



**Universidad Pedagógica  
Nacional**

**UNIDAD AJUSCO**

**Licenciatura en Pedagogía**

Propuesta pedagógica

Propuesta pedagógica para la prevención del alcoholismo en adolescentes de  
la Secundaria 0319, de Ecatepec, Edo de México.

QUE PRESENTA

**Magdalena Xóchitl Muñoz Salinas**

PARA OPTAR POR EL GRADO DE  
LICENCIADA EN PEDAGOGÍA

DIRECTORA DE LA PROPUESTA

**Profra. Sonia Miriam Hernández Muñoz**

México, D. F.

Mayo 2011

## DEDICATORIA

Este trabajo lo dedico primeramente a las dos personas que han estado conmigo a lo largo de mi camino como estudiante y en mi formación como ser humano, a mis padres, Gracias señor Diego y señora Martha, ya que gracias a su amor, cuidados y apoyo logré terminar mis que en todo momento me hicieron sentir su apoyo y cariño muy a su manera pero siempre están presentes. Especialmente a Mony ya que me brindó su apoyo, amor, tiempo y comprensión en uno de los momentos más difíciles que he tenido que vivir ¡gracias!

También deseo nombrar a mis cuatro ángeles que con su alegría, ocurrencias e inocencia llegaron a alegrar mi existencia y a inyectar en mí, un espíritu de superación ya que con la llegada de cada uno de ellos sabía que tenía que ser mejor cada día: Dieguito, Daniela, Emiliano, Leonel.

A todos y cada uno de mis profesores que con su experiencia y consejos por fin he concluido mi instancia en esta maravillosa institución, para dar lo mejor de mí y ayudar en su formación a los jóvenes con los que conviva en mi desempeño profesional. Especialmente a la profesora Sonia, muchas, muchas gracias por su ayuda y paciencia, al profesor Mario, Heliodoro, Felipe, Armando Carmona, Juan Manuel, Carlos Rivero, porque cada uno de ellos me ha dejado enseñanzas y gratos recuerdos como profesores y como personas. Gracias por todo su apoyo y comprensión. No puedo dejar de agradecer a mis sinodales que me ayudaron a enriquecer mi trabajo con sus observaciones y sugerencias, a los profesores: Virginia Luna, Héctor Cifuentes y Francisco Regalado.

Muy especialmente a la persona que con sus consejos y apoyo moral me impulso a lograr la realización de este sueño que hoy es una realidad, gracias a su amor, compañía, comprensión, ejemplo y apoyo económico y por soportar mis ratos de mal humor al no terminar la tarea, gracias Esteban, te amo.

Y sobre todo a Dios por darme todo lo que hasta el día de hoy tengo y he logrado, por darme la paciencia para soportar todas las adversidades que en la vida se me han presentado pero sobre todo por darme el más grande regalo que aunque atraso un poco la realización de este sueño ahora se ha convertido en el impulso más grande para seguir adelante y ser una mejor persona día a día, mi hija Mariana, te amo conejito.

*A Carlos con todo mi cariño e inspiración*  
*A Dieguito, Dany, Milo, Leo y Mariah con todo mi amor.*  
*Al ingeniero Esteban Vázquez con toda mi admiración y respeto.*

# INDICE

## Capítulo I.

### La orientación educativa en México

I.1 Antecedentes históricos.....	1
1.2 La función del orientador escolar.....	4
1.3 Conceptos y definiciones de la Orientación educativa.....	5
1.4 Funciones de la orientación educativa en la escuela secundaria.....	6
1.5 Áreas de la Orientación educativa.....	8
1.6 Orientación para la prevención y el desarrollo.....	9
1.7 Objetivos de la orientación y la prevención.....	10
1.8 Modelos de intervención de la Orientación educativa.....	11

## Capítulo II

### La adolescencia y la escuela

2.1 La adolescencia.....	15
2.2 Cambios físicos.....	17
2.3 Cambios emocionales.....	18
2.4 El adolescente y la crisis de identidad.....	20
2.5 El adolescente y su grupo de pares.....	22
2.6 El adolescente y la escuela.....	25

## Capítulo III

### La familia

3.1 El adolescente y la familia.....	32
3.2 Factores de riesgo para las adicciones en la familia.....	39

## Capítulo IV

### El alcoholismo en adolescentes en México.

4.1 Definición de alcoholismo.....	42
4.2 El alcoholismo en adolescentes en México.....	43
4.3 Como identificar las señales de alarma.....	52

## Capítulo V

### Propuesta de intervención desde la escuela para proteger a los y las adolescentes del consumo excesivo de alcohol.

Justificación.....	57
Descripción del contexto.....	58
5.1 Resiliencia.....	63
5.2 Estilos de vida.....	65
5.3 Habilidades para la vida.....	65
5.4 Ambientes protectores para las adicciones.....	67
5.5 Plan de vida.....	68
5.6 Carta descriptiva.....	71
5.7 Actividades complementarias.....	80
Conclusiones.....	93
Bibliografía.....	96

## INTRODUCCIÓN

La llegada de este nuevo siglo, ha traído consigo infinidad de cambios que pueden influir de manera positiva o negativa en los jóvenes. Estos cambios pueden ocasionar un incremento en las situaciones de riesgo que pueden llevar al consumo excesivo de alcohol u otras drogas. Desde esta perspectiva, consideramos que la familia, en su condición de núcleo social, así como la escuela y el estado juegan un papel relevante como factores protectores frente a los problemas que se presentan en el mundo actual, especialmente en la juventud.

Para el sector salud el crecimiento del abuso de drogas en nuestro país es preocupante, por lo que busca alternativas que mejoren la calidad y cobertura de los servicios especializados, así como elementos que fortalezcan la atención preventiva y curativa ( Zapata Raúl, 2006, página 5 ).

Esta preocupación generalizada en la sociedad ha marcado la pauta para que las instituciones dedicadas a combatir el problema de las adicciones ubiquen a la escuela en conjunto con el núcleo familiar como elementos fundamentales en su prevención. En consecuencia, se instrumentan programas encaminados a una atención integral que comprometan de manera directa a la familia lo que redundará en una mayor efectividad en las acciones realizadas para aliviar o disminuir este problema.

Esta propuesta ofrece elementos para comprender las diferentes etapas de la vida por las que transitan los adolescentes, así como las conductas típicas y atípicas que pueden aparecer en cada una de éstas. Se pretende que sirva como una herramienta a padres de familia y trabajadores de la educación, preocupados por el bienestar y la salud de los adolescentes, ya que en la actualidad la ignorancia e indiferencia ante los problemas de adicción en los jóvenes, no se pueden permitir. Este trabajo consta de cinco capítulos que se describen a continuación.

En el capítulo I, se aborda la orientación educativa en México. Inicia con un breve recorrido histórico acerca del desarrollo de ésta en nuestro país, para comprender el cómo y por qué cobró relevancia dentro del sistema educativo, y

por qué en la actualidad ocupa un importante papel en la educación básica en México.

En el capítulo II se habla de la adolescencia. Se mencionan los cambios más importantes que caracterizan a esta etapa de la vida, en los aspectos físico, emocional y social, y se señalan los factores que vuelven particularmente vulnerables a los jóvenes en cuanto al inicio del consumo de sustancias adictivas, como el alcohol.

El capítulo III toca el tema del adolescente y la familia. Se refiere a las características de algunos tipos de familias presentes en México, resaltando el papel del grupo familiar en la prevención del consumo excesivo del alcohol en los hijos adolescentes. Se considera también la función de la escuela en este mismo sentido.

El alcoholismo en adolescentes en México se trabaja en el capítulo IV. Se mencionan algunos datos acerca del consumo excesivo del alcohol en adolescentes mexicanos y algunas de sus consecuencias.

El capítulo V contiene la Propuesta Pedagógica para la prevención del alcoholismo en adolescentes de la secundaria 0319, de Ecatepec, Estado de México.

Este último capítulo trata acerca del importante papel que la escuela tiene en la prevención de adicciones, ya que es en ésta donde los jóvenes pasan gran parte de su tiempo y debería ser el lugar idóneo para el máximo desarrollo de habilidades físicas y cognitivas de los adolescentes, con la finalidad de que logren construir un proyecto de vida satisfactorio y productivo, tanto en sentido personal como social.

## **CAPÍTULO I.**

### **LA ORIENTACIÓN EDUCATIVA EN MÉXICO**

#### **1.1 Antecedentes históricos**

Para comprender el modelo educativo de prevención del alcoholismo en adolescentes propuesto en este trabajo es necesario hacer una reseña acerca de cómo surge la orientación educativa dentro de las escuelas secundarias en México, específicamente en el Distrito Federal; la transformación que ha sufrido en razón de las demandas sociales e institucionales, así como el desarrollo de sus marcos teóricos, objetivos y estrategias.

En 1925, la Secretaría de Educación Pública (SEP) autoriza la creación de las escuelas secundarias en México, cuyo ciclo escolar tendría una duración de tres años y dependería de dicha Secretaría ( Larroyo Francisco, 1994, Pág.15).

En 1954, durante el periodo presidencial de Adolfo Ruiz Cortínez, se inició el servicio de orientación educativa en las escuelas secundarias generales en el Distrito Federal y se creó la Oficina de Orientación Vocacional de la Dirección General de Segunda Enseñanza (Meuly René,1995, pág. 43).

Este Departamento fue dirigido por el maestro Luis Herrera y Montes hasta 1966 y su aportación fue de suma importancia, ya que a él también se le debe el primer programa de actividades para los orientadores de las escuelas secundarias del D.F. ( Baltazar Roberto, 1998, Pág. 19) .

En 1960, queda establecido en el plan de estudios de este nivel educativo una hora de trabajo semanal obligatoria de orientación vocacional para los estudiantes de tercer grado. Cabe destacar que en sus inicios la orientación educativa sólo se centró en la elección vocacional, restándole importancia a las demás áreas que el orientador podía atender.

Roberto Baltazar afirma que con la Reforma Educativa de 1974 se suprimió dicha hora semanal, por la que los orientadores educativos tenían que “negociar” con los docentes, para que les “dieran permiso” de trabajar con los

grupos de tercer grado cuando tuvieran un tiempo disponible y no afectara sus actividades docentes o bien aprovechar cuándo había una hora libre en algún grupo por ausencia de los profesores ( Baltazar Roberto, 1998 Pág.23 ).

Evidentemente dicha situación resultaba incómoda y repercutió en visualizar al orientador como el “cuidador” del grupo en ausencia de los docentes. Los objetivos planteados para la orientación pocas veces se alcanzaban, pues con esa dinámica no se podía dar una continuidad al programa de estudio que la SEP marcaba.

Valorando esta situación en 1980, se crea el Departamento de Servicios Educativos de la Dirección General de Segunda Enseñanza para apoyar al personal de Servicio de Asistencia Educativa, constituido por el orientador educativo, el trabajador social, el médico escolar y los prefectos ( Baltazar Roberto,1998,Pág. 25 ).

La finalidad de este trabajo en equipo era que los jefes de Enseñanza de Orientación educativa apoyaran al personal de Asistencia Educativa de cada Zona Escolar. Sin embargo, en los hechos el trabajo de los jefes de clase se reducía a una o dos visitas a las Escuelas Secundarias durante el año escolar.

En 1984, se establece el Sistema Nacional de Orientación Educativa (SNOE), fundamentado en el enfoque racionalizador de la Orientación Educativa, el cual se relaciona con el Modelo Desarrollista en la Orientación Vocacional que a su vez retoma los planteamientos de la corriente Desarrollista en la educación.

La perspectiva Desarrollista considera que los países subdesarrollados no progresan porque carecen de capital, tecnología y educación por lo que necesitan ayuda externa de los países industrializados. Según esta concepción los países desarrollados, son aquellos que se han adelantado en el tiempo mientras que los subdesarrollados se encuentran en etapas ya superadas por los primeros (Martínez Miguel, 2004, pág. 82).

La educación, puesta al servicio de la producción, es uno de los caminos más importantes para la industrialización de los países en vías de desarrollo, de tal

manera que se adapta el sistema escolar para que se proporcione los recursos humanos que requiere la estructura ocupacional. La educación es vista como una inversión y la fuerza de trabajo se categoriza como “capital humano”.

Desde la perspectiva desarrollista la Orientación Vocacional es vista como un instrumento para mejorar la productividad, por lo que el papel del orientador Educativo es ‘encauzar’ las decisiones de los estudiantes de acuerdo con las prioridades del sistema socioeconómico dominante. Se busca desalentar que los alumnos se matriculen en profesiones de nivel licenciatura y que por el “bien del país” y de ellos, estudien carreras técnicas profesionales.

Para la reforma de 1993, la Orientación Educativa se convierte en asignatura, con tres horas semanales, para los grupos de tercer grado de Educación Secundaria. “Cabe señalar que se considera importante haber restituido el tiempo semanal para Orientación Educativa, no obstante, constituye un error trabajar la Orientación Educativa con clases, tareas, exámenes y calificaciones, como si fuera una asignatura más, dado su carácter formativo más que informativo” (Baltazar Roberto, 1993, pág. 33).

Sin embargo, según Roberto Baltazar, las expectativas continúan puestas únicamente en la orientación vocacional, ahora con miras a la preparación para el examen único para ingresar a nivel bachillerato, pero no considera actividades donde la asertividad (entendida esta como la habilidad de expresar sentimientos y opiniones en el momento oportuno y de la manera adecuada, haciendo valer nuestros derechos) se ponga en práctica, sino que sólo promueve que el alumno esté preparado para la memorización y así logre alcanzar el número de aciertos necesarios para que se le otorgue la opción que él desea.

En 2006, la SEP articuló una nueva Reforma para la Educación Secundaria (RES), en la cual se incorpora un espacio destinado a la orientación educativa.

Bajo el nombre de orientación y tutoría, se habla de un trabajo en conjunto del tutor, del orientador y de los profesores.

## **1.2 La función del orientador escolar**

Es necesario considerar que en México, no todas las Secundarias cuentan con el servicio de orientación escolar, o que sólo se recurre a la orientación de manera casual por parte de otras instancias del plantel. Según Almaguer (1998:99) aún no se concede la debida importancia al orientador educativo para el desarrollo de los alumnos aunque la misma SEP menciona que “En el marco de la Reforma de la Educación Secundaria, la labor de gabinete de los orientadores educativos implica una relación estrecha con los docentes y los tutores para enfocar su tarea hacia dos dimensiones de la vida escolar: la atención individual y la vinculación con el entorno social” (Manteca Javier 2006, pág.10).

Los objetivos principales del orientador educativo, dentro de la RES, son los siguientes ( Manteca Javier, 2006. Pág.21).

Reforma de la Educación Secundaria. Orientación y tutoría:

- a) Atención individual a los alumnos.
- b) Trabajo con los padres de familia.
- c) Vinculación con instituciones que brindan atención a los adolescentes.
- d) Apoyo y orientación a los tutores.
- e) Organización de redes de acción para garantizar el bienestar de los alumnos en el espacio escolar.

Entre las funciones del orientador educativo destacan:

- 1) Promover acciones que coadyuven a la preservación de la salud física y mental de los educandos.
- 2) Presentar iniciativas que contribuyan al logro de los propósitos educativos.
- 3) Atender con oportunidad las necesidades de los alumnos a través de la vinculación con instituciones que ofrezcan atención a los adolescentes.

De acuerdo a mi experiencia profesional considero que existe un escaso acercamiento entre los jóvenes y los orientadores, ya que éstos únicamente deberán intervenir con los alumnos, cuando el tutor los canalice, pues aunque la materia se llame orientación y tutoría, es el tutor quién al ser docente, es el encargado de atender todo tipo de situación con los adolescentes. En muchas escuelas el tutor cubre ambas actividades; es decir, es tutor y orientador a la vez, lo que en ocasiones es un inconveniente por la doble carga de trabajo que dificulta el logro de los objetivos tanto de la orientación como de tutoría.

Dado el carácter preventivo de esta tesina, se señalaran aquellas definiciones de orientación, que implican la función de apoyo y asistencia continua para la facilitación del desarrollo integral de los alumnos adolescentes.

### **1.3 Conceptos y definiciones de la Orientación Educativa.**

José Rodríguez (1994:85) dice que la orientación debe ser conceptualizada en un primer momento como:

1. Una disciplina científica, pues implica un conjunto de conocimientos que permiten la aplicación tecnológica en el ámbito educativo de una serie de principios teóricos que facilitan el diseño, ejecución y evaluación de programas de intervención dirigidos a la producción de cambios necesarios en la persona y en su contexto, a fin de lograr la plena autonomía y realización tanto en su dimensión personal como social.
2. Un concepto educativo, ya que la orientación se entiende como la suma total de experiencias dirigidas al logro del máximo desarrollo del sujeto. Lo escolar, vocacional y personal se funden en una concepción holística de la personalidad.
3. Un servicio, puesto que la orientación comprende el conjunto de prestaciones ofrecidas tanto a las personas como a los agentes orientadores implicados o profesionales relacionados con el proyecto vital de las mismas.

La propuesta planteada en este trabajo valora al individuo como un todo integrado; por consiguiente, considera a la orientación como un servicio, que busca desarrollar todos los aspectos del individuo en un proceso continuo y no sólo brindarle atención para su educación mientras dure su estancia en la escuela. Pretende dotar al alumno de una serie de competencias, habilidades, y destrezas para enfrentar no sólo retos académicos, sino también aquellos que se presenten a lo largo de su vida, para que tenga las herramientas necesarias para la toma de decisiones y la responsabilidad para asumir las consecuencias de las mismas. Pero sobre todo pretende que el adolescente desarrolle la capacidad de saber decidir de manera libre y responsable en todos los ámbitos que engloban su desarrollo como individuo.

Desde este punto de vista, se plantea una definición mucho más precisa de orientación educativa, considerando que su intervención va más allá de una actividad centrada en los sujetos que presenten problemas académicos o de conducta, o referido a decisiones vocacionales, como en la concepción tradicional de orientación educativa.

Entonces entendemos a la Orientación Educativa, no sólo como el desarrollo académico de los alumnos, sino como un quehacer holístico que tiene como finalidad última y primordial formar buenos estudiantes y al mismo tiempo preparar a los alumnos para ser futuros ciudadanos responsables y comprometidos consigo mismos, su comunidad y con su país.

#### **1.4 Funciones de la Orientación Educativa en la escuela secundaria.**

De acuerdo al Manual de Orientación y tutoría (Manteca Esteban, 2006, Pág. 32) las principales funciones del orientador en el nivel de educación secundaria, son:

1. Participar en la formulación y desarrollo del Proyecto Escolar e impulsar las propuestas de integración colectiva de los profesores para el trabajo educativo de la escuela.
2. Planear las acciones y aplicar estrategias sistemáticas de orientación a los alumnos en el marco de la organización escolar y la planeación de los docentes, coadyuvando a la retroalimentación del proceso formativo que plantea el plan y programas de estudio de Educación Secundaria 2006.
3. Estimular la participación de los alumnos en la organización de actividades escolares, cívicas culturales y sociales como una forma de desarrollo de la personalidad autónoma.
4. Ofrecer orientación y apoyo permanente a los estudiantes en sus necesidades específicas de desarrollo, problemas propios de la adolescencia y de su formación educativa.
5. Establecer permanente comunicación con los alumnos, directivos de la escuela, docentes y padres de familia para proponer adecuaciones así como los acuerdos de trabajo grupal requerido en beneficio de la educación integral del estudiante.
6. Establecer la vinculación con instituciones de educación media superior para realizar las actividades que surjan del proceso de selección de los alumnos, así como con aquellas que proporcionan información profesiográfica, ocupacional, de atención a la salud, etc.
7. Desarrollar procesos de análisis y seguimiento a los resultados de la evaluación de los aprendizajes; y llevar a cabo acciones encaminadas a mejorar los indicadores de calidad del servicio educativo.
8. Realizar seguimiento del rendimiento académico actualizando la historia académica del alumno, evaluando su progreso y analizando los indicadores para proponer programas y proyectos de retroalimentación y estrategias con los docentes para el mejoramiento en el aprovechamiento, así como de la disminución de la deserción escolar.

9. Colaborar en acciones de tipo administrativo que permitan organizar y controlar las tareas propias de la orientación educativa relacionadas con la elaboración de expedientes de los alumnos, historia académica, gráficas de rendimiento, fotograma, fichas biopsicosociales, boletas internas, registros de asistencia y banco de datos de los alumnos a su cargo.

La cobertura de todas estas tareas implica una práctica idónea de la Orientación Educativa. Sin embargo, como ya se comentó, sus actividades frecuentemente se ven obstaculizadas e interrumpidas por factores que surgen de los contextos familiares, institucionales y sociales.

## **1.5 Áreas de la Orientación Educativa**

Bisquerra y Álvarez (citados en Boza Ángel, 2001, Pág.60) distinguen cuatro grandes áreas de intervención de la Orientación Educativa dentro de la escuela, que son:

- a) Orientación en los procesos de enseñanza – aprendizaje.
- b) Orientación para el desarrollo de la carrera (orientación vocacional)
- c) Orientación para la prevención y el desarrollo.
- d) Orientación para la atención a la diversidad.

De acuerdo a la temática abordada en este trabajo, se ahondará en el área de prevención y desarrollo, ya que a ésta le atañe el desarrollar estrategias pedagógicas óptimas para prevenir el consumo excesivo de alcohol por parte de los adolescentes.

## **1.6 Orientación para la prevención y el desarrollo.**

En primera instancia es prudente definir cada concepto: la prevención es considerada como la actuación antes de que un problema aparezca; el

desarrollo se concibe como un proceso que introduce cambios importantes y permanentes en la manera de pensar, actuar y de ser de una persona, a lo largo de su vida (Solis Leticia, 2003, Pág. 104).

Sus características son:

- \* Es proactiva
- \* Se basa en la población
- \* Se anticipa al problema.
- \* Se centra en la población en riesgo.
- \* Interviene antes de que se produzca el problema
- \* La intervención puede ser directa o indirecta.
- \* Reduce la incidencia del problema
- \* Contrarrestar las circunstancias nocivas.
- \* Promueve la fortaleza emocional
- \* Desarrolla competencias para afrontar la situación en riesgo.

### **1.7 Objetivos de la Orientación para la prevención**

Desarrollar niveles razonables de auto confianza, autoestima y sentimiento de competencia a partir de las siguientes características:

- Clarificar una escala propia de valores.
- Desarrollar habilidades de comunicación interpersonal y asertividad.
- Prevenir el consumo de drogas, ya sean culturalmente aceptadas o ilegales.
- Desarrollar la capacidad de autogobierno y resolución de problemas
- Ejercitar la evaluación y la toma de decisiones.
- Desarrollar la consciencia de los propios sentimientos, identificarlos y expresarlos.
- Estimular el uso creativo del ocio y el tiempo libre.
- Desarrollar habilidades de planificación y previsión del futuro.

- Conseguir independencia personal.
- Desarrollar la capacidad de autorregulación y autocontrol de la propia conducta.

Es importante mencionar que los responsables de lograr estas características en los adolescentes son en primera instancia los padres de familia ya que son los primeros educadores de los hijos: les enseñan ideologías, valores y una cultura determinada, que incidirán en la personalidad de los jóvenes. Posteriormente, los profesores en la escuela, deberán ayudar a reforzar las actitudes positivas y productivas que en el hogar se han aprendido. De acuerdo a la experiencia laboral y personal podemos afirmar que la mayoría de los jóvenes que tienen problemas de adicciones carecen de este apoyo en el hogar.

### **1.8 Modelos de intervención de la Orientación Educativa.**

Primero definiremos lo que de manera general se puede entender como un modelo de intervención de la orientación.

Un modelo de intervención es un conjunto de conocimientos metodológicos y principios teóricos que fundamentan la planificación, diseño, aplicación y evaluación de la intervención psicopedagógica preventiva, comprensiva, sistémica y continuada que se dirige a las personas, las instituciones y el contexto comunitario, con el objeto de facilitar y promover el desarrollo integral de los sujetos a lo largo de distintas etapas de su vida, con la implicación de los diferentes agentes educativos ( orientadores, tutores, profesores, familia) y sociales ( Boza Ángel. 2001,Pág 72).

Existen diversos modelos de intervención que van de acuerdo a las corrientes teóricas que las sustentan y que plantean objetivos acordes. Todos estos modelos sirven como una guía para la acción y su función consiste en proponer líneas de actuación práctica para la resolución de las

problemáticas que se puedan presentar considerando las características propias de cada caso en particular.

Monereo (Citado en Velaz Consuelo,1999, pág.114 ) utiliza un amplio conjunto de criterios para clasificar los modelos de intervención. Éstos son:

- \*El concepto de enseñanza – aprendizaje
- \*Las finalidades de la orientación e intervención psicopedagógica.
- \*Los ámbitos de intervención
- \*La relación profesional con el orientado,
- \*El enfoque psicológico que subyace a los distintos modelos de intervención.

A partir de estos lineamientos, Monereo distingue cuatro modelos que denomina enfoques dominantes en orientación e intervención psicopedagógica en contextos educativos, los cuales son: asistencial o remedial (enfoque clínico) de consejo (enfoque humanista), consultivo o prescriptivo (enfoque conductista) y constructivista. ( Velaz Consuelo, 1999, pág 120).

La propuesta de intervención educativa que proponemos está basada en el modelo constructivista ( Velaz Consuelo, 1999:114).

Una de las finalidades del modelo constructivista es su carácter preventivo, ya que sostiene que el orientador debe ser un mediador que apoye el desarrollo máximo de las potencialidades educativas de la escuela para que se proyecten en el alumno. Sus referencias conceptuales son:

- \*Es inadecuado fragmentar el conjunto de procesos que configuran el aprendizaje de un contenido.
- \*Es necesario referentes que otorguen significado a las actividades de aprendizaje por parte del alumno.
- \*Considerar el error como una oportunidad para la autoevaluación y la reflexión, ayuda al alumno en vez de condenarlo.

\*Partir del interés y la motivación del alumno y que asegure su participación activa.

De igual modo sus premisas son:

\*El desarrollo humano es un proceso permanente de construcción cultural, a partir de los mediadores sociales.

\* El aprendizaje es el motor del desarrollo.

\* El profesor orientador, como un mediador especializado ha de guiar al alumno de forma intencional y consciente desde sus conocimientos previos a cosas superiores de abstracción, significado y autonomía.

\* Las dificultades de aprendizaje de los alumnos pueden explicarse como diferencias en la educación recibida.

Este enfoque pone énfasis en el aprendizaje significativo integral. Consideramos que para el alumno es importante que los contenidos revisados en las clases le sean útiles, no solo para aprobar un examen, sino que también adquiera la capacidad de relacionar el conocimiento adquirido con su vida cotidiana y por lo tanto poder aplicar el mismo en la toma de decisiones y/o solución de los conflictos que se le presenten en la vida cotidiana.

Es integral, ya que se propone que desde cada asignatura se pueda abarcar una misma problemática desde la perspectiva de cada una, pero poniendo en práctica criterios y valores personales, adquiridos en casa y reforzados en la escuela.

Aplicado a la prevención del consumo excesivo de alcohol, con el enfoque constructivista proponemos que el alumno sea capaz de tomar las mejores decisiones, a partir de sus conocimientos y criterios en cuánto, cuándo y dónde beber.

Pretendemos que el adolescente analice a través de estudios de caso verídicos, la problemática a la que se puede enfrentar, social, física y

emocionalmente, en el caso de iniciarse en el consumo de drogas, en este caso en el consumo excesivo de alcohol. Uno de los objetivos principales de esta propuesta es que el alumno no vea a la escuela como algo aislado sino que la vea como parte de su vida diaria, así como una herramienta para conducir su vida hacia un camino correcto y productivo en la conformación de su vida como futuro adulto.

La orientación educativa, si bien surge con fines primordialmente vocacionales, poco a poco va insertándose en el sistema educativo bajo un principio de prevención, en el entendido de que siempre es más económico, tanto en el sentido emocional como en el gasto de recursos, anticiparse a la aparición de trastornos que afecten el buen desarrollo académico de los alumnos, en cualquier nivel educativo.

En su carácter de solucionador de problemas, el orientador se apoyaba básicamente en los enfoques psicológicos y psicométricos, pero cuando la tendencia se vuelve sobre este principio de prevención, se hace necesaria la pedagogía, al ser la disciplina que permite la programación de las acciones orientadoras dirigidas a grupos y que además estudia específicamente los procesos de enseñanza-aprendizaje.

Esta propuesta ve en la orientación educativa la mejor opción para llegar a los adolescentes del nivel secundaria y a sus padres, para ofrecer información acerca de la prevención del consumo excesivo de alcohol. Esta propuesta contiene un diseño basado en estrategias pedagógicas, considerando que el o la profesional de la orientación educativa de la escuela secundaria, tendrá en ella un óptimo recurso para evitar que, por causas de alcoholismo, se presente el abandono escolar o el bajo aprovechamiento académico, además de los graves problemas de salud que acarrea éste.

Hoy día se impone como imprescindible, una pedagogía preventiva ante los problemas psicosociales que enfrenta la juventud. Y es ahí donde radica la importancia de una orientación que eduque y prevenga los mismos, para que los estudiantes se desarrollen de manera integral.

En la medida en que la institución educativa se interese por la formación de manera holística de los estudiantes, y no sólo por su aspecto intelectual, está cumpliendo con su función orientadora.

Así, las estrategias preventivas de orientación y aquellas dirigidas a mejorar el desenvolvimiento de todas las competencias en los alumnos, son eminentemente educativas y deberían ser aplicadas en la escuela.

## CAPÍTULO II

### La adolescencia

El concepto de adolescencia puede ser explicado de diversas formas dependiendo del autor y del momento histórico en que dichos conceptos son propuestos.

Por ejemplo, Diego Salazar define a la adolescencia como “el resultado de la interacción de los procesos de desarrollo biológico, mental y social de las personas, y de las tendencias socioeconómicas y las influencias culturales específicas. Todo este conjunto genera los patrones de conducta de los adolescentes” (Salazar Diego, 1995, pág. 83).

Él sitúa al adolescente como el producto de un aprendizaje condicionado a través de las pautas culturales sobre una base biológica, regido por los patrones de comportamiento impuestos por la sociedad que lo rodea.

Enrique Dulanto dice que esta etapa de la vida debe entenderse como una fase de crisis personal intransferible en el esquema del desarrollo biopsicosocial de un ser humano, y según él abarca un largo periodo de la vida que comprende, por lo general, de los 10 o 12 años de edad hasta los 22.

El mismo autor considera que la adolescencia es una época que separa el mundo infantil de las nuevas posibilidades del sujeto y brinda a los jóvenes un horizonte de posibilidades existenciales que podrán vivir de manera satisfactoria si cuentan con el apoyo de sus grupos relacionales inmediatos, tal como lo es la familia que deberá guiarlos hasta la consolidación de sus roles adultos (Dulanto Enrique, 2000, pág 23).

Para Miguel Martínez la adolescencia implica un periodo de cambios físicos, psicológicos y biosociales, que ayudan al individuo a pasar de niño a adulto y se desarrolla sujeta a los patrones culturales a los que pertenece. Sin embargo, señala que en esta fase existen fenómenos universales como la adquisición de nuevos derechos y obligaciones que conllevan la

implementación de otros roles y normas sociales (Martínez Miguel,2000, pág 15).

Miguel Martínez afirma que estos cambios se logran de manera satisfactoria cuando el adolescente logra definir y clarificar sus relaciones con el mundo. De lo contrario, aparece una incongruencia entre sus sistemas de relación infantil y lo que se espera de él como adulto.

De estas tres definiciones se propone una que engloba los aspectos primordiales para comprender el concepto de adolescencia y que implican los aspectos físicos, psicológicos y sociales, que determinan este proceso.

Entonces definiremos a la adolescencia como una etapa de transformación y desarrollo que inicia con los cambios físicos (pubertad) y termina aproximadamente hacia los 20 años, pero que puede variar de acuerdo a la cultura en la que se encuentre el o la joven y que implica necesariamente un cambio corporal, emocional y social.

La mayoría de los autores citados consideran a la adolescencia como una etapa de rebeldía, de riesgos y de impulsividad e incluso le llaman “la edad de la punzada” porque toman fuerza los impulsos sexuales. Sin embargo, no podemos generalizar, ya que aunque para unas personas es una fase complicada y conflictiva, muchos adolescentes logran hacer frente a los cambios y los retos que la caracterizan, con el apoyo de la familia, la escuela, los amigos o de algunas instituciones dirigidas a este fin.

En la adolescencia se enfrentan cambios corporales, psicológicos y emocionales, motivo por el cual las relaciones familiares también se ven modificadas, positiva o negativamente, ya que el adolescente presenta cambios de estado de ánimo de manera impredecible, que muchas veces lo llevan a la confusión y desconcierto respecto al manejo de situaciones de conflicto emocional que constantemente está viviendo y que no comprende. Para la mayoría de los padres también es complicado dirigirlos de manera satisfactoria en estas circunstancias. Los aspectos ético y social también se

modifican porque se tiene más libertad, pero también más responsabilidades y más opciones para aplicar valores y tomar decisiones de acuerdo a los principios formados en el núcleo familiar.

Podríamos decir que la manera en cómo se vive la adolescencia es una problemática generacional. Desde el punto de vista físico tal vez no existan muchas diferencias, pero si desde el punto de vista social ya que en la actualidad el adolescente convive en un medio lleno de informaciones de todo tipo, gracias al desarrollo de la tecnología y de los medios masivos de comunicación. Sin embargo, consideramos que es responsabilidad de la familia y de la escuela el orientar al adolescente para que desarrolle un carácter crítico que le ayude a tomar las decisiones correctas en el tiempo y lugar adecuado.

Para concretar con más detalle este periodo de vida se especificarán algunas características.

## **2.2 Cambios físicos**

Los cambios físicos ocurren gracias a la glándula hipófisis. Las mujeres empiezan su desarrollo más temprano y en general es más acelerado. Entre estos cambios también podemos mencionar el aumento rápido de estatura, pero esto puede variar ya que también dependerá de la genética, la nutrición o incluso el origen étnico.

Este punto de partida del crecimiento varía en mujeres y hombres, ya que en el caso de los varones el desarrollo puede comenzar entre los 12 y los 15 años, en promedio mientras que en las mujeres, puede iniciar a partir de los 10 años. A pesar de que el desarrollo en las mujeres es más temprano, en la mayoría de los casos los varones tienden a alcanzar una estatura mayor que ellas.

En ambos sexos se advierte el rápido aumento del tamaño de los músculos, el crecimiento de la cabeza y de la cara, y en especial de los órganos reproductivos.

En el caso del varón, los órganos sexuales crecen primordialmente; es decir, el pene, la glándula prostática y la uretra, al igual que los testículos y el escróto,

crecen notablemente durante la pubertad. Junto con el desarrollo del pene se presentan las emisiones nocturnas; es decir, emisiones de semen. ( Enrique Dulanto: 2000, pág 86).

En el caso de las mujeres, aproximadamente a los 11 años se presenta la menarca, es decir, la llegada de la primera menstruación y con ella la capacidad física de procrear. Los cambios físicos de la adolescencia son muy importantes por muchas razones: colocan al niño en una situación en la que experimenta situaciones que antes no conocía. Por ejemplo, el aumento repentino de estatura y de peso y el inicio del desarrollo sexual y de los impulsos sexuales que lo acompañan.

Con estos cambios físicos, también se presentan cambios drásticos en cuanto a la manera de pensar de los adolescentes. Ahora sus pensamientos se podrán inclinar más hacia aspectos que en la niñez jamás les hubiera interesado, como convivir más con los amigos, separarse de los padres e incluso comienzan las primeras relaciones sentimentales.

Sin embargo, la influencia de la familia todavía es decisiva para consolidar valores y conductas constructivas; Un adolescente que no tenga relaciones familiares cercanas y valores morales firmes, o que observe grandes contradicciones en los adultos que lo rodean, tenderá a tener conflictos emocionales.

### **2.3 Cambios emocionales.**

Al desarrollarse físicamente los adolescentes empiezan a cambiar su manera de ver la vida, se sienten mayores y quieren imitar algunas, conductas de los adultos que los rodean, tratando de consolidar una identidad propia, pero muchas veces esta práctica puede conducir al adolescente a tomar decisiones equivocadas (Dulanto Enrique, 2000,Pág. 82).

Es importante mencionar que estos cambios físicos suelen ir acompañados de cambios en los sentimientos, emociones y manera de actuar. Esto se debe a tres motivos principalmente:

- a) Las funciones hormonales del cuerpo, producen una revolución en las funciones fisiológicas, pero también intervienen en la modificación del estado de ánimo y de las emociones.
- b) Los adolescentes se van formando a sí mismos, al aceptar y vivir los cambios corporales, desarrollar intereses sexuales, nuevas potencialidades, responsabilidades y la necesidad de su propia intimidad.
- c) El medio exterior: la familia, amigos y escuela, esperan que los jóvenes muestren comportamientos e intereses, formas de pensar, y de actuar diferentes a las de la etapa infantil.

Estos tres elementos estarán presentes en cada una de las decisiones, elecciones y acciones a las que se enfrenta el adolescente. El problema es conjugarlos y saber resolver dilemas, sin hacer daño a terceras personas y por supuesto a él mismo. Pueden ser problemas de apariencia simple para los adultos, pero que para los adolescentes representan un reto muy importante para la conformación de su propia identidad. (Dulanto Enrique, 2000, pág. 110) El enfrentarse a dichos conflictos obliga al y a la joven a elegir, decidir y controlar sus sentimientos y emociones.

La adolescencia presenta un abanico de nuevas experiencias, por lo cual se experimenta con mucha frecuencia cambios de ánimo, de humor y dudas respecto a qué pensar o sentir.

En esta transición de niño a adulto, el adolescente inicia la búsqueda de personajes que piensen y sientan como él, para lo cuál será necesario experimentar nuevas y variadas experiencias que le ayudarán a conformar su identidad a partir del grupo de pares, cuyo estudio se abordará más adelante.

En este sentido, el o la joven buscan agradar a los demás para poder integrarse a un grupo, por lo que a veces temen expresar sus desacuerdos, dudas o simplemente negarse a todas las peticiones de los amigos. Respecto

al consumo de alcohol, es muy frecuente que se inicie en la adolescencia, por la necesidad de ser aceptado por los pares.

#### **2.4 El adolescente y la crisis de identidad.**

El desconcierto y la duda asaltan con frecuencia al adolescente, ya que descubre que en el mundo adulto los pensamientos, las palabras y los actos no siempre son coherentes por lo que se sienten frustrados y decepcionados de los padres o de las figuras de autoridad ( Cantón Rafael, 2000: 82).

Ante este dilema entre el mundo adulto y la niñez que se está dejando atrás, muchas veces él y la joven puede sentir que él o ella no son importantes y que nadie los toma en cuenta aunque esto no sea así. Por estas razones es necesario que durante esta etapa los padres tengan mayor cuidado con los hijos.

El alejamiento del núcleo familiar ocasiona que reciban más información de los amigos, que de los propios padres y dicha información, no siempre es la más acertada.

Los múltiples cambios físicos, sociales y emocionales que durante esta etapa se están viviendo obligan a los adolescentes a poner mayor atención en su imagen corporal para conformar su identidad, por lo que requieren de mucho apoyo de sus figuras significativas para que acepten los cambios y asuman su apariencia, o en caso de tener problemas como la obesidad, busquen alternativas para solucionar dichos trastornos, pero bajo la vigilancia atenta de persona calificadas en tales asuntos.

En este proceso de aceptación y valoración personales son importantes el auto conocimiento, la autovaloración, tener actitud positiva, auto regularse y respetarse; pero no hay que olvidar que aunque son actitudes personales, están influidas por las opiniones y los comentarios de la familia, las amistades y otras personas que rodean al y la adolescente.

En la búsqueda de su identidad, algunos jóvenes se identifican en torno a cierto tipo de música; otros integran bandas o pandillas que se caracterizan por

fuerzes lazos de lealtad, solidaridad y otros valores que los unen y les hace sentirse parte de un grupo. Algunos otros pueden confundirse y tratar de imitar modelos imposibles de alcanzar, que llevan un estilo de vida contrario a las características de su contexto cultural o son poco saludables y en esto influyen principalmente los medios de información masiva (Conde Agustín, 2007, pág.64).

Sin embargo, el proceso de maduración debe conducir a cada quien a definir su identidad a partir de sus propios valores, sus gustos o características personales, sin tener que copiar otras formas de ser.

En algunos contextos sociales y culturales se valora al adolescente, se le protege y se le proporciona la información y el apoyo que requiere para vivir plenamente esta etapa y convertirse en una persona madura, saludable y feliz. Pero también existen contextos, donde la ignorancia respecto al proceso de adolescente impide que se les brinde un apoyo eficiente.

Desde esta perspectiva, es necesario considerar la carga cultural creada por la sociedad actual. Para los jóvenes en particular, el impacto de la cultura vivida dentro del hogar, que es el primer lugar donde se cimentan los valores y donde se empieza a formar la identidad, es de suma importancia ya de los modelos paternos y familiares identificará roles, actitudes y conductas. Otros contextos no menos importantes, que influyen a los individuos pueden ser la colonia, la escuela, el grupo de pares y los medios de comunicación.

La manera en que cada persona experimenta la etapa de la adolescencia dependerá de su autoestima, del amor y de los cuidados recibidos por los familiares y amigos, de la claridad de los valores, de su capacidad de expresar sentimientos e ideas, de su autorregulación, de sus metas y proyectos personales, y de su capacidad para resistir las presiones del exterior. Todo esto tiene más posibilidades de resultar adecuado para el desarrollo de los jóvenes, si el grupo familiar los apoya.

Aunque es una característica primordial en el adolescente, el cuestionar la autoridad de padres o maestros o cualquier otro adulto con el que conviva, a través de conductas que pueden ir desde la desobediencia hasta comenzar a fumar o consumir drogas y alcohol o tener relaciones sexuales prematuramente, los padres o los adultos educadores deben ayudar al y a la joven a comprender sus sentimientos e impulsos, en vez de solamente reprenderlos o peor aún, ignorarlos.

## **2.5 El adolescente y su grupo de pares.**

Durante la adolescencia, la relación con los pares representan un factor de autoafirmación, ya que el y la joven se percatan de que hay muchos más individuos que piensan, sienten, y viven como ellos, que les brindan las oportunidades que muchas veces con la familia no pueden encontrar lo que los lleva a ligarse profundamente a estos grupos.

La adolescencia es un momento clave en la vida de las personas que es definida por las transformaciones que se producen en todos los niveles: psicológicos, fisiológicos, familiares y sociales, por lo que se requiere no sólo la adaptación de los jóvenes a las nuevas situaciones, sino también la de la familia y su entorno cercano (Hernández Gabriela 2000:10).

Como ya se mencionó, la adolescencia implica un periodo de transición entre la niñez y la edad adulta en la que finalmente la persona deberá alcanzar su independencia y autonomía frente a los padres, y esto sólo lo podrá lograr en la medida que pueda establecer vínculos sanos con sus pares, cuyos intereses comunes serán los lazos de dichas relaciones.

Es en la adolescencia, donde el individuo comienza un proceso de separación del seno familiar por consiguiente, sus gustos y preferencias cambiarán al comenzar a mezclarse con personas ajenas al grupo familiar lo que lo lleva a estar expuesto a influencias, tanto negativas como positivas, de los diversos grupos a los que pertenecerá. Frecuentemente, los jóvenes creen encontrar

“soluciones” a diversas problemáticas familiares o escolares que a la larga sólo traerán más problemas, como lo significa el uso del alcohol y otras sustancias adictivas, pero que en su momento parecen apropiadas, correctas e incluso divertidas.

La fase de la adolescencia implica un cuestionamiento constante de los valores enseñados a lo largo de su vida y la búsqueda de la propia forma de vida regida bajo los propios principios y valores, comenzando así el rechazo hacia las normas y reglas impuestas hasta ese momento dentro del hogar.

Es decir, inicia un periodo de cuestionamientos hacia sí mismo y hacía su entorno familiar y social con la intención de formar una propia y única identidad.

En la búsqueda de esta identidad, el adolescente intenta estar con personas que representan otra manera de pensar parecida a la propia para encontrar apoyos es entonces, cuando busca a su grupo de amigos o pares. Sin embargo, muchas veces en tales grupos puede darse presión para hacer tal o cual cosa para ser aceptados al interior del mismo y esta presión muchas veces es uno de los factores que con más frecuencia suelen asociarse al inicio del consumo de drogas.

La separación del seno familiar, tiene el fin de crear otro auto concepto más maduro y que responda de modo más adecuado a las nuevas situaciones. El contacto con los pares posibilita la comparación de ideas y de emociones. Las relaciones con los adultos y niños se vuelven menos importantes entonces surgen las discrepancias entre los valores familiares y los valores acordes con otros adolescentes (Martínez Miguel, 2004,Pág.220).

El punto de referencia para la toma de decisiones y para su estilo de vida usualmente es el que comparte con el grupo de amigos. Así vendrá un replanteamiento de valores, costumbres o modas y su asimilación dependerá del grado de aceptación a dicho grupo, que le brindará la seguridad en sí mismo.

El adolescente adquiere, por medio del grupo la condición de individuo, pues encuentra apoyo en su lucha por la emancipación de la autoridad y el control adulto (Martínez Miguel, 2004: 221).

Así, el grupo adquiere cada vez más importancia para los adolescentes ya que comparten la misma forma de mirar el mundo, además de que pueden establecer una relación de igualdad y lealtad que les da recursos para lograr su autoafirmación y la construcción de un ambiente propio.

La aceptación o rechazo de los pares es sustantiva para el desarrollo afectivo del adolescente, puesto que si la incorporación al grupo no llega, puede provocar un grado de frustración elevado al no poder compartir ideas y sentimientos con alguien igual a él o ella. Sin embargo, es importante no satanizar al grupo de pares, como muchos padres lo hacen por considerarlos peligroso o mala influencia para sus hijos.

En este sentido, nos surge la interrogante, de qué herramientas se deben dar a los adolescentes para que puedan rechazar las propuestas que, por más atractivas que parezcan puedan resultar un problema en el desarrollo de su vida; es decir, ¿Cómo prepararlos de manera asertiva para la toma de decisiones? La respuesta no la sabemos a ciencia cierta, pero lo que sí es seguro es que no se debe llevar a cabo la prohibición del acercamiento a los pares, ya que el adolescente los necesita para su desarrollo.

El adolescente requiere sentirse partícipe del grupo compartiendo normas y estilos de conducta imperantes en el mismo. Sin embargo, esto no es motivo ni justificación para que forzosamente él y la joven asimilen conductas que resulten perjudiciales para su salud o para la comunidad. Es fundamental enseñar al adolescente a discriminar cuando es conveniente resistirse a la presión de grupo y cuando puede ceder (Martínez Miguel, 2004, pág.202).

La adolescencia representa una etapa de posibles dificultades, caracterizada por cuestionamientos y rebeldía hacia las normas familiares y escolares, por lo

que es necesario apoyar el desarrollo de un criterio firme desde la primera infancia para lograr la prevención sobre el consumo de alcohol o drogas. Así, al iniciar la adolescencia los jóvenes tendrán más recursos emocionales y sociales para tomar decisiones en pro de su bienestar físico y mental.

Es importante que la familia dote desde un principio al joven de confianza y respeto, para que aunque pueda llegar a pensar que los amigos son más “aliviados” y más “buena onda” que los padres, sea capaz de discriminar conductas e influencias negativas que lo van a perjudicar. Es necesario que sepa que tanto en la familia como con los pares puede encontrar satisfacciones, pero jamás sustituir uno por el otro ya que cada uno cumple funciones particulares y primordiales en el desarrollo de su vida.

## **2.6 El adolescente y la escuela.**

No podemos dejar de hablar de la escuela ya que es un espacio esencial en la vida y desarrollo de todo adolescente, por lo menos en nuestro país, ya que es donde los jóvenes pasan el mayor tiempo del día después del hogar; y por lo tanto, también es el lugar en el cual existen muchas influencias negativas y positivas que repercutirán en la conformación de la personalidad sana del adolescente a partir de la convivencia con compañeros, amigos y con los propios maestros.

La escuela debe ser vista no sólo como un centro de aprendizaje de contenidos, sino también como un lugar de preparación para la vida misma. La escuela debería verse como un excelente aliado de los padres para la educación de los hijos, que busca ofrecer una educación para la vida y no sólo para aprobar un ciclo escolar. Sin embargo, pocas veces es considerada así. “La escuela pretende continuar la obra educativa de los padres, después de la familia y tiene un papel primordial como agente de socialización del ser humano” (Ibarrola Manuel, 1994 pág. 80).

La escuela puede ser una institución que ayude a la prevención de consumo de alcohol, pero también puede resultar lo contrario, por las siguientes circunstancias:

- a) La incorporación a la escuela supone un alejamiento de la seguridad familiar para adquirir progresivamente una autonomía en sus actividades habituales.
- b) La transición de la educación primaria a la secundaria: implica el inicio de las relaciones con un grupo de iguales más amplio. Es en este momento, donde comienza el ofrecimiento de nuevas formas de “diversión” al incorporar el alcohol u otro tipo de drogas a las reuniones o fiestas entre pares.

Obviamente, dentro de la escuela es muy difícil aislar a unos jóvenes de otros, para no “contaminarlos” de malas influencias, por lo que se hace necesario abordar de manera seria y acertada temáticas dentro de la Orientación Educativa que ayuden e impacten a todo el alumnado en general acerca del cuidado de sí mismos a partir de la Orientación Educativa.

La escuela debe significar un centro de preparación para jóvenes, para que se integren con confianza y seguridad a la época de la vida en la que se encuentran y sean capaces de decidir hacia donde dirigir su futuro.

Educación implica un proceso de Enseñanza – Aprendizaje cuya función principal es la integración al mundo de los adultos y la transmisión de la cultura, lo que implica que el sistema educativo deba transformarse continuamente desde sus raíces para responder a las demandas de los jóvenes, sin dejar de lado los contenidos académicos.

Desde mi experiencia profesional considero alarmante escuchar a los adolescentes decir que la escuela les aburre y que por lo tanto desean abandonarla, precisamente por esa falta de identificación entre las actividades escolares y lo que a ellos en verdad les está inquietando o les

interesa. Rechazan el formalismo escolar en donde predomina la memorización y repetición, es decir, rechazan el sistema tradicional de educación en México, ya que no se ha podido implementar otro esquema de educación aunque el Estado nos haga pensar lo contrario.

La educación tradicional, puede ser la principal causa del poco interés de los adolescentes hacia la escuela. La educación secundaria en México cuenta con excelentes oportunidades para abordar temas de interés para los alumnos; es decir, las materias de Formación Cívica y ética para 2º y 3º grado, Orientación Educativa, y algunas materias opcionales representan una buena opción para acercar e interesar a los alumnos a los contenidos escolares, y sobre todo para ayudarlos a conformar un proyecto de vida desde esta edad, así como para que desarrollen habilidades expresivas de las emociones y afecto. Desafortunadamente la mayoría de los docentes no cuentan con la capacitación necesaria para promover esta interacción escuela- alumno y solo se interesan por cubrir un programa dejando de lado el aprendizaje significativo que se le pueda brindar al adolescente.

Entonces, es necesaria una escuela que se arraigue en valores que se puedan observar en la tarea cotidiana sin olvidar la responsabilidad de la familia ya que muchas veces el adolescente ve contradicciones en la conducta de los adultos, que proclama sus valores pero no los practica ya sean padres de familia o sus maestros.

El papel que juega la escuela para la prevención del consumo de alcohol es primordial, porque es aquí donde se puede promover un “ocio recreativo” (Gavilán María, 2007 Pág. 34 ), valorando el uso del tiempo de estudio y trabajo pero también el tiempo libre y recreativo.

Como pedagogos apostamos a la idea de la prevención a partir del trabajo escolar, pero un trabajo dónde el centro de atención sea el adolescente. Un trabajo centrado en sus necesidades e inquietudes, partiendo de su realidad,

sin imponer, para lograr una mediación entre sus motivaciones e intereses y la educación que los adultos le proponemos a los jóvenes.

Así, el concepto de prevención lo entendemos como la promoción de las medidas pertinentes para anticiparse al fenómeno del alcoholismo en los adolescentes.

La educación es conductora y orientadora, por tal motivo, es necesaria la prevención desde un enfoque educativo.

Es decir, hablamos de una educación en valores, educar para la salud y la vida. Lo anterior significa que el alumno debe llegar a adquirir actitudes y comportamientos basados en opciones asumidas con libertad respecto a la salud y ser capaz de enjuiciar críticamente su realidad e intervenir para transformarla de manera responsable, lo cual implica aceptar y asumir las consecuencias de las decisiones tomadas (Dulanto Enrique, 2000 Pág. 51).

Impulsar en los alumnos la construcción de valores que les permitan evitar el abuso del alcohol no es tema fácil, porque los jóvenes de hoy viven una realidad muy contradictoria en cuanto a lo que ven en los adultos próximos (padres y maestros) y el bombardeo que hacen los medios masivos de comunicación para incitar a los jóvenes a consumir estimulantes a edades cada vez más tempranas.

En la actualidad se habla de educación familiar, de escuela para padres, educación de adultos, educación permanente, etc., para estar preparados a los constantes cambios en el presente siglo desde una perspectiva educativa, como padres de familia y docentes.

Uno de estos constantes cambios es el aumento de adicciones sobre todo en la adolescencia, y si prevenir el consumo de drogas es conformar una personalidad sana, se debe estar preparado para conseguir precisamente el

desarrollo equilibrado, de los hijos o alumnos, desde el seno de la familia, la escuela y el entorno que les rodea.

El lugar idóneo para reforzar esta educación basada en valores es la escuela, y decimos reforzar, porque es en la familia donde se construyen las bases de personalidad y conductuales a lo largo de la infancia. Específicamente se debe enfatizar en la valoración de la salud como un estado completo de bienestar físico, mental y social (Rodríguez José, 2000: 123 ).

Este planteamiento de educación para la salud debe ser incluido en el campo de las finalidades educativas básicas enfatizando las siguientes características:

- Potenciar las capacidades del alumno para enfrentarse a problemas como el consumo y uso indebido de drogas.
- Atender prioritariamente a las capacidades afectivas, de relación interpersonal y de inserción y actuación social de los alumnos (Pérez Darío, 2000, Pag. 55).

Ambos factores deben ser trabajados desde el ámbito familiar y en la escuela. Así, pretendemos plantear un trabajo conjunto entre estas dos instituciones que vayan encaminadas hacia el mismo objetivo: la promoción de una vida sana, libre de drogas centrándonos en la prevención.

La prevención de adicciones debería formar parte de los compromisos actuales de las escuelas secundarias en nuestro país, como parte de la educación integral que tanto se ha hablado. Consiste en una tarea que lleva a sumar esfuerzos de maestros, personal directivo, padres de familia y alumnos. Así mismo, constituye un reto encaminado al desarrollo de competencias para la vida y la construcción de un futuro positivo.

La prevención de adicciones es un recurso que las escuelas requieren poner en marcha para conformarse como espacios seguros y favorables para la convivencia democrática (Feldman Fanny, 2008, Pag.7).

manera holística de los estudiantes, y no sólo por su aspecto intelectual, está cumpliendo con su función orientadora.

Así, las estrategias preventivas de orientación y aquellas dirigidas a mejorar el desenvolvimiento de todas las competencias en los alumnos, son eminentemente educativas y deberían ser aplicadas en la escuela.

#### -CONCLUSIÓN DEL CAPÍTULO DE ADOLESCENCIA-

La prevención de adicciones es un recurso que las escuelas requieren poner en marcha para conformarse como espacios seguros y favorables para la convivencia democrática (Feldman, 2008: 7).

La escuela constituye un importante espacio donde los adolescentes pueden obtener recursos intelectuales, afectivos y sociales, que en su hogar, por cualquier razón, se han visto disminuidos. Esto la convierte en una institución formadora que, además en el caso de la escuela secundaria, ayuda a cristalizar la personalidad e identidad de los individuos.

Tomando en cuenta lo anterior, comprendemos la importancia social escuela como centro de aprendizaje, convivencia y crecimiento. Por consiguiente, representa un lugar idóneo para llevar a cabo acciones que susciten el autocuidado y la prevención de conductas riesgosas, y al mismo tiempo promuevan estilos de vida.

Los orientadores tienen la excelente oportunidad de acudir con ayuda preventiva, antes de que los problemas se intensifiquen. El orientador educativo debe tener las suficientes habilidades y cualidades para reconocer señales tempranas de alerta para prestar la ayuda necesaria. Todo el personal docente desempeña un papel importante, ya sea para observar y detectar

conductas de riesgo en sus alumnos, para brindar medidas de prevención o para apoyar a los adolescentes en la toma de decisiones acertadas para la realización de un proyecto de vida satisfactorio y productivo.

### **CAPÍTULO III.**

#### **El adolescente, la familia y la escuela.**

Para sustentar la propuesta de este trabajo es necesario abordar el concepto de familia que utilizaremos a lo largo de nuestra investigación. No debemos olvidar que en México, en los últimos años esta institución ha tenido una variación que ha modificado el sentido tradicional de familia.

La familia es, aún en nuestros días, la estructura fundamental de nuestra sociedad. Es una organización que se rige por reglas entre sus miembros por lo que dependiendo de cómo se han estructurado dichas reglas y de cómo son acatadas, la familia será funcional o no, es decir, que de acuerdo a la forma en cómo este dirigida y organizada, exista una convivencia armónica, respetuosa y saludable entre los miembros que integran dicho grupo familiar.

La familia es el grupo en que los seres humanos se desarrollan desde el momento del nacimiento hasta la independencia. En ella se aprende, o se debería aprender todo lo necesario para poder tener una buena calidad de vida (Zapata Raúl 2006:110).

En el núcleo familiar conviven distintas personas con características físicas, emocionales y sociales diferentes. Lo físico se refiere a todo aquello que está relacionado con el cuerpo; lo emocional tiene que ver con la manera de reaccionar ante diversas situaciones, mientras que lo social está constituido por todos los contactos que tienen con otros seres humanos; por ejemplo, la escuela, los amigos, el equipo deportivo, etc.

En este sentido la función de los padres al interior de la familia, es muy importante, ya que el cumplimiento responsable de las reglas que impliquen el mantenimiento de la salud, dentro una familia permite proteger a los hijos contra el consumo de drogas u otros riesgos a los que se enfrentara a lo largo de su vida.

Como se mencionó anteriormente, el concepto de familia en la actualidad ha sufrido variaciones, ya que en años anteriores se decía que la familia sólo era

aquella que estaba constituida por el padre, la madre y los hijos, y se dejaba fuera a las agrupaciones de individuos que no cumplieran con estas características.

Según Amado De Anda “La familia es la unidad básica de la sociedad, que transmite las costumbres, tradiciones, creencias y valores de la comunidad de una generación a otra con el fin de perpetuar la conducta” ( De Anda Amado, 2003 pág. 94).

En este sentido se ve a la familia como agente de socialización porque ayuda a los individuos a que se integren a la sociedad. Podríamos decir que es por medio de las normas del hogar, que el niño comprende las reglas que rigen su entorno social y cultural para adaptarse a la sociedad. Es importante que dentro del núcleo familiar existan una serie de valores como el uso del diálogo, el respeto, la comprensión, la participación abierta y la responsabilidad para que todos sus miembros crezcan emocionalmente sanos.

No obstante, no todas las familias son iguales ya que pueden estar constituidas de diferente manera por circunstancias económicas y/o sociales propias de cada grupo social.

En México, los tipos de familias más comunes, son (De Anda Amado 2003 Pág. 97).

- a) Familia nuclear o biparental. Está compuesta por el padre, la madre y los hijos que viven en el mismo lugar también llamada familia tradicional.
- b) Familia monoparental. Está integrada por la madre o el padre y sus hijos. Quien quede a cargo de los hijos vive con ellos y realiza ambas funciones de padre y madre a la vez.
- c) Familia ampliada. Está formada por varias generaciones y ramas de parentesco que viven bajo un mismo techo; por ejemplo, padres e hijos que viven con tíos, primos o abuelos.
- d) Familia reconstituida. Es el caso de los padres divorciados que encuentran una nueva pareja y forman otra familia.

e) Familia por adopción. Está formada por los padres y uno o varios hijos adoptados.

Sin embargo, cualquier tipo de estructura familiar, sea la que sea, debe de cumplir con sus funciones de promover valores y mantener relaciones armoniosas y afectivas entre sus miembros para formar personas responsables, autónomas y productivas por lo menos en nuestro país.

Es por eso que, nos atrevemos a colocar a la familia como una de las piezas más importante en la prevención de adicciones en conjunto con la escuela, en razón de ser la primera institución educadora del menor desde su nacimiento, tanto en valores sociales como en el amor por sí mismo, y su capacidad de auto cuidado que serán elementos que ayudarán a la formación de su identidad y de una autoestima apropiada, lo que dará pie a una buena socialización. Para lograr un desarrollo óptimo en los hijos es fundamental modelos consistentes; es decir, que la educación y los principios morales enseñados, sean una forma de vida para el grupo familiar en conjunto, donde los padres, quienes son las figuras más significativas para sus hijos, sean coherentes y congruentes con un modo de vida sano.

En este sentido, Darío Pérez (1997:14) aconseja que el tema de prevención de adicciones no debe ser abordado exclusivamente en la adolescencia, sino que debe ser un proceso desde los primeros años, en el cual deberán trabajar **todos los miembros de la familia** de tal forma que no se vea como un tema especial, que incluso pueda contradictoriamente, despertar atracción en el menor, sino que lo vea como algo importante para su vida. También aconseja reforzar conductas familiares en esa etapa de transición de la niñez a la adultez; por ejemplo disfrutar la convivencia con los hijos, favorecer el diálogo a partir de escucharlos con atención, supervisar y orientar su desempeño en la escuela, no negarles la información que ellos soliciten y buscar dárselas clara y puntualmente; diseñar y promover actividades de tiempo libre de tipo deportivo o cultural para evitar el ocio negativo.

Todo lo anterior, debería dar como resultado una gran seguridad en los jóvenes que a su vez les permitiera el desarrollo de estrategias para

resolver de manera positiva los problemas que se les presenten durante su vida. En caso de que tales situaciones no tengan solución, como puede ser padecer de una discapacidad, aceptar los acontecimientos y consecuencias con madurez para no caer en evasiones de la realidad, que muchas veces llevan a la iniciación de la drogadicción o dependencia de alguna sustancia toxica.

Como mencionamos, los padres son la influencia principal en el desarrollo de los adolescentes; por tanto, la educación y la forma de vida de los mismos repercutirá en la educación de los menores. Así mismo, la calidad de la relación de pareja será un factor importante dentro del desarrollo familiar (Narro Luis, 2000: 36 ).

José Rodríguez (2000, Pág.10) clasifica la relación parental y sus consecuencias educativas en los siguientes tipos principalmente, sin embargo, de acuerdo a cada autor o contexto pueden existir otros tipos:

a). Padres sobre protectores. Son aquellos que suelen tratar al adolescente como niño pequeño y desvalido, tomando por él sus decisiones; se les hacen regalos como expresión de afecto y suelen suponer que pueden satisfacer todas las necesidades del joven, organizando su vida hasta en el más mínimo detalle.

b).Padres autoritarios. La relación de éstos con los hijos es de autoridad y demanda excesiva. Sus órdenes son dadas sin explicaciones, decidiendo cuales son las necesidades de sus hijos y con frecuencia se utiliza el castigo como consecuencia del incumplimiento de las normas.

c).Padres inestables. Son aquellos cuya característica principal es la falta de estabilidad en las normas y en la forma de comportarse. De igual modo son cariñosos, como de repente se ponen de mal humor y sin motivo aparente pasan a los gritos y castigos. Por tal razón los hijos desconocen cuál será el resultado de su conducta, lo que crea confusión y ansiedad.

d).Padres permisivos. Son aquellos que se muestran indiferentes ante las normas y no ponen ninguna restricción al comportamiento de los hijos, suelen ser muy tolerantes y dejan que los hijos tomen las decisiones por

ellos mismos, sin que nadie les oriente sobre si son acertadas esas decisiones o no.

Esta clasificación deja ver que es de vital importancia que existan reglas surgidas de la razón y además que sean flexibles. Es importante que se le explique al menor el por qué de la norma, así como dejar claro cuál será la consecuencia en caso de no ser cumplida. De esta manera, el hijo o la hija sabrán desde pequeños como conducir su actuar sin caer en ansiedad por la ambigüedad. Los límites precisos y claros evitan que los niños y jóvenes hagan todo lo que se le ocurra sin temor de que pueden estar dañándose a sí mismos. Ser padre y madre implica no el tener encadenados a los hijos a través de un férreo control, sino ir guiándolos en la obtención de recursos propios para que ellos aprendan a decidir por sí solos pero dentro de ciertos límites, de manera tal que las decisiones que tomen les conduzcan por caminos satisfactorios que no acarreen conflictos con su salud física y mental. En otras palabras, procurar formar personas asertivas.

Recordemos que la asertividad es la capacidad de expresar de manera respetuosa nuestro punto de vista, considerando también el sentir y pensar de la persona a quien nos dirigimos. Requiere necesariamente de la práctica para lograr establecer una comunicación asertiva con los miembros de nuestra familia. Es muy factible que las familias, sobre todo en la actualidad con el cúmulo de actividades que los padres e hijos realizan, encuentren difícil establecer patrones de comunicación que son indispensables para lograr satisfacer las necesidades de cada integrante del grupo familiar, de manera adecuada.

Es importante recordar que a medida que nos expresamos con claridad, respeto y confianza, promoveremos un clima familiar confiable que favorece el aprendizaje, la ayuda mutua y el cuidado de la salud ( Solis Leticia, 1997, Pág.35). El diálogo, ocupa un lugar muy importante como un factor para la prevención de adicciones ya que al mismo tiempo establece una relación positiva de afecto y apoyo mutuo ( EnriqueDulanto, 2000, pág. 45 ).

El dialogar implica a un emisor y a un receptor, en dónde la característica principal es escuchar con atención y no interpretar a nuestra manera; sino que lo importante es desentrañar el verdadero mensaje que el adolescente nos envía y con base a ello, poder orientarlo en sus

inquietudes. También es primordial hablarle claramente para no confundirlo y darle una respuesta igualmente clara, no asustarse de sus cuestionamientos ni reprimirlo con violencia, ya que se puede perder la confianza de manera inmediata.

Consideramos que la principal función de los padres es dotar a los hijos de capacidades para ir resolviendo los diferentes problemas que la vida les va a plantear cotidianamente, ya que es una buena forma de protegerlos frente al consumo de sustancias adictivas. “Con mucha frecuencia, los primeros ofrecimientos se les van a realizar en grupo, y ha de ser capaz de resistir la presión, aún con contradicciones y superar la situación adecuadamente” (Matellares,2000 Pág. 100). También es importante comprender que el papel de los padres tiene limitaciones y que no podrán solucionar todos los problemas de los hijos para evitarles sufrimiento, ya que éstos forman parte de la vida misma y constantemente se estarán enfrentando a ellos.

De igual modo como lo plantea Macias ( 1999:17), es necesario no educar a los hijos con el éxito como única meta: “ tienes que ser el mejor en todo” ya que pueden desarrollar una intolerancia a la frustración y cuando exista un fracaso de cualquier tipo, buscará formas de evadir ese sentimiento de frustración.

La adolescencia, como ya mencionamos es una etapa de múltiples cambios en los hijos por lo cual es importante que los padres de familia actúen de acuerdo a la edad de los hijos, sobre todo en materia de prevención de adicciones.

Cuando los hijos se encuentran en los inicios de la adolescencia entre los 11 – 12 años; se pueden tomar en cuenta algunas indicaciones para continuar con su educación. Zapata (2006: 100) señala las siguientes:

- a). Es necesario practicar con los hijos las formas de decir que no. Enseñarles a reconocer las situaciones que pueden ocasionar problemas, tales como ir a casas donde no haya adultos y donde los jóvenes fumen o beban alcohol.
- b). Es muy importante ayudarlos a desarrollar una imagen positiva de sí mismos, asegurándose de que luzcan bien y se sientan sanos. Esto se logra con buenos hábitos de alimentación, de higiene y de actividad física.
- c). Identificar lo que para los hijos en ese momento es importante en su vida. Pueden tener temores acerca de la sexualidad, la posibilidad de parecer diferentes a los amigos y el ingreso a la escuela secundaria. A lo anterior no se le debe de restar importancia ya que son problemas reales

que merecen la preocupación y atención de los padres, responder de manera apropiada a los requerimientos de sus hijos.

d). Se deben revisar y actualizar, si es necesario, las normas de casa y las responsabilidades de los hijos con respecto a las labores del hogar, las horas para ver la televisión y el horario de regreso durante los días de clase y los fines de semana, etc. Es decir, considerar la transformación de los papeles que los hijos hasta ese momento habían desempeñado.

e). Pero sobre todo es necesario hablar con los hijos acerca de la amistad. Indicar que los verdaderos amigos no les piden que hagan cosas sabiendo que están mal o que pueden ser peligrosas, y al mismo tiempo ayudarles a desarrollar un sentido crítico para poder decidir de acuerdo a sus intereses.

Podemos concluir entonces que los padres de familia son quienes tienen a su cargo la responsabilidad de velar por el sano desarrollo de los hijos. Así mismo, la familia, es el grupo donde los seres humanos se desarrollan desde el nacimiento hasta el fin de su vida. Las etapas por la que va a pasar representan cambios ante los cuales, es importante que todos sus miembros tengan posibilidades de ajustarse.

El respeto, el amor y la comunicación son ingredientes necesarios para que dentro de un ambiente de seguridad, confianza y armonía, el recorrido por la vida sea más satisfactorio.

También, dependiendo de la etapa de vida en la que se encuentren los hijos, la participación de los padres será diferente en cuanto tiempo y apoyo, debido a que de acuerdo con su edad tienen diversas necesidades, formas de ser, gustos, intereses.

Los padres tienen el deber de proteger a sus hijos. “Diversas investigaciones han demostrado que en familias donde se brinda amor, se enseñan valores, se promueven normas y límites, se establece una comunicación adecuada y se fortalece el apego de los hijos a la escuela, se cuenta con defensas ante el problema de la drogadicción en cualquiera de sus modalidades” (Zapata, 2006: 181).

La educación de los hijos es un proceso al que no se le debe restar importancia y va de la mano con la educación escolar, pero es bien cierto que el mayor peso cae sobre la familia en donde los padres deben estar siempre alertas respecto al buen desarrollo físico, cognitivo, emocional y social de los hijos.

**Factores de riesgo para las adicciones dentro de la familia.**

Los problemas mal resueltos dentro de la familia son los que por lo general desatan el inicio de alguna adicción en los adolescentes.

Podemos hablar entonces de factores de riesgo y de protección dentro del núcleo familiar.

Los factores de riesgo incluyen las características biológicas, psicológicas, conductuales, sociales y ambientales, tales como la historia del desarrollo de la familia, los antecedentes familiares de violencia y abuso de sustancias, la depresión, el estrés, el lugar donde viven y las relaciones interpersonales.

Mientras mayor sea la exposición de los adolescentes a situaciones de riesgo es más probable que experimenten el consumo de drogas y posteriormente presenten trastornos conductuales asociados (Moreno Kena. 2008, Pág. 5).

Por el contrario, los factores protectores como los vínculos familiares sólidos y el desempeño escolar exitoso ayudan a evitar el uso de sustancias en los jóvenes y neutraliza los factores de riesgo.

Desde la perspectiva de la prevención, los factores protectores funcionan como un elemento seguro hacia el cual dirigir las conductas para evitar, posponer o reducir el impacto del consumo.

Afirmamos que la prevención si funciona, trabajado desde el seno familiar en primer momento. Por ejemplo, al mejorar las habilidades parentales mediante la información y la orientación se pueden reducir de manera importante las conductas negativas de los hijos.

En la adolescencia, los padres deben mostrar seguridad para afrontar este periodo de crisis emocional y reforzar con su amor las normas y el orden, pero sobre todo tendrán que fomentar el acercamiento afectivo, porque gracias a la relación padres- hijos ayudarán a recordar esta etapa como una de las mejores de su vida.

Las condiciones personales de cada adolescente (auto concepto, autoestima, seguridad y confianza en sí mismo) juegan un papel trascendental en la posibilidad de que ciertos aspectos del ambiente social puedan actuar como factores de protección o de riesgo. Por ello es importante notar que, aun cuando la mayoría de los individuos puedan estar expuestos a los factores de riesgo para el consumo de drogas, no todos comienzan a usarlas ni se hacen adictos. Además lo que puede ser un factor de riesgo para una persona, puede no serlo para otra (González Fernández, 2008, Pág. 31).

Los factores de riesgo y de protección pueden estar presentes durante diferentes etapas de desarrollo; sin embargo, si los riesgos son

identificados con oportunidad, puede atenuarse o cancelarse, a través de intervenciones preventivas, pero si no son tratados a tiempo, los comportamientos negativos pueden llevar a riesgos adicionales, lo que aumenta aún más la propensión al abuso de drogas en un futuro.

Sin embargo, la realidad social arroja datos alarmantes, en el sentido del aumento de adicciones y embarazos precoces en los y las adolescentes. La familia actual atraviesa una crisis, y en esta transformación, es frecuente el abandono moral de los hijos. Éstos crecen sin la debida supervisión de la madre y del padre, ya sea porque los dos trabajan fuera del hogar o por cualquier otra circunstancia. Podríamos hablar de que esta crisis es también consecuencia de la situación económica y social en la que el Estado ha puesto al país en donde predomina la falta de empleo, bajos salarios, altos costos, violencia, delincuencia, etc.

Encontramos que el cambio de papeles sociales en los géneros también ha repercutido en la educación de los hijos, lo que, como toda modificación, ha generado inseguridades, insatisfacción y desamparo en los miembros de la familia. A veces esto ha creado un círculo viciosos, en donde el descuido y falta de apoyo económico, moral, emocional o todos, de los progenitores hacia los adolescentes, los conducen al ocio y la falta de interés por los estudios, repercutiendo muchas veces en la adquisición de alcoholismo, drogadicción o el desarrollo de conductas vandálicas.

#### Capítulo IV.

##### El alcoholismo en adolescentes en México.

En este capítulo se abordarán aspectos importantes sobre el alcoholismo, comenzando por su definición.

## **Definición de alcoholismo**

La definición más utilizada sobre alcoholismo, es la emitida por la Organización Mundial de la Salud (OMS) que también especifica las consecuencias físicas del consumo excesivo de alcohol.

Para la OMS el alcoholismo es “ un estado de cambio en el comportamiento de un individuo, que incluye, además de una alteración que se manifiesta por el consumo franco de bebidas alcohólicas una continuidad de este consumo de manera no apropiada en su ambiente socio – cultural, a pesar de las dolorosas consecuencias directas que pueden sufrir como enfermedades físicas, rechazo por parte de la familia, perjuicios económicos y sanciones penales(...) un estado de alteración subjetiva, en el que se deteriora el dominio de la persona dependiente, sobre su forma de beber, existe la urgencia de ingerir alcohol y se pone de manifiesto una importancia fundamental del alcohol, en que el planteamiento de las ocasiones de beber, puede tener preferencia sobre el resto de las actividades. Además de estos cambios, se observa un estado de alteración psicobiológica, con signos y síntomas de la privación del alcohol ( Argüelles, 2008:3).

Según los historiadores, desde épocas remotas, el alcohol ha existido en la mayoría de las poblaciones. En un primer momento, el alcohol se llegó a utilizar con los griegos para fines médicos o curativos; es decir, al no existir anestesia el paciente era sometido a la ingesta de cierta cantidad de alcohol de tal forma que el dolor disminuyera.

En otros pueblos, las bebidas alcohólicas eran utilizadas con fines culturales como la celebración de algunos ritos.

En las sociedades modernas, con el capitalismo se ha centrado la atención en las ganancias económicas que trae consigo la distribución y consumo del alcohol. Lo anterior se puede observar en la gran proyección que éste tiene en los medios publicitarios masivos, como la televisión, radio, revistas especialmente dirigidas a los jóvenes.

También encontramos a los grandes productores de bebidas alcohólicas patrocinando conciertos, deportes, etc.; todo ello dirigido a los adolescentes. Desafortunadamente, la mercadotecnia empleada por estas grandes empresas,

es tan llamativa que logra su objetivo; es decir, inducir el uso de dichos productos en población adolescente, de todas las clases sociales. Por ejemplo, en los últimos dos años se ha promocionado un tequila llamado “Rebelde” con la imagen de ese grupo musical con mucha popularidad, entre los adolescentes.

Así encontramos fuertes contradicciones entre las instituciones educativas que emplean campañas para prevenir la adicción al alcohol y la enorme penetración de la publicidad de dichos productos.

El consumo de alcohol es un hábito, entendiéndolo desde el punto de vista médico cómo la tolerancia a los medicamentos o drogas, con disminución de sus efectos y desde lo social se entiende como una forma de conducta estable adquirida a través de la repetición constante de la misma. Así este hábito forma parte de los llamados estilos de vida, estando ampliamente extendido y culturalmente aceptado en nuestro país. Por tanto, no es sólo un comportamiento individual, sino que se encuentra fuertemente influenciado por normas sociales y por el contexto socioeconómico y cultural en el que vivimos ( Velasco Rafael,1999 Pág.65).

Contrariamente a lo que mucha gente piensa, el alcohol es un depresor del Sistema Nervioso Central (SNC). Algunas personas sienten que podrán realizar de mejor manera actividades como manejar, bailar, hablar, etc, después de haber ingerido algunos tragos. Sin embargo, tales situaciones podrán aparecer al principio, cuando el alcohol actúa como desinhibidor resultante de la depresión de mecanismos inhibitorios, pero los efectos varían de acuerdo a la cantidad ingerida.

Al consumir alcohol, los centros superiores del cerebro cuyas funciones son: el habla, el pensamiento, la cognición y el juicio, se deprimen a medida que la concentración alcohólica aumenta en la sangre. A dosis mayores tanto los mecanismos inhibitorios como los excitatorios se afectan, y puede llegar al

grado de que la intoxicación alcohólica conduzca a un estado de coma o la muerte (Moreno Kena, 2006, pág. 123).

Además de su contenido de alcohol las bebidas contienen otros elementos químicos que le confieren sabor, color, olor y otros efectos característicos, que aumentan la adicción y el daño producido a la salud.

Una vez que el alcohol alcanza la sangre, se distribuye de forma homogénea en todo el organismo que se metaboliza del 90 al 98 % del alcohol, el resto se elimina por la orina, las lágrimas o el sudor. El metabolismo del alcohol difiere del de otras drogas, por ejemplo. En sujetos con función hepática normal, se metabolizan aproximadamente 10 ml de alcohol hasta en una hora pero con el paso del tiempo, el metabolismo es más rápido, por lo que es necesario que la persona aumente la dosis para obtener la misma sensación que antes se obtenía con menor cantidad.

En nuestro país el alcoholismo representa un 11.3 % del total de enfermedades. El 49% de los suicidios, se cometen bajo el efecto de bebidas alcohólicas, además de que el 38% de casos de lesión o violencia, en todas sus modalidades, ocurren por el consumo excesivo de bebidas embriagantes (Moreno Kena, 2008, pág. 50).

Esto ocurre particularmente, entre jóvenes de 15 a 25 años de edad, que es el rango de edades en que los accidentes automovilísticos ocupan el primer motivo de mortalidad a causa del consumo excesivo de alcohol.

De acuerdo a los datos de la OMS, en nuestro país más del 13 % de la población presenta síndrome de dependencia al alcohol, divididos en 12.5 % en hombres y 0.6 % en mujeres entre 18 y 65 años de edad.

Dentro de la adolescencia se puede presentar el llamado “alcoholismo temprano” que está documentado en el estudio diferencias por género en el consumo de alcohol en la ciudad de México. Para 1995 el consumo iniciaba a los 22 años y para 1999 a los 17 años. Luego la encuesta nacional de

adicciones en el 2001 mostró que esta tendencia bajo a los 15 años y para el 2008 identifica los 12 años como edad de inicio en el consumo de alcohol.

Otro indicador elocuente es el del Centro de Integración Juvenil del 2009 82.4 % de los niños que acudieron a tratamiento por adicciones en sus servicios de rehabilitación consumieron alcohol alguna vez, mientras que 30.4% llegó ahí específicamente por abuso de alcohol.

Según la Encuesta Nacional de Adicciones 2009, en México el 57% de las mujeres estudiantes de secundaria consumen alcohol, frente a 26% de los varones. Así mismo, cuando menos 281 mil adolescentes de 12 a 17 años abusan de la bebida. Es por eso, que consideramos importante trabajar la prevención de alcoholismo desde la escuela, ya que es ahí donde pasan la mayor parte del tiempo y donde se les debería orientar hacia caminos positivos con base a las características propias del adolescente.

Realmente resultan alarmantes tales cifras, pues parece que los jóvenes no conciben una reunión o fiesta en la que no esté presente el alcohol.

El abuso en el consumo de alcohol, representa hoy uno de los principales problemas de salud pública, no sólo en México sino en toda América Latina. Aparte de las consecuencias ya citadas del consumo excesivo también existen otras de igual importancia; como por ejemplo, violencia doméstica o juvenil; accidentes laborales, el síndrome alcohólico fetal, embarazos prematuros, etc.

El consumo de alcohol como ya se mencionó es un hábito y forma parte de los llamados estilos de vida, estando ampliamente extendido y culturalmente aceptado en nuestro país. Por tanto, no es sólo un comportamiento individual, sino que se encuentra fuertemente influenciado por normas sociales y por el contexto socioeconómico y cultural en el que vivimos (Velasco Rafael, 1999, pág. 65).

Nuestra cultura está en un proceso de constantes cambios. Algunos de estos efectos negativos para la población joven, como el consumo excesivo de

bebidas alcohólicas. El consumo juvenil presenta hoy características propias que han generado una “cultura del consumo de alcohol” diferenciada del consumo tradicional y progresivamente se ha consolidado un patrón juvenil caracterizado por presentarse en el fin de semana y destacando un papel fundamental como articulador del ocio y de las relaciones sociales de los adolescentes y jóvenes (Moreno Kena, 2000, pág. 71).

El problema radica no en que beban, sino que la bebida está intrínsecamente vinculada con sus estilos de vida y su manera de divertirse, con su manera de estar y de proyectarse en el mundo; es decir, con su manera de ver su propia existencia.

Para analizar esta situación debemos considerar una triple dimensión: el adolescente, la sustancia adictiva en este caso el alcohol, y el contexto cultural actual; que implica los valores de nuestra sociedad, el sistema productivo, la publicidad, el papel de la familia, de la escuela, y de los grupos de iguales.

Es innegable que el alcohol ha estado siempre y seguirá estando en toda sociedad. Vivimos en una cultura en la que tradicionalmente éste está en la estructura socioeconómica: producción, gastronomía, relaciones laborales y sociales, etc. Esta situación ha hecho que se pierda la conciencia de que el alcohol también es una droga, aunque sea legalmente permitida, pero es necesario reconocer que es la droga más usada por la población y que más problemas causa y cuyas consecuencias pueden ser mortales.

El cumplimiento de una serie de obligaciones inevitables hace que el tiempo de trabajo o estudio sea un espacio común entre los jóvenes y sus padres. En cambio, el tiempo de ocio para los jóvenes es su “tiempo”, en el que marcan sus horarios y actividades fuera del control paterno y adulto. Es el espacio que consideran reservado a su propia iniciativa, lejos de las miradas del mundo adulto.

La tecnificación del tiempo de ocio, es decir, la introducción de centros de juegos electrónicos ha ido ampliando los lapsos que los jóvenes pasan fuera de casa. La noche es el espacio en el que los jóvenes se

identifican con su generación, ese espacio compartido con los pares el que quizá es el único momento en el que se sienten rebeldes y dueños de sus decisiones y actos.

Se le ha dado escasa importancia a este alarmante consumo inmoderado de alcohol y los productores dicen ser responsables al poner en las etiquetas de las bebidas alcohólicas algunas leyendas: como “bebe con moderación. Es tu responsabilidad”.

Según Leticia Solís (2006:69) en los últimos años, dentro del grupo de adolescentes ha ocurrido incremento de las pautas de ocio durante los fines de semana. Incluso ha comenzado a manifestarse un fenómeno social en el cual los jóvenes ni estudian ni trabajan, enfrentando con esto un cúmulo de insatisfacciones y frustraciones que frecuentemente los conducen a convertir el tiempo disponible en espacios de autodestrucción. Sin duda alguna, la población adolescente representa uno de los sectores más vulnerables al bombardeo de la publicidad que promueve la ingesta de bebidas alcohólicas así como de cigarrillos.

Dado que el proceso adolescente implica una fuerte carga de ansiedades y emociones encontradas en relación a la cristalización de su identidad de adulto, los hace sumamente susceptibles a ser consumidores de los productos de moda. El ensayo de identidades, la necesidad de vivir su libertad fuera de la familia, el predominio del grupo sobre su individualidad, la dependencia, sus fantasías sobre el consumo de sustancias, la búsqueda de sensaciones y de placer; todo forma parte de su proceso de convertirse en una persona adulta y madura (Moreno Kena, 2000, pág. 75).

Es seguro que muchos adolescentes beben por el deseo de transgredir lo establecido pues consideran que el consumo de alcohol tiene que ver con la emancipación y la afirmación de la identidad.

Pero el carácter de droga socialmente aceptada del alcohol hace que, en ocasiones, consideremos normales formas de consumo que en realidad son claramente abusivas y que pueden generar adicción.

En cualquier caso, el consumo abusivo y continuado de alcohol puede producir enfermedades en todos los órganos, especialmente en el aparato digestivo y en el sistema circulatorio. Igualmente puede provocar trastornos psicológicos graves y puede repercutir negativamente en la escuela, en la vida familiar y social.

La problemática derivada del consumo excesivo de alcohol en los jóvenes es diferente a la del adulto. En los jóvenes, las consecuencias negativas derivadas de éste suelen referirse a alteraciones de las relaciones con la

familia, compañeros y maestros, bajo rendimiento escolar, agresiones, violencias, alteraciones del orden público y conductas de alto riesgo, como conducir tras haber bebido; así como actividades sexuales de riesgo que conllevan embarazos no deseados y enfermedades de transmisión sexual. El consumo excesivo de alcohol puede ser el inicio de una secuencia de conductas adictivas que se inician con las drogas legales y que puede terminar con las ilegales.

Consideramos entonces, que el trabajo primordial para la prevención de adicciones está centrado en la familia y la escuela como instituciones formadoras y reafirmadoras de valores positivos que les permitan a la juventud la construcción de proyectos personales que entrañen logro académico.

#### **4.2 Efectos físicos y sociales del consumo de alcohol.**

El alcoholismo o dependencia al alcohol, es un padecimiento que se caracteriza por un conjunto de elementos que pueden presentarse en mayor o menor grado de severidad. De acuerdo a la OMS, el alcoholismo incluye la tolerancia, el síndrome de abstinencia, beber para combatir los signos de abstinencia, así como dificultades para controlar el consumo y la presencia de un fuerte deseo o compulsión por beber.

El síndrome de abstinencia es uno de los signos más característicos del alcoholismo. Se presenta después de un episodio de beber en exceso y puede incluir temblores fuertes, sudor abundante y sensación de calor, deseo de vomitar, falta de apetito, convulsiones, confusión mental y alucinaciones.

Para la OMS ( Argüelles Leticia, 2008, pág.15) la dependencia al alcohol o alcoholismo incluye:

1. Compulsión por beber.
2. Incapacidad de controlar cuánto o cuándo beber.
3. Necesidad de consumir alcohol para aliviar el malestar que provoca la abstinencia.
4. Tolerancia.
5. Abandono de responsabilidades, actividades y placeres alternativos por beber.
6. Persistencia del abuso después de un periodo de abstinencia.

Entonces se considera que hay alcoholismo cuando se encuentran presentes en el sujeto tres de estos elementos, en un periodo de doce meses.

En el pasado predominaba la idea de que beber era un vicio y que representaba una falta en el carácter del bebedor, quien no tenía voluntad para abandonar el alcohol; desafortunadamente, hoy en día todavía en

ciertos sectores se sigue percibiendo así, cuándo está demostrado que es un padecimiento físico, mental, emocional y social.

El alcoholismo no se detecta de manera inmediata. Se estima que un bebedor puede tardar entre tres y diez años para que la enfermedad se haga evidente y más severa. Sin embargo hay personas que desde la adolescencia son bebedores alcohólicos ( Vázquez Josefina, 2008, Página 57).

Se ha intentado encontrar las causas del alcoholismo, y la conclusión es que se trata de una combinación de factores biológicos, como los genéticos, o hereditarios, psicológicos y medioambientales; ninguno aisladamente es suficiente para provocar la enfermedad.

Desde hace más de treinta años en México se realizan estudios periódicos con el fin de conocer cuáles son los alcances y tendencias del consumo de alcohol y otras drogas en distintos grupos de la población.

Gracias a estas fuentes, podemos saber que el consumo de alcohol se incrementa paulatinamente en la población estudiantil de educación básica (Vázquez Josefina, 2008, página 51).

Asimismo, se observa que los índices de empleo de esas sustancias en la población que se mantiene escolarizada son menores en comparación con otros grupos de la misma edad, que han dejado de estudiar por alguna circunstancia.

La Encuesta Nacional de Adicciones 2006 revela que el 57.1% de los estudiantes de escuelas urbanas en el D.F alguna vez en su vida ha consumido alcohol y el 16% de los estudiantes de este nivel reporta ya el abuso en el consumo del mismo, considerado como abuso el consumo de cinco copas o más por ocasión (Vázquez Josefina, 2008, pág.25).

El papel del ambiente escolar como agente protector del consumo de drogas queda evidenciado, al encontrarse que los adolescentes que se dedicaron de tiempo completo a estudiar tuvieron porcentajes de consumo menores que aquellos que estudiaron sólo medio tiempo o que no lo habían hecho en el año previo a la encuesta referida. Así mismo, entre los menores que trabajan, particularmente quienes llevan más tiempo trabajando, se incrementa la probabilidad de consumir alguna droga aún cuándo se encuentren estudiando.

Como pedagogos orientadores que trabajamos con adolescentes tenemos que estar conscientes que los riesgos a los que están expuestos los y las jóvenes incrementan la probabilidad de que se inicien en el consumo de tabaco, alcohol y otras drogas, aunque exista un espacio de deliberación personal que pueden ejercer todos los individuos. Sin embargo, esta

capacidad para analizar, tomar decisiones y actuar de manera consecuente se relaciona directamente con el campo de acción de la escuela.

La posibilidad de que los adolescentes puedan rechazar el consumo de alguna sustancia adictiva depende, en buena medida, de las oportunidades que tengan para explorar sus habilidades intelectuales, afectivas y sociales. De esta manera, para decidir abstenerse del consumo se requiere un ambiente saludable, en el que las actividades grupales conquisten su interés y le ofrezcan el atractivo de algo nuevo e interesante, así la escuela puede contribuir a desarrollar y fortalecer dichas habilidades.

Por ejemplo, con la implementación de la RES, se ha propuesto la intervención de los adolescentes en el servicio comunitario como una estrategia para la formación de la conducta social.

No olvidemos que un factor de gran importancia en la resiliencia de los jóvenes es su participación en algún servicio significativo y positivo. De este modo involucrar a los jóvenes en un programa de voluntariado les proporciona un sentido de responsabilidad que les ayude a desarrollar nuevas habilidades así como aumentar su autoestima y su sentido responsable de independencia. Al ver valorado el impacto positivo de sus acciones y lo significativo de su labor, se facilitará su orientación y su esperanza, por lo que se reducirá las probabilidades de que se involucre en conductas de riesgo.

Estamos hablando del aprendizaje vivencial, que ofrece el involucramiento activo de los jóvenes en acciones sociales, lo cual contribuye en su autoestima y bienestar emocional y en sus actitudes ante los adultos.

Las escuelas resultan un componente integral y efectivo para responder a los problemas comunitarios de consumo de alcohol. El reto al que tendrían que enfrentarse es determinar las necesidades de sus alumnos y los recursos con los que se cuenta para incorporar así un programa adecuado. Sin embargo, no podemos esperar que la escuela asuma por completo dicha responsabilidad: se requiere la cooperación y esfuerzo de los padres de familia, así como de profesionales e integrantes de la comunidad escolar, para que en conjunto se logre, por un lado, responder a los problemas de los alumnos, y por otro se fomente una instrucción diseñada para prevenir dichos problemas y crear un ambiente que promueva la salud de los estudiantes.

Cómo identificar las señales tempranas de alerta.

Las investigaciones han mostrado que las escuelas resultan espacios propicios para detectar problemas en un niño. Esto da la oportunidad de acudir con ayuda preventiva, antes de que los problemas se intensifiquen. Reconocer señales tempranas de alerta permite proporcionar la ayuda necesaria. Todo el personal docente desempeña un papel importante, ya sea para observar y detectar conductas de riesgo en los alumnos, para referirlos con los especialistas o para responder a las recomendaciones dadas por los profesionales.

La comunidad escolar está en posibilidades de dar una respuesta rápida, efectiva y oportuna, cuando los distintos componentes del ámbito escolar comparten información de manera activa. Pero para lograr esto, la escuela necesita propiciar un ambiente de confianza, y entrenar a su personal

Para entender e identificar las señales tempranas de alerta.

Educadores y familiares pueden incrementar su capacidad para reconocer señales tempranas de alerta al establecer una relación más cercana con los niños y jóvenes; así llegan a conocerlos mejor y están al pendiente de sus necesidades, sentimientos, actitudes y patrones de conducta.

Tanto docentes como directivos tiene el potencial para identificar las conductas de los alumnos y determinar si éstas son inapropiadas, irresponsables y no aceptadas. Algunas conductas asociadas con el uso de alcohol u otras sustancias adictivas son:

- a) Ausentismo de clases, de actividades escolares o del colegio mismo.
- b) Impuntualidad
- c) Bajo rendimiento en el desempeño académico sin causa aparente.
- d) Repentina falta de interés en la escuela y otras actividades.
- e) Problemas con los compañeros.
- f) Hostilidad ante los docentes y personal escolar.
- g) Cambios en la apariencia.

- h) Cambio de actividades extracurriculares
- i) Pleitos, riñas, discusiones y otras conductas violentas y antisociales.
- j) Cambio notorio del grupo de amistades
- k) Cambio de actitud.
- l) Patrones de impulsividad y falta de control del enojo.
- m) Uso obvio de alcohol u otras sustancias adictivas.

Sin embargo aunque cualquiera puede identificar conductas riesgosas, solo un profesional en la materia estará capacitado para hacer la evaluación de consumo riesgoso de alcohol u otras drogas. Por eso debemos considerar las señales de alerta como un indicador de la necesidad de un diagnóstico más profundo, para determinar la intervención que debe seguir.

Varias de las conductas descritas no son necesariamente indicadores de uso inapropiado de alcohol; estas pueden relacionarse también con problemas familiares, emocionales, físicos, alimentarios, sociales o sexuales. Pero si la conducta detectada continuara, es necesario compartir la preocupación con el equipo docente y los padres de familia. Las señales de alerta de una conducta de riesgo y un posible consumo inadecuado de alcohol funcionan como alarma.

## **Propuesta de intervención desde la escuela para prevenir a los y las**

# adolescentes del consumo excesivo de alcohol.



## Capítulo V.

Propuesta de intervención desde la escuela para prevenir a los y las adolescentes del consumo excesivo de alcohol.

### Introducción.

Las adicciones constituyen un problema ante el cual las escuelas secundarias tienen un importante trabajo que realizar. El conocimiento sobre ellas y el consecuente desarrollo de habilidades y actitudes para enfrentarlas, forman parte de los saberes con los cuales la educación

básica se encuentra comprometida para cumplir su cometido: brindar una educación integral (Vázquez, 200:19).

Como ya lo mencionamos, existen situaciones y condiciones que protegen a los adolescentes contra el consumo de drogas, por lo que es muy importante que desde el hogar se identifiquen y fortalezcan estos elementos protectores y se refuercen en la escuela.

Existen una serie de factores que se deben reforzar dentro del núcleo familiar, para evitar que los adolescentes recurran al uso excesivo de alcohol u otras drogas, pues diversas investigaciones, han demostrado que existen situaciones que apoyan a las personas en el desarrollo de recursos emocionales que facilitan su negativa a consumir alcohol en exceso o drogas. Éstos se denominan factores de protección y sirven como un escudo ante el fenómeno social de la drogadicción. Para poder realizar una prevención efectiva, es importante contar con una comprensión clara de este problema social, para así poder formular estrategias que ayuden a los jóvenes a prevenir el consumo de alcohol desde la escuela secundaria. En este sentido tanto los adultos que laboramos en este nivel educativo, como los padres de familia contaremos con elementos para analizar y tomar decisiones sobre los retos que el empleo de sustancias adictivas plantea en el entorno de los estudiantes.

Por tal motivo se propone el taller “Cómo proteger a tus hijos ante el consumo de sustancias adictivas” dirigido a padres de familia.

Estamos conscientes de que es una tarea difícil, ya que muchas veces los padres están negados a participar en eventos escolares, ya sea por considerar que son pérdida de tiempo, o por no poder faltar a su trabajo. Sin embargo, es primordial que, tanto los docentes como el orientador, promuevan acciones para crear interés y reflexión, por parte de los padres de familia hacía temas, como las adicciones, en el entendido de que, por su condición de adolescentes son más vulnerables a adquirirlas.

## Taller “Cómo proteger a tus hijos ante el consumo de sustancias adictivas”.

### Justificación.

La prevención de adicciones constituye una estrategia generada en los campos de la medicina y la psicología de la salud, como resultado de las experiencias en el tratamiento y rehabilitación de las personas adictas. En este sentido, la prevención se plantea como una opción formadora para que los sujetos hagan frente a situaciones que afecten su auto concepto y autoestima, reconozcan sus potencialidades y afirmen su autonomía moral, con base a un juicio de valor propio. La pedagogía y la orientación educativa, se unen a estas dos disciplinas para abordar la prevención de adicciones dentro de la escuela secundaria, considerando que es un lugar idóneo para proporcionar lineamientos educativos que promuevan aprendizajes significativos, tanto en los alumnos como en sus padres, y así evitar la aparición de alcoholismo en los adolescentes.

Este Taller está diseñado para ser dirigido por el orientador educativo, ya que se considera que una de las funciones específicas de la orientación, es la de prevenir la aparición de conflictos que provoquen el bajo rendimiento académico en los alumnos e incluso deserción. De igual modo, al estar en contacto cotidiano con las problemáticas de los adolescentes dentro de la escuela, tendrá más elementos para sugerir alternativas de solución.

La orientación educativa es una práctica sistematizada que tiene como principal objetivo apoyar el desarrollo del alumnado, no sólo en aspectos de aprendizaje académico, sino también en el desenvolvimiento de

competencias para la vida misma, por lo que también es un ámbito de su interés la salud de los jóvenes.

La prevención de adicciones es considerada actualmente como parte de la educación integral, por lo que la educación básica debe contribuir con acciones concretas y eficientes, considerando los aspectos informativos, afectivos, cognitivos, actitudinales y procedimentales (González, 2008: 45).

Cabe mencionar que el taller puede ser aplicado para los padres y alumnos de cualquier nivel socioeconómico que cursen secundaria, con los cambios o ajustes pertinentes según la problemática lo requiera. En este caso se tomó como muestra una secundaria ubicada en el Estado de México, donde se observaron diversos factores de riesgo que podrían desencadenar alguna conducta negativa que pudiera dirigir a los alumnos hacia el consumo excesivo de alcohol u otra.

### Contexto escolar.

El taller se propone para la Escuela Secundaria particular 0319 *Centro de estudios Siglo XXI*, que está ubicada en la colonia Emiliano Zapata 2ª sección. en el Municipio de Ecatepec, Estado de México.

Se trata de una zona con alto nivel delictivo. La colonia Emiliano Zapata 2ª sección, comparte límites con el Distrito Federal, lo que ha propiciado falta de atención, tanto por parte del D.F. como por el Estado de México, al dejarse la responsabilidad de la vigilancia policiaca, unos a otros. Frente a la secundaria en cuestión, ocurren asaltos a cualquier hora del día, incluso con el uso de violencia, en los que los propios alumnos han sido víctimas. Lugares que antes eran recreativos, como el parque o el deportivo de las colonias aledañas, se han convertido en centros de convivencia de maleantes o alcohólicos.

Esta escuela secundaria es particular; la mayoría de los estudiantes son hijos de comerciantes, dueños de negocios con un buen ingreso económico, que les permiten pagar una colegiatura, a diferencia del resto de las comunidades que habitan la colonia, cuyos niveles económicos son más bien bajos. Sin embargo, en la mayoría de los hogares de los alumnos, ambos padres están fuera del hogar la mayor parte del tiempo, por lo cual muchos no tienen supervisión de ningún adulto. Esta situación ha repercutido en que algunos adolescentes hagan “fiestas” en ausencia de los padres y consuman alcohol y tabaco, en ocasiones hasta perder la consciencia. Esto ha sido informado a los docentes de la escuela y ha ocurrido tanto en los varones, como en las chicas.

Como ya se dijo, frente a la escuela se congregan grupos de personas que se alcoholizan o se drogan, y son vistos muchas veces a la salida de los alumnos y aunque los dueños de esta escuela, han solicitado en

repetidas ocasiones a las autoridades que se les retire del lugar, no se ha hecho caso.

Como se verá, los contextos sociales que rodean la escuela, son propiciadores de la adquisición de adicciones por parte de los adolescentes, por lo que resulta vital diseñar y realizar acciones dentro de la escuela, que prevengan esto.

Población a la que va dirigido:

Padres de familia, cuyos hijos cursen cualquier grado.

Cantidad de asistentes.

Mínimo: 15 personas.

Máximo: 30 personas

Duración:

Se desarrollará los días del 6 al 10 de junio del 2011. En un horario de 9 a 10:30 am.

Constará de 5 sesiones, de 1:30 Horas de duración (el tiempo se sujetará a la conveniencia de los asistentes, lo que significa que podrá limitarse a una hora).

Coordinador(a):

Orientador(a) Educativo(a) de la escuela.

Lugar:

Un aula o el auditorio de la escuela, dependiendo de la cantidad de participantes.

Objetivo General:

Que los padres de familia asistentes al Taller, adquieran información sobre algunos factores que intervienen en la adquisición de adicciones y las repercusiones de éstas en el desarrollo personal y académico de los adolescentes, para que comprenda la amplia problemática que entrañan las adicciones en los alumnos de secundaria; específicamente del uso excesivo de alcohol, que en su carácter de sustancia legal, es fácilmente conseguible por los jóvenes. De igual modo, se les proporcionará alternativas para prevenir esta situación a través del conocimiento de los

factores que apoyan la construcción de recursos psicológicos, emocionales y sociales en sus hijos.

Objetivos particulares:

Qué los asistentes al curso conozcan y comprendan los siguientes conceptos:

- a) Los factores de riesgo y protección en el consumo de drogas.
- b) El concepto de resiliencia.
- c) Estilos de vida
- d) Habilidades para la vida
- e) Plan de vida.

Previo al inicio del Taller “**Cómo proteger a tus hijos ante el consumo de sustancias adictivas**”, se les proporcionará a los padres que deseen participar, con un costo de recuperación, el siguiente material escrito para que sea discutido dentro de las sesiones.

## Taller “Cómo proteger a tus hijos ante el consumo de sustancias adictivas”.

-Material de apoyo-

El consumo de bebidas alcohólicas es una práctica arraigada en la cultura mexicana, indicadores epidemiológicos muestran que el consumo de alcohol entre la población ha aumentado y es un gran problema de salud pública y este aumento se observa con el inicio del consumo de alcohol a edades cada vez más tempranas que antes no se observaban.

La adolescencia es un periodo de transición que lleva a la persona a vivir nuevas experiencias y en algunos casos adquiere hábitos no saludables como el consumo de alcohol.

Muchas veces las primeras experiencias con el alcohol ocurren dentro de la familia, la cual influye en el proceso de socialización durante la infancia, mientras que la influencia de los compañeros es más importante durante la adolescencia.

El nivel socioeconómico y los medios masivos de comunicación, también desempeñan un papel importante en el proceso de socialización del adolescente y por tanto influyen en las actitudes y creencias acerca del uso del alcohol.

Por lo anterior, consideramos pertinente, elaborar estrategias pedagógicas que ayuden a los adolescentes a afrontar las diferentes experiencias que los ponen frente a la toma de decisiones determinantes para su futuro como es iniciarse en el consumo de alcohol o no. Sin embargo, debemos incluir a la familia y a la escuela en este proceso, ya que son o deberían ser las dos instituciones sociales más influyentes en el desarrollo del adolescente y las cuáles pueden modificar conductas a partir del ejemplo respecto a su conducta.

Es por esto que proponemos este Taller que pretende ayudar a los padres de familia a tener una comunicación más abierta y sincera con sus

hijos, para permitir una relación de confianza y apoyo, que contribuya a evitar desórdenes que podrían poner en riesgo el desarrollo saludable de los y las adolescentes y comprometer su futuro académico y personal.

El contenido del taller puede servir como estrategia preventiva no solo para el uso excesivo del alcohol sino también para el uso de cualquier droga, sin embargo, en esta ocasión nos enfocamos principalmente al uso excesivo de alcohol, debido a la problemática presentada en la zona en donde se encuentra ubicada la escuela de nuestro interés.

Proponemos el taller partir de cinco conceptos básicos que es necesario que los padres de familia conozcan y comprendan, para instrumentarlos en las relaciones familiares, dentro de su cotidianidad.

Los conceptos presentados a continuación, se trabajarán en la primera sesión del Taller.

#### 1. Resiliencia:

Concepto que permite ejemplificar que los seres humanos, a pesar de las adversidades sufridas, puede llegar a desarrollarse y alcanzar niveles aceptables de salud y bienestar.

En el ámbito de prevención de adicciones, la teoría de la resiliencia y riesgo trata de explicar por qué algunos sujetos responden mejor al estrés y a la diversidad que otros, e incluso logran mantenerse a salvo de ese problema.

Esta teoría se refiere a que hay factores internos y externos que protegen contra el estrés social, la ansiedad o el abuso. Si un niño cuenta con factores protectores fuertes, podrá resistir las conductas negativas que se encuentre a lo largo de su vida. Los factores de protección interna incluyen la autoestima mientras que los factores externos son principalmente, el apego familiar, la buena convivencia con la comunidad y el apego escolar (Dulanto, 2000: 35).

La teoría de la resiliencia y riesgo sustenta una parte importante del enfoque de aptitudes para la vida; es decir, habla de las habilidades sociales y de comunicación, esta capacidad social y las destrezas para la solución de problemas sirven como recursos preventivos que pueden aprenderse desde la familia y reforzarlo en la escuela desde la primaria.

Desde el punto de vista de las ciencias sociales, la resiliencia se refiere: a la capacidad universal que permite a una persona hacer frente a las adversidades de la vida, sobreponerse a los efectos nocivos de la adversidad y salir de ellos fortalecida o incluso ser transformados por ellas (Vázquez, 2009: 84).

Es así como la resiliencia no puede ser pensada como un atributo con el que nacemos, ni que los niños adquieran intuitivamente durante su desarrollo, sino que se trata de un proceso interactivo entre el individuo y su medio. Por lo tanto, la resiliencia surgirá de la interacción de los factores personales y sociales, manifestándose de manera específica en cada individuo, y donde estas diferencias individuales serán producto del procesamiento interno que haga cada individuo sobre su entorno.

Un objetivo prioritario en la promoción de la salud de la adolescencia y de la juventud deberá ser la prevención de los factores de riesgo y el fortalecimiento de los factores de protección mediante el desarrollo de la resiliencia. Por ello no es adecuado evitarle las situaciones de riesgo o adelantarse a sus actos, con intervenciones que limiten la posibilidad de poner en práctica sus propias capacidades. Más bien, las intervenciones eficaces dirigidas a los jóvenes recalcan la importancia potencial de los factores protectores, teniendo como objetivo el proveerlos y reforzarlos. Entre los factores protectores individuales que llevan al adolescente a la resiliencia se incluyen: la autoaceptación y la autoeficacia; es decir, sentirse confiado de que los propios esfuerzos producirán los efectos deseados.

## 2 Estilos de vida:

Un estilo de vida se forma a partir de las actitudes y comportamientos que se ejercen en lo cotidiano, se desarrolla con base en acciones individuales, como los hábitos, como las costumbres y tradiciones. Los estilos de vida, en general, se relacionan tanto con factores de protección como con factores de riesgo.

Un estilo de vida saludable es aquel en el que los hábitos personales y las costumbres colectivas, ya sean familiares o comunitarias, brindan a la persona un estado de bienestar. Se deriva de la práctica de actividades benéficas para la salud, como el hecho de llevar una alimentación equilibrada y de mantener hábitos de higiene. (Moreno, 2008: 80).

Se relaciona también con la capacidad para identificar y prevenir riesgos, con la administración del tiempo libre y la alternancia entre el descanso y la actividad.

La convivencia armónica con otras personas también forma parte de un estilo de vida saludable, el afecto y la atención que se reciben y se brindan a los demás fortalecen a la persona en todos sus ámbitos de desarrollo. En este sentido, el manejo de emociones que se deriva del

autoconocimiento permite establecer relaciones equilibradas con los demás y favorece las relaciones constructivas.

Este estilo de vida se caracteriza, además, porque depende en gran medida del ambiente en el que la persona se desenvuelve, ya que cuando un contexto está libre de riesgos y propicia que las personas puedan realizar sus actividades sin temor a sufrir algún daño, se generan condiciones para el desarrollo integral de los individuos y de la comunidad.

### 3. Habilidades para la vida:

Este enfoque plantea la necesidad de que los adultos de la escuela desarrollen destrezas para propiciar que los adolescentes adquieran las aptitudes necesarias para el desarrollo humano y para enfrentar, de manera efectiva, los retos de la vida cotidiana. Entre estas habilidades podemos encontrar: la comunicación, destrezas de rechazo, empatía, toma de decisiones, pensamiento crítico, autoevaluación, manejo del estrés y autorregulación (González, 2008: 50).

Consideramos que el desarrollo de dichas habilidades para la vida puede retrasar el inicio del uso de drogas, mejorar el desempeño académico y aprender a detectar y manejar las situaciones de riesgo a las que se enfrenta y que le servirán no solo para la adolescencia sino para toda su vida.

La toma de decisiones es un proceso cotidiano en el que nos enfrentamos a la necesidad de elegir en distintos ámbitos y con distintos grados de complejidad. Ya sea que se trate de una decisión simple o de una compleja, la elección de una de las alternativas que se tienen siempre conlleva una consecuencia, positiva o negativa; por tanto, cuando se toma una decisión, es necesario estar conscientes de la responsabilidad, tanto individual como colectiva, que se adquiere al elegir.

La decisión de no consumir alcohol puede ser simple para algunas personas y representar todo un reto para otras. Las consecuencias de no consumir alcohol, serán positivas en términos de salud física y emocional, así como en una mejor calidad de vida. Si además, la decisión del no consumo se toma consciente y responsablemente, se fortalece la capacidad de cada persona para responder asertivamente, a partir del conocimiento y valoración de sí mismo, del fortalecimiento de la autoestima y de la capacidad de establecer relaciones de convivencia respetuosa.

La respuesta asertiva permite a la persona expresar sus convicciones y derechos, evitando actitudes extremas, como la pasividad y la agresividad; con ella, asume la responsabilidad de sus acciones y decisiones.

Tipos de respuesta		
Pasiva	Asertiva	Agresiva
<p>La persona:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>*No se sabe cómo expresar sentimientos, deseos u opiniones.</li> <li>*El temor orienta las decisiones.</li> <li>*No se responsabiliza de sus actos ni decisiones.</li> <li>*Se deja llevar por lo que los demás opinen.</li> <li>*No sabe decir “no”.</li> </ul>	<p>La persona:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>*Expresa sus sentimientos, deseos y opiniones.</li> <li>*Defiende sus derechos y respeta los de los demás.</li> <li>*Toma decisiones de acuerdo con criterios y valores éticos, como el bienestar o el respeto.</li> <li>*Saber decir “no”, cuando es necesario</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>*Expresa sus sentimientos, deseos y opiniones a través de conductas agresivas hacia los demás.</li> <li>*Toma decisiones de acuerdo con criterios individualistas.</li> <li>*No percibe la necesidad de decir que “no”, porque considera que tiene el mando.</li> </ul>

La asertividad es una habilidad que, al irse desarrollando, fortalece la construcción de la identidad personal y la conciencia de que la responsabilidad sobre la decisión de cómo se quiere vivir debe recaer en cada personas. Esta habilidad también se relaciona con la capacidad de enfrentarse a situaciones de riesgo, sabiendo qué hacer y cómo reaccionar ante ellas (Vázquez, 2008: 74).

#### 4. Ambientes protectores de las adicciones.

Como parte de los estilos de vida saludables, los ambientes protectores de las adicciones permiten desarrollar competencias de autocuidado que fortalecen la prevención del consumo de drogas.

Un ambiente protector, de entrada, es aquel que se genera en espacios en los que los factores de riesgo no existen o están identificados y controlados. Su primera característica es el hecho de ser el ámbito en donde se satisfacen necesidades básicas, por tanto la familia y la escuela

son o deberían ser los ambientes protectores por excelencia (Moreno, 2008: 85).

En la familia se reciben cuidados físicos y, sobre todo emocionales; en la escuela se lleva a la práctica los principales elementos de convivencia que se aprenden en el seno familiar. Un ambiente en el que la persona se sienta parte del grupo, segura y en confianza es un ambiente protector.

Estos ambientes propician que las personas aprendan a enfrentarse a situaciones adversas y a tomar decisiones responsables, por medio de la reflexión y el diálogo. Además son entornos que tienen normas establecidas, claras y coherentes, lo que permite que los integrantes de una comunidad, ya sea la familia o un grupo escolar, asuman reglas de comportamiento que den lugar a una convivencia pacífica, armónica y constructiva que promueva la prevención de adicciones.

Para que un ambiente sea considerado protector, es indispensable que, además de cumplir con condiciones físicas adecuadas para la seguridad, convivan en ese ambiente personas que puedan reconocer riesgos y trabajar para prevenirlos a partir de la búsqueda de información y la reflexión, tanto en relación consigo mismos como con los demás. De esta manera, el hecho de que los individuos que comparten un espacio como la escuela estén informados y trabajen para desarrollar su capacidad de análisis favorece que los ambientes en los que se desenvuelven se consoliden como ambientes protectores de consumo de adicciones.

##### 5. Plan de vida.

La capacidad de prospectiva permite la definición de propósitos y objetivos de vida, a través de un proyecto en el que se definan metas a corto, mediano y largo plazos.

Esta capacidad de proyectar a futuro es uno de los ejes protectores porque, a través de ella, los adolescentes pueden vislumbrar distintos escenarios y, al hacerlo, tienden a imaginarse en ambientes y condiciones favorables, que serían alterados si se llega a experimentar una adicción.( Moreno, 2008: 90).

Cómo una excelente herramienta para la construcción de metas a corto, plazo es el fomentar el apego a la escuela y el desarrollo de hábitos de estudio.

El hábito de estudiar posibilita el desarrollo de las aptitudes intelectuales: permite desarrollar los intereses, y desarrolla motivaciones y aspiraciones en cuanto a su proyecto de vida.

Los hijos, en su sano desarrollo, deben tener la posibilidad de manejar algunos asuntos a través de una toma de decisiones responsable. Es importante propiciar que los hijos organicen las actividades que tienen que hacer y decidan los momentos en los que van a estudiar, elaborar tareas y convivir con sus amigos.

Es importante que tengan la decisión y responsabilidad de saber cuándo y cuánto tiempo dedicarle a sus asuntos escolares, como su mayor responsabilidad.

Es de suma relevancia que los padres y maestros aprendamos a reconocer las capacidades de los hijos. Con respecto a sus habilidades, los padres deben advertir que cada persona tiene sus propias aptitudes y es importante que las desarrollen al máximo; el menosprecio de ellas evita que se fortalezcan y las empleen en los momentos necesarios.

#### Referencias bibliográficas.

Revista ecuatoriana de pediatría vol. 8, no. 2.

Ecuador.

1. Dulanto Enrique
2. (2007) Moreno, Kena

(2000), "Como proteger a tus hijos contra las drogas.

México, Centros de Integración Juvenil, A.C.

3. Vázquez, Josefina

(2008) "La formación de valores en la escuela secundaria". SEP México



# **CARTA DESCRIPTIVA DE LAS SESIONES.**

Tiempo	Objetivos	Temas	Actividades	Material
1ª sesión 15 min	Qué los padres de familia rompan el hielo y puedan integrarse para la realización del taller.	Bienvenida y presentación	Dinámica de grupo: “nombre – cualidad”.	Lugar suficiente donde quepan los asistentes.
10 min.	Realizar la técnica de lluvia de ideas, donde los padres de familia expondrán sus intereses e inquietudes respecto a la prevención de consumo excesivo de alcohol.	Conocer, la información con la que los asistentes cuentan respecto al tema así como sus expectativas respecto al mismo.	Se aplicará la técnica de lluvia de ideas y se escribirán las ideas en un rotafolio.  Motivar la participación de todos los asistentes.	Hojas blancas, lápices y rotafolio.
30min.	Qué los padres de familia conozcan y sean capaces de explicar los conceptos básicos del tema “factores de riesgo y protección”.	“Factores de riesgo y protección en materia de adicciones”	Presentación interactiva de contenidos (ver anexo 1).  Lectura comentada de diapositivas guiada por el orientador escolar, motivando la participación de los padres de familia  Subrayado de ideas	Presentación de diapositivas. (Anexo 1).  Marca textos.

			principales.	
20 min.	Qué los participantes apliquen los conocimientos adquiridos respecto al tema revisado.	Dinámica de refuerzo “Identifiquemos los riesgos” (Actividad 2).	Se realizará la dinámica en donde se reflexionará acerca de cuáles son las causas más comunes, del consumo de sustancias adictivas específicamente el alcohol.	Hojas de papel Pizarrón Plumones Cinta adhesiva Rotafolio
2ª sesión 10 min	Recordatorio de la sesión anterior.	Que los participantes recuerden la sesión anterior y exposición de dudas.	El orientador motivará y guiará la discusión que los padres de familia logren realizar, al intercambiar opiniones.	Rotafolio.
30 min	Reconocer las capacidades y potencialidades personales como recursos para enfrentar cambios y situaciones adversas, tanto en lo individual como en lo social.	Resiliencia	Explicar textualmente el concepto “resiliencia” y reforzar con ejemplos del expositor y de los asistentes. Realizar la dinámica “Historia de Edgar y lulú” (Actividad 3), para poner en	Hojas de papel y lápices. Anexo 3.

			práctica nuestro tema y observar el grado de comprensión y reflexión del mismo.	
20 min	Evaluación de la dinámica		De manera voluntaria, se leerán las respuestas a las preguntas planteadas y se anotarán en el rotafolio las más frecuentes.  Se motivará una reflexión final sobre la capacidad de sobreponerse a situaciones difíciles y su relación con la prevención del consumo de sustancias adictivas.	Hoja de preguntas Rotafolio. Plumones.
3ª sesión 10 min	Que los asistentes recuerden los conocimientos obtenidos o comentarios de la sesión anterior. Aclaración de	Ronda de preguntas y/o comentarios.		Rotafolio.

	dudas.			
30 min	<p>Fortalecer el desarrollo del saber, el saber ser y el saber convivir.</p> <p>Identificar los beneficios generados por los estilos de vida saludable.</p>	<p>.Entorno social.</p> <p>-Habilidades para la vida.</p>	<p>Se realizará un sondeo acerca de la relación del entorno social y las habilidades para la vida en la prevención del consumo excesivo de alcohol.</p> <p>Hacer esquema en el rotafolio con las ideas aportadas.</p> <p>Posteriormente el orientador dará la explicación de ambos conceptos con ayuda de diapositivas.</p> <p>Una vez aclarados dichos conceptos se pedirá a los asistentes que aporten ejemplos y se anotarán en el rotafolio.</p>	Rotafolio y diapositivas.
20 min.	Que los asistentes comprendan la importancia de tomar decisiones	Habilidades para la vida.	Realización de un role playing o juego de roles (Actividad 5).	<p>Hojas de papel</p> <p>Lápiz</p> <p>Tarjeta con estrategias para decir no.</p>

	<p>asertadas ante situaciones de riesgo a partir del consumo excesivo de alcohol aplicando como estrategia distintos tipos de respuesta asertiva.</p>			
10 min	<p>Verificar cuáles de las propuestas son asertivas y se orientan a la responsabilidad personal en la toma de decisiones y las que no sean asertivas, explicar porqué no es considerada en esa categoría</p>	Evaluación	<p>Los asistentes obtienen conclusiones sobre cuáles fueron las respuestas más asertivas y argumentar por qué.</p>	Rotafolio
4ª sesión 10 min.	<p>Integración de lo revisado las sesiones anteriores con la finalidad de aclarar dudas y escuchar comentarios.</p>	Espacio para dudas y/o comentarios.	<p>Poner los comentarios más mencionados en el rotafolio.</p>	Rotafolio

30 min.	Que los asistentes identifiquen las características de un ambiente protector, para que reconozcan los aspectos en los que pueden intervenir.	Ambientes protectores de las adicciones.	Los asistentes deberán traer el material correspondiente a la 2ª sesión “factores de riesgo y protección” para realizar la dinámica de refuerzo “Mitos y verdades” (Actividad 5).	Actividad 5 “mitos y realidades”. En diapositivas y el material entregado a los asistentes.
20 min	Conocer el grado de información correcta acerca de él consumo de sustancias adictivas.	Evaluación	Se realizará un cuadro en el rotafolio donde se anotarán las respuestas acerca de los mitos y realidades que en la actividad los papás nombraron.  Posteriormente, el orientador dará a conocer las oraciones correctas y se dará una breve explicación.  Ronda de preguntas.	.Rotafolio y las oraciones a discutir (anexo 6).
5ª sesión 10min	Recordatorio de la sesión anterior	Evaluación de la sesión anterior	Escribir en rotafolio dudas y comentarios de la	Rotafolio.

			sesión anterior.	
30 min.	Formular metas y estrategias a corto, mediano y largo plazo para lograr un futuro óptimo en los alumnos.	Plan de vida	<p>En esta sesión se trabajarán juntos los alumnos y sus papás ya que se tratará de formular un plan de vida personal.</p> <p>Exponer al grupo la importancia de definir metas a corto mediano y largo plazos, en el seguimiento de un objetivo.</p> <p>Actividades correspondientes a la sesión (Actividad 6).</p>	<p>Hojas de papel</p> <p>Lápiz</p> <p>Anexo</p> <p>Rotafolio</p> <p>Plumones.</p>

<p>30 min. O más si es necesario</p>	<p>Que los jóvenes presenten, en compañía de sus padres las metas u objetivos planeados después de la explicación de que es un “proyecto de vida”</p> <p>Que los asistentes den a conocer sus conclusiones acerca del taller al que asistieron.</p>	<p>Presentación de proyectos.</p> <p>Cierre del taller.</p>	<p>Individualmente, los alumnos redactarán un propósito que refleje lo que quieren ser y cómo quieren vivir en el futuro.</p> <p>Los alumnos destacarán las metas a corto, mediano y largo plazo que son necesarias para lograr sus propósitos. De igual manera, deben identificar las acciones que requieren desplegar para cumplir sus metas.</p>	
--	---	---	---	--

## ACTIVIDADES PARA LA REALIZACIÓN DEL TALLER.

Material manejado por el orientador junto con la carta descriptiva ya incluida.

### Actividad 1

## FACTORES DE RIESGO Y PROTECCIÓN EN EL CONSUMO DE DROGAS.

En un análisis superficial podemos pensar que la causa del consumo de drogas radica en los efectos que tienen estas sustancias y, sobre todo, en su capacidad para producir adicción. Sin embargo, si queremos profundizar en esta cuestión, nos daremos cuenta de que el efecto adictivo del alcohol no es la única razón para que se consuman.

La complejidad de la conducta humana hace que no podamos determinar de forma general, cuáles son las causas del consumo del alcohol. Lo que sí sabemos es que hay factores que aumentan o disminuyen la probabilidad de que una persona se implique o no en el consumo de sustancias adictivas, en este caso el alcohol, es decir, los factores de riesgo y protección que a continuación se describen.

### FACTORES DE RIESGO:

- La falta de información: una información incorrecta sobre las drogas puede llevarnos a esperar consecuencias positivas (diversión, amigos, etc.) o a no tener en cuenta las consecuencias negativas de su consumo.
- La búsqueda de sensaciones: las personas que tienden a buscar sensaciones nuevas, tienen más posibilidades de llegar a probar estas sustancias.

- Escasa valoración de la salud: Las personas que no valoran su salud pueden arriesgarse con mayor facilidad.
- El fracaso escolar: fracasar en la escuela puede provocar que una persona se margine y, al hacerlo, se relacione con personas también marginadas.
- La falta de habilidad para relacionarse con otros: es decir, para hacer amigos y para negarse a hacer algo cuando no quiere hacerlo.
- La falta de habilidad para tomar decisiones: algunas personas tienen problemas para considerar las distintas alternativas que tienen ante una situación, elegir la más adecuada y planear la forma de llevarla a cabo.
- Una baja autoestima: si alguien se valora poco a sí mismo y piensa que es incapaz, esto puede hacerle pensar que tampoco puede rechazar las ofertas de drogas.
- Las actitudes antisociales: las personas que no sienten respeto por las normas sociales y que se sienten enfrentadas a la sociedad y a sus normas tienen una mayor probabilidad de que se impliquen en comportamientos antisociales como la violencia o la adicción a las drogas.
- El consumo de alcohol por parte de los amigos, que hace que las ofertas de consumo sean constantes y que la persona se vea presionada a aceptarlas.
- Una relación familiar constante. Ya sea por exceso de disciplina, como por falta de ella.
- La publicidad, especialmente de drogas legales (alcohol y tabaco).
- La facilidad para conseguir el alcohol. Lógicamente, si en su entorno inmediato es muy fácil conseguir alcohol incluso dentro de los mismos hogares, las posibilidades de que llegue a consumirlas aumentan.

Muchos de estos factores son modificables, por lo menos en parte, desde la escuela y la convivencia familiar.

## FACTORES DE PROTECCIÓN.

Al mismo tiempo, sabemos que hay otros factores que reducen la probabilidad de que una persona se involucre en el consumo de alcohol u otras sustancias adictivas. A estos les llamaremos factores de protección y, como los anteriores, pueden ser tanto de carácter individual como ambiental. Entre los individuales podemos citar algunos que contribuyen a desarrollar en las personas actitudes de crecimiento individual y social, poco compatibles con el abuso de drogas.

- El interés por todo lo relacionado con la escuela, no sólo las tareas de aprendizaje, sino por otras actividades que se relacionen con la escuela y que les puedan resultar atractivas.
- La participación solidaria en actividades que tengan interés para la comunidad.
- La habilidad para relacionarse con otros de una manera adecuada y satisfactoria.
- Un ambiente familiar de amor y aprobación, donde pueda encontrar el apoyo que necesita para enfrentarse a los problemas de cada día.
- Un entorno que ofrezca oportunidades de ocupar el tiempo libre de una forma saludable y divertida.
- Un ambiente social constructivo, que facilite las relaciones humanas y solidarias, alejado de comportamientos violentos, individualistas, etc.
- Un entorno familiar y/o social que transmita valores como la salud, el esfuerzo, la amistad, la lealtad, el respeto a sí mismo y a los demás.

Desde la familia y la escuela se puede realizar también un trabajo de gran importancia para desarrollar estos factores de protección

## ACTIVIDAD 2

### Identifiquemos los riesgos.

#### Descripción:

Parece claro que todos tenemos opiniones diferentes acerca de las causas del consumo excesivo de alcohol y de los factores que influyen en este comportamiento.

Para saber más sobre este tema, vamos a hacer una actividad en la que reflexionaremos entre todos acerca de cuáles son las causas de consumo de alcohol. Para ello partiremos de las opiniones de los padres de familia sobre este tema y trataremos de llegar a conclusiones entre todos.

Después trataremos de averiguar qué podemos hacer en nuestras familias para reducir estas situaciones.

#### Material:

Varias hojas de papel partidas en trozos iguales, pizarrón, plumas y cinta adhesiva.

#### Desarrollo:

1. Reparta tres trozos de papel a cada uno de los participantes. Pídales que escriban en cada uno de ellos un factor que consideren que hace más probable que una persona llegue a consumir alcohol excesivamente. Indíqueles que pueden poner tanto características de la persona como del ambiente en el que viven.
2. Recoja los trozos de papel. Uno a uno lea su contenido en voz alta. Discuta con los participantes si realmente se trata de un factor de riesgo. Cuando concluyan que, efectivamente, ese factor incrementa el riesgo de consumo de drogas, pregunte a los participantes si se trata de una característica individual o ambiental y péguelo en el apartado de la tabla correspondiente.
3. Revise la lista de factores de riesgo que han creado y compruebe que no falta ninguno esencial. Si considera que faltan factores importantes, sugiera al grupo los que no hayan aparecido y permítalos discutirlos.
4. Pida ahora a los participantes que se dividan en equipos de cuatro o cinco personas. Cada equipo debe elegir un secretario que hará de

moderador, tomará nota de las conclusiones a las que llegue el equipo y se las comunicará a los demás.

5. Reparta los factores de riesgos individuales y sociales entre los equipos. Cada uno de ellos deberá imaginar cómo hacer que esos factores se hagan menos importantes a través de la educación y la convivencia familiar.
6. Pida a los secretarios que pongan en común las ideas que se les hayan ocurrido y anime a los demás a compartir sus aportaciones. Cuando estas sean aceptadas, anótelas en la tabla en la columna correspondiente.
7. Conclusiones.

### ACTIVIDAD 3

#### La historia de Edgar y Lulú.

Edgar es simpático e inteligente. No es muy guapo, pero es atractivo y fácilmente hace amigos. Trabaja en un almacén haciendo de todo. Arregla desperfectos, atiende clientes y, a veces cuida la caja. Le han pagado cada vez mejor y tienen algún dinero para darse ciertos gustos; sin embargo, en la escuela últimamente las cosas no van muy bien, ha faltado a clases, no ha entregado tareas y estudia poco. Dice que no le gusta estudiar y está pensando en salirse.

Quisiera poner un negocio propio, algo que estuviera relacionado con computación, pero no sabe mucho ni de computación ni de negocios, pero le han dicho que le podría ir muy bien. No sabe qué hacer y les pregunta a sus amigos; algunos que no estudian le aconsejan librarse de la escuela, que se salga y ayude a sus padres. Otros les dicen que los piensen mejor, porque si se sale es más difícil conseguir un buen trabajo. Mientras tanto, uno de ellos le dijo que para relajarse era bueno fumarse un cigarro y tomarse unas cervezas, para tener más calma, lo malo es que a veces esto se prolonga hasta la noche y ya no le da tiempo de hacer nada.

Lulú y Edgar son novios, y ella también está desconcertada. Edgar le pidió tener relaciones sexuales y, aunque ella también tiene ganas, siente temor e inseguridad (Moreno, 2006: 80).

Promover entre los asistentes la discusión grupal sobre el tema, a partir de las siguientes preguntas:

- a) ¿Cuáles son las situaciones que enfrentan los protagonistas de la historia?
- b) ¿Qué decisiones fundamentales deben tomar?
- c) ¿Cuáles creen que serían buenas decisiones?
- d) ¿Por qué?
- e) ¿Qué factores les han llevado a consumir tabaco y alcohol?
- f) ¿Creen que podrían elegir otro camino?

En el pizarrón se anotarán, las respuestas más comunes y se discutirán cada una de ellas.

Tarea:

Los padres de familia realizarán la misma actividad con sus hijos sin mostrarles sus respuestas, posteriormente compararán sus respuestas y sacarán las conclusiones de dicha actividad. Se discutirán dichas conclusiones la próxima sesión.

De manera voluntaria, se leerán de tres a cinco respuestas y se anotarán en el pizarrón.

Se fomentará en el grupo una reflexión final sobre la capacidad de sobreponerse a situaciones difíciles y su relación con la prevención del consumo excesivo de alcohol.

#### Actividad 4.

##### Habilidades para la vida.

Objetivo: Que los asistentes comprendan la importancia de tomar decisiones ante situaciones de riesgo de consumo excesivo de alcohol, aplicando como estrategia diversos tipos de respuesta asertiva.

Actividad:

- a) Organice equipos y pida que imaginen una situación en la que alguien les ofrece alguna sustancia adictiva, ya sea tabaco, alcohol u alguna otra droga.
- b) A partir de la situación imaginaria, solicite a cada equipo que prepare un juego de roles, en el que expongan una respuesta pasiva, la respuesta agresiva y una respuesta asertiva.
- c) Realice colectivamente un análisis de las distintas respuestas que han expuesto los equipos.
- d) Analice con el grupo las siguientes estrategias para evitar el consumo de alcohol, solicitándoles que identifiquen si se trata de una respuesta asertiva o no. Solicite que argumenten su opinión.

#### **Estrategias para evitar el consumo de alcohol y otras drogas.**

Ante la oferta:

- Has valer tu condición de no consumir.
  - Evita hacer lo que los demás quieren.
  - Di no con seguridad y firmeza
  - Cambia el tema de conversación.
  - Si hay insistencia repite no.
  - Evita los juegos en donde el premio o castigo sea beber alcohol.
  - Evita “probar sólo una vez para ver que se siente”.
- e) Después de analizar las estrategias, pida al grupo, que dé un ejemplo de una respuesta asertiva para cada estrategia.
  - f) Oriente la reflexión a la búsqueda de alternativas para no consumir sustancias adictivas ante la presión, las situaciones de tristezas, preocupación o enojo, y ante la creencia de que a partir del consumo se

pueden establecer las relaciones de convivencia y de pertenencia a grupos.

- g) Se solicitará que individualmente redacten su postura ante el consumo excesivo de alcohol y cinco respuestas asertivas ante la oferta para consumir.
- h) Pida la participación de algunos asistentes para que lean sus respuestas.

Finalmente se verificará cuáles de las respuestas son asertivas y se orienten a la responsabilidad personal en la toma de decisiones.

Tarea: Realizar la misma actividad en casa pero aplicada a los alumnos. Al día siguiente se compararán las respuestas de padres e hijos y se discutirán hasta sacar conclusiones.

## ACTIVIDAD 5

### Ambientes protectores de las adicciones.

Actividad: El objetivo es que los asistentes identifiquen las características de un ambiente protector para que reconozcan los aspectos en los que pueden intervenir.

Se pedirá el material que se les entregó en la primera sesión “Factores de riesgo y protección”.

- a) Se organizará al grupo en equipos y solicite que nombren un relator.
- b) Exponga la siguiente sección: “Mitos y verdades”.
  1. Fumar relaja.
  2. Dejar de fumar provoca que engordes.
  3. Los cigarros light hacen menos daño.
  4. La borrachera se baja con café cargado.
  5. Nada mejor que unos chilaquiles picosos para la “cruda”.
  6. Bañándote con agua fría se baja la borrachera.
  7. Beber los fines de semana no hace daño.
  8. El alcohol daña por igual a hombres y mujeres.
  9. Las drogas de diseño no causan adicción.
  10. Las drogas de diseño pueden ser mortales desde la primera prueba.
  11. El alcohol produce los mismos efectos en todas las personas.
  12. Dejar de beber alcohol es fácil.
  13. Si se les habla a los jóvenes de alcoholismo es como si se les invitara a consumirlo.
- c) Solicite a los equipos que lean la sección y que identifiquen si las afirmaciones son verdaderas o falsas.
- d) Al terminar, cada equipo leerá una de las aseveraciones y expondrá al grupo su dictamen de verdadero o falso.
- e) Cada exposición de los dictámenes de los equipos se someterá a la opinión del grupo. En esta etapa, fomente la argumentación de sus alumnos. Solicite a algunos de los asistentes que lleven registro de los argumentos aceptados por la mayoría, aunque estos sean erróneos.

Tarea:

Investigar, en fuentes fidedignas cuáles de las oraciones expuestas son mitos y cuáles son realidades.

En la siguiente sesión se expondrán los resultados de su investigación y se hará una lista en el rotafolio, separando mitos y realidades.

En equipos comentarán la experiencia y explicarán de qué manera la desinformación influye en el fortalecimiento de los ambientes riesgosos que propician el alcoholismo y reflexionarán acerca de la importancia de la buena comunicación y confianza entre los padres e hijos.

## ACTIVIDAD 6

### Plan de vida.

Propósito: formular metas y estrategias a corto, mediano y largo plazo, para lograr un futuro prominente, libres de alguna adicción a sustancias adictivas.

Esta actividad la realizarán padres e hijos en la misma sesión en trabajo por parejas. Se les dará la explicación del tema a padres e hijos, sin embargo será el alumno quién responda las preguntas, sin asesoría de los papás.

- a) Pedir a los asistentes que respondan en una hoja las siguientes preguntas:
  - ¿Cómo quieres ser dentro de cinco años?
  - ¿Cómo quieres vivir dentro de cinco años?
  - ¿A qué te quieres dedicar?
  - ¿Cómo te gustaría que fuera tu casa?
  - ¿Cómo te gustaría que fuera tu pareja?
  - ¿Cómo te gustaría que fuera tu relación con los demás?
  - Qué hábitos y costumbres saludables te gustaría practicar.
- b) Solicite a los alumnos que, individualmente, redacten un propósito que refleje lo que quieren ser y cómo quieren vivir en un futuro.
- c) Pida que destaquen las metas a corto, mediano y largo plazos, que son necesarias para lograr sus propósitos. De igual manera, deben identificar las acciones que necesitan hacer para lograr sus propósitos.
- d) Propicie la reflexión del grupo, a partir de la siguiente pregunta: “¿De qué manera y en qué medida afectaría una adicción al alcohol a tu propósito y proyecto de vida?”.
- e) Pida que redacten un breve ensayo sobre su proyecto de vida, en donde expongan lo que harán para protegerse y prevenir el uso excesivo de alcohol o alguna otra situación de riesgo.

Nota: podrá haber variaciones y/o adaptaciones dependiendo de las características y necesidades propias de cada grupo al que valla dirigido el taller.

Vázquez Josefina

(2008) Orientaciones para la prevención de adicciones en escuelas de educación básica.

SEP, México.

Para una mejor comprensión de los temas revisados en el taller también les sugerimos la consulta bibliográfica de los siguientes libros:

1. Moreno, Kena  
(2006) "Habilidades para la vida"  
México, Centros de Integración Juvenil, A.C.
2. Moreno Kena  
(2008) "Drogas: las 100 preguntas más frecuentes"  
México, Centros de Integración Juevenil, A.C.
3. Larriba, José  
(2004) "Entrenamiento familiar en habilidades educativas para la prevención de alcoholismo".  
España. PDS.
4. Leñero Luis.  
(1999)  
México, limusa.

O si lo prefieren pueden acudir de manera personal al Centro de Integración Juvenil más cercano, ubicado en Citlaltepec Mz. 533 Lt 9 y 10 Cd. Azteca 3ra sección, Ecatepec de Morelos C.P 55120, Estado de México.

## CONCLUSIONES

Los padres de familia son, en primera instancia, los responsables de la creación de hábitos en sus hijos que les permitan obtener una buena salud. La vida dentro de la familia, marca en la cotidianidad, pautas culturales, ideológicas y costumbres que van formando en las nuevas generaciones, modos de vida.

El alcohol ha estado y seguramente seguirá estando presente durante mucho tiempo más. Sin embargo, de unos años a la fecha su consumo se ha incrementado en la población joven, convirtiéndose en una causa directa de accidentes, violencia y muerte.

También ha afectado el desarrollo de los niños y las adolescentes pues la edad de inicio en su consumo ha disminuido, según datos recientes.

Una de las causas más importantes del consumo excesivo de alcohol en la población adolescente, lo representan los problemas que las familias actuales presentan.

La necesidad de que ambos padres trabajen fuera del hogar, ha facilitado que los hijos estén mucho tiempo solos, o en compañía de otros jóvenes que pueden inducirlos al consumo alcohólico, ocasionando así que dicho consumo quede asociado a sentimientos de estar acompañado o de bienestar.

Uno de los efectos importantes del alcohol es precisamente la sensación de desinhibición que causa y que genera en los bebedores, sentirse importantes y aceptados para los demás.

Sin embargo, la ingesta de bebidas alcohólicas suele ir aumentando progresivamente, causando adicción.

En México, el consumo de drogas es una realidad que afecta primordialmente a adolescentes, cuyas edades están entre los 15 y 25 años de edad. Es decir, en una etapa de la vida que implica las mayores potencialidades creativas y

productivas. Las drogas, entre ellas el alcohol, son causantes de un alto índice de deserción escolar, afectando así las posibilidades de la gente joven de concluir estudios de niveles superiores. Implican también problemas familiares y económicos fuertes.

Como ya se dijo, la familia es la institución social más importante en la formación de las personas, y por lo tanto cuando dentro de ellas existen factores de riesgo, como lo son padres alcohólicos, violencia intrafamiliar o abandono emocional por parte de los progenitores, es sumamente factible que los hijos e hijas adolescentes se sientan muy tentados a consumir alcohol, con la falsa creencia de que así arreglarán sus conflictos.

Pero no sólo la familia tiene que ver con este fenómeno social actual de aumento en el consumo inmoderado del alcohol, sino también la escuela al no prestar mayor atención, a esta situación.

Sobre todo, la institución educativa debe proponer acciones que prevengan la aparición del alcoholismo en su población estudiantil.

Esta tarea preventiva corresponde sobre todo a la Orientación Educativa, pues es su función anteponerse al surgimiento de conflictos o trastornos en adolescentes que afectan su rendimiento académico, y como consecuencia, obstaculicen un proyecto de vida productivo y sano.

La Orientación Educativa debe proponer estrategias que coadyuven al fortalecimiento de habilidades que también se conocen como factores de protección, para que los y las adolescentes cobren conciencia de sus recursos emocionales y cognitivos, y los pongan en marcha en su vida diaria.

En lo que respecta a los padres de familia la orientación puede y debe apoyarlos con la información pertinente sobre las adicciones en los adolescentes, sus causas y consecuencias.

Aunque la familia es la base para generar las acciones preventivas, también se requiere que otras personas estén dispuestas a colaborar en esta difícil tarea,

por lo que los profesores y los padres deben unir esfuerzos para combatir la adicción al alcohol o a cualquier otra sustancia adictiva.

La posibilidad de formar individuos sano y felices está en las manos de padres y educadores; el amor hacia ellos y el conocimiento de lo que se puede hacer, serán sus armas principales contra el problema del consumo excesivo de alcohol en esta etapa hermosa de la vida que es la adolescencia.

Sin embargo, como pedagogos, no podemos dejar la educación en manos de los padres en su totalidad. Ante la crisis de la familia como institución formadora de ciudadanos saludables y productivos, es tarea de la escuela dar las herramientas sociales, intelectuales y afectivas para formar jóvenes sanos con expectativas productivas a futuro y hacerles saber que son capaces de tomar decisiones asertivas en pro de su bienestar.

No podemos olvidar el gran peso que el Estado tiene en la formación de ciudadanos productivos, podríamos hablar de un trabajo en conjunto en donde éstas tres instituciones, escuela, familia y Estado, deben unir esfuerzos para en verdad lograr un desarrollo integral de los adolescentes y con esto lograr un desarrollo prominente de nuestro país. Sin embargo, esto no es así ya que pareciera que al Estado le conviene alimentar el ocio negativo en los jóvenes, al no haber lugares de esparcimiento en la mayoría de las colonias marginadas del Estado de México, ni lugares que promuevan la sana convivencia ni la cultura que pueda ayudar al desarrollo integral de las y los adolescentes, en cuanto los padres trabajan para cubrir las necesidades económicas de sus familias los jóvenes puedan realizar actividades en donde incluso se pudiera aplicar lo aprendido en la escuela. Sin embargo, ésta triple alianza que se propone se vislumbra difícil sino imposible ya que cada una de estas tres instituciones persiguen objetivos muy particulares en beneficio personal, dejando de lado el bienestar de los más vulnerables: el bienestar de los adolescentes.

## BIBLIOGRAFÍA

1.Argüelles Alicia

(2003) "Manual de psiquiatría. Encuesta en secundaria y bachillerato".  
México, UNAM.

2.Baltazar Roberto.

(1998) "Historia de la educación en México"  
México, UNAM.

3.Bisquerra, Rafael

( 1999 ) "Educación emocional y bienestar"  
España, Aljibe.

4. Boza, Ángel.

( 2001 ) "Ser profesor, ser tutor. Orientación educativa para el docente."  
España, Herque.

5.Cantón Rafael

(2000) "El consumo de drogas en adolescentes en México"  
México, SEP.

6.Conde Agustín

(2000) "Formación Cívica y Ética I."  
México, Santillana.

7. De Anda, Amado.

(2003) "Formación Cívica y Ética II"  
México, Santillana

8. Dulanto, Enrique.  
(2007) Revista ecuatoriana de pediatría vol. 8, no. 2  
Ecuador.
  
9. Feldman, Fanny  
(2008), "Escuela y prevención de las adicciones."  
México, SNTE y la SEP.
  
10. Fernández, Juan.  
(1999), "Acción psicopedagógica en Educación Secundaria: reorientando la orientación."  
España, Aljibe.
  
11. Gavilán María  
(2007) "Formación Cívica y Ética I."  
México, castillo.
  
12. González, Fernando  
(2008) "Orientación en la prevención de adicciones en la escuela secundaria."  
México, SNTE y la SEP.
  
13. Hernández Gabriela  
(2000) "Sexualidad y salud humana" bloque 4.  
México, Red familia.
  
14. Ibarrola Manuel  
(1994) "Sexualidad y salud humana" bloque 5.  
México, Red familia.
  
15. Larroyo, Francisco  
(1994) "Historia comparada de la educación en México"

México, Trillas.

16. Macías Hugo

(2000) "Cómo proteger a tus hijos contra las drogas"

México, CIJ.

17. Martínez, Miguel

( 2004 ), "Ciencia y arte en la metodología cualitativa"

México, Trillas.

18. Manteca, Esteban.

(2006) "Reforma de la Educación Secundaria. Fundamentación curricular.

Formación Cívica y Ética."

México, SEP.

19. Manteca Esteban.

(2006) "Manual de Organización de Funciones del Orientador Educativo

Gobierno del Estado de México."

Subdirección de Educación Secundaria.

México, SEP.

20. Matellares, Manuela

( 2000), "Cómo ayudar a nuestros hijos frente a las drogas"

Madrid, Educación y familia, guía para padres.

21. Meuly, René

(2002) Tesis: "Origen y desarrollo de la orientación en escuelas secundarias de

México desde su creación.

México, UPN.

22. Moreno, Kena

(2000), "Cómo proteger a tus hijos contra las drogas"

México, Centros de Integración Juvenil, A.C.

23. Moreno, Kena  
(2006), "Habilidades para la vida".  
México, Centros de Integración Juvenil, A.C.
24. Moreno, Kena  
(2008). "Las 100 preguntas más frecuentes"  
México, Centros de Integración Juvenil,A.C.
25. Narro, Luis.  
(2000) "Los valores de un México nuevo y la familia"  
México, Editorial Castillo.
26. Natera Guillermina.  
(2005) "Cómo apoyar a la familia ante el abuso de alcohol y drogas"  
México, UAM- A.
27. Pérez, Dario  
( 2000) "Prevención educativa y drogodependencia en el ámbito escolar."  
Barcelona, Praxis S.A.
28. Polaino, Aquilino  
(2001), "Cómo prevenir el consumo de drogas"  
Madrid, Ediciones palabra, S.A.
- 29.Rodríguez Sebastian  
(1982) "Factores de rendimiento escolar."  
Barcelona,Oikostan.
30. Salazar Diego  
(2000) Amor, matrimonio, familia y divorcio en tiempos del amor libre"  
México, FCE

31. Sanz, Ana  
(1999) "Los ejes transversales (aprendizajes para la vida)  
Madrid, Escuela española."
32. Solis Leticia  
(1997) "La familia en la ciudad de México"  
México, porrua.
33. Vázquez, Josefina  
(2008), "Orientaciones para la prevención de adicciones en escuelas de  
Educación Básica."  
México, SNTE y la SEP.
34. Vázquez, Josefina  
(2008) "El consumo de drogas"  
México, SNTE y la SEP.
35. Vázquez, Josefina  
(2008), "La formación en valores en la escuela secundaria"  
México, SEP.
36. Velasco, Rafael  
(1999) "Esa enfermedad llamada alcoholismo"  
México, Trillas.
37. Velaz de Medrano, Consuelo  
(1998) "Orientación e intervención psicopedagógica: conceptos modelos,  
programas y evaluación."  
España, Ed. Aljibe.

38. Zapata Raúl  
(2002) "Habilidades para la vida"  
México, Cij.