al uso indebido de drogas, con el fin de poder llegar a la población estudiantil a través de los maestros como agentes de cambio y guías para fortalecer aquellos factores protectores en sus alumnos.

El desarrollo de este trabajo de investigación tiene la finalidad de diseñar un programa de prevención integral sobre el uso indebido de drogras dirigido a maestros de las Unidades Educativas de la ciudad de Tarija para fortalecer los factores protectores.

Este trabajo cuenta con la siguiente estructura:

Introducción, el mismo que hace referencia al objeto de estudio que es la prevención integral haciendo una descripción del mismo y tomando en cuenta las variables que intervienen en esta investigación como los factores protectores, maestros y el consumo indebido de drogas.

Capítulo I, Planteamiento y justificación del problema, en el cual se presenta un panorama a cerca del diseño de un programa de prevención integral sobre el uso indebido de drogas dirigido a los maestros de la ciudad de Tarija.

Capitulo II, Diseño teórico, en este apartado se encuentran los objetivos de la investigación.

Capitulo III, Diseño metodológico; en esta parte se encuentra toda la metodología que se utilizó para llevar a cabo la presente investigación propositiva, como el tipo de investigación, los métodos, técnicas e instrumentos, materiales, programa y procedimiento.

Capitulo IV, Marco teórico donde se encuentra toda la información teórica acerca de las variables de estudio.

Capítulo V, Propuesta del programa, este capítulo cuenta con el programa de prevención integral sobre el uso indebido de drogas dirigido a maestros de las unidades educativas de la ciudad de Tarija.

Finalmente, se presenta la Bibliografía consultada para enriquecer y fundamentar teóricamente el trabajo y los Anexos que respaldan la elaboración de la presente investigación.

CAPÍTULO I

1. PLANTEAMIENTO Y JUSTIFICACIÓN DEL PROBLEMA

1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

En la actualidad, el consumo de drogas legales e ilegales en el mundo tiene un impacto negativo para el sistema de salud pública de los países por el elevado costo en la recuperación de las personas drogadictas y las consecuencias sociales colaterales. A pesar de ello, según el Informe Mundial sobre Drogas de la Oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito (UNODC, 2020) el consumo a nivel global aumenta, pese al impacto de largo alcance que representa el COVID-19 en los mercados de las drogas.

La red de captación de consumidores de drogas es muy vasta y tiene diferentes modalidades. Entre los grupos poblacionales de mayor riesgo están los jóvenes y adolescentes.

> Al respecto, la UNODC indica "el consumo de drogas aumentó mucho más rápidamente entre los países en desarrollo durante el período 2000-2018 que en los países desarrollados. Las personas adolescentes y adultas jóvenes representan la mayor parte de quienes consumen drogas, mientras que las y los jóvenes son también los más vulnerables a los efectos de las drogas porque son quienes más consumen y sus cerebros están todavía en desarrollo". (párr. 7)

Por lo general, los riesgos para la salud mental, física y emocional de los adolescentes son mayores, debido a múltiples factores (Papalia, Wendkos, & Duskin, 2004, p. 478). El más común es la crisis de identidad como respuesta inmediata para sus problemas, que los vuelven proclives al consumo de drogas.

> En este contexto es indispensable atender la prevención, entendida como el "conjunto de procesos que promueven el desarrollo integral de las personas, sus

> familias y la comunidad; anticipándose a la aparición de cualquier problema (de consumo de drogas) o trabajando con y desde el problema para evitar las conductas de consumo y disminuir los factores de riesgo". (UNODC, 2015, p. 51)

A nivel mundial, cada año mueren en el mundo 190.900 personas por consumo de estupefacientes, según las estimaciones más conservadoras presentadas por UNODC (2017). Si se miran los números por continente o región, el que tiene la mayor proporción de muertes es América del Norte, con 172,2 cada millón de habitantes. Luego aparecen Oceanía (102,3), África (61,9), Europa del Este (55,6), Europa Occidental y Central (26,4), Asia (22,5) y América Latina (14,9). El promedio mundial es 39,6. (UNODC, infobae, 2017)

> En el caso de Bolivia, la UNODOC (2020) "estimó que alrededor del 0,6 por ciento de la población de 15 a 64 años eran consumidores de cocaína y 0,2 por ciento consumieron pasta base de cocaína. El consumo de cocaína y pasta base de cocaína en 2018 aumentó (…) El consumo de cocaína en Bolivia fue más frecuente entre los hombres que entre las mujeres. Este consumo fue mayor entre las personas de 16 a 24 años que otros grupos de edad". (párr. 9)

La situación que presenta Bolivia es de consideración, sobre todo cuando la drogadicción es un trastorno que está relacionado con aspectos mentales de quienes consumen sustancias controladas.

> CELIN (2009) explica que "el consumo de drogas es definido como un problema de salud mental, por lo tanto, las explicaciones son del orden epidemiológico. El origen del consumo es atribuible a una multitud de factores que giran en torno a la droga, a la persona y al medio".

Por otra parte, en Viena el año 2002 tras realizarse una reunión de experiencia directa entre jóvenes y expertos sobre educación de base escolar para la prevención del uso indebido de drogas bajo la Oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito Viena, se publica una base conceptual para que los profesores, los sectores decisorios y los administradores de escuelas puedan tomar decisiones acerca de los programas de base escolar para la prevención del uso indebido de drogas, a fin de lograr un éxito mayor en términos docentes.

Del mismo modo, la Universidad de Santiago de Compostela Elisardo Becoña Iglesias publica en el año 2002, mediante el plan nacional de drogas, el documento de "Bases teóricas que sustentan los programas de prevención de drogas", el cual refleja que el consumo de drogas es el principal problema de salud de los países desarrollados por cuanto la prevención en drogodependencias debe estar enfocada en: reducción de consumo y reducción de demanda. También muestra que en España la prevención de drogodependencia mejoró debido a los programas preventivos en marcha permanente por lo que se debe trabajar conociendo los factores de riesgo y empleando un modelo adecuado.

En el año 2018, se actualiza el documento científico "Las drogas, el cerebro y la conducta: la ciencia de la adicción", publicado por el Instituto Nacional sobre el Abuso de Drogas; Institutos Nacionales de la Salud; Departamento de Salud y Servicios Humanos de Estados Unidos, el cual pretende visibilizar el por qué es necesario estudiar el consumo de drogas y la adicción, partiendo desde una lógica científica a través de evidencias neurológicas. El trabajo fue considerado como representación de que un conocimiento más profundo de los fundamentos de la adicción permitirá que la gente tome decisiones informadas en su propia vida, que adopte políticas y programas basados en la ciencia para reducir el consumo y la drogadicción en sus comunidades y apoye la investigación científica que mejora el bienestar de las naciones.

A nivel nacional, de acuerdo a investigaciones del Global status report on alcohol and health del World Health Organization (WHO), en el caso de Bolivia para el 2004, el consumo promedio es de cinco litros por persona de alcohol puro al año. Esto significa que por año se consumen unos 50 litros de bebida alcohólica por persona. Si se divide en las 52 semanas del año, se toma un litro a la semana, eso equivale a una botella de ron. (Camus, 2004, p. 2) .

Por otra parte, uno de los últimos avances del Gobierno de Bolivia para la prevención del uso indebido de drogas en el país, es la elaboración y socialización del **"Plan Nacional de Reducción de la Demanda de Drogas en Bolivia"** (2013-2017), cuyo objetivo es "Reducir la vulnerabilidad al consumo de alcohol y otras drogas en la población boliviana, focalizándose en los grupos de mayor riesgo a partir de estrategias integrales de prevención universal, selectiva e indicada, asegurando el tratamiento, rehabilitación y la reintegración familiar, social y laboral de las personas afectadas y fortaleciendo capacidades institucionales para mejorar los servicios y las respuestas oportunas y efectivas a los desafíos del Plan Nacional." (CONALTID, 2017, p. 93)

Entre julio de 2014 y diciembre de 2016, los esfuerzos de prevención de la UNODC se orientaron a contribuir a detener el aumento de las tasas de uso de drogas ilícitas entre los escolares de La Paz, Santa Cruz de la Sierra, Oruro, Sucre y Cochabamba mediante el fortalecimiento de los factores de protección en la sociedad, a través de estrategias educativas integrales y participativas, con el fin de crear conciencia, empoderar y movilizar a la sociedad contra el uso ilícito de drogas. El estudio refleja que fueron capacitados en prevención del uso indebido de drogas 5261 maestros, 157 unidades educativas incorporaron la prevención en el currículum escolar y de aula, 146000 estudiantes recibieron en el aula contenidos de prevención del uso indebido de drogas.

Otro estudio realizado por la Universidad Privada Domingo Savio de la ciudad de La Paz, por Alcaraz del Castillo, Frankli en el año 2005, titulado "Estudio comparativo consumo de alcohol, tabaco, cocaína y otras drogas en Bolivia" y que fue avalado por el Ministerio de Salud, reveló que Tarija es uno de los tres departamentos que encabeza el consumo mensual de bebidas alcohólicas por lo cual, la Unidad de Prevención dependiente de la Secretaría de la Familia de la Alcaldía Tarija y el Departamento de Prevención y Pomoción de la Salud del Instituto Nacional de Prevención, Tratamiento y Rehabilitación de Drogodependencias y Salud Mental (Intraid) de Tarija llevaron a cabo un programa de prevención integral del uso indebido de drogas "Manual la familia es fortaleza" dirigido a padres de familia de unidades educativas y barrios.

Bajo la misma línea, entre julio de 2014 y 2016, en las ciudades de La Paz, Santa Cruz de la Sierra, Sucre y Cochabamba; fueron capacitados 3.839 maestros en prevención del uso indebido de drogas, alrededor de 92.000 estudiantes fueron beneficiados con el desarrollo de contenidos preventivos en sus escuelas y colegios, finalmente, más de 100 eventos de movilización social fueron implementados en relación al uso indebido de drogas. (UNODC, infobae, 2017)

A nivel regional, en el año 2019 se llevó adelante una Práctica Institucional de la Universidad Autónoma Juan Misael Saracho realizada por María Fernanda Arancibia Vilte sobre una "Formación en prevención del uso indebido de drogas a través del programa "Escuelas Saludables" del INTRAID dirigido a maestros de la ciudad de Tarija", en la cual el objetivo fue formar a maestros en prevención oportuna del uso indebido de drogas a través de la implementación de dicho programa.

De la misma manera, el Instituto Nacional en Prevención, Tratamiento, Rehabilitación e Investigación en Drogodependencias y salud mental INTRAID Tarija, tiene diferentes programas de prevención, y al ser una institución que cuenta con el departamento de prevención y promoción de la salud en el año 1990, manejaron un Manual de Prevención Integral del consumo de drogas en la comunidad, el cual ha asido aplicado a nivel nacional por todos los INTRAID del país.

Esta institución al ser la fuente de información sobre el uso indebido de drogas en la ciudad de Tarija, en el año 1998 elaboró un Manual Teórico Práctico de Prevención Integral del consumo de alcohol y otras drogas, posteriormente en el año 2007 se llevó a cabo la Capacitación en prevención integral de drogas a maestros de la ciudad de Tarija y en el año 2017 elaboró el Manual de Prevención Oportuna del Uso Indebido de Drogas "Escuelas Saludables".

En función de lo expresado en párrafos anteriores, surge la necesidad de llevar adelante esta investigación propositva porque a partir de una revisión bibliográfica se puede constatar que

existen investigaciones y artículos que abordan el tema del abuso de drogas, sin embargo son contados aquellos que entrelazan el uso indebido de drogas de los alumnos y políticas de acción, como son los programas preventivos en relación a la formación de maestros como aquellas personas que son autoridad para los alumnos y son quienes pueden actuar como verdaderos agentes de prevención y cambio en las escuelas.

1.2 JUSTIFICACIÓN

La presente investigación propositiva se pretende realizar porque prevenir el consumo temprano de drogas puede servir de mucho para reducir los factores de riesgo a los cuales los adolescentes quedan expuestos y así poder fortalecer el conocimiento y los factores protectores en los maestros como agentes de prevención y cambio en las futuras decisiones de sus alumnos mediante una comunicación asertiva e integrativa. Es de conocimiento que el riesgo de consumo de drogas aumenta sustancialmente durante las etapas de transición, mismas en las que los adolescentes viven ciertos cambios y se enfrenta a nuevas situaciones sociales, familiares y académicas que les resultan difíciles.

Cuando ingresan a la etapa final de su educación secundaria, pueden encontrarse allí con una mayor disponibilidad de drogas, el consumo por parte de adolescentes más grandes y actividades sociales en las que el consumo aumenta. Por tal motivo, a menudo, durante este período, se ven expuestos de manera casi permanente a sustancias como los cigarrillos, el alcohol y otras drogas.

Por lo cual la presente investigación propositiva es contemplada para prevenir a través de los maestros, el consumo temprano de drogas evitando de esta manera el aumento de las posibilidades de riesgo de que un estudiante abuse de las mismas.

Es de conocimiento que los estudiantes vienen recibiendo desde tiempo atrás lecciones en relación al uso de las drogas en sus instituciones escolares, bajo la creencia de que la educación acerca de las drogas podría modificar su comportamiento. Ahora bien, tanto algunos profesores como padres de familia, estiman que las lecciones “esporádicas” encaminadas a conseguir un cambio de comportamiento no tienen el éxito esperado debido a su corta duración, por lo cual la presente investigación propositiva servirá para llevar adelante un programa de prevención integral con enfoque orientado a la educación y dirigido a los maestros como agentes de prevención y cambio del uso indebido de drogas en el ámbito escolar.

Es por lo expuesto anteriormente que los beneficiarios serán los maestros, quienes son considerados como adultos que pueden influir en la toma de decisiones de los estudiantes y la forma de hacerlo, consiste en desarrollar conocimientos y aptitudes y en cultivar los valores de sus estudiantes.

Por lo cual, los estudiantes serán beneficiados en cuanto a una prevención integral a través de la capacitación, fortalecimiento y puesta en práctica de las aptitudes de sus maestros al finalizar el programa. Será beneficiado también, el sistema educativo nacional al contar con un programa de prevención integral para que los maestros, en función al papel educador que desempeñan, puedan formarse como agentes de prevención y cambio.
Finalmente, la población tarijeña en su conjunto será beneficiada porque se contará con un programa de prevención integral para evitar el uso indebido de drogas a partir de la capacitación de maestros de las Unidades Educativas.

Los aportes que brindará la presente investigación, son los siguientes:

El ***aporte teórico*** del trabajo de investigación se encuentra en que estará constituida con fuentes teóricas e información confiable para poder apoyar teóricamente a futuras investigaciones relacionadas con la problemática abordada, también aportará conocimientos sobre el campo investigado y aportará con la presentación de la información recopilada que servirá de guía y capacitación a maestros con necesidad de aprender y capacitarse en la temática abordada.

El ***aporte práctico*** se ve reflejado en que el trabajo servirá como base para futuras investigaciones, servirá también como material de consulta para otros estudios que deseen indagar y aportar en relación a la temática abordada.

El ***aporte metodológico*** será la elaboración de un programa de prevención integral sobre el uso indebido de drogas mediante el fortalecimiento de conocimientos y factores protectores dirigido a maestros de las Unidades Educativas de la ciudad de Tarija, también la elaboración de dos instrumentos; el primero para medir el grado de conocimiento de los maestros y el

segundo que permitirá evaluar el impacto del programa de prevención integral en los maestros de las Unidades Educativas de Tarija.

CAPÍTULO II

2. DISEÑO TEÓRICO

2.1 OBJETIVOS

2.1.1 Objetivo General

Diseñar un programa de prevención integral sobre el uso indebido de drogas dirigido a maestros de las unidades educativas de la ciudad de Tarija para fortalecer los factores protectores.

2.1.2 Objetivos Específicos

- Construir un instrumento para diagnosticar el nivel de conocimiento de los maestros de las Unidades Educativas de la ciudad de Tarija sobre el uso indebido de drogas.
- Elaborar un programa de prevención integral considerando los contenidos, objetivos, metodologías y materiales sobre el uso indebido de drogas.
- Crear un instrumento para evaluar el impacto del programa de prevención integral en maestros de las unidades educativas de la ciudad de Tarija.

CAPÍTULO III

3. DISEÑO METODOLÓGICO

3.1 TIPO DE INVESTIGACIÓN

La presente investigación está orientada en el área de la ***psicología educativa*** ya que el objeto de estudio serán las formas en las que se producirá el aprendizaje humano integral dentro de los centros educativos. De esta manera se ubica en el área educativa de la psicología, ya que busca dar respuesta a los problemas educativos capacitando a los maestros para que ellos, como agentes de prevención y cambio puedan ayudar a disminuir e incluso evitar por completo el uso indebido de drogas en sus Unidades Educativas a tomando en cuenta diferentes aspectos del desarrollo integral como el ser el aspecto moral, físico, social y moral.

En esta investigación con base en la psicología educativa se busca generar una transformación en el quehacer docente, buscando el trabajo en equipo, cooperativo con una secuencia sistemática y con cambios en el proceso, con el objetivo de llegar al contexto de la realidad social de los actores, encontrando así la perspectiva necesaria para llegar de forma más clara al objetivo a lograr.

El programa de prevención integral, está diseñado para que los maestros de las diferentes Unidades Educativas a través de un proceso enseñanza - aprendizaje sean agentes de prevención y cambio para los estudiantes. El mismo contempla técnicas educativas orientadas a fortalecer el conocimiento de los maestros sobre el uso indebido de drogas.

De acuerdo a lo mencionado anteriormente se refiere que “se puede definir a la psicología educativa como la aplicación de los principios de la psicología a los problemas educativos… Esta ciencia además de centrarse en la orientación del desarrollo de progresos mentales, debe atender también a otros aspectos del proceso de desarrollo integral, o sea el aspecto emocional, físico, moral y social.” (de la Mora Ledesma, 2004, pp. 16-17)

Esta investigación es considerada ***propositiva***, porque a partir del análisis, descripción y recolección de una mezcla de teorías existentes sobre la prevención del uso indebido de

drogas como hecho particular identificado, se busca así, dar una solución, a través de una propuesta, como es, en este caso, el programa de prevención integral para que se evalúe y, en el mejor de los casos, se pueda implementar en diferentes instituciones como un modo de alternativa de solución a la problemática educativa identificada.

Por lo tanto, "una investigación propositiva tiene una mezcla de teorías existentes que están relacionadas al hecho particular, materia de investigación, que no concluye solamente relacionando la teoría con el hecho, sino que pretende dar una solución desarrollando una iniciativa a la cual se denomina propuesta". (Charaja, 2000)

3.2 MÉTODOS, TÉCNICAS E INSTRUMENTOS

3.2.1 MÉTODOS

Los métodos que se utilizarán serán el método teórico.

- **Método teórico:** este método permitirá obtener información inicialmente en la construcción del marco teórico para poder dar inicio a la investigación, tener un mayor conocimiento del tema a través de procesos de análisis, síntesis e inducción para impartir y reforzar el conocimiento sobre el uso indebido de drogas en los maestros.

  Método analítico: permitirá recoger datos e información acerca de los factores protectores de los maestros en relación al uso indebido de drogas, a través de los cuestionarios; los cuales darán lugar al análisis e interpretación, permitiendo la construcción de una nueva realidad desde la experiencia y percepción de cada maestro.

  Método de modelación teórica: se verá reflejada en el diseño y elaboración del programa de prevención integral sobre el uso indebido de drogas.

  Revisión documental: la cual permitirá esclarecer las características de los procesos, desarrollo de consumo y confirmar e incrementar la información que se vaya a obtener a lo largo de la revisión bibliográfica con hechos, fechas y estadísticas.

  Método de análisis histórico y lógico: se verá reflejado en la trayectoria real de los fenómenos de consumo tanto a nivel regional, nacional e internacional, las estadísticas presentadas sobre el incremento de consumo, edades y género serán de gran importancia ya que marcarán una línea lógica de tiempo-incremento.

3.2.2 TÉCNICAS

La técnica que se manejará para la presente investigación será:

- **Encuesta estructurada:** se utilizará como técnica para la recopilación de la información, ya que la misma es un método de investigación para obtener información de las personas sobre diversos temas; en este caso, servirá para el análisis, fortalecimiento y énfasis del grado de conocimiento de los maestros sobre el uso indebido de drogas. Servirá también para obtener un conocimiento a fondo de las cuestiones cualitativas, siendo útiles para evaluar el impacto previsto del programa de prevención en los maestros recibiendo las opiniones sobre la pertinencia y calidad de la intervención.

  Se debe tomar en cuenta que los datos que se obtienen mediante la encuesta tienen la finalidad de que cada persona encuestada responda las preguntas en una igualdad de condiciones para evitar opiniones sesgadas que pudieran influir en el resultado de la investigación o estudio. El aplicar esta técnica implica solicitar a las personas información a través de un cuestionario, en el caso de la presente investigación se distribuirá usando medios físicos como la hoja para el llenado y lapiceras.

3.2.3 INSTRUMENTOS

Para la recolección de información se utilizarán los siguientes instrumentos:

3.2.3.1 Cuestionario para medir el grado de conocimiento de los maestros de las Unidades Educativas de la ciudad de Tarija sobre el uso indebido de drogas: para la realización del presente trabajo de investigación y dar respuesta a los objetivos planteados inicialmente, se elaborará este cuestionario bajo la contemplación del marco teórico, el cual consta de 15 preguntas cerradas de elección doble o múltiple y verdadero o falso con la finalidad de diagnosticar el grado de conocimiento de los maestros sobre el uso indebido de drogas.

Para la aplicación del instrumento se necesitarán los cuestionarios impresos para cada maestro en particular. Se darán las indicaciones de manera grupal y se les explicará a los maestros en qué consiste el cuestionario, cuántas preguntas deben responder, la forma de hacerlo, el límite

de tiempo y cómo debe ser llenado en este caso el cuestionario estará compuesto por preguntas de selección múltiple, opción de verdadero o falso y serán preguntas cerradas. Se otorgará un espacio para que los maestros puedan leer, revisar y resolver las dudas que tengan en relación a la manera de dar respuesta a las cuestionantes planteadas.

Tendrán 15 minutos para dar respuesta al cuestionario. Al finalizar el llenado se esperará a que todos los maestros terminen para recoger los cuestionarios.
Posteriormente, se hará la corrección del mismo, considerando un conocimiento alto a partir de las 10 respuestas correctas y bajo a partir de las 6 respuestas erradas para abajo.

Para obtener el cuestionario de manera virtual, puede ingresar al siguiente link: https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSeQ_J6mAfGepdWrDwpG8CLvSFYzTCXHs0XauFCKvCJlvi6UoA/viewform?usp=sf_link

3.2.3.2 Cuestionario para evaluar el impacto del programa de prevención integral para el fortalecimiento de factores protectores en maestros de las unidades educativas de la ciudad de Tarija: con el fin de recolectar información lo más fiable y objetiva posible, se elaborará un cuestionario de 15 preguntas cerradas que permitirán conocer la opinión y experiencia de los maestros al finalizar el programa con la finalidad de evaluar el impacto del mismo.

La aplicación de este cuestionario será de manera individual, cada maestro deberá llenar su cuestionario a partir de la propia experiencia, punto de vista y sobre todo de su aprendizaje. Las instrucciones serán dadas de manera grupal, indicando el tiempo límite para realizar el llenado del mismo con una duración de 20 minutos. Se hará la entrega de los cuestionarios a todos los maestros al mismo tiempo para evitar comparaciones y repetición de opinión en cada respuesta.

Para obtener el cuestionario de manera virtual, puede ingresar al siguiente link: https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSesVGSgn4B2cbK45CtGGd_fTSQNs_FM6DGzXWeavt9mPPo6JQ/viewform?usp=sf_link

3.3 MATERIALES

El material a utilizar para el desarrollo de la presente investigación será:

3.3.1 Programa de prevención integral: el presente programa está orientado a la prevención integral; permitiendo así abordar la temática desde una perspectiva física, social, psicológica, educativa y moral. El programa pretende atender a uno de los grandes problemas educativos partiendo desde una lógica diferente donde los maestros como agentes de prevención y cambio podrán fortalecer los factores protectores en relación al uso indebido de drogas por parte de sus alumnos para que los mismos disminuyan la exposición a los factores de riesgo.

3.3.2 PROCEDIMIENTO

El proceso de investigación se desarrollará en las siguientes fases, las mismas se detallan a continuación:

Fase I. Revisión bibliográfica: se llevará a acabo la revisión de diferentes textos, investigaciones, estudios científicos y datos estadísticos para poder recoger información sobre la temática y fundamentar de esta manera el presente trabajo de investigación.

Fase II. Readecuación del proyecto: debido a la situación de salud, la presente investigación será readecuada de una práctica institucional a una investigación propositiva.

Fase III. Diseño del programa y la virtualización: el programa estará compuesto por 23 sesiones, cada una de 4 a 5 unidades en las cuales se abordarán las variables identificadas a través de diferentes técnicas educativas tanto prácticas como teóricas. En la parte final de cada unidad se añadirá el link para poder acceder a la presentación virtual de la misma, siendo ésta la virtualización del programa.

Fase IV. Elaboración, redacción y presentación del informe final: se realizará mediante la elaboración de cada uno de los objetivos planteados con las conclusiones y recomendaciones correspondientes.

3.4 POBLACIÓN

La población beneficiaria directa del programa de prevención integral sobre el uso indebido de drogas serán los maestros de las Unidades Educativas de la ciudad de Tarija, tanto particulares como fiscales, tomando en cuenta tanto hombres como mujeres.

CAPÍTULO IV

4. MARCO TEÓRICO

A continuación, en el presente apartado, se presentan las definiciones conceptuales que respaldarán teóricamente al trabajo de investigación.

Se da inicio a la descripción del concepto fundamental de este trabajo que es la prevención, continuando con modelo integral, programas preventivos, factores protectores, factores de riesgo, drogas, drogas, efecto de las drogas en el cerebro, autoeficacia, asertividad, comunicación y más.

4.1 Prevención

> Se denomina prevención al conjunto de procesos que promueven el desarrollo integral de las personas, sus familias y la comunidad; anticipándose a la aparición de cualquier problema (de consumo de drogas) o trabajando con y desde el problema para evitar las conductas de consumo y disminuir los factores de riesgo (UNODC, 2015, p. 55)

> Se agrega una síntesis del concepto de prevención como, aquel proceso de intervención social que, con el objetivo último de mejorar el bienestar y la calidad de vida de las personas y sistemas humanos, y acorde con conocimientos rigurosos, manipula los factores asociados o implicados en la génesis de diferentes enfermedades, problemáticas o necesidades sociales, desarrollando actuaciones concretas a fin de evitar su aparición, reaparición o agravamientos (Casas, 1976, p. 79)

> A partir del análisis de las diferentes definiciones sobre prevención, se concluye que el término prevención hace referencia a la acción y efecto de prevenir, anticiparse a influencias individuales, sociales y ambientales que puedan determinar respuestas destructivas hacia sí mismo y/o su entorno. Dentro del contexto de la investigación, es un proceso activo de iniciativas tendientes a modificar y mejorar la formación integral y calidad de vida de los individuos fomentando un autocontrol individual y resistencia a los factores de riesgos.

4.1.1 Niveles de prevención

Existen diferentes opiniones sobre la clasificación de los niveles de prevención, una de las más citada y conocida es la presentada por Caplan (1980), sobre los tres niveles de prevención: primaria, secundaria y terciaria.

Remitiéndonos al sentido clásico, en la prevención primaria, se interviene antes de que surja la enfermedad y tiene como misión impedir la aparición de la misma.

Es el tipo de prevención más esperada y deseada. En la prevención secundaria el objetivo es localizar y tratar antes lo antes posible las enfermedades cuya génesis no ha podido ser impedida por las medidas de prevención primaria; esto es, para el progreso de la enfermedad que se encuentra en los primeros estadios. Finalmente, la prevención terciaria, se lleva a cabo algún tiempo después de que la enfermedad se haya declarado y su objetivo es evitar complicaciones y recaídas. Su atención se centra en los procedimientos de tratamiento y rehabilitación para la enfermedad que tiene ya síntomas clínicos claros.

Estableciendo la terminología actual, los tres tipos de prevención anteriores equivalen a lo que se conoce por prevención (prevención primaria), tratamiento (prevención secundaria) y rehabilitación (prevención terciaria).

En el caso de las drogas, la prevención primaria se orienta a tomar medidas para que las personas no consuman drogas, evitando los factores de riesgo y desarrollando factores de protección; la secundaria se orienta a que si surge un problema con las drogas se pueda frenar su avance y evitar que se convierta en un problema mayor; y, la terciaria se centra en el tratamiento y rehabilitación de la dependencia de las drogas (Becoña, 1999, p. 15)

El presente trabajo dirige su atención a la prevención primaria para que los maestros, como agentes de cambio, puedan tomar medidas preventivas, evitando los factores de riesgo en sus alumnos y, a su vez, desarrollen los factores de protección.

4.1.2. Modelos de prevención

Se han diseñado y aplicado diversos modelos de intervención para prevenir el uso indebido de drogas, en los cuales la diferencia es el grado de relevancia que otorgan a cada uno de los elementos interactuantes: droga-sujeto-contexto, desprendiéndose por tanto de medidas sociales preventivas, legislativas, etc.

Toda intervención se encuentra enmarcada en algún punto de partida, implícito o explícito, desde el cual se explica un proceso social o educativo y se proponen estrategias concretas de prevención.

Existen diversos modelos que explican e interpretan las conductas de consumo de drogas y a partir de ellas, se construyen las intervenciones concretas en prevención. A continuación, se describen los modelos mencionados:

- **Modelo ético jurídico**

Se enfoca en el estatus jurídico legal de la droga y del consumo. Dirige sus esfuerzos especialmente a las drogas ilícitas como la marihuana, inhalables y otras, las drogas lícitas como el alcohol y el tabaco no son de su competencia.

Este modelo se fundamenta en que las drogas ilícitas son en sí mismas las causantes de la dependencia/adicción; supone que la droga es mala y que el individuo es la víctima, quien debe ser protegido a través de medidas jurídicas. En este sentido, los agentes de la prevención son jueces, fiscales, policías y otros profesionales vinculados a las leyes. Este modelo se relaciona con los estereotipos

sociales de: “droga-delincuencia”, “droga-droga ilícita” y “prevención-información”, asocia información con educación.

- **Modelo médico-sanitario**

Prioriza a la droga y sus efectos sobre la salud física de los individuos. No distingue entre drogas lícitas o ilícitas, por lo que abarca todas las drogas como el alcohol, tabaco, cafeína, marihuana, cocaína, etc. El consumo de drogas es tratado como una enfermedad contagiosa y agresiva, como un virus activo del cual el individuo debe ser protegido con medidas de salud pública o tipo sanitario. Este modelo de prevención parte del supuesto de que el uso indebido de drogas responde a una falta de información y conocimientos acerca de los riesgos y consecuencias que conllevan. Por tanto, los individuos muy informados no consumirían las drogas por temor a las enfermedades que producen. Asocia información con cambio de actitud y de comportamiento. En otras palabras, el problema del consumo de drogas debe prevenirse y tratarse como un problema médico y de salud pública.

- **Modelo psicosocial**

Prioriza al individuo, aunque reconoce la “infinita complejidad de cada ser humano” y la influencia determinante de los factores psicológicos y del medio circundante. Este modelo de prevención se fundamenta en que el consumo de drogas es una forma de comportamiento humano, y que la droga facilita satisfacer determinadas necesidades personales y/o sociales. En este sentido, el individuo dependiente/adicto de drogas (drogodependiente) es considerado como una persona con problemas de adaptación, maduración o conducta. Por ello, el consumo de drogas no se explica solo por la existencia de ciertas drogas, sino por el significado y funcionalidad que éstas tienen para una determinada persona, con sus particularidades individuales y en un determinado contexto sociocultural. Es importante observar que a partir de este modelo psicosocial el ser humano está considerado como un “ser decisorio”, es decir, que la determinación de consumir o

no consumir drogas está relacionado íntegramente a los valores, motivaciones, intereses y habilidades que tenga para tomar decisiones.

- **Modelo sociocultural**

Este modelo de prevención se fundamenta en el análisis de las condiciones socioeconómicas y culturales en que se desenvuelven las personas. Va más allá de las propiedades farmacológicas y de los factores psicosociales. Sobre todo, se basa en que las desigualdades económicas, la carencia de servicios básicos, la discriminación, la marginación y el desempleo o subempleo entre otros problemas sociales, tienden a derivar en comportamientos problemáticos como la violencia, el consumo de drogas, la desestructuración familiar, el abandono escolar, etc.

Sus estrategias de acción están orientadas a modificar las condiciones estructurales que favorecen la aparición de comportamientos destructivos. Propone intervenciones de orden político, social y económico que modifiquen las instituciones y en especial el sistema educativo y sanitario. Actualmente, desde esta perspectiva, se está trabajando con los aspectos sociales del enfoque de riesgo que estudia los factores de riesgo y los factores de protección frente al uso indebido de drogas lícitas o ilícitas.

- **Modelo integral**

Este modelo de prevención prioriza los aspectos individuales y microsociales a través de estrategias de intervención de concienciación, capacitación y movilización de las personas, la familia y su entorno contra el consumo de drogas; mientras que los aspectos macrosociales los aborda a partir de la sensibilización y concienciación de la comunidad, para que ésta cree mecanismos de control y cohesión social.

Recupera los mejores principios y experiencias de los cuatro anteriores modelos de prevención, y brinda información de acuerdo a las necesidades de la población

> solicitante o demandante. Dirige gran parte de sus esfuerzos al desarrollo de habilidades sociales e individuales, y busca comprometer a la comunidad para hacer sostenible las acciones de prevención, y que la comunidad al mismo tiempo se preocupe por brindar oportunidades para el buen uso del tiempo libre y las actividades socioculturales. Un ámbito preferencial de intervención de este modelo integral de prevención del uso indebido de drogas es la escuela, a través de la cual convoca tanto a la familia como a la comunidad. Por lo que, la información sobre drogas debe ser adecuada a la edad y nivel de conocimientos de estudiantes, docentes, padres de familia y vecinos de la comunidad; la información debe ser veraz, creíble y actualizada, debe resaltar los aspectos positivos del no consumo y los aspectos negativos del consumo de drogas. (UNODC, 2015, pp. 55-60)

4.2 Los programas preventivos

4.2.1 El modelo de las influencias sociales o psicosociales

Este modelo parte de distintos estudios, tanto de la psicología social como del aprendizaje social y de los estudios sobre los antecedentes del consumo de drogas.

> "Estos modelos consideran la existencia de tres factores de riesgo que son imprescindibles considerar para el desarrollo de programas preventivos efectivos los factores de riesgo del ambiente, de la personalidad y los de tipo conductual" (Perry & Kelder, 1992, p. 355)

El ambiente social es de gran importancia, ya que la conducta, el consumo o no de drogas en este caso, se produce en un concreto ambiente social con unos parámetros que pueden o no facilitar dicho consumo. A veces el consumo/no consumo es un elemento de identificación o un elemento de apoyo social en ese ambiente. Cuantos más modelos tenga la persona

presente, y que le muestre y modele el consumo de sustancias, mayor probabilidad tendrá de consumir esa sustancia.

4.2.2 Algunos aspectos del éxito de los programas de prevención

A continuación, se mencionarán algunas características de programas de prevención exitosos, cuyas razones son:

a) El personal que aplique el programa debe ser lo suficientemente hábil como para que pueda utilizarlo como facilitador y motivador del aprendizaje.
b) EI programa de prevención debe ser aceptado tanto por parte del personal que lo va a implementar, como por los individuos sobre los cuales se va a aplicar.
c) Los objetivos del programa deben ser: válidos para la mejora de la salud y calidad de vida; viables, pues unos objetivos demasiado utópicos pueden muy fácilmente conducir al fracaso; cuantitativos, que en un momento determinado se pueda determinar, a través de procedimientos cuantitativos o cualitativos, si los objetivos han sido conseguidos; que no sea demasiado a largo plazo, para evitar que el individuo no llegue a percibir la relación entre el programa de intervención y el consiguiente cambio en las conductas de salud y estilos de vida positivos; facilitar la transferencia o generabilidad de las conductas aprendidas en un determinado contexto al proceso de vivir cotidiano, y que en sí mismo tenga un soporte material motivador para los individuos sobre los cuales se va a implementar.
d) EI programa deberá estar de acuerdo con el nivel de desarrollo socio cognoscitivo de los sujetos sobre los cuales se va a aplicar.
e) Cada intento de aplicación de un determinado programa debe aceptar una serie de riesgos que son inherentes en todo programa de prevenci6n de la enfermedad y promoción de la salud. Dichos riesgos son:
   - Riesgo al fracaso, pues un determinado programa puede no tener efecto ninguno o incluso provocar unos resultados de aumento de la problemática que intenta prevenir.

- Riesgo a unos resultados indefinidos, pues también puede suceder que los resultados de los programas de prevención sean indemostrables, ya sea en su aspecto positivo o negativo.
- Riesgo de decepción, pues puede ser que los resultados obtenidos no sean tan positivos como se esperaba. (Nikerson, Perkins, & Smith, 1987)

También existe un riesgo resultante no del intento de aplicar un determinado programa de prevención, sino que se trata del riesgo asociado al fracaso en sí mismo del intento, esto es, por miedo al riesgo de fracaso ya no se hace nada. En este caso seguro que no se fracasa, pero tan poco nunca se conseguirá nada útil y positivo. Como mencionamos anteriormente, los programas de intervención preventiva deben o tienen que motivar a los sujetos para aprender. para aprender.

Existe una serie de estrategias para fomentar y favorecer la motivación para aprender, a continuación, aplicamos el diseño e implementación de programas de intervención preventiva. Según (Santos Rego & Salgado, 1993), dichas estrategias son:

a) Fomentar un contexto de interacción implementadores de los programas y «alumnos» en el cual se fomente «el valor de aprendizaje como una actividad recompensante, íntimamente satisfactoria y enriquecedora de la vida personal y colectiva».
b) Que el material del programa y el proceso de interacción «profesor-alumno» genere en los «alumnos» actitudes, creencias y motivaciones positivas para el aprendizaje de los «nuevos» contenidos (contenidos de educación para la salud, el valor de las conductas preventivas, etc.).
c) Generar en los alumnos entusiasmo por el aprendizaje.
d) Que el programa induzca en los «alumnos» curiosidad y una valoración de la tarea.
e) Que el contenido del programa sea concreto y que tenga un significado real para los sujetos.
f) Que el programa induzca en los sujetos un cierto grado de disonancia y/o conf1icto socio cognitivo para motivarlos más.

g) Fomentar el modelamiento cognitivo relacionado con el proceso de solución de problemas (identificación de la tarea, búsqueda de nuevas alternativas, implementación de la alternativa elegida, verificación de dicha alternativa, etc.).
h) Inducir en los sujetos el sentimiento de competencia meta cognitiva para que puedan controlar los propios procesos y estrategias que se utilizan en el proceso de aprendizaje.
i) Que el contexto en el que se realiza el programa de intervención preventiva, así como la estructura del mismo, estén orientados para el éxito.
j) Que el «alumno» reconozca la conexión entre el esfuerzo realizado y el resultado conseguido.
k) Que exista una buena planificación de las actividades de recuperación de los contenidos incluidos en el programa.
I) Que el contexto de aprendizaje fomente y favorezca la elección y la toma de decisiones autónomas.
m) Que el programa incluya contenidos novedosos y variados.
n) Facilitar a los alumnos un proceso de retroalimentación inmediato y contingente con las respuestas y comportamientos emitidos por los sujetos.
ñ) Favorecer la realización y ejecución de los productos terminados del programa y su utilidad y repercusiones sobre la salud y calidad de vida individual y colectiva.
o) Que el diseño de las actividades y ejercicios incluidos en el programa tengan a ser posible un diseño lúdico y que el «alumno» aprenda divirtiéndose.
p) Que el contexto de enseñanza/aprendizaje fomente las interacciones con los iguales e influya en un «pensamiento grupal» positivo para la promoción de la salud y la calidad de vida individual y colectiva. (pp. 65-74)

4.3 Factores de riesgo

Se podría argumentar que el origen del consumo de drogas se sitúa en la infancia temprana, la iniciación real en el consumo comienza normalmente, para la mayoría de las personas, en la adolescencia temprana, y avanza a partir de ahí, según una secuencia

bastante bien definida, a lo largo de la adolescencia media. (Millian & Botvin, 1992, p. 451)

Por lo cual, se considera trabajar de manera preventiva con los maestros como agentes de prevención y cambio para identificar los diferentes factores de riesgo a los que sus alumnos se encuentran expuestos.

> Sobre lo expuesto anteriormente, es necesario entender entonces a los factores de riesgo como "las características detectables en un individuo, familia, grupo o comunidad que 'señalan' una mayor probabilidad de tener o sufrir un daño" (Burak, 1998, p. 2)

> Se entiende por factor de riesgo "un atributo y/o característica individual, condición situacional y/o contexto ambiental que incrementa la probabilidad del uso y/o abuso de drogas (inicio) o una transición en el nivel de implicación con las mismas (mantenimiento)" (Clayton, 1992, p. 15)

Sin embargo, para referirnos al tema específico del consumo de drogas, entendemos a los factores de riesgo como aquellos que se asocian con un potencial mayor para el consumo de drogas, es decir, aquellos que favorecen o incrementan el riesgo de desarrollar este problema.

En una de las revisiones que han tenido más influencia es la de Clayton (1992), quien enumera de forma genérica los siguientes factores de riesgo:

a) Tener problemas económicos
b) Ser hijos de padres con problemas de abuso de drogas
c) Ser víctimas de abuso físico, sexual o psicológico
d) Ser jóvenes sin hogar
e) Ser jóvenes que abandonan la escuela

f) Jóvenes embarazadas
g) Jóvenes implicados en actos delictivos y/o violentos
h) Jóvenes con problemas de salud mental
i) Jóvenes que han intentado cometer suicidio. (p. 16)

Para efectos de este estudio, se entenderá como factores de riesgo a las características o condiciones presentes en una persona, familia, grupo o comunidad que facilitan el uso, indebido de drogas. Estos factores han sido estudiados, divididos o clasificados de acuerdo a niveles: comunidad, escuela, familia e individual-iguales.

a) Comunidad: Bajo apego a la crianza, desorganización comunitaria, transiciones y movilidad, leyes y normas favorables al uso de drogas y disponibilidad percibida de drogas y armas de fuego.
b) Escuela: Bajo rendimiento académico y bajo grado de compromiso con la escuela.
c) Familiar: Baja supervisión familiar, la baja disciplina familiar, el conflicto familia, la historia familiar de conducta antisocial, las actitudes parentales favorables a la conducta antisocial y las actitudes parentales favorables al uso de drogas.
d) Individual-iguales: Rebeldía, temprana iniciación en la conducta antisocial, actitudes favorables a la conducta antisocial, actitudes favorables al uso de drogas, la conducta antisocial de los iguales, el uso de drogas por los iguales, el refuerzo por parte de los iguales de la conducta antisocial, la búsqueda de sensaciones y el rechazo de los iguales.

De acuerdo con (Peterson, Hawkins, & Catalano, 1992), los factores de riesgo se clasifican en:

Factores de riesgo de la comunidad

- De privación económica y social: los niños que viven en ambientes deteriorados y en barrios relacionados con el crimen con pocas esperanzas es más probable que se impliquen en conductas delictivas y que tengan problemas con las drogas más tarde.

- Bajo apego en la crianza y desorganización comunitaria: muchos problemas de drogas ocurren en comunidades o barrios cuando la gente tiene poco apego a la comunidad, donde las tasas de vandalismo y crimen son altas, y cuando hay baja vigilancia de los lugares públicos

- Transiciones y movilidad: cuando el niño hace la transición de la escuela elemental a la media, o de la media al bachillerato, puede ocurrir un aumento significativo en el uso de drogas y de otras conductas problemas. También, las comunidades que se caracterizan por altas tasas de movilidad parecen estar relacionadas con un riesgo mayor tanto de conductas criminales como de problemas relacionados con drogas en sus familias.

- Disponibilidad de drogas: Cuanto más disponible está el alcohol y las drogas en una comunidad, mayor es el riesgo de que la gente joven abuse de las drogas en esa comunidad. La disponibilidad percibida de las drogas y del alcohol está también asociada con un incremento del riesgo.

Factores de riesgo familiar

- Una historia familiar de alcoholismo: Si el niño ha nacido o se ha criado en una familia con una historia de alcoholismo, el riesgo de tener problemas con el alcohol o con otras drogas se incrementa.

- Problemas de manejo de la familia: estrategias de manejo de la familia inadecuadas, incluyendo carencia de claras expectativas por la conducta, fracaso de los padres en controlar a sus hijos y castigo excesivamente severo o inconsistente incrementa el riesgo de abuso de drogas.

- Uso de drogas parental y actitudes positivas hacia su uso: en las familias en las que los padres utilizan abusivamente alcohol o drogas ilegales, son tolerantes al consumo de

sus hijos o implican a sus hijos en su propia conducta de consumo, es más probable que los niños abusen de las drogas y del alcohol en la adolescencia.

Factores de riesgo escolar

- Temprana conducta antisocial: Los niños que son agresivos en el jardín de infancia o en la escuela primaria tienen un mayor riesgo de abuso de sustancias. Cuando una conducta agresiva temprana del niño va unida a aislamiento, abandono o hiperactividad, se incrementa el riesgo de problemas en la adolescencia.

- Fracaso académico: si éste comienza en los últimos cursos de la escuela primaria, la experiencia de fracaso en la escuela incrementa el riesgo tanto de abuso de drogas como de conducta delincuente.

- Bajo compromiso con la escuela: El bajo compromiso con la escuela lleva al niño a ver que su rol como estudiante no es posible.

Factores de riesgo individual/iguales

- Alienación y rebeldía. El niño que siente que no es parte de la sociedad o que no acepta las reglas, que no cree en los intentos de conseguir el éxito o ser responsable, que toma una postura de rebeldía hacia la sociedad, está en mayor riesgo de abuso de drogas.

- Conducta antisocial en la adolescencia temprana. Este factor de riesgo incluye mala conducta en la escuela, dejar de ir a la escuela, implicarse en peleas con otros niños y exhibir conducta delincuente.

- Amigos que consumen drogas. Los niños que se asocian con iguales que utilizan drogas es mucho más probable que ellos mismo también las consuman.

- Actitudes favorables hacia el consumo de drogas. En la transición a la enseñanza secundaria obligatoria (ESO), si los niños ven a otros que ellos conocen probando drogas, sus actitudes a menudo cambian hacia una mayor aceptación del consumo de drogas. Esta aceptación coloca a los niños en un mayor riesgo de consumir drogas.

- Primeros consumos tempranos de drogas. Cuanto más tempranamente se pruebe el alcohol y otras drogas, mayor es la probabilidad de que se tengan problemas con las drogas más tarde. La investigación muestra que la gente joven que se inicia en el uso de drogas antes de los 15 años tiene el doble de riesgo de tener problemas con las drogas que aquellos que esperan hasta después de la edad de 19 años. (pp. 579-602)

4.4 Factores protectores

Frente al tema que abordamos en el presente trabajo, los factores de protección aminoran o reducen la probabilidad del uso indebido de drogas.

Los factores de protección son “aquellos atributos individuales, condición situacional, ambiente o contexto que reduce la probabilidad de ocurrencia de un comportamiento desviado” (Perez Gómez & Mejía Motta, 2012, p. 119)

Nos enfrentamos al hecho que los estudios relativos a las características que actúan protegiendo a los jóvenes de diferentes comportamientos erróneos son escasos o incompletos; pero que sin duda estos factores presentarían un trampolín a la acción preventiva integral ya que permitirían actuar de manera que los maestros puedan reforzar aquellos atributos individuales y así potenciarlos, para proteger y servir como agentes de cambio en la formación de sus alumnos.

Sobre la misma línea, por factor de protección se entiende “un atributo y/o característica individual, condición situacional y/o contexto ambiental que incrementa la probabilidad del uso y/o abuso de drogas (inicio) o una transición en el nivel de implicación con las mismas” (Clayton R. , 1992, p. 16). Se distinguen en:

a) Comunidad: Refuerzos por su implicación en la comunidad y las oportunidades por la implicación en la comunidad.
b) Escuela: Oportunidades por su implicación en la escuela y los refuerzos por su implicación en la escuela.
c) Familiar: Apego a la familia, las oportunidades para la implicación familiar y los refuerzos por la implicación familiar.
d) Individual-iguales: Religiosidad, la creencia en el orden moral, las habilidades sociales y el apego a los iguales.

Por otra parte, los factores protectores pueden ser explicados desde la Teoría del Desarrollo Social de Hawkins y Cols (1992), quienes afirman que existen procesos protectores que parecen incidir en la reducción de problemas de comportamiento y son mencionados en tres factores de protección: los lazos sociales (adhesión y compromiso con la familia, la escuela y los compañeros), las coacciones externas (normas claras y consistentes contra el consumo de drogas mantenidas por personas ligadas al individuo) y las habilidades sociales (poseer estrategias de solución de problemas para afrontar asertivamente las situaciones y resistir las presiones a la transgresión de normas).

Se puede entender también que los factores protectores son antagónicos de los factores de riesgo; sin embargo, la relación no es lineal ni causal, los mismos factores protectores en un individuo pueden ser condiciones de vulnerabilidad para otro, es decir los diferentes factores intervinientes son distintos y para una posible explicación se debe tomar en cuenta la siguiente triada de Zimberg: el sujeto, la sustancia y la sociedad. (Callisaya, 2018, p. 57)

4.5 Drogas

En el lenguaje científico de la Organización Mundial de la Salud, la palabra droga significa “toda sustancia que introducida en un organismo vivo puede modificar una o más funciones de éste. La amplitud del concepto anterior obliga a recurrir a una

definición farmacológica más precisa: “droga es cualquier sustancia química natural o artificial que modifique la psicología o actividad mental de los seres humanos. Esta palabra es utilizada vulgarmente como sinónimo de substancia controlada y/o alucinógeno”. (CER-DET, 1993, p. 93)

4.5.1 Actuación de las drogas en el cerebro

Siguiendo a (Volkow, 2018), “las drogas interfieren con la forma en que las neuronas envían, reciben y procesan las señales que transmiten los neurotransmisores. Algunas drogas, como la marihuana y la heroína, tienen la capacidad de activar neuronas porque su estructura química es similar a la de un neurotransmisor natural del organismo. Esto permite que se adhieran a las neuronas y las activen. Si bien estas drogas imitan las sustancias químicas propias del cerebro, no activan las neuronas de la misma manera que un neurotransmisor natural y hacen que se envíen mensajes anormales a través de la red. Otras drogas, como la anfetamina o la cocaína, pueden hacer que las neuronas liberen cantidades anormalmente altas de neurotransmisores naturales o que, al interferir con los transportadores, eviten el reciclamiento normal de estas sustancias químicas del cerebro. Esto también implica o altera la comunicación normal entre las neuronas”. (p.15)

4.5.2 Abuso de las drogas

Los antiguos griegos tomaban alcohol; la marihuana se empleaba en China e India con bastante anterioridad al nacimiento de Cristo, y la cocaína era un producto básico de uso general entre los incas en el siglo XVI. En estos años (adolescencia) de crisis de identidad con frecuencia recurren a las drogas como respuestas inmediatas para sus

problemas y al tiempo que ponen en peligro su salud y física y psicológica, fracasan en su intento por resolver sus problemas (Papalia, 1890, p. 439).

4.5.3 ¿Por qué la gente tiende a consumir drogas?

Retomando a Volkow, en general, la gente consume drogas por varias razones:

- Para sentirse bien. Las drogas pueden producir sensaciones intensas de placer. A esta euforia inicial le siguen otros efectos que varían según la droga que se consuma. Por ejemplo, con estimulantes como la cocaína, después de la euforia siguen sensaciones de poder, autoconfianza y más energía. En contraste, a la euforia que causan los opioides como la heroína le siguen sensaciones de relajación y satisfacción.

- Para sentirse mejor. Algunas personas que sufren de ansiedad social, estrés y depresión comienzan a consumir drogas para intentar sentirse menos ansiosas. El estrés puede ser un factor importante para comenzar y continuar el consumo, y también incluye en las recaídas (es decir, la vuelta al consumo de drogas) de los pacientes que se están recuperando de la adicción.

- Para desempeñarse mejor. Algunas personas sienten presión para mejorar su concentración en la escuela o el trabajo, o mejorar sus habilidades deportivas. Esto puede ser un factor en quien decide probar las drogas o continúa consumiéndolas, particularmente en el caso de estimulantes recetados o cocaína.

- Por curiosidad y presión social. En este sentido, los adolescentes en particular corren un mayor riesgo porque la presión de los compañeros puede ser muy fuerte. Los adolescentes son más propensos que los adultos a actuar en forma arriesgada o desafiante para impresionar a sus amigos y demostrar su independencia de los padres y las normas sociales (p. 5).

4.5.4 Alcohol

Químicamente existen diferentes formas de alcohol que pueden ser usadas como limpiadores y solventes, más no el etanol (ETOH), o alcohol de grano, que es la forma que es consumida en bebidas alcohólicas y no es tan venenosa como las otras formas.

El alcohol es una droga depresora, el etanol es creado cuando los granos, frutas, o vegetales son fermentados, un proceso que usa levadura o bacteria para transformar el azúcar en alcohol.

Efecto del alcohol

Cuando el alcohol es absorbido en la sangre, este actúa en el sistema nervioso central (el cerebro y la médula espinal) como un sedante que bloquea o cambia las percepciones, los movimientos emocionales, la visión, y el oído.

-Efectos a corto plazo: El consumo moderado de alcohol produce mareo y deseos de hablar. Mayores cantidades de **consumo de alcohol** causan que se arrastren las palabras al hablar, alteración del sueño, náusea, vómito, y cruda.

-Los efectos a largo plazo del consumo de grandes cantidades de alcohol, desarrolla:

- Daño permanente a órganos vitales
- Varios diferentes tipos de cáncer
- Irritación Gastrointestinal, como náusea, diarrea, y úlceras
- Malnutrición y deficiencias nutricionales
- Irregularidades sexuales
- Presión alta de la sangre
- Disminución de las resistencias a las enfermedades
- Las madres que toman durante los embarazos tienen altos riesgos de tener bebes con el síndrome del feto alcoholizado.

Efectos del alcohol en el cuerpo

Concentración de alcohol en la sangre (mg/dL)	Efectos del alcohol
50	Acaloramiento, enrojecimiento de la piel, disminución del buen juicio e inhibiciones disminuidas.
100	Intoxicación obvia en la mayoría de las personas, incremento en la incapacidad de juicio, en la falta de inhibición, atención y control, visión doble, pérdida de la memoria y comprensión. Disminución de los reflejos
150	Intoxicación obvia en la mayoría de las personas, incremento en la incapacidad de juicio, en la falta de inhibición, atención y control, visión doble, pérdida de memoria y comprensión.
250	Intoxicación extrema y estupor, respuesta reducida a los estímulos, inhabilidad para mantenerse de pie, vómitos, incontinencia, insomnio.
350	Coma, inconciencia, muy baja respuesta a estímulos, incontinencia, temperatura corporal baja, mala respiración, disminución de la presión arterial, sudoración pegajosa.
500	Posiblemente muerte

Fuente: Tomado de Internacional NARCONON, 2020.

4.5.6 Marihuana

La marihuana es una mezcla de flores secas y trituradas de la planta de cannabis, cannabis sativa. Se la conoce con muchos nombres diferentes, como hierba, la verde, doña Juanita y Maripepa, entre otros, y weed, pot, herb y grass en inglés. La marihuana se puede fumar, preparar como un té o mezclar con alimentos (marihuana comestible). Las formas más potentes incluyen el sin semilla, el hachís y el aceite de hachís. La principal sustancia química de la marihuana que altera la mente es el THC. La marihuana contiene más de quinientas sustancias químicas, entre ellas más de cien compuestos similares al THC. La cantidad de THC presente en la marihuana es lo que

determina su potencia o fuerza y la forma en que afecta el organismo. Durante las últimas décadas, los cultivadores de marihuana han aumentado constantemente el contenido de THC (Volkow, 2018, p. 7)

La marihuana está asociada con problemas en la escuela. Es una droga que embota la atención, la memoria y la capacidad de aprendizaje. Estos efectos pueden durar días y a veces hasta semanas, dependiendo la frecuencia de consumo. Comparados con los adolescentes que no se drogan, los estudiantes que consumen marihuana tienen mayor probabilidad de no terminar la escuela secundaria u obtener un título universitario. (McCaffrey, Pacula, Han, & Ellickson, 2010, p. 1290)

La marihuana también afecta la sincronización, el movimiento y la coordinación, lo que puede perjudicar el desempeño atlético.

4.5.7 Coca

Arbusto sudamericano de la familia de las eritroxiláceas, originaria de Perú y Bolivia y componente importante de la cultura boliviana (CER-DET, 1993, p. 93)

Cocaína, Clorhidrato de

Alcaloide que se extrae mediante procesos químicos de la hoja de coca. Es un estimulante que produce excitación eufórica, aceleración del metabolismo, hipersensibilidad y provoca en el organismo taquicardias, presión arterial alta y elevado nivel de azúcar. La cocaína puede inhalarse por vía nasal, fumarse o inyectarse. Los cambios producidos en el comportamiento de los consumidores, modifican la personalidad, estimulan y producen conductas agresivas, pudiendo convertir al usuario en una persona capaz de cometer actos antisociales.

4.6 Autoestima

La autoestima supone una evaluación global de la consideración que cada individuo hace sobre su propia persona, positiva o negativa. Es decir, nos revela si un individuo está conforme con su propia forma de ser, o si bien presenta un sentimiento o pensamiento negativo hacia sí mismo.

> La autoestima está configurada por factores tanto internos como externos. Entendiendo por factores internos, los factores que radican o son creados por el individuo-ideas, creencias, prácticas o conductas. Y por factores externos los factores del entorno: los mensajes transmitidos verbal o no verbalmente, o las experiencias suscitadas por los padres, los educadores, las personas significativas para nosotros, las organizaciones y la cultura. (Branden, 2004, p. 25)

> Las actitudes y expectativas que dirigen a la persona hacia una alta autoestima, mayor independencia y creatividad social, también la conducen a una acción social más asertiva y vigorosa. Por lo cual es probable que sea más participativa que pasiva en los grupos de discusión, reporte menos dificultad estableciendo amistades y exprese opiniones aun cuando sepa que éstas pueden llevarla a una recepción hostil.

> Siguiendo la misma línea, se describen a las personas con alta autoestima de la siguiente manera, según (Molina, Baldares, & Maya, 1996, p. 30)

> Una persona con alta autoestima no se considera a sí misma como el centro del universo y mejor que los demás y las demás. Simplemente conoce muchos aspectos de sí misma, tiene auto-respeto y tiene consciencia de su propio valor como persona única e irrepetible. Reconoce sus cualidades buenas, pero no se cree perfecta. Al contrario, puede ser que tenga mucha consciencia sobre sus defectos y del hecho de que ella comete errores. Pero no ve sus defectos y errores como representativos de alguien sin valor, ella los entiendo como representativos del ser humano.

Para (Maltes & Álvarez, 2007, p. 30) un maestro y estudiante con la autoestima elevada será capaz de conseguir grandes logros y éxitos tanto a nivel académico como a nivel profesional.

4.7 Autoconocimiento

> "El autoconocimiento debe ser un proceso de aprendizaje básico y continuo respecto al del resto de los aprendizajes posibles, precisamente por tratar al sujeto que conoce como objeto de sí mismo. Desde estas líneas quisiera proponer reflexionar sobre el papel de los profesores y la responsabilidad social de este aprendizaje que repercute indirectamente en todo comportamiento cotidiano y profesional". (Gascón, 2004, p. 14)

El mismo autor indica que el autoconcepto hace referencia a una conceptuación de sí, a una representación de la propia imagen o, incluso, a una inducción marcadamente emotiva de la misma, en función de la cual se estima la propia valía.

4.8 Autoeficacia

La autoeficacia es una percepción de la capacidad que tiene uno para lograr un nivel especificado o un tipo de actuación en un lugar concreto (Bandura, 1986, p. 13)

Las percepciones que tiene un ser humano de acuerdo a su capacidad para realizar conductas de habilidad social con sus pares, como ser con personas del sexo opuesto, cuando se fuma por ansiedad o depresión, el ingerir alcohol para divertirse, son algunos de los ejemplos de pensamiento referido a uno mismo que hace referencia a la autoeficacia percibida. Por lo cual, hablamos de autoeficacia percibida cuando nos referimos a las capacidades percibidas por un mismo para la acción en un dominio concreto de actividad.

Para (Wood, Bandura, & Bailey, 1990) la autoeficacia percibida también se diferencia de dos tareas cognitivas específicas: las metas y las expectativas de resultado. Las metas hacen referencia a los objetivos de uno en una actividad. Los constructos psicológicos de metas y percepciones de autoeficacia son conceptual y empíricamente distintos, aunque las percepciones de autoeficacia son un determinante clave de las metas que uno se propone (pp. 181-201).

Bandura señala que las percepciones de autoeficacia son aquellas percepciones de que uno es capaz de realizar un tipo dado de ejecución, mientras que las expectativas de resultado son aquellas consecuencias que uno espera que seguirán a la realización de una determinada conducta.

4.9 Asertividad

Nos referimos a la asertividad entendida como una conducta equilibrada, expresarse de una forma apropiada debido a la confianza en sí mismo. “Es aquella conducta asertiva que permite a una persona actuar en base a sus interese más importantes, defenderse sin ansiedad inapropiada, expresar cómodamente sentimientos honestos o ejercer los derechos personales sin negar los derechos de los otros” (Alberti & Emmons, 1978, p. 2)

4.10 Comunicación

La comunicación es la forma en que los individuos somos capaces de intercambiar información y conocimientos a través del lenguaje verbal y el lenguaje no verbal, nos hace capaces de expresar pensamientos, sentimientos, emociones y argumentos.

“Entendemos a la comunicación como el acto de trasmitir información, ideas, emociones, habilidades, por medio del uso de símbolos, palabras, cuadros, figuras y gráficas” (Berselon, 1984, p. 112)

Es una herramienta esencial para las relaciones interpersonales saludables entre las familias, amigos, colegas, alumnos y maestros. Como señalaba el psicólogo austriaco Paul Watzlawick (1971), la comunicación ejerce un papel fundamental en nuestras vidas y en el orden social, aunque apenas seamos conscientes de ello.

Siguiendo la misma línea, la comunicación se puede definir como un proceso por medio del cual una persona se pone en contacto con otra a través de un mensaje y espera que esta última dé una respuesta, o sea una opinión, actividad o conducta.

> En otras palabras, "la comunicación es una manera de establecer contacto con los demás por medio de ideas, hechos, pensamientos y conductas, buscando una reacción al comunicado que se ha enviado. Generalmente, la intención de quien comunica es cambiar o reforzar el comportamiento de aquel que recibe la comunicación" (Martínez de Velasco & Y Nosnik, 1998, p. 11)

4.10.1 Comunicación emocional

La comunicación emocional es la transmisión de nuestras emociones a otras personas, la inclusión de nuestras emociones en lo que comunicamos, es el uso de las emociones para que el mensaje sea más efectivo. Controlar las emociones es una forma de convencer. Comunicar de forma emocional implica tener claro qué emociones estamos sintiendo y qué van a sentir los demás cuando se las transmitamos. (Gutiérrez Tapias & García Cué, 2015, p. 8)

Por lo tanto, la comunicación emocional nos permite expresar lo que sentimos a cerca de algo o de alguien; sin embargo, debe ir de la mano de la aceptación de nuestros sentimientos y emociones sin pasar por alto el respetar el derecho que toda persona tiene de expresar su sentimiento de manera apropiada.

4.11 Adolescencia

Adolescencia es el lapso comprendido entre la niñez y la edad adulta. En la sociedad occidental comienza alrededor de los 12 o 13 años y termina finalizando con los 19 o comenzando los 20. Su comienzo se ve anunciado por la aparición de la pubescencia, estadio de rápido crecimiento fisiológico, cuando maduran las funciones reproductivas y los órganos sexuales primarios, a la vez que aparecen las características sexuales secundarias. La pubescencia dura cerca de dos años y termina en la pubertad, punto en el cual un individuo alcanza su madurez sexual y es capaz de reproducirse (Papalia D. , 1890, p. 384)

Es una etapa entre la niñez y la edad adulta, que cronológicamente se inicia por los cambios puberales y que se caracteriza por profundas transformaciones biológicas, psicológicas y sociales, muchas de ellas generadoras de crisis, conflictos y contradicciones, pero esencialmente positivos. No es solamente un periodo de adaptación a los cambios corporales, sino una fase de grandes determinaciones hacia una mayor independencia psicológica y social.

Efectivamente, es difícil establecer límites cronológicos para este periodo; de acuerdo a los conceptos convencionalmente aceptados por la organización Mundial de la Salud, la adolescencia es la etapa que transcurre entre los 10 y 19 años, considerándose dos fases: la adolescencia temprana (10 a 14 años) y la adolescencia tardía (15 a 19 años) (Pineda & Aliño Santiago, 1999, p. 16)

Desarrollo intelectual en la adolescencia

Los adolescentes pueden pensar más en función de lo que podría ser verdad, no tanto en lo que observan en una situación concreta. Puesto que pueden imaginar una infinita variedad de posibilidades, pueden ser capaces de razonamiento hipotético (Papalia D. , Desarrollo Humano , 1890, p. 393)

La personalidad se le puede orientar para que eleve su pensamiento moral no moralizándole o predicándole, ni con recompensas o castigos, sino confrontándole con dilemas morales difíciles y ayudándole a desarrollar su pensamiento en relación con los mismo. La interacción social con iguales es esencial para reorganizar y reestructurar formas anteriores al pensamiento (Kohlberg & Gilligan, 1971, p. 531)

Desarrollo mental

Antes de la pubertad existiría no sólo la memoria mecánica, que todos conceden, sino también la memoria lógica y la facultad de raciocinar.

El desarrollo de la inteligencia alcanzaría su máximum hacia los 20 años. Después de esta época el hombre no aumentaría la capacidad de su inteligencia, sino que únicamente enriquecería su memoria con nuevos conocimientos.(Pennati, 1970, p. 52)

4. 12 Modelo evolutivo de Denise Kandel

Es un modelo relevante, debido a su aportación al conocimiento de la progresión del consumo de drogas.

Básicamente el modelo se basa en que el consumo indebido de drogas sigue unos pasos secuenciales, donde se comienza por unas primeras sustancias de iniciación (drogas legales) que sirven de elemento facilitador para el posterior consumo de otras sustancias, especialmente marihuana en un segundo paso, y luego las drogas ilegales.

Esta autora partió para el planteamiento de su modelo de la teoría de la socialización, centrándose especialmente en la relación de los padres e iguales en el desarrollo de los adolescentes. Los conceptos y procesos que maneja provienen fundamentalmente de la teoría del aprendizaje social y de la teoría del control.

La idea básica que plantea es que el consumo de drogas ilegales, marihuana, cocaína, heroína, etc., se producen de modo secuencial o evolutivo, partiendo del consumo de las drogas legales, el alcohol y el tabaco (Kandel, 1975, p. 913)

Los estudios realizados por Kandel, tanto de tipo longitudinal como transversal, indican la existencia de cuatro etapas por las que pasan los consumidores de drogas ilegales: 1) cerveza o vino, 2) cigarrillos o licores, 3) marihuana, y 4) otras drogas ilegales.

Sin embargo, el consumo de una sustancia en una fase incrementa de modo importante y significativo la probabilidad de pasar a la siguiente fase de consumo. Como siempre ha afirmado la autora "el uso de una droga en la primera parte de la secuencia es una condición necesaria pero no suficiente para la progresión hacia una etapa posterior que implique la progresión hacia una etapa posterior que indica la implicación con drogas más serias" (Kandel, 1980, p. 121)

4.13 Relajación-Meditación de H. Benson

La idea principal es que el cerebro tiene un potencial auto curativo muy importante, que puede ser activado a través de lo que más tarde se llamaría respuesta de relajación (Benson, 1975, p. 15).

La técnica ha sido desarrollada e investigada por el Dr. Herbert Benson (1975) quien sistematizó ejercicios de la Meditación Trascendental. Consiste en un ejercicio combinado de relajación y meditación donde se obtiene una respuesta fisiológica saludable denominada Respuesta de Relajación opuesta a la del estrés.

Los efectos terapéuticos de la relajación se producen debido a que actúa a diferentes niveles psicofisiológicos y metabólicos, incluso a nivel del genoma (Jorge, 2019, p. 13).

Esta técnica presenta aspectos muy interesantes no sólo a nivel de salud física sino emocional también, siendo algunos de ellos los citados por Benson:

Para muchos individuos, la práctica regular de realizar la respuesta relajación está asociada a sentimientos de paz, energía, auto aceptación y mayor felicidad acerca de sí mismos.

Algunos aprenden a sentirse menos preocupados acerca del pasado y el futuro, y a disfrutar el tiempo presente más intensamente.

Aún más importante, realizar la respuesta de relajación puede reducir los síntomas físicos relacionados al estrés y se asocia con los siguientes beneficios:

- Disminución de la ansiedad.
- Liberación de preocupaciones compulsivas, autocrítica y pensamientos negativos.
- Incremento en la concentración y atención.
- Mejora del sueño.
- Mayor aceptación.
- Mejorar la ejecución y la eficacia.

Santiago (2019) aclara “recuerde mantener una actitud abierta y de aceptación. El aprender cualquier nueva destreza requiere paciencia y perseverancia” (p. 14).

CAPÍTULO V
PROPUESTA DEL PROGRAMA

Programa de prevención integral sobre el uso indebido de drogas dirigido a maestros de las unidades educativas de la ciudad de Tarija.

5.1 Introducción

La propuesta del programa de prevención integral está planteada con la intensión de buscar la manera más efectiva de fortalecer el grado de conocimiento y los factores protectores sobre el uso indebido de drogas, dirigido a maestros de las unidades educativas de la ciudad de Tarija, (herramientas tanto teóricas como prácticas), para que los mismo puedan hacer uso de ellas y así servir como agentes de prevención y cambio frente a los factores de riesgo que sus educandos presenten.

Está basado en información sobre las diferentes drogas y otros contenidos temáticos como son los factores de riesgo, factores protectores, diferentes teorías y técnicas. La finalidad es sensibilizar a los maestros sobre el comportamiento y toma de decisión de sus estudiantes adolescentes, permitiéndoles comprender y analizar algunos comportamientos que son propios en esta etapa.

La propuesta de programa es una respuesta alternativa para promover en los profesores y profesoras actitudes positivas y certeras; ejercer el rol de verdaderos agentes de prevención y cambio en sus unidades educativas.

Constará de cinco unidades y dos sesiones. Una de diagnóstico y otra de evaluación. Cada unidad de contenido estará compuesta por cinco sesiones que se realizarán a lo largo de los cinco primeros meses del año, haciendo un total de 27 sesiones. Estas sesiones no serán aplicadas con un fin únicamente teórico, sino también práctico, vivencial e integrativo.

Los contenidos teóricos están basados en elaboraciones científicas, con diversas teorías psicológicas y estudios realizados en las ciencias tanto sociales, educativas, como de la salud.

En las diferentes sesiones se buscará el aporte de los maestros y maestras para un análisis de los problemas y sus posibilidades de solución. Con ello, se apunta al desarrollo personal del maestro.

Para la evaluación de los diferentes aspectos, tomados en cuenta para el presente trabajo de investigación, se hará uso de:

- **Aplicación de instrumento para medir el grado de conocimiento de los maestros de las unidades educativas de la ciudad de Tarija, sobre el uso indebido de drogas al inicio del programa:** Para evaluar el grado de conocimiento de los maestros sobre el uso indebido de drogas.
- **Aplicación del programa de prevención integral sobre el uso indebido de drogas mediante el fortalecimiento de conocimientos y de factores protectores, dirigido a maestros de las unidades educativas de la ciudad de Tarija:** Se llevarán a cabo las 23 sesiones del programa de prevención en el lapso de una hora y media por cada sesión.
- **Aplicación de instrumento para evaluar el impacto del programa de prevención integral para el fortalecimiento de factores protectores en maestros y maestras de las unidades educativas de la ciudad de Tarija:** Concluidas las 23 sesiones del programa, se llevará a cabo la aplicación de un instrumento diseñado para medir el conocimiento adquirido durante las semanas finales.

5.2 Objetivos del programa

5.2.1 Objetivo general

Fortalecer los factores protectores de los maestros de las Unidades Educativas de la ciudad de Tarija sobre el uso indebido de drogas a través de la implementación del programa de prevención integral.

5.2.2 Objetivos específicos

- Distinguir los factores protectores de los maestros y los factores de riesgo de los alumnos.
- Analizar el autoconocimiento de los maestros como auténticos agentes de prevención y cambio, demostrando la importancia de su actuación en el ámbito escolar.
- Identificar la importancia de los programas preventivos en el ámbito escolar sobre el uso indebido de drogas.
- Especificar los diferentes tipos de drogas y aquellas que más consumen los estudiantes de las unidades educativas de la ciudad de Tarija.
- Demostrar la importancia de la actuación de los maestros en el ámbito escolar como agentes de prevención y cambio en las unidades educativas de la ciudad de Tarija.

5.3 Contenido del programa

El programa consta de 25 sesiones distribuidas en cinco unidades:

Unidad I: Factores protectores y factores de riesgo (Sesiones 1 a la 5).

Socializar sobre los factores protectores y factores de riesgo.

Unidad II: Maestros como agentes de cambio (Sesiones 6 a la 9).

Fortalecer el autoconocimiento de los maestros para reforzar sus aptitudes como agentes de cambio.

Unidad III: Importancia de los programas preventivos (Sesiones 10 a la 14).

Dar a conocer la importancia de los programas preventivos para evitar factores de riesgo

Unidad IV: Drogas que más se consumen (Sesiones 15 a la 18).

Brindar información sobre los diferentes tipos de drogas que más consumen los estudiantes

Unidad V: Trabajar para prevenir y evitar (Sesiones 19 a la 23).

Poner en práctica lo aprendido a lo largo del programa de prevención integral para su actuar como agentes de prevención y cambio.

5.4 Metodología

Los métodos que se utilizarán en el desarrollo del programa de prevención integral son:

- **Método activo-participativo:** La forma de trabajo concibe a los participantes de los procesos como agentes activos en la construcción y reconstrucción del conocimiento no como agentes pasivos o receptores. Por ello, se implementarán dinámicas grupales e individuales donde los profesores tendrán que interactuar sí y con la facilitadora, buscando así una participación integral donde todos estén involucrados.

- **Método expositivo:** Consiste en la presentación oral y lógica de un tema. El recurso principal será la exposición teórica de la persona facilitadora, quien dará a conocer los diferentes temas del programa y las instrucciones que se darán.

- **Método de enseñanza socializada:** Se verá reflejada desde el inicio del programa, a través de la integración social de los maestros quienes aportarán de manera individual experiencias y pensamientos para desarrollar el trabajo de grupo.

5.5 Desarrollo del programa

UNIDAD I

FACTORES PROTECTORES Y FACTORES DE RIESGO

Sesión Nº 1

Tema: Presentación y lineamientos.

Objetivo: Promover la integración grupal para la realización del encuadre.

Tiempo: 45 minutos

Primera actividad: Ronda de presentación y evaluar los descansos por sesión

Técnica: Dinámica de animación e integración

Material: Papelógrafo, hojas bond, lapiceras, marcadores rojo y negro.

Procedimiento

La moderadora dará inicio a la actividad solicitando a todos los participantes realizar un círculo numerándose del 1 al 5. Las personas con el número 1 formarán un grupo y así sucesivamente mientras avance el conteo habrá cinco grupos constituidos. Luego se realizará una presentación personal con un representante ante el resto de los participantes.

Finalmente se establecerán las reglas de las siguientes sesiones, como tiempo límite de espera e inicio de sesión, descanso y forma de trabajo.

Evaluación: Se evaluará la actividad a través de las aptitudes de comunicación, paciencia y acierto de los maestros y maestras.

Tema: Me tomo un tiempo, me calmo y respiro.

Objetivo: Conocer y experimentar las señales del cuerpo mediante la aplicación de una técnica de relajación.

Tiempo: 20 minutos.

Segunda actividad: Relajación y meditación guiada.

Técnica: Técnica de relajación y meditación de Benson.

Material: No se necesita material para esta actividad, música y parlante.

Procedimiento

Mantendrán el círculo y cada participante podrá elegir una frase o palabra con la que se sienta identificado, durante la meditación la pensarán o visualizarán. Poniéndose cómodos(as) cerrarán los ojos y empezarán a respirar lenta y profundamente. La

moderadora dará la indicación de inhalar y exhalar en ocho tiempos, de manera pausada, y repitiendo la frase o palabra elegida e intentando mantenerla visualizada.

Con el ejercicio se logrará que los maestros, progresivamente, dejen de moverse y logren relajarse comenzando con los dedos de los pies, las piernas, las rodillas, los muslos, todo lo que es el torso; luego las manos, relajarán los hombros y se mantendrán así. La moderadora se encargará de guiar diciéndoles que si por aluna causa se distraen vuelvan a visualizar la frase o palabra. Al culminar la moderadora solicitará que vayan abriendo los ojos de a poco y agradezcan por ese momento.

Evaluación: Se evaluará esta actividad de acuerdo a las sensaciones que pudieron experimentar los maestros y maestras y, si lograron llegar a la concentración necesaria.
Comentario y sugerencias: Al finalizar la sesión se les pedirá que voluntariamente comenten o sugieran sobre lo realizado y cómo mejorar.

Para poder ver la sesión Nº 1 de esta primera unidad, solo debe ingresar al siguiente link: **http://bit.ly/UnidadI-S1**

Sesión Nº 2

Tema: El autocuidado como factor protector.
Objetivo: Aplicar la escala de autocuidado.
Tiempo: 30 minutos.
Primera actividad: Ronda de presentación y evaluar los descansos por sesión.
Técnica: Escala de autocuidado.
Material: Instrumento escala de autocuidado impresa, lapiceras.

Procedimiento

La moderadora dará inicio mediante el saludo y presentación, acto seguido repartirá la escala de autocuidado a cada uno de los maestros y maestras, y dará las instrucciones de

llenado y forma de calificación instantánea. Se pedirá a los participantes ser completamente sinceros y mantener la concentración.

El objetivo de esta actividad será analizar el nivel de autocuidado que mantienen los maestros y maestras en su día a día, para que una vez aplicada la escala de autocuidado puedan compartir sus comentarios, experiencias y preguntas sobre su experiencia con el realizar el llenado de los cuestionarios. Tendrán 15 minutos para llenarlos y otros diez minutos para su corregirlos.

Evaluación: Se evaluará esta actividad mediante los resultados de cada prueba. La solicitud hacia los maestros, será compartir sus resultados y expresar si consideran que pueden identificarse con los mismos.

Tema: Autocuidado como factor protector
Objetivo: Reforzar el conocimiento sobre el autocuidado como factor protector
Tiempo: 30 minutos
Segunda actividad: Exposición teórica sobre la importancia del autocuidado como maestros.
Técnica: Dinámica de reflexión.
Material: Proyector, parlantes.

Procedimiento

Esta actividad será únicamente teórica con el objetivo de reforzar el conocimiento sobre el autocuidado como factor protector. La expositora dará a conocer el tema a exponer, a través de una presentación de PowerPoint. Los materiales que se usarán son diapositivas y un video de sensibilización, y análisis para que cada maestro(a) pueda identificar el nivel en el que se encuentra y presta atención con respecto al tema de autocuidado en sus actividades diarias. Al finalizar, los maestros podrán opinar, compartir y realizar preguntas sobre la exposición.

Evaluación: Habrá un lapso de diez minutos para evaluar, mediante la escala, el tema expuesto y el video de sensibilización, a fin de medir el impacto del mismo.

Comentario y sugerencias: Se solicitará a dos de los participantes, que se hayan sentido muy conmovidos con la realización del ejercicio, den su testimonio. También se pedirá a dos de los participantes, menos interesados por su experiencia, que den testimonio.

Para poder ver la sesión Nº 2 (primera unidad) deberá ingresar al siguiente link: **http://bit.ly/UnidadI-S2**

Sesión Nº 3

Tema: Factores de riesgo

Objetivo: Conocer los factores de riesgo que llevan a los alumnos al consumo indebido de drogas.

Tiempo: 30 minutos

Primera actividad: Exposición teórica sobre los factores de riesgo a los cuales se enfrentan los estudiantes.

Técnica: Exposición teórica.

Material: Proyector, parlantes.

Procedimiento

Se dará inicio a la sesión mediante una enriquecedora exposición sobre los factores de riesgos. El objetivo de la presente actividad será llegar a los maestros de manera diferente pensando en una prevención integral que deberá abarcar diferentes puntos, tomando en cuenta los factores de riesgo tradicionales y reparando en las diferentes actuaciones tanto de los padres, alumnos, escuela y maestros.

Habrá intervenciones de los(las) maestros(as) para que aporten, desde su conocimiento y experiencia. Esto servirá para definir el conocimiento de los maestros y su forma de actuar frente a los riesgos de sus alumnos.

Evaluación: se evaluará el conocimiento de los maestros en relación a los factores de riesgo que presentan sus alumnos.

Tema: Factores de riesgo.
Objetivo: Identificar los factores de riesgo que se presentan en los alumnos de sus unidades educativas.
Segunda actividad: Actividad de socialización.
Tiempo: 20 minutos.
Técnica: Lluvia de ideas.
Material: Papelógrafo, marcadores rojo y negro.

Procedimiento

Una vez que se haya establecido el nivel de conocimiento y se haya compartido la forma de pensar de los maestros frente a los factores de riesgo, a los cuales los alumnos se enfrentan, la moderadora pedirá a los grupos formados el primer día, que escriban en el papelógrafo aquellos factores de riesgo que recuerden haber visto en algunos de sus alumnos.

El objetivo de esta actividad será identificar los factores de riesgo que se presentan en los alumnos de sus unidades educativas, para conversar sus experiencias y resolver las diferentes dudas que tengan.

Evaluación: Se evaluará la actuación de los maestros en sus unidades educativas ante cualquier algún factor de riesgo visibilizado en la conducta de sus alumnos

Para poder ver la sesión Nº 3 (primera unidad), ingrese al siguiente link: **http://bit.ly/UnidadI-S3**

Sesión Nº 4

Tema: Factores protectores como herramienta de prevención.

Objetivo: Conocer los factores protectores como herramienta de prevención.

Tiempo: 50 minutos.

Técnica: Exposición teórica.

Material: Proyector y parlantes.

Procedimiento

la moderadora dará inicio a la exposición haciendo uso de una presentación en PowerPoint con el objetivo de mostrar a los(as) maestros(as) los diferentes factores protectores como herramientas de prevención para que, posteriormente, puedan actuar como agentes de prevención y cambio ayudando e identificando a los diferentes estudiantes afectados.

Al finalizar la actividad, se aguardará diez minutos para que los participantes compartan sus experiencias y puedan también resolver sus dudas con ayuda de la moderadora.

Tema: Factores protectores

Objetivo: Identificar los factores protectores de cada maestro y reforzarlos.

Segunda actividad: Exposición teórica sobre factores protectores y dinámica de reconocimiento.

Tiempo: 30 minutos.

Técnica: Exposición teórica.

Material: Papelógrafos y marcadores de colores.

Procedimiento

Se pedirá a los grupos que socialicen la exposición impartida en la anterior actividad. Después deberán reconocer e identificar sus factores protectores para exponerlos y reflexionar sobre el uso que hicieron de los mismos. Se evaluará en qué momento identifican los(as) maestros(as) sus factores protectores, frente a las diferentes situaciones con sus alumnos.

Evaluación: Al finalizar ambas través de la experiencia en la actividad, tendrán también en cuenta aquellos momentos en los cuales no se dieron cuenta que los factores pudieron haber sido de mucha ayuda para sus estudiantes.

Para poder ver la sesión Nº 4 (primera unidad), deberá ingresar al siguiente link: **http://bit.ly/UnidadI-S4**

Sesión Nº 5

Tema: Comunicación asertiva y escucha activa.

Objetivo: Promover un espacio de reflexión sobre la comunicación asertiva maestro-alumno.

Tiempo: 40 minutos.

Técnica: Dinámica de plenaria y reflexión

Material: Proyector y parlante.

Procedimiento

Al inicio habrá una plenaria entre los participantes a cargo de la moderadora, quien les guiará, apoyando y acotando sobre la comunicación asertiva. Surgirán preguntas sobre la práctica de la escucha activa y comunicación asertiva maestro-alumno.

Evaluación: Se evaluará la importancia de aplicarla comunicación asertiva y la escucha activa por parte de los(as) maestros(as).

Para poder ver la sesión Nº 5 (primera unidad), deberán ingresar al siguiente link: **http://bit.ly/UnidadI-S5**

UNIDAD II

MAESTROS COMO AGENTES DE CAMBIO

Sesión Nº 6

Tema: El papel fundamental en prevención de los maestros en las unidades educativas.

Objetivo: Fomentar la participación de la comunidad escolar en las intervenciones de prevención en el ámbito educativo.

Tiempo: 50 minutos.

Técnica: Dinámica de plenaria.

Material: No se necesita material para esta actividad.

Procedimiento

Se llevará a cabo una plenaria para entender el punto de vista e implicancia que los(as) maestros(as) consideran en su labor como tal en su relación con los estudiantes y el uso indebido de drogas.

El objetivo de la presente actividad será fomentar la participación de la comunidad escolar en las intervenciones de prevención en el ámbito educativo, para realizar un cambio en la perspectiva tanto de los(as) maestros(as) como de los estudiantes.

Evaluación: Se evaluará el grado de implicancia de los(as) maestros(as) en la temática.

Comentarios y sugerencias: Se permitirán diez minutos para un corto debate donde compartirán sus comentarios y sugerencias sobre la temática.

Para poder ver la sesión Nº6 (segunda unidad), deberá ingresar al siguiente link: **http://bit.ly/UnidadII-S6**

Sesión Nº7

Tema: Teoría del aprendizaje: autoeficacia.

Objetivo: Comprender la importancia de la autoeficacia en relación a la percepción que tienen los alumnos sobre su actuar.

Tiempo: 40 minutos.

Técnica: Exposición teórica.

Material: Proyector.

Procedimiento

Se llevará a cabo una exposición teórica para dar a conocer las bases de la teoría del aprendizaje con énfasis en la autoeficacia. Habrá, en lo posterior, un breve debate para observar el punto de vista de los(as) maestros(as) y el valor que tienen para ellos sus estudiantes.

El objetivo es comprender la importancia de la autoeficacia en relación con la percepción que tienen los estudiantes sobre su actuar, para que puedan llegar a reforzar, desde cierto punto, la autoeficacia de aquéllos.

Evaluación: Se evaluará el tipo de relación que los(as) maestro(as) tienen con sus estudiantes.

Comentarios y sugerencias: Se otorgarán 15 minutos para que puedan compartir sugerencias, entre sí, diferenciando y complementando sus aportes.

Para poder ver la sesión Nº7 (segunda unidad), deberá ingresar al siguiente link: **http://bit.ly/UnidadII-S7**

Sesión Nº 8

Tema: Rol del maestro

Objetivo: Identificar el rol del maestro como un modelo que contribuye a una educación de calidad.

Tiempo: 20 minutos.

Técnica: Exposición teórica.

Material: Proyector, hojas bond, lapiceras.

Procedimiento

Al comenzar esta sesión, la moderadora repartirá trozos de papeles en blanco y una lapicera a cada maestro(a). Se considerará un periodo de diez minutos para escribir en el papel cuál es el rol del maestro, qué es lo que hace y qué debe hacer un maestro en la escuela.

Posteriormente se presentará en PowerPoint el rol del maestro, acompañada por una exposición teórica.

El objetivo de la actividad es lograr que los(as) maestros(as) identifiquen su verdadero rol en las unidades educativas donde enseñan. Los tópicos en los cuales se basará esta actividad son la educación de calidad, la seguridad y el cambio.

Evaluación: Cada maestro(a) realizará su autoevaluación para compartirla con el grupo.
Comentarios y sugerencias: Se dispondrá de diez minutos para comentarios, opiniones y posibles sugerencias sobre el actuar del maestro(a).

Para poder ver la sesión Nº 8 **(**segunda unidad), deberá ingresar al siguiente link: **http://bit.ly/UnidadII-S8**

Sesión Nº 9

Tema: Adolescencia.
Objetivo: Indagar sobre los aspectos físicos, psicológicos y de comportamiento que se presentan en la adolescencia.
Tiempo: 25 minutos.
Técnica: Exposición teórica.
Material: Proyector.

Procedimiento

El tema de la adolescencia es muy amplio, motivo por el cual esta exposición se la realizará en dos partes: la primera, únicamente teórica y la segunda, práctica. En esta ocasión se expondrá teóricamente sobre aspectos de la adolescencia, hablará de los diferentes conceptos, cuáles edades abarca, los cambios físicos, psicológicos que ocurren y la influencia del medio.

Evaluar: Se evaluará el conocimiento de los(as) maestros(as), acerca de los diferentes aspectos que abarca ese camino hacia la adolescencia.

Tema: Conductas características de la adolescencia.

Objetivo : Reconocer y comprender conductas características que se observan en la etapa de la adolescencia.

Segunda actividad: Dinámica de reflexión.

Tiempo: 25 minutos.

Técnica: Lluvia de ideas.

Material: Papelógrafo, marcadores rojo y negro.

Procedimiento

La moderadora indicará a cada grupo, conformado desde la primera sesión, identificar cambios físicos y psicológicos de los adolescentes, para ello se fijarán en los dibujos de los papelógrafos. Cada grupo expondrá defendiendo lo expuesto en la exposición teórica.

El objetivo será indagar y analizar las diferentes conductas y comportamientos de los adolescentes, a partir de la comprensión, atención y cambio. Visibilizará el problema al cual se enfrentan.

Evaluación: Se evaluará el conocimiento de los(as) maestros(as) en relación al tema de la adolescencia y cómo perciben las reacciones de sus estudiantes.

Para poder ver la sesión Nº 9 **(**segunda unidad), deberá ingresar al siguiente link: **http://bit.ly/UnidadII-S9**

UNIDAD III

IMPORTANCIA DE LOS PROGRAMAS PREVENTIVOS

Sesión Nº 10

Tema: ¿Qué es prevención?

Objetivo: Brindar conceptos básicos sobre prevención.

Tiempo: 25 minutos.

Técnica: Exposición teórica.

Material: Proyector.

Procedimiento

Se abordará el contenido teórico de prevención en el ámbito educativo, como modelo integral con la intención de profundizar en este aspecto.

La moderadora presentará las diapositivas en PowerPoint sobre el concepto de prevención, el modelo integral, el actuar de los(as) maestros(as) como agentes de prevención y cambio, factores de riesgo y factores protectores aplicados, entre otros.
Una vez concluida la presentación y definido el concepto, a través de diferentes aportaciones de los maestros, iniciará la siguiente sesión con carácter reflexivo.

Tema: Prevención integral.

Objetivo: Reflexionar sobre la eficacia de la prevención integral.

Segunda actividad: Dinámica reflexión.

Tiempo: 25 minutos.

Técnica: Ronda de ideas y reflexión sobre la prevención integral.

Materia: Papelógrafo y marcadores rojo y negro

Procedimiento

Al finalizar la exposición teórica se tendrá una dinámica para reflexionar y ahondar en el tema de prevención integral.

El objetivo de esta actividad será reflexionar en conjunto sobre la eficacia de un programa de prevención integral en el ámbito escolar. La moderadora pedirá opiniones de todos los(as) maestros(as) en base a sus propias experiencias en el aula con sus alumnos en los diferentes programas preventivos, identificando las ventajas y desventajas de los mismos.

Para poder ver la sesión Nº 10 **(**segunda unidad), deberá ingresar al siguiente link: **http://bit.ly/UnidadIIIS-10**

Sesión Nº 11

Tema: Programas preventivos.

Objetivo: Indagar el conocimiento y grado de importancia que los maestros tienen acerca los programas preventivos en el consumo indebido de drogas.

Tiempo: 30 minutos.

Técnica: Lluvia de ideas.

Material: Proyector.

Procedimiento

Al inicio de esta actividad, la moderadora cederá diez minutos para que, a través de la técnica de lluvia de ideas, los(as) maestros(as) puedan aportar de acuerdo a su punto de vista, unidades y experiencia laboral con comentarios y consultas sobre la opinión que tienen de los diferentes programas preventivos, que son de su conocimiento y experiencia sobre el uso indebido de drogas.

Posteriormente, se expondrá la importancia de los programas preventivos y el porqué de la importancia de la actuación de los maestros en los programas preventivos.

Tema: Éxito de los programas preventivos.

Objetivo: Conocer la importancia de los programas preventivos en el consumo indebido de drogas.

Tiempo: 25 minutos.

Técnica: Exposición teórica y plenario.

Material: Proyector.

Procedimiento

La moderadora dará inicio a esta actividad mediante una exposición teórica, abierta a consultas, porque a través de la exposición se permitirán comentarios, sugerencias y aportaciones de cada uno de los maestros.

El objetivo de esta actividad será identificar la importancia que los maestros toman al tema de los programas preventivos sobre el consumo indebido de drogas y, a partir desde sus experiencias, escucharlas, evaluarlas y en conjunto resolver las dudas y aportaciones que sugirán a lo largo de la actividad.

Para poder ver la sesión Nº 11 **(**tercera unidad), deberá ingresar al siguiente link: **http://bit.ly/UnidadIIIS-11**

Sesión Nº 12

Tema: Uso del tiempo libre.

Objetivo: Conocer la perspectiva de los maestros en relación a la estrecha vinculación entre el consumo de los estudiantes, drogas y ocio.

Tiempo: 20 minutos.

Técnica: Lluvia de ideas.

Material: Marcadores rojo y negro, papelógrafos.

Procedimiento

La moderadora dará inicio a esta actividad indicando a los maestros que pueden formar los grupos. Una vez conformados deberán reflexionar la relación existente entre el consumo de drogas de los estudiantes y su tiempo de ocio. Podrán aportar desde la observación, recordando el comportamiento, actividades y actitudes los estudiantes con este problema.

Una vez realizada la reflexión grupal, la moderadora dará la orden de plasmar esas ideas en un papelógrafo, posteriormente el encargado de grupo deberá dar a conocer las conclusiones en conjunto.

Tema: Uso del tiempo libre y sus consecuencias.

Objetivo: Identificar las consecuencias que se presentan en los alumnos, que hacen mal uso de su tiempo libre y cómo afecta esto en la escuela.

Segunda actividad: Exposición teórica.

Tiempo: 45 minutos.

Técnica: Exposición teórica y plenario.

Material: Proyector.

Procedimiento

Se dará inicio al tema con una lluvia de ideas para tener previo conocimiento de cómo los maestros ven el tema de las drogas. A continuación, se dará paso a la exposición teórica sobre la temática dentro de la cual se tocará el tema fundamentado sobre el tiempo libre de los estudiantes y la consecuencia directa con el rendimiento escolar.

Una vez realizada la lluvia de idas, se pasará a la exposición teórica y posteriormente se dará diez minutos para la plenaria.

Evaluación: Se evaluará la relación entre el uso de tiempo libre y las consecuencias tales como el uso indebido de drogas.

Comentarios y sugerencias: Se permitirán diez minutos para analizar el punto de vista de los(as) maestros(as) y el tiempo libre de sus alumnos.

Para poder ver la sesión Nº 12 **(**tercera unidad), solo debe ingresar al siguiente link: http://bit.ly/UnidadIIIS-12

Sesión Nº 13

Tema: ¿Presión del grupo? Influencias, opiniones y actuación.

Objetivo : Hacer conscientes a los(as) maestros(as) sobre la existencia del grado de influencia que un grupo puede ejercer sobre los estudiantes.

Tiempo: 30 minutos.

Técnica: Dinámica de plenaria.

Material: Papelógrafos y marcadores.

Procedimiento

Se ahondará en la temática de cómo la baja autoestima suele ser un factor determinante para dar paso al miedo por el rechazo del grupo, induciendo a los estudiantes a obedecer ciertas conductas negativas con las cuales no se sienten de acuerdo, pero sí obligados a seguir.

Una vez establecidos los lineamientos, los(as) maestros(as) deberán reunirse en grupos y plasmar todas las ideas en los papelógrafos para después compartirlas con el resto.

Tema: Líderes positivos y líderes negativos.

Objetivo: Guiar un liderazgo negativo a uno positivo.

Tiempo: 40 minutos.

Técnica: Exposición teórica y dinámica de reflexión.

Material: Proyector.

Procedimiento

Se presentará el tema de liderazgo mencionándose las diferencias del liderazgo positivo y negativo. Finalizada la exposición teórica se mostrará un corto que refleje el verdadero liderazgo y último se permitirán unos minutos para la participación de los(as) maestros(as), quienes deberán generar una idea sobre cómo trabajar con ambos tipos de liderazgo.

Evaluación: Se evaluará el conocimiento de los(as) maestros(as) sobre el liderazgo tanto positivo como negativo.

Comentarios y sugerencias: Se dará diez minutos para aportaciones y consultas sobre el liderazgo.

Para poder ver la sesión Nº 13 **(**tercera unidad), deberá ingresar al siguiente link: **http://bit.ly/UnidadIIIS-13**

Sesión Nº 14

Tema: Influencia de la publicidad en el uso indebido de drogas.

Objetivo : Identificar la percepción que tienen los maestros sobre la publicidad y el uso indebido de drogas.

Tiempo: 30 minutos.

Técnica: Lluvia de ideas.

Material: Papelógrafos, marcadores rojo y negro.

Procedimiento

En esta actividad se necesitará la participación de todos los(as) maestros(as) presentes, que trabajarán la técnica lluvia de ideas enfocada a su percepción de publicidad y el uso indebido de drogas.

Al ser una actividad más práctica que teórica, se buscará que los(as) maestros(as) puedan desenvolverse, según su punto de vista en concordancia con su experiencia profesional-laboral.

Al finalizar, se emplearán diez minutos para que puedan realizar preguntas dirigidas a la moderadora, sobre alguna duda que haya en relación a la publicidad.

Tema: La publicidad y el surgimiento de posibles cuestionantes.

Objetivo: Conocer la manipulación de los mensajes ocultos de la publicidad y reforzar las respuestas oportunas a posibles cuestionantes de parte de los estudiantes.

Segunda actividad: Dinámica de animación y reflexión

Tiempo: 30 minutos.

Técnica: Reflexión y exposición dinámica.

Material: Papelógrafo, marcadores rojo y negro.

Evaluación: En esta actividad se pretende visibilizar las manipulaciones que hay en las redes sociales, spots publicitarios y películas. Se evaluará las consideraciones de los(as) maestros(as) y el relacionamiento de los adolescentes con sus pares, a través de la internet.

La moderadora pedirá a los(as) maestros(as) que destinen unos minutos y compartan en su grupo sus diferentes experiencias en relación con el tema y hayan pasado desapercibidas para ellos.

Comentarios y sugerencias: Se utilizarán diez minutos para el debate y sugerencias sobre los temas de los cuales tienen un conocimiento parcial.

Para poder ver la sesión Nº 14 **(**tercera unidad), deberá ingresar al siguiente link: **http://bit.ly/UnidadIIIS-14**

UNIDAD IV
DROGAS QUE MÁS SE CONSUMEN

Sesión Nº 15

Tema: Drogas de mayor consumo.

Objetivo: Identificar las drogas de mayor consumo de los estudiantes.

Tiempo: 20 minutos.

Técnica: Dinámica de plenario.

Material: Proyector.

Procedimiento

Se dará inicio a la actividad con un cortometraje sobre drogas que más se consumen en nuestro medio, para luego realizar una reflexión. El corto presenta únicamente imágenes y será utilizado con el fin de escuchar opiniones acerca de lo mostrado para construir el siguiente paso de la sesión. Se abrirá paso a un plenario de reflexión en el cual se buscará escuchar la perspectiva y creencia de los(as) maestros(as) en relación a las diferentes drogas que se consumen en nuestro medio.

Para ingresar al video, deberá ingresar al siguiente link: **https://youtu.be/0srzXrKl7zI**

Tema: Panorama general de las drogas de mayor consumo.
Objetivo: Conocer las características de las drogas mencionadas con anterioridad.
Tiempo: 40 minutos.
Técnica: Exposición teórica.
Material: Proyector.

Procedimiento

Se dará a conocer a través de una exposición teórica las drogas más conocidas y aquellas que se consumen en nuestra realidad nacional. Esta temática abordará, con estadísticas de casos actuales y pasados en el medio, la demanda hacia los tipos de droga por edad y género.

Al finalizar se pedirá a los(as) maestros(as) que aporten con alguna experiencia propia frente a las drogas, tanto en tiempos de colegio como en su papel de maestros y padres.

Evaluación: Se evaluará el punto de vista y conocimiento del tipo de drogas a las cuales los estudiantes están expuestos.
Comentario y sugerencia: Se dispondrá de diez minutos para aportaciones.

Para poder ver la sesión Nº 15 **(**cuarta unidad), deberá ingresar al siguiente link: http://bit.ly/UnidadIVS-15

Sesión Nº 16

Tema: La droga llamada alcohol

Objetivo: Identificar el alcohol como una droga susceptible de causar dependencia

Tiempo: 50 minutos.

Técnica: Exposición teórica.

Material: Proyector.

Procedimiento: Mediante una exposición teórica se reconocerá la problemática del consumo de alcohol. Esta temática es del conocimiento de muchos de los(as) maestros(as). El objetivo será actualizar algunos datos estadísticos y dejar en claro que el alcohol es como una droga. Su consumo preocupa debido al incremento del consumo en Bolivia.

Evaluación: Se evaluará el grado de normalización que el alcohol genera en la población.

Para poder ver la sesión Nº 16 **(**cuarta unidad), deberá ingresar al siguiente link: **http://bit.ly/UnidadIVS-16**

Sesión Nº 17

Tema: El grado de alcohol sí importa: aspectos positivos y negativos.

Objetivo: Relacionar el nivel de alcoholemia con los efectos y riesgos que conlleva el consumo indebido de bebidas alcohólicas.

Tiempo: 45 minutos.

Técnica: Exposición teórica.

Material: Proyector.

Procedimiento

A través de la exposición teórica se buscará observar la graduación del alcohol y el peligro que representa su consumo indebido e irresponsable en los adolescentes.

Esta actividad está pensada en base a la actitud que ciertos padres toman con los hijos menores de edad al ofrecerles bebidas alcohólicas en situaciones de festejos, brindis o acontecimientos familiares. En nuestro medio, la mayoría de las personas que consumen bebidas alcohólicas, iniciaron su experiencia en casa y a temprana edad.

Evaluación: Se evaluará el conocimiento de los maestros en relación al grado alcohólico.

Comentario y sugerencia: Se escuchará la opinión de los(as) maestros(as) en relación al daño e influencia del grado de alcohol en los adolescentes y su conducta.

Para poder ver la sesión Nº 17 **(**cuarta unidad), deberá ingresar al siguiente link: **http://bit.ly/UnidadIVS-17**

Sesión Nº 18

Tema: Mitos y contra mitos sobre el alcohol

Objetivo: Exponer los diferentes tipos de mitos y contra mitos sobre el alcohol

Tiempo: 45 minutos

Técnica: Exposición teórica

Material: Proyector

Procedimiento

A través de la exposición teórica se buscará generar un debate sobre la relación que existe entre los mitos y contra mitos en relación al conocimiento básico que tenemos sobre el alcohol.

Al finalizar la exposición habrá un momento para realizar consultas, aportes y compartir experiencias que comprueben o rechacen los mitos y contra mitos.

Evaluación: La evaluación de esta actividad se basará en desmentir ciertos mitos a los que nos hemos acostumbrado y normalizado.

Comentario y sugerencia: Se emplearán diez minutos para escuchar a los participantes y sus mitos no conocidos sobre el alcohol.

Para poder ver la sesión Nº 18 **(**cuarta unidad), deberá ingresar al siguiente link: **http://bit.ly/UnidadIVS-18**

UNIDAD V
TRABAJAR PARA PREVENIR Y EVITAR

Sesión Nº 19

Tema: Factores de riesgo y factores protectores en el uso indebido de drogas.

Objetivo: Establecer la correlación entre factores de riesgo y factores protectores.

Tiempo: 55 minutos.

Técnica: Exposición teórica.

Material: Proyector.

Procedimiento

La moderadora dará inicio a la exposición con los factores de riesgo a los cuales todos los estudiantes están expuestos a diario, en casa, con los amigos, en fiestas y en la escuela. Una vez segmentados los factores de riesgo se presentarán los factores protectores en los diferentes espacios de convivencia y cómo estos pueden ayudar a evitar el uso indebido de drogas de los estudiantes.

Evaluación: Se evaluará la importancia de la relación entre los factores de riesgo y protectores.

Comentario y sugerencia: Se designarán diez minutos para consultas y comentarios en relación a la influencia de ambos factores en los estudiantes.

Para poder ver la sesión Nº 19 **(**quinta unidad), deberá ingresar al siguiente link: **http://bit.ly/UnidadIVS-19**

Sesión Nº 20

Tema: Compartiendo experiencias

Objetivo: Compartir las diferentes experiencias de sus alumnos

Tiempo: 50 minutos

Técnica: Sesión de plenario

Material: No se necesita material para esta actividad

Procedimiento

La moderadora dará inicio con una lectura sobre un testimonio de un exestudiante con antecedentes en el uso indebido de drogas. Esta será una actividad de sensibilización, reflexión y un espacio para aportaciones, considerando los puntos anteriormente mencionados.

Los participantes podrán realizar una autoevaluación de su rol, replantear algunas actitudes y, sobre todo, compartir diferentes experiencias para que desde lo aprendido puedan verlas diferente.

Evaluación: Se evaluarán aspectos que antes de la implementación del programa no eran visibles para los(as) maestros(as) en relación al uso indebido de drogas en sus estudiantes.

Comentario y sugerencia: Se designará 10 minutos para sugerencias en relación a la temática abordada.

Para poder ver la sesión Nº 20 **(**quinta unidad), deberá ingresar al siguiente link: **http://bit.ly/UnidadVS-20**

Sesión Nº 21

Tema: ¿Qué lugar ocupo como maestro en la formación de mis alumnos?

Objetivo: Reflexionar acerca de las deficiencias personales para aceptarlas, mejorarlas y convertirlas en factores protectores.

Tiempo: 45 minutos

Técnica: Dinámica de plenaria

Material: Papelógrafos

Procedimiento

Los participantes integrarán grupos diferentes donde reflexionarán y compartirán opiniones sobre qué lugar consideran ocupan en la vida de sus estudiantes.

Evaluación: Se evaluará los aspectos a esclarecerse a través de la dinámica mediante actividades para compartir entre maestros(as).

Comentario y sugerencia: Se designarán 15 minutos para que puedan darse sugerencias entre sí y se apoyen en su rol como agentes de cambio.

Para poder ver la sesión Nº 21 **(**quinta unidad), deberá ingresar al siguiente link: **http://bit.ly/UnidadVS-21**

Sesión Nº 22

Tema: ¿Cómo puedo ser un guía para mis alumnos?

Objetivo: Reflexionar sobre el sentido de la prevención integral del uso indebido de drogas.

Tiempo: 60 minutos

Técnica: Dinámica de plenario

Material: No se necesita material para esta actividad

Procedimiento

A través del intercambio de ideas, experiencias y puntos de vista, se buscará que los(as) maestros(a) respondan la pregunta de la temática para su formación como agentes de cambio.

Evaluación: Se evaluará el liderazgo de participantes, resolverán dudas y generará un cambio.

Comentario y sugerencia: Se utilizarán 20 minutos para promover un debate resumen.

Para poder ver la sesión Nº 22 **(**quinta unidad), deberá ingresar al siguiente link: **http://bit.ly/UnidadVS-22**

Sesión Nº 23

Tema: Evaluación.

Objetivo: Evaluar el impacto del programa en los maestros.

Tiempo: 1 hora.

Técnica: Dinámica de reflexión.

Material: Fotocopias del instrumento de medición.

Procedimiento

Se realizará la despedida y cierre del programa con palabras de la moderadora y se les entregará a los participantes las fotocopias para ser llenadas y devueltas.

Evaluación: Se evaluará el resultado final del programa de prevención y el aprendizaje de los(as) maestros(as), a través de lo aprendido y aprovechado.

Comentario y sugerencia: Se utilizarán diez minutos para completar el cierre, junto con las diferentes sugerencias que hayan.

Para poder ver la sesión Nº 23 **(**quinta unidad), deberá ingresar al siguiente link: **http://bit.ly/UnidadVS-23**