



SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA

UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL

UNIDAD AJUSCO

LICENCIATURA EN PEDAGOGÍA

Campo: Orientación Educativa

**LA ORIENTACIÓN EDUCATIVA COMO MEDIDA DE PREVENCIÓN EN LA
ADICCIÓN AL TABAQUISMO EN ALUMNOS DE 2º GRADO DE SECUNDARIA**

TESIS

PARA OBTENER EL GRADO DE LICENCIADA EN PEDAGOGÍA PRESENTAN:

GALICIA DE LOS SANTOS FABIOLA

OSORIO FUENTES TANIA MARISOL

ASESORA: PILAR CARDOZA MORALES

México, D.F. abril de 2014

Agradecimientos

A DIOS... gracias por haber guiado mis pasos y ayudarme a culminar una de mis más grandes metas.

A MI FAMILIA... Isidro y Rosa por ser siempre mi apoyo incondicional, han sido piezas fundamentales en mi desarrollo humano, no tengo palabras para agradecerles el apoyo y cariño que me brindaron, gracias por haberme formado como lo que hoy soy, porque este logro es también suyo los amo.

A MIS HERMANOS... gracias por estar conmigo los quiero mucho especialmente Brenda, Paola por su apoyo y acompañarme siempre.

A MI ESPOSO... Te agradezco enormemente tu apoyo, cariño y comprensión brindado a lo largo de este proyecto, gracias por aventurarte en esta nueva etapa de nuestras vidas y por formar parte importante de ella TE AMO LUIS.

A TI HIJO MIO... Porque eres y serás el mayor tesoro que la vida me pudo brindar, gracias por ser mi motivación para seguir en la vida TE AMO ERNESTO.

En especial, a la persona que me vio crecer y que ahora está en el cielo, abuelita **Clara** gracias por todas las enseñanzas, este logro también lo comparto contigo desde donde quiera que estés te quiero y te extraño mucho.

A MIS AMIGOS(AS) que formaron parte importante en mi transitar por la universidad, porque la amistad hasta hoy trascendió más allá de los salones y espero perdure por mucho más tiempo.

A TANIA por haberme apoyado en este proyecto que hoy es una realidad para ambas porque juntas lo logramos. *“Si nos mantenemos uno al lado del otro,*

apoyándonos y acompañándonos, si hacemos realidad el espíritu de equipo, si pese a las diferencias podemos conformar un grupo humano para afrontar todo tipo de situaciones; si entendemos el verdadero valor de la amistad; si somos conscientes del sentimiento de compartir, la vida será más simple y el vuelo de los años, más placentero.” (El vuelo de las aves).

A MI ASESORA DE TESIS Y SINODALES Gracias profesora **Pilar** por haber compartido conmigo su experiencia y su tiempo para dedicarlo a este proyecto. A mis sinodales Profesora **Alma Delia**, Profesor **Raúl** y Profesora **Martha Rosa** gracias por sus consejos y su apoyo para enriquecer éste trabajo.

FABIOLA

Agradecimientos

A mi mamá Adela Osorio Fuentes porque gracias a ella he podido terminar cada uno de mis estudios, gracias por su amor, apoyo, comprensión y sobre todo paciencia para que culminara con esta etapa. Sin ella no hubiera llegado tan lejos eres una mamá y papá maravillosa te amo.

A mi hija Erika Yocelin ya que es mi gran motivación e inspiración para cerrar esta y muchas etapas más y poder tener al lado de ella un mejor futuro, sin duda alguna te amo.

A mis familiares ya que gracias a sus motivaciones pude seguir con este trabajo de investigación y en especial a un ángel que está en el cielo cuidándonos te amo abuelita Zenen.

A personas especiales que también gracias a ellos pude terminar este capítulo de mi vida, por su apoyo, comprensión, consejos, etc.

A Fabiola por invitarme a formar parte de este proyecto y a pesar que en ocasiones tuvimos diferencias siempre seguimos juntas para poder culminar esta fase de nuestras vidas que hoy gracias a **Dios** es una realidad. Gracias amiga porque a pesar de ser compañeras de proyecto la amistad sigue entre nosotras te quiero.

A mi asesora Pilar Cardoza que sin su tiempo, correcciones, comprensión, apoyo y dedicación este trabajo no hubiera sido posible y que a pesar de que tardamos más de un año en terminar, ella nos tuvo paciencia y nos siguió otorgando su tiempo.

A los lectores de tesis ya que cada uno de ellos contribuyo a que esta tesis estuviera más enriquecida, gracias por su tiempo.

TANIA agradece a cada uno de ustedes.

ÍNDICE

CAPÍTULO I

1.1 Tabaquismo

1.1.1 Definición.....	11
1.1.2 Antecedentes del tabaco en México y su consumo.....	13
1.1.2.1 Tipos de tabaco.....	16
1.1.2.2 Componentes el tabaco.....	17
1.1.3 Características y efectos del tabaco.....	18
1.1.4 Tipos de fumadores.....	20
1.1.5 Tabaco y adolescencia.....	21

1.2 La adolescencia y su proclividad a las adicciones

1.2.1 Concepto de adolescencia.....	25
1.2.2 Características del adolescente.....	27
1.2.2.1 El duelo por la pérdida del cuerpo infantil.....	29
1.2.2.2 La búsqueda de la identidad.....	31
1.2.2.3 La imagen.....	34
1.2.3 La autoestima en los adolescente	35
1.2.4 El autoconocimiento en el adolescente.....	37
1.2.5 La adolescencia como campo propicio para la adicción.....	38

1.3 La familia y las adicciones en el adolescente

1.3.1 Antecedentes de familia.....	41
1.3.2 Concepto de familia.....	44
1.3.3 Estructura de la familia.....	45
1.3.4 La Familia y el adolescente.....	47
1.3.5 El papel de la familia en las adicciones.....	53

1.4 La Orientación educativa

1.4.1 Antecedentes de la Orientación.....	55
1.4.2 Definición de Orientación.....	58
1.4.2.1 Tipos de Orientación.....	60
1.4.3 Tutoría.....	61
1.4.4 Sujetos actores de la Orientación.....	62
1.4.4.1 El papel del orientador en la escuela secundaria.....	63
1.4.5 Problemas que enfrenta el orientador.....	65
1.4.6 Intervención de la orientación escolar.....	66
1.4.7 Actuación de carácter preventivo.....	67

C A P Í T U L O I I

2. Estrategia metodológica

2.1 Planteamiento del problema.....	68
2.2 Estudio exploratorio.....	71
2.3 Procedimiento.....	72
2.4 Instrumentos.....	73
2.5 Contexto interno a la Institución.....	74
2.6 Contexto externo a la Institución.....	80
2.7 Resultado de los cuestionarios aplicados a los alumnos de 2° de secundaria	81
2.8 Análisis de la información.....	91

C A P Í T U L O I I I

3. Taller pedagógico para adolescentes

3.1 Introducción.....	93
3.2 Justificación.....	93
3.3 Taller.....	95
3.4 Objetivos.....	97

3.4.1 General.....	97
3.4.2 Específicos.....	97
3.5 Sujetos.....	97
3.6 Metodología.....	98
3.7 Recursos.....	100
3.8 Evaluación.....	101
3.9 Organización de contenidos.....	102
Conclusiones.....	114
Anexos	117
Bibliografía.....	130

INTRODUCCIÓN

El presente trabajo aborda el tema de: Prevención de adicción al tabaquismo en adolescentes que cursan la Escuela Secundaria.

Uno de los problemas que actualmente se presenta en los adolescentes es su injerencia a las sustancias que dañan la salud y aunque de antemano ellos conocen las enfermedades que a largo plazo pueden generar, las consumen por la curiosidad o por los amigos debido a la alta permisividad por parte de la sociedad al: alcohol, drogas y finalmente el tabaco o cigarro.

Hoy en día se puede apreciar que las adicciones son una de las principales causas por las cuales los adolescentes de manera inconsciente se ven inmiscuidos en el mundo de alcohol, las drogas y el cigarro; por diversión o simplemente para tratar de evadir sus problemas buscan una salida fácil, que al final afecta en gran medida en su salud tanto física como emocional, además de verse influenciado por los comerciales que en televisión los invitan al consumo del cigarro.

Las adicciones son un problema para el Orientador, ya que generan daños no sólo a la salud, sino también en el ámbito académico, suele suceder que no entran a la Escuela, se salen de clases, o cuando están dentro del salón no se concentran, lo que los conduce a la reprobación de materias e incluso del curso escolar, lo que ocasiona un abandono de la escuela por parte del alumno.

“En México el tabaco es considerado por la población en general menos dañino que otras drogas como la marihuana, cocaína y alcohol. Sin embargo, su consumo a temprana edad no sólo produce enfermedades respiratorias, tumores, cáncer y problemas cardiovasculares, sino que aumenta las probabilidades de usar otro tipo de drogas en el futuro” (www.jornada.com/ciencias fecha de consulta 2 de junio de 2013).

Éste suceso repercute en la matrícula de estudiantes en la Escuela Secundaria y éste problema requiere de la atención del Orientador para intervenir en ello, dado que la educación desempeña un papel muy importante en la formación de valores en los adolescentes, trabajando en conjunto con: padres de familia, profesores, Orientadores y adolescentes se puede disminuir el número de estudiantes con conductas adictivas al cigarro.

Éste último siendo una droga socialmente aceptada se puede conseguir en las tienditas de la esquina, en centros comerciales sólo por mencionar algunos espacios; es un asunto importante a analizar, para tomar medidas preventivas y evitar que los chicos se vuelvan adictos al consumo de tabaco.

Por otro lado en la Escuela Secundaria técnica No. 116, que es donde se realizó el estudio; la labor del Orientador en dicha escuela, se encuentra inclinada hacia otras actividades de tipo administrativas, cómo son la asignación de reportes, citatorios, etcétera, sólo por mencionar algunos y no se centra en lo que debería ser el acompañamiento hacia los alumnos con respecto al ámbito educativo, a los problemas personales, sociales y familiares. Con base en los resultados del estudio realizado en dicha Escuela se propone un taller dirigido a los alumnos de 2° grado de secundaria, específicamente en los grupos B y C con una población de 44 alumnos cada uno.

El propósito de ésta investigación es conocer las consecuencias que trae consigo la adicción al tabaco y analizar su consumo en adolescentes de 2° grado de secundaria, para poder prevenir las adicciones por medio de la Orientación Educativa.

En el CAPÍTULO I se presenta el tema de adicción, desarrollando como primer punto el tabaquismo y los efectos que genera en el cuerpo humano,

posteriormente se presentan los tipos de fumadores y finalmente se presenta la adolescencia y el tabaco.

Es por ello, que en el CAPÍTULO II se aborda el tema “Estrategia Metodológica” en el cual da lugar a una investigación exploratoria, donde se indagó sobre la adicción al tabaquismo en adolescentes, a los cuales se les aplicó un cuestionario, se presentan los resultados arrojados de dicha investigación que se analizaron para realizar y proponer un taller de prevención hacia la adicción al tabaco en adolescentes de 2º de secundaria.

En el CAPÍTULO III se presenta el “Taller pedagógico para adolescentes” con la finalidad de apoyar al Orientador en su labor diaria para prevenir la adicción al tabaco, con una duración de 8 sesiones de 50 minutos aproximadamente cada una, en las cuales se presentan una serie de actividades destinadas a favorecer un mejor desarrollo para los alumnos de la Escuela Secundaria.

CAPÍTULO I

1.1 Tabaquismo

1.1.1 Definición

Hoy en día al salir a las calles es más común ver fumando a hombres, mujeres e incluso adolescentes que cursan la Escuela Secundaria; éstos últimos están expuestos en mayor grado por la curiosidad innata de probar experiencias nuevas, propias de ésta etapa de formación además de mencionar la falta adecuada y oportuna de información. La práctica del consumo del cigarro con el paso del tiempo va fomentando una adicción al tabaquismo.

Pero bien, ¿qué es el tabaquismo? Es el hábito de fumar cigarros, puros o pipas, que afecta por igual a todos los estratos de la sociedad sin importar raza, clase, posición social e incluso edad.

“El tabaquismo es la adicción al tabaco provocada, por uno de sus componentes activos, la nicotina; la acción de dicha sustancia acaba condicionando el abuso de su consumo. Es el hábito de fumar tabaco en cigarros, puros o pipas” (Alegret, 2005:203).

Éste hábito que generalmente se obtiene durante la adolescencia ha aumentado considerablemente en la población produciendo daño a la salud.

“A nivel mundial, el consumo de tabaco entre los adolescentes de 13 a 15 años no varía de manera contundente cómo sucede a edades más avanzadas (Eriksen, Mackay y Ross, 2012), lo anterior se observa en los resultados de la Encuesta Global de Tabaquismo en Adultos 2009 (INSP, 2010), en dónde se reporta que la edad crítica de inicio para el consumo diario de tabaco en nuestro país se ubica entre los 15 y 17 años, afectando principalmente a los hombres (46.3% contra 35.4% de las mujeres); seguido por las mujeres de 18 y 19 años (25%) y los varones menores de 15 años (24.6%). Lo anterior permite reafirmar la importancia de realizar intervenciones tempranas orientadas a disminuir los factores de riesgo que llevan al

consumo de tabaco, principalmente entre niños y jóvenes” (www.inegi.org 2012:3 fecha de consulta 23 de septiembre de 2013).

Entre las causas por las cuáles se inicia el consumo, se han encontrado que lo hacen por transgredir una prohibición, otras por curiosidad o por aceptación social; se piensa que la persona fuma por que encuentra en el cigarro satisfacción oral, cuando la persona tiene tensión emocional acude con mayor frecuencia a consumirlo.

“El tabaquismo es una de las principales causas de muerte en México, en nuestro país mueren diariamente 153 personas por enfermedades asociadas con el tabaquismo. De acuerdo con estadísticas oficiales, la edad de las personas que experimentan y hacen un uso frecuente de ésta droga está disminuyendo. De ésta forma, los niños y los adolescentes son la población que se encuentra en mayor peligro para usar y abusar del tabaco” (www.cij.gob.mx fecha de consulta 29 de septiembre de 2013).

Es importante mencionar que el uso indebido del cigarro no es originado por una sola causa; ya que viene acompañada por factores de índole personal, social, familiar o escolar. Y es que es en la adolescencia dónde se comienza por la curiosidad de nuevas emociones entre ellas el probar el alcohol, las drogas y el cigarro o tabaco.

El cigarro o tabaco contiene una sustancia altamente adictiva llamada nicotina que afecta de por vida debido a que se va necesitando un cigarro cada vez más al día hasta llegar al grado de una cajetilla; la absorción de dicha sustancia es mayor mientras más corto y grueso sea el cigarro y depende también de la forma de fumar; por ejemplo al fumar un puro o una pipa no se inhalan profundamente como con el cigarro que se pone en contacto con todo el sistema respiratorio, mientras más rápido se fume la absorción de la nicotina será mayor; si la persona fuma el cigarro hasta el final, también va a inhalar mayor cantidad. La nicotina ejerce una reacción directamente con el cerebro, ya que activa unos receptores que generan dependencia.

No sólo el cigarro contiene elementos que perjudican la salud; al realizar la combustión el humo que se produce arroja contaminantes como son: cianuro de hidrogeno, bióxido de carbono, monóxido de carbono, amoniaco, benzopireno, huellas de plomo, entre otros.

Regularmente la primera vez que se prueba el cigarro suele ocurrir una desagradable sensación como nauseas, mareos y algunas veces se acompaña de dolor de cabeza; sin embargo ante estos síntomas el organismo se acostumbra rápidamente a la nicotina.

“La adicción es una enfermedad primaria, crónica con factores genéticos psicosociales y ambientales que influyen su desarrollo y manifestaciones. La enfermedad es frecuentemente progresiva y fatal. Es caracterizada por episodios continuos o periódicos de: descontrol sobre el uso de sustancias, uso a pesar de sustancias adversas y distorsiones del pensamiento más notable de la negación” (Alegret, 2005:89).

La palabra adicción se define como la acción que tiene el sujeto para depender física y psicológicamente de una sustancia ya sea alcohol o el cigarro, por mencionar algunas, se forma el hábito de dejarse dominar por el uso constante de algunas sustancias tóxicas y dañinas para el cuerpo, que al dejar de usarlas provocan sensación de inestabilidad y ansiedad por consumir éstas.

Pero ¿cómo se originó el cigarro o para qué? Es una pregunta que a continuación se contestará en el siguiente apartado.

1.1.2 Antecedentes del tabaco en México y su consumo humano

La historia del tabaco se retoma en la época prehispánica, los primeros indicios se hallan con los indígenas, quienes fumaban unas tizas según algunos escritos *“Fumar cigarrillos y otras formas de tabaco como puros y pipas, viene de*

muy atrás, de hace unos 500 años, cuándo Cristóbal Colon descubrió América. Luego se introdujo en Europa y otros países” (Becoña, 2005:4).

Según escritos (Becoña:2005) sus propiedades tenían efectos curativos en las personas, debido a que se utilizaba para curar el dolor o para los ritos sagrados; sin embargo actualmente se utiliza cómo una forma de escapar de sus problemas y como un lujo si se compara el costo de la cajetilla con otros productos.

“Actualmente la recaudación por el Impuesto Especial Sobre Producción y Servicios (IEPS) de las cajetillas de cigarros es menor a 25 mil millones de pesos anuales y no cubre el "boquete" que genera el tratar las enfermedades crónicas asociadas al tabaquismo, que se ubican muy por arriba de los 45 mil millones (...)" (www.SIPSE.com fecha de consulta 25 de marzo de 2013).

Como se puede apreciar, el costo que tienen las enfermedades derivadas del hábito de fumar es muy elevado en comparación con los impuestos que contribuyen las empresas cigarreras. El hábito de fumar genera cáncer en distintas partes del cuerpo, estas enfermedades se van generando a largo plazo, la mayoría de los fumadores adquirieron éste mal hábito durante su adolescencia. *“De acuerdo con la Comisión Nacional Contra las Adicciones (Conadic), en nuestro país un fumador activo consume siete cigarros diarios, lo que se traduce en 127.75 cajetillas al año que, multiplicado por 40 pesos que cuesta en promedio cada una, provoca un desembolso anual de cinco mil 110 pesos”* (www.excelsior.com/gastosensalud fecha de consulta 29 de septiembre de 2013).

En efecto, en México un fumador activo gasta alrededor de 5 mil 110 pesos al año en consumo del cigarro y si se compara con lo que se gasta el gobierno en atender las enfermedades que desarrolla éste mal hábito, que bien ese dinero podría servir para salir de paseo , realizar una fiesta o bien para los estudios universitarios de los hijos, entre otras cosas menos dañar su salud; sin embargo si se hace una comparación entre lo que se gasta el gobierno: *“México invierte cada año alrededor de 45 mil millones de pesos en la atención de sólo cuatro enfermedades asociadas con el tabaco, aunque la cifra podría ser mucho mayor porque entre 15 y*

20 tumores malignos son provocados por esta adicción(...)"(www.lajornada.com/sociedad/justicia fecha de consulta 23 de septiembre de 2013). Y lo que se recauda de las empresas que pagan "(...) impuestos la especialista resaltó que del monto que se invierte en la atención de padecimientos asociados al tabaco, el gobierno federal sólo recauda 25 mil millones de pesos por vía del Impuesto Especial a Productos y Servicios (IEPS)" (*ibídem*). Por lo que la diferencia resulta de \$ 20 mil millones de pesos que se podrían invertir en alimentación, e incluso mejorar la educación de los mexicanos.

Entre los fumadores las enfermedades más comunes son cáncer de laringe, cáncer pulmonar, bronquitis crónica, sólo por mencionar algunas. Si se analizan los costos para tratar las enfermedades y los ingresos que se reciben de las empresas, se puede apreciar que existe una gran diferencia entre lo que se gasta y lo que se recibe. Es por ello que se necesita hacer más énfasis en los adolescentes ya que desde allí se empieza con esta adicción para tratar de erradicar éste mal que afecta a la sociedad.

"(...) México gasta por año el equivalente al 3% del presupuesto nacional de salud para atender 3 de 50 enfermedades relacionadas con el tabaquismo: infarto agudo de miocardio y otros padecimientos cardiovasculares, enfermedad pulmonar obstructiva crónica y enfermedades cerebro vasculares" (www.conadic.salud.gob.mx fecha de consulta 2 de octubre de 2013).

Debido a que los fumadores aumentan día con día, el presupuesto no alcanza para tratar todas las enfermedades de todos los fumadores que actualmente existen en México. *"Con el fin de hacer hincapié en el problema que constituye el consumo de tabaco, en 1987 la Asamblea Mundial de la Salud, marcó el 31 de mayo como el Día Mundial sin Tabaco"* (www.inegi.com fecha de consulta 29 de septiembre de 2013).

Es por ello que la Organización Mundial de la Salud (OMS) creó el día mundial sin tabaco, fecha que es celebrada el día 31 de mayo. Un día en el que se les pide a todas las personas del mundo no fumar. Además que por ley a partir de junio de 2008 se prohíbe fumar en espacios cerrados como cines, restaurantes, etc., y tendrán que realizar las correspondientes modificaciones a los locales para evitar multas y sanciones para evitar molestar a los no fumadores.

1.1.2.1 Tipos de Tabaco

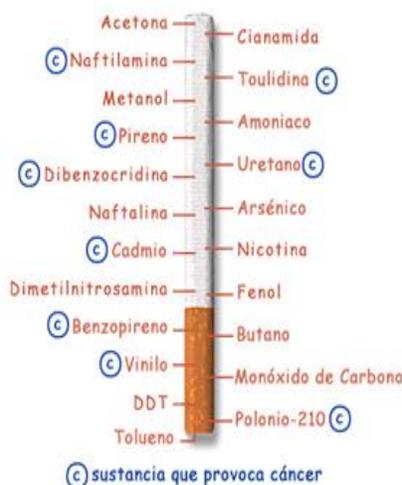
Actualmente existen diferentes formas en las que se presenta el tabaco; según Elizardo Becoña y la Comisión Nacional de Adicciones (CONADIC) son:

- Cigarro puro: se conforma por hojas puras de tabaco que se enrollan entre sí.
- Cigarrillos: consiste en envolver la picadura de las hojas de cigarro en un papel que las encierra y en uno de los lados contiene un filtro por medio del cual se le jala.
- Tabaco de pipa: consiste en introducir las hojas en la pipa y después encenderla y absorber el humo por la boquilla.
- Tabaco de mascar o chicle: es un preparado que se introduce a la boca y se mastica durante mucho tiempo contiene 2mg de nicotina.
- Tabaco en polvo: se trituran las hojas hasta hacerlas polvo y después se inhala por la nariz.
- Inhalador de nicotina.
- Parche transdérmico de nicotina.
- Wellbutrin.: se maneja en tabletas o comprimidos de liberación prolongada (se usa como antidepresivos en el tratamiento del tabaquismo)

1.1.2.2 Componentes del tabaco

“Porque el cigarro contiene más de 4,700 sustancias químicas, entre ellos irritantes tóxicos, mitagénos y carcinogénicos”. Cada cigarro contiene algunos de los siguientes componentes químicos, que durante la combustión se liberan. Algunos producen directamente cáncer y otros potencian la posibilidad de generarlo.

Esquema 1



Fuente: www.iner.salud.gob.mx consultado el 26 de septiembre de 2012.

“Una noticia periodística apreciada no hace mucho señalaba que la Organización Mundial de la Salud puso en funcionamiento “el reloj de la muerte”. Éste, indica la muerte de una persona víctima del cigarrillo cada 8 segundos” (Beltrán, 2006:15). La mayor parte de sus componentes son altamente tóxicos, además de que su uso es principalmente insecticidas, combustibles entre otros.

De los cuales sólo se mencionan tres en algunas cajetillas:

Alquitrán: 10mg es una sustancia que se desprende de la combustión del tabaco y el papel. Ésta sustancia activa las células cancerosas que se encuentran en

el organismo. *“Es el componente más conocido del humo del cigarro. Contiene múltiples sustancias y es el responsable del color característico en dedos y dientes”* (Ibíd.: 30).

Nicotina: 0.8mg es una sustancia muy peligrosa por su toxicidad, la dosis tóxica es de 10-20 mg. Siendo letal en razón a 0, 5-1 Mg/Kg. de peso, es la sustancia principal que genera adicción al cigarro y se considera altamente adictiva como la morfina. La cantidad de nicotina contenida en un paquete de cigarrillos sería suficiente para matar a una persona si fumara todo el contenido en una sola vez. *“En el ser humano actúa sobre el sistema nervioso y eleva la presión sanguínea. La dosis mortal para el hombre es de unos 40mg”* (Ibídem). Debido a que es una sustancia muy fuerte logra llegar al cerebro en unos cuantos segundos por medio de la aspiración del humo.

Monóxido de carbono: 10mg reduce el abastecimiento de oxígeno en los órganos y tejidos del cuerpo; lo que genera infartos, miocardios y otras enfermedades respiratorias.

Contiene además otra, con la aclaración que no son todas pero si la más sobresaliente *“Amoniaco: es un gas (en condiciones ambientales) (...). Suele incorporarse (probablemente en forma de sales de amonio) al tabaco porque según una publicación de la Asociación de Acción al Consumidor (ADELCO), refuerza la dependencia del fumador a la nicotina”* (Ibíd., 29). Es una sustancia que generalmente se utiliza para los productos de limpieza, también en fungicidas, se considera una sustancia altamente tóxica.

1.1.3 Características y efectos del Tabaco

Según el Instituto Nacional de Enfermedades Respiratorias (INER) para tratar la Enfermedad Pulmonar Obstructiva Crónica (EPOC) en 2009, distribuyó más de 52

millones de pesos, de los cuales casi 36 millones son atribuibles al consumo de tabaco. Es una cifra muy alarmante ya que los pulmones son uno de los órganos más importante del ser humano pues la función principal es oxigenar al cuerpo y a las células.

“(...) los fumadores entretienen el hambre con el cigarro debido a que la nicotina aumenta el movimiento peristáltico de los intestinos, y al suprimir el apetito se logra un rebajamiento de peso; todo por la inhibición de la producción de jugo gástrico y el aumento de azúcar en la sangre; las úlceras pépticas están relacionadas con el hábito de fumar” (De la Mora: 1979:209).

Es por ello que algunas personas omiten los alimentos y los reemplazan por un cigarro, pues esta acción evita que se tenga hambre; sin embargo no se contemplan los riesgos que a largo plazo provocan, como dientes amarillos entre otras enfermedades que se mencionan a continuación.

Algunos efectos que la OMS señala a causa del tabaco a largo plazo en la salud son:

- Dificultad al respirar
- Bronquitis crónica
- Tos crónica
- Cáncer de boca, lengua, laringe, faringe
- Dientes amarillos
- Hemorragias y trombosis cerebral
- Úlcera gástrica
- Enfisema pulmonar
- Arritmias

Éstas son sólo algunas de las enfermedades que desarrolla el hábito de fumar, en mujeres embarazadas aumenta el riesgo de que el producto venga con malformaciones, bajo peso o retraso mental, ya que el humo del tabaco disminuye la cantidad de oxígeno y alimento que recibe el feto de la madre, además de que existe un alto riesgo de sufrir un aborto.

Algunas de estas enfermedades son:

Cuadro 1: Enfermedades causadas por el tabaco

Degeneración macular	Envejecimiento prematuro
Menopausia precoz	Osteoporosis
Infertilidad primaria	Disfunción sexual femenina y masculina
Cáncer de boca	Cáncer de garganta
Cáncer de colon y estómago	Cáncer de piel
Cáncer cervicouterino	Depresión
EPOC (enfermedad pulmonar obstructiva crónica)	Daños odontológicos
Cáncer de mama	Enfermedades cardiovasculares
Abortos y complicaciones en el embarazo	Cáncer de pulmón
Asma infantil y en adultos	Déficit de atención
Retraso mental	Labio y paladar hendido
Autismo	Problemas de conducta

Fuente: www.iner.salud.gob.mx consultado el 26 de septiembre de 2013.

1.1.4 Tipos de fumadores

En éste tipo de adicción se dan dos tipos de fumadores que a continuación se describen:

Fumador pasivo: *“Se ha calculado que un fumador que se haya expuesto al humo del tabaco durante una hora puede llegar a inhalar una cantidad de humo de 2 a 3 cigarrillos (dependiendo la ventilación del lugar y de la cantidad del humo*

ambiental)” (Beltrán, 2006:27). Es aquel que inhala el humo del cigarro y el que es exhalado por los fumadores, que aunque no lo estén fumando, se encuentra cerca de otra persona que si lo está. Lo cual es muy contraproducente ya que se inhala el humo al cien por ciento debido a que no tiene el filtro del cigarro.

Fumador activo: se considera cómo aquella persona que fuma un cigarro en una manera desmedida ya sea por nervios o por costumbre, sin importar edad, condición social. Dependen de la nicotina para afrontar el estrés de la vida diaria además de fumar solos.

Fumador social: es aquella persona que fuma con los amigos y lo acompaña con una copa o dos. *“Desde que el fumador social enciende el cigarrillo hasta que lo apaga, consume un 20% del mismo mediante caladas cortas y rápidas, mientras que el restante 80% lo consagra a una serie de gestos y rituales especiales del lenguaje del cuerpo”* (www.apagaelcigarro.foroactivo/.com fecha de consulta 27 de septiembre de 2013).

Ex fumador: es aquella persona que fumaba hasta hace cierto tiempo, pero que actualmente ha dejado de hacerlo por un período de poco más de 6 meses.

En la actualidad existen diversas instituciones para tratar la adicción al cigarro, donde prestan sus servicios para tratar éste mal hábito. **(Anexo 1)**

1.1.5 Tabaco y adolescencia

El adolescente es un ser que se encuentra en desarrollo, busca una identidad y por lo tanto se vuelve más vulnerable. *“El adolescente presenta una especial vulnerabilidad para ampliar los impactos proyectivos de padres, hermanos, amigos y de toda la sociedad. (...) Esto es lo que actualmente presenciamos en nuestra sociedad que proyecta sus propias fallas en los así llamados desmanes de la*

juventud, a la que se responsabiliza de la delincuencia, las adicciones a las drogas, la prostitución, etcétera” (Aberasturi, 2003:13).

Ante tales sucesos el joven tiende a caer en el mundo de las adicciones, una de ellas es el tabaquismo, ya que por estar viviendo una etapa en la que deja de ser un niño para convertirse en un adulto, se presenta con una personalidad ambivalente en la que suele comportarse cómo niño y otras cómo adulto; es por ello que algunas veces tiende más a probar el cigarro para demostrar a sus amigos que tiene mayor libertad, además de que influyen los valores sociales que adquiera dentro del núcleo familiar.

“Las razones por las que los adolescentes inician el consumo del tabaco son principalmente 2 curiosidad e influencia. El 68% de los fumadores jóvenes aseguran haber iniciado su consumo por curiosidad y el 24% por influencia de familiares y amigos” (www.conadic.salud.gob.mx fecha de consulta 2 de octubre de 2013).

Existen otras causas; los adolescentes en sus hogares suelen aprender éste hábito ya sea porque el padre o algún familiar cercano fume, a veces suele tener discusiones con el (la) novio (a), o tal vez por el mal aprovechamiento escolar, otro aspecto que afecta es la presión que ejercen los grupos de pares o grupos sociales, la publicidad y la disponibilidad que tenga el individuo para conseguir los cigarros.

Es por ello que se debe realizar un trabajo en conjunto con adolescentes, padres y orientadores para guiar de la manera más adecuada a los sujetos que se encuentran en un período de transformación constante debido a los cambios tanto físicos como psicológicos y es aquí donde se debe realizar un proceso de intervención para prevenir o remediar el problema antes de que sea demasiado tarde.

Según Joaquín Callabed (1998) las etapas de consumo por las que atraviesa el adolescente son:

- **Curiosidad:** debido a que la adolescencia es una etapa de cambios y transformaciones como se ha venido mencionando anteriormente, la indagación de conocer y probar cosas nuevas resulta ser un factor de mayor relevancia para que el adolescente sienta curiosidad, además de mencionar los cambios que se presentan en él hace que su autoestima este baja y claro también la presión de los amigos.
- **Aprendizaje:** una vez que ya probó el cigarro, le gusta la sensación que le produce, de esta forma no le resulta difícil buscarlo cuándo se encuentra en un problema escolar, con los padres o con los amigos; éstos presionan al adolescente y esto intensifica el consumo y sólo se limita a fumar en ocasiones.
- **Búsqueda:** después de haber pasado por la etapa del aprendizaje, se va necesitando de un cigarro cada vez más hasta fumar más de 10 e incluso una cajetilla de cigarros al día, debido a que uno de sus componentes que generan la adicción es la nicotina como se mencionó anteriormente, además de producir cambios en su comportamiento. En ésta etapa se puede apreciar cómo ya no sólo será el cigarro la única sustancia adictiva, se puede acompañar de alcohol e incluso otro tipo de drogas: marihuana, cocaína sólo por mencionar algunas.
- **Preocupación:** en este período el adolescente sólo se preocupa por satisfacer su deseo de “bienestar” que le produce el cigarro, en algunos casos se despreocupa de su aspecto, de su vida escolar o de su entorno social, debido a que el vacío lo llena con el hábito de fumar.
- **Destrucción:** con el paso del tiempo y con éste hábito a la larga genera enfermedades cancerígenas en distintas partes del cuerpo como son: boca, laringe pulmones como se mencionó anteriormente.

Dadas las etapas descritas anteriormente, permiten realizar una intervención oportuna por parte de los profesores; partiendo así desde los mismos adolescentes, pues es en ésta etapa dónde se van formando los futuros adultos. *“(...) el desarrollo cognoscitivo en la adolescencia proporciona de diversas maneras el pensamiento crítico. (...) Primero, la memoria a largo plazo dispone de conocimientos más amplios en varias áreas; de esta forma la habilidad para analizar y hacer juicios acerca de la nueva información aumenta porque se dispone de más conocimientos para la comparación”* (Aberasturi, 2003:82).

Es así como se logran formular juicios nuevos a partir del mismo pensamiento del adolescente. La necesidad de intervención se centra principalmente en la moral ya que se debe dar prioridad a la integridad de las personas; debido a que la sociedad necesita personas sanas que sepan enfrentar y resolver acertadamente todos aquellos conflictos que se les presenten y para que aprendan que las adicciones no resuelven los conflictos sino todo lo contrario generan muchos más. Estas acciones (la aceptación del mismo sujeto y la elevación de la autoestima) en concordancia con otras actuaciones del ámbito escolar son las que incidirán en el alejamiento del consumo de cigarrillos. *“La autoestima positiva proporciona recursos para hacer frente a los desafíos de la vida cotidiana y es un antídoto eficaz contra las dependencias y problemas de cualquier signo. De ahí, la relación existente entre la baja autoestima y la dependencia a las drogas”* (Moradillo, 2000: 254).

Es por ello que se requiere una educación por parte de la familia ante las adicciones, que más específicamente quiere llegar al desarrollo integral de los adolescentes que según Sonia Gobbi, tienda a desarrollar facultades físicas, intelectuales y morales de forma que actúen siempre con actitudes y conductas positivas ante la vida. Además la familia puede ayudar a prevenir esta adicción mejorando sus relaciones, estrechando lazos de amor y afecto con los adolescentes para una convivencia más sana; la adolescencia es considerada una etapa muy

importante de cambios y transformaciones de todo tipo que se tratará en el siguiente apartado (Gobbi, 1993:82).

1.2 La adolescencia y su proclividad a las adicciones

1.2.1 Concepto de adolescencia

Durante el transcurso de la vida todos los seres humanos atraviesan por diversas etapas: embrión, feto, niño, adolescente, adulto y anciano, la etapa en la que ocurren los cambios que formarán la vida del sujeto es la adolescencia, debido a que es un período de crecimiento en donde se dan los cambios que comenzarán a transformar el cuerpo y mente de la persona éstos se definen como cambios físicos y psicológicos, para dar pie posteriormente a la juventud.

Pero ¿qué es la adolescencia? A continuación se darán diversas definiciones de algunos autores: *“La palabra adolescencia deriva del latín adoleceré que significa crecer o desarrollarse”* (Vargas, 1994:6). Ésta autora lo define como un proceso de crecimiento

“El término adolescencia procede del verbo latino adoleceré que significa crecer y se refiere más al período global de ésta etapa de la vida en que “mientras se está creciendo” se desarrolla la personalidad” (Frontera, 2005:16). Éste autor también la define como un proceso de crecimiento y que mientras esto sucede se desarrolla la personalidad.

Si bien la adolescencia es una época de muchos cambios que se desencadenan a partir de la pubertad y desorganizan la identidad infantil; se trata de un período difícil, de gran vulnerabilidad, pero también de grandes oportunidades de cambio y avance en todas las esferas: físico, intelectual, moral y social, que desembocan en una nueva organización de la personalidad y en la conquista de la identidad.

“Éste estadio comprende entre los once o trece a los diecinueve o veinte años, dependiendo del desarrollo físico del sujeto y del medio sociocultural dónde se desenvuelva. La pubertad es la parte inicial de la adolescencia y ésta lo es de la juventud” (Calixto, 2001:26). Raúl Calixto la define como una edad de inicio y una edad final dependiendo del entorno sociocultural en dónde se desarrolle el sujeto.

“(...) la adolescencia se define (...) cómo un proceso psicopsico-social que perdura desde los 10 a los 13 años de edad hasta alrededor de los 20 años. Se inicia con la aparición de los caracteres sexuales secundarios y finaliza cuando cesa el crecimiento somático y la maduración psicosocial” (Shen, 1983:1). Por último éste autor la define como un proceso de desarrollo físico, psicológico y cultural, también marcando un periodo de inicio y de final.

Con las definiciones antes mencionadas, se formará un concepto más completo del término. **La adolescencia es un período de crecimiento al cuál todos los sujetos están expuestos, comienza aproximadamente entre los 11 – 13 años de edad y finaliza a los 20 – 21 años, esto dependerá del lugar y del contexto en el que se encuentre el sujeto, comienza con la pubertad en dónde en la niña se presenta por primera vez la menstruación, mientras que en el varón ocurre la primera eyaculación, pero esto es sólo el principio de un gran proceso de cambios ya que también se transformara el aspecto físico y la conformación psicológica del individuo. Durante ésta etapa los cambios que tienen los adolescentes son de gran importancia, dado que de ahora en adelante verán la vida de otra forma, dejarán de ser niños inmaduros y se convertirán en adolescentes con responsabilidades, decisiones y buscarán encontrar su identidad, cambiando su forma de pensar, buscando su autonomía y tratarán de ser más independientes de sus padres. Estos cambios marcarán su vida adulta.**

“Los cambios psicológicos que se producen en éste período son correlato de cambios corporales, llevan a una nueva relación con los padres y con el mundo. Ello sólo es posible que si se elabora lenta y dolorosamente el duelo por el cuerpo del niño, por la identidad infantil y por la relación con los padres de la infancia” (Aberasturi, 2003:10). La adolescencia es una etapa del ser humano, en la cual el niño atraviesa por cambios que le harán madurar; pero durante éste período de cambios suelen reaccionar de manera diferente ante las órdenes de sus padres mostrando rebeldía ante su autoridad, luchando por su independencia y tratando de ser aceptado por los compañeros de su entorno.

No sólo pierde el cuerpo que desde pequeño lo acompañaba, al mismo tiempo pierde la identidad que hasta esa edad tenía, dejando a un lado el interés por los juegos de escondidillas, carros, muñecas, pelotas y todo lo que hasta hace poco tiempo le divertía y le gustaba; todo lo anterior lo reemplaza por nuevas preocupaciones de índole personal como apariencia, vestimenta, ser aceptado dentro de un círculo social, etc.; todos estos cambios influyen en la maduración ya que de ésta manera el sujeto podrá lograr llegar a la independencia que tanto busca. Es así como el adolescente atraviesa por una serie de etapas que serán los temas a tratar en los próximos apartados.

1.2.2 Características del adolescente

Dentro de lo que se denomina características del adolescente, se pueden mencionar las siguientes: psíquicas y sociales; las primeras se refieren a la pérdida del cuerpo infantil, a la búsqueda de la identidad y las sociales se refieren a la relación que tiene el adolescente con los padres y con la sociedad en la que se desenvuelve.

La adolescencia como se mencionó anteriormente comienza con la pubertad, los cambios físicos se dan primero en las niñas antes que en los niños, por lo que

ellas alcanzan la madurez antes que los varones. Para Robert Feldman la pubertad se define como: *“Pubertad: el período durante el cual maduran los órganos sexuales, comienza con la pituitaria en el cerebro indica a otras glándulas en el cuerpo del niño que tiene que comenzar a producir las hormonas sexuales, andrógenos (hormonas masculinas) o estrógenos (hormonas femeninas) a niveles adultos” (Feldman, 2008:385).*

En ésta etapa aparece la maduración de los órganos sexuales secundarios, cabe mencionar que los órganos sexuales primarios son los órganos sexuales con los que se nacen y que permiten saber si se es niño o niña. En la mujer se aprecia el desprendimiento de endometrio que da paso a la primera menstruación o “menarca” que anuncia que el cuerpo de la joven está listo para procrear, aunque mentalmente no esté preparada. En los hombres se aprecia la primera eyaculación o denominados “sueños húmedos”.

A continuación se presenta un cuadro en el que se muestra los cambios por los que pasan los sujetos de acuerdo a su sexo, tomado de Raúl Calixto.

Cuadro 2: Caracteres sexuales secundarios

Mujer	Hombre
Primera menstruación	Primera eyaculación
Mamas desarrolladas	Pezones rudimentarios
Predominio del desarrollo pelviano sobre el escapular	Predominio del desarrollo escapular sobre el pelviano
Sistema locomotor poco energético	Sistema locomotor muy energético
Mayor desarrollo de la grasa subcutánea	Menor desarrollo de la grasa subcutánea
Aparición de vello púbico y axilar	Aparición del vello púbico y axilar
Voz de timbre agudo	Desarrollo de la barba y bigote

Desarrollo de labios mayores, labios menores y clítoris	Voz de timbre grave Aumento del tamaño de testículos y del pene
---------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------

Fuente: tomado del libro "Nuestros Cambios: Desarrollo humano" Calixto: 2001: 27

En los cambios psicológicos y específicamente en el plano somático ocurre la pérdida del cuerpo infantil ya que el cuerpo se encuentra en desarrollo, pero la mente no alcanza a comprender este tipo de cambios.

1.2.2.1 El duelo por la pérdida del cuerpo infantil

“La pérdida que debe aceptar el adolescente al hacer el duelo por el cuerpo es doble: la de su cuerpo de niño cuando los caracteres sexuales secundarios lo ponen ante la evidencia de su nuevo status y la aparición de la menstruación en la niña y el semen en el varón, que les imponen el testimonio de la definición sexual y del rol que tendrán que asumir, no sólo en la unión con la pareja sino en la procreación” (Aberasturi, 2003:16).

Al llegar a la etapa de la pubertad comienzan los cambios corporales, que son el desarrollo de senos y estrechamiento de caderas en las mujeres y en los hombres el cambio de timbre de voz, además del crecimiento de barba y bigote entre otros. Es en ésta etapa donde el adolescente tendrá el duelo por la pérdida del cuerpo infantil, debido a que se presentan los caracteres sexuales secundarios, los cuales darán el rol de hombre y de mujer respectivamente.

“Los cambios psicológicos que se producen en este período son correlato de cambios corporales, llevan a una nueva relación con los padres y con el mundo. Ello sólo es posible si se elabora lenta y dolorosamente el duelo por el cuerpo del niño, por la identidad infantil y por la relación con los padres de la infancia” (Ibid.:15).

Es uno de los procesos más difíciles debido a que tendrá que aceptar los cambios que está sufriendo su cuerpo, así como también está en búsqueda de una nueva identidad y por lo tanto deberá adoptar una nueva ideología que le permita adaptarse al mundo. Dentro de éste proceso evolutivo, el sujeto pasa por la aceptación de nuevos aspectos y ahora tendrá que dejar de ser niño para convertirse en un adolescente que se acepte y confirme su identidad. A éste momento se le denomina proceso de duelo, ya que es aquí en dónde el adolescente pierde su identidad de infante para adoptar una nueva; dependiendo del sexo de cada uno.

“(…) Es un período de contradicciones, confuso, ambivalente, doloroso, caracterizado por fricciones con el medio familiar y social” (Ibid.:16). A partir de ello se adquiere un nuevo yo corporal(es decir una nueva persona dados los cambios que provee la adolescencia) que lo conlleva al cumplimiento de nuevos roles; uno de ellos es el alejamiento de los padres para desarrollar el “yo mismo” es decir una personalidad propia, además de la formación de un criterio para conformar una ideología. Otro aspecto importante es el de la búsqueda de figuras sustitutas de los padres; esto suele suceder cuando no tienen confianza hacia ellos para compartirles sus secretos, vivencias, problemas, entre otros y lo que hacen es buscar un nuevo confidente con el que se sientan seguros y confiados, éste puede ser un amigo, tío, profesor o vecino.

“(…) el adolescente se presenta cómo varios personajes: es una combinación inestable de varios cuerpos e identidades” (Aberasturi, 2003:18). Cómo el adolescente está en busca de su nueva identidad e ideología no será raro notarlo vestido, peinado, maquillado y sobre todo acompañado de diferentes amistades, esto es normal puesto que está en busca de su identidad, necesita sentirse bien consigo mismo y necesita también sentirse bien con el grupo de amistades al que pertenece.

Es difícil para los padres verlo vestido de alguna forma o con algunas amistades, pero el adolescente por más que se le diga e imponga el querrá tener sus

propias experiencias y vivencias, sólo así logrará formar una nueva ideología e identidad y así podrá pertenecer a la sociedad, resolviendo sus propios problemas, teniendo su propio criterio de las cosas y sintiéndose bien consigo mismo.

1.2.2.2 La búsqueda de la identidad

Cuándo el niño entra en la etapa adolescente sufre una crisis de identidad, puesto que no sabe hacia dónde ir, debido a los cambios que ha comenzado a sufrir. *“Las crisis en ocasiones son escasamente perceptibles y en ocasiones lo son muy marcadas: en algunos jóvenes, en algunas clases, en algunos períodos de la historia, la crisis de identidad se presenta sin algún ruido; en otras estará claramente señalado cómo un período crítico, una especie de segundo nacimiento, institucionalizado mediante ceremonias, e intensificado mediante la disputa colectiva o el conflicto individual” (Ericsson, 2002: 13).*

Anteriormente el niño tenía conciencia de que dependía en todos los aspectos de sus padres, ya sea, para tomar decisiones, para pedir permiso de ir a algún lugar, o para sus necesidades personales. Ahora al perder la identidad infantil se dispone a adoptar una nueva: la de un adolescente que comenzará a tomar sus propias decisiones de acuerdo a sus necesidades e intereses.

Es por ello que algunas creencias, finalidades y opiniones que el niño tenía acerca de algún hecho o acontecimiento en específico se van modificando conforme va entrando en la adolescencia, debido a una desvinculación que le permite ir reconstruyendo sus pensamientos y es posible que durante éste cambio se vean inmiscuidas emociones cómo son: la tristeza o la ansiedad ante situaciones que creía conocidas y nuevas. *“La identidad es la representación psíquica que tenemos de nosotros mismos, en última instancia es lo que da respuesta a la pregunta ¿quién soy yo? e implica una experiencia de autoconocimiento” (Ibíd.: 20).*

La adolescencia es sin duda, un período difícil tanto para el niño cómo para las personas que conviven con él, debido a que como se mencionó antes en la búsqueda de su identidad rompe con los lazos de dependencia que se tenían durante la infancia para comenzar a tomar las riendas de su vida y sus propias decisiones.

“El primer paso en éste proceso de autodefinición consiste enormemente en un intento por establecer la integridad de la personalidad de uno mismo, es decir, considerar las propias emociones, pensamientos y conductas cómo coherentes entre una situación o relación y otra” (Berger, 1998:580). También en éste momento puede que existan relaciones de conflicto con los padres y se muestre una actitud de rebeldía hacía ellos; ya que el adolescente siente la necesidad de autoafirmarse cómo un ser autónomo e independiente. Aunque la rebeldía constante solo refleja que aún tiene conflictos de dependencia infantil.

“Reconocerse en el pasado e imaginarse en el futuro es lo que explica que el sujeto sepa diferenciar que es hoy de lo que fue ayer y será mañana. El adolescente no puede reconocer claramente su actual adolescencia de su infancia y su adultez” (Ibíd.: 21). Es en éste momento cuándo el adolescente comienza a darse cuenta que todo su mundo está en constante cambio, sabe que ya no será el niño que era antes y no sabe en qué se va a convertir, pero que si puede diferenciar que comienza a tomar sus propias decisiones, se muestra identificado con un grupo social; es decir, amigos. Es así como comienza a reconocer que tiene un pasado, que tiene un presente y planea sus proyectos futuros.

La identificación del adolescente se da en primer lugar con la madre, debido a que ella es la primer persona con la que convive, posteriormente se da con el padre y finalmente con el grupo social. En éste proceso los padres se ven influenciados por los cambios del adolescente, pues les cuesta trabajo desprenderse del que

anteriormente veían como “su niño”, ahora será necesario cambiar la forma en que lo trataban, para poder convivir con un adolescente que está próximo a la edad adulta.

Durante éste proceso existe gran inestabilidad por parte del adolescente, ya que se siente más identificado y comprendido con su círculo de amistades de la misma edad que con sus propios padres.

De tal manera que conforme se va identificando con algunas personas de la sociedad va asumiendo un rol; es decir, elige el rol según se identifique ya sea un futbolista, cantante, actriz y juega con la personalidad que más le guste, luego reestructura su identidad tomando lo que más le guste en función de las características que ya posee.

“(…) la consecuencia final de la adolescencia sería un conocimiento de sí mismo como entidad biológica en el mundo, el todo biopsicosocial de cada ser en ese momento de la vida” (Aberasturi, 2003:47). Además de obtener un conocimiento de sí mismo, al finalizar ésta etapa el adolescente se habrá desprendido de sus padres, siendo un sujeto capaz de tomar sus propias decisiones y ser responsable de sus actos

“Los adolescentes cuándo se comparan con sus compañeros e intentan dilucidar su identidad entre sus múltiples yos también son conscientes de que van avanzando hacía la aceptación de roles y responsabilidades de los adultos y que están empezando a tomar decisiones que pueden tener a largo plazo para sus vidas” (Berger, 1998:587). Otro aspecto que le preocupa al adolescente es la imagen que tiene él frente a los demás; ésta se ve influenciada por la constante publicidad emitida por los medios masivos, la cual marca profundamente en sus mensajes el prototipo perfecto del hombre y de la mujer.

1.2.2.3 La imagen

Para el adolescente éste aspecto es alarmante, porque le preocupa su apariencia física; es decir, si están delgados o gordos, altos o bajos, si son de tez clara o morena o simplemente si están atractivos para el sexo opuesto. En la formación de la imagen existen dos aspectos que influyen en la formación de ésta; uno es el egocentrismo formal, en donde el adolescente no logra distinguir lo que los demás piensan de él.

“(...) audiencia imaginar: nos ayuda a entender las largas horas que los adolescentes pasan en el lavabo inspeccionando cada detalle de su apariencia, mientras imaginan la respuesta del resto del mundo (...). Fabula personal: creencia de los adolescentes que son especiales y únicos. Los lleva a concluir que los otros posiblemente no puedan comprender sus pensamientos y sus sentimientos, pueden generar un sentimiento de invulnerabilidad al peligro” (Berk, 1999:324).

Lo que se refiere a la fábula personal, ocurre cuándo no les afecta los comentarios que hacen de él otras personas, tienen una seguridad y autoestima elevada. En lo que se refiere a la audiencia imaginaria es que los adolescentes se preocupan mucho por su aspecto físico; es decir, la forma de vestir, de peinar o la de comportarse frente a los demás. Esto explica también el temor a ser criticados en público, ya que el sujeto cree que todo el mundo tiene los ojos puestos en él y que se percata de cada movimiento que realiza

El egocentrismo operacional se presenta en éstas dos formas, pues se define cómo la etapa en dónde el adolescente no puede distinguir entre lo que piensan los demás de él y lo que piensa de sí mismo.

1.2.3 La autoestima en los adolescentes

La autoestima forma parte importante en la formación de todas las personas pero ¿qué es? Es una pregunta que se contestará a continuación: *“Dos son los elementos básicos de la autoestima: la conciencia de la capacidad y el valor personal. El primero es la certeza de que tenemos todos los recursos, tenemos la capacidad y podemos desarrollarla; somos más capaces de lo que creemos. El segundo es la conciencia del valor que cada uno tiene por el simple hecho de ser persona” (Gasperin, 2010:16).*

Uno de los temas que más peso tiene en la formación de los adolescentes es el tema de la autoestima, es lo que el mismo sujeto piensa siente y cree de sí mismo. Es una evaluación introspectiva, es decir, se define como los pensamientos positivos y negativos que tiene el individuo sobre sí.

Algunos aspectos que Roberto Gasperin (2010) menciona que habitan en la autoestima son:

- El conocimiento de sí mismo: saber lo que te gusta y lo que no.
- El auto concepto: tener un concepto positivo sobre sí mismo y no dejarse llevar por lo que los demás opinen sobre ti.
- El auto respeto: básicamente se refiere a la atención de las necesidades propias y los valores; es decir realizar actividades que te hagan sentir bien.

La autoestima está íntimamente ligada a las formas de conducta de cada individuo, pues según sea la autoestima alta o baja será la forma de comportarse con la sociedad.

Existen dos tipos de autoestima que a continuación se describen:

- La autoestima baja: suele estar relacionada con personas inseguras que no se sienten conformes con su cuerpo, situación social, por lo tanto se vuelven más vulnerables ante cualquier situación de estrés ya sea por parte de la escuela o por algún problema familiar.
- La autoestima alta: se define como personas seguras de sí mismas suelen ser muy alegres y se muestran menos agresivas. Suelen aceptarse tal cuál son con sus defectos y virtudes y lo transmiten hacia los demás; pues tiene algo muy importante que es el amor hacia sí mismos.

Algunos aspectos que ayudan a fomentar la autoestima según Duclos (2011) son:

- El adolescente debe sentir que sus padres confían en él.
- Fomentar en el adolescente que es querido, amado, valorado y sobre todo respetado tal y como es.
- Apoyarlo en sus tristezas y en los buenos momentos para generar confianza en sí mismos.
- Establecer límites y normas claras que deberán ser continuas
- Reconocer sus logros
- Evitar comparaciones con otros, pues es un ser único que se desarrolla de acuerdo a su ritmo.
- Erradicar frases ofensivas a la hora de relacionarse con los adolescentes.

Es por ello que para éste trabajo se considera importante hablar de autoestima en adolescentes pues al estar en un proceso de cambio en el aspecto psicológico, biológico y emocional, se encuentran sensibles y vulnerables y podrían caer en la tentación de probar el cigarro. *“Conocerse a sí mismo permite al adolescente*

proyectarse en el futuro y tomar decisiones profesionales” (Duclos, 2011:17). Así fomentando seguridad y confianza en el adolescente, podrá evolucionar y madurar cómo persona ya que aceptará sus cualidades y defectos, se respetará así mismo y de igual forma lo respetarán cómo persona que se desenvuelve en la sociedad (escuela y familia).

1.2.4 El autoconocimiento en el adolescente

“El autoconocimiento es un proceso de reconocimiento hacía nosotros mismos, es conocer ese ser que vive en nosotros desde nuestro nacimiento. Para lograr un autoconocimiento lo que debemos hacer es saber bien lo que queremos hacer y que camino debemos elegir” (www.parchatealavida.wikispaces.com fecha de consulta el 1 de febrero de 2014).

El autoconocimiento va de la mano con la autoestima, ya que se basa en aprender a quererse, a conocer sus habilidades, aceptar sus defectos aunque le cueste trabajo aceptarlo. En la adolescencia este proceso es muy importante por tratarse de una época de cambios físicos y psicológicos, por lo que no comprende bien dichos cambios que le permitirán encontrar su identidad.

Por ello es transcendental que se conozcan, porque de ello dependerá su futuro, su desenvolvimiento con las demás personas, sus relaciones personales y grupales, *“Una persona con autoconcepto limitado de sí mismo suele sentirse incómodo con su apariencia física, tiene un deseo excesivo por complacer a los demás, se siente víctima de las circunstancias, tiene dificultad para expresar sus sentimientos (...).” (www2.fe.ccoo.es fecha de consulta el 1 de febrero de 2014).* Si el adolescente no conoce lo que es capaz de hacer, no tiene claras sus fortalezas o sus virtudes, será una persona susceptible a caer en las adicciones puesto que no tiene claro hacia dónde va su futuro, no puede planear su vida, de igual manera debe comprender y asimilar que no todo es correcto que también existen debilidades que

de vez en cuando se pueden cometer errores, que se vale equivocarse y saber superar cada una de ellas.

Por el contrario si él confía en sí mismo, no le teme a la separación de las demás personas (amigos, familiares), los cambios que se le vayan presentando los sabe enfrentar sin miedo, las críticas o sugerencias que se le hagan también las acepta, pero sobre todo se hace responsable de sus actos y busca la forma de solucionarlos a pesar de que ya no quiere depender de los padres, en algunas ocasiones busca su consejo y aprobación. Será una persona capaz de tomar decisiones que le permitan trascender a lo largo de toda su vida.

1.2.5 La adolescencia como cambio propicio para la adicción

Durante la adolescencia suele haber un distanciamiento del adolescente con su familia, debido a los cambios que está sufriendo su cuerpo, sus pensamientos y la forma de actuar. El adolescente necesita estar sólo y refugiarse en su mundo interior para lograr conocerse así mismo, pero en algunas ocasiones no alcanza a comprender lo que le está ocurriendo.

“Cuándo un adolescente tiene dificultades y un conflicto social, no es difícil llenar su vida social de drogas disponibles en su medio (...)” (Alegret, 2005:70). Y es en esos momentos en dónde los adolescentes se vuelven más vulnerables al consumo de drogas, ya sea por curiosidad, por sentirse fuera de lugar o simplemente por qué no se siente comprendido por las personas que se encuentran a su alrededor, es por ello que en ocasiones buscan salidas o solución a sus problemas.

“En la adolescencia las sustancias que más se consumen son: la cerveza, el tequila y en algunos casos el mezcal. No lo ven cómo una adicción, ya que según ellos no la consumen a diario; más sin en cambio es consumida en reuniones con su grupo de amigos y en algunos casos en eventos sociales y familiares” (Matellanes, 1999:45).

Conforme el sujeto va entrando en la etapa de la adolescencia, va construyendo su estructura y por ende se vuelve más vulnerable, por lo que existen situaciones que los hacen sentir incomprendidos por sus padres, como por ejemplo: cuando reprobaban alguna materia, cuando llegan después de la hora acordada, etc., lo cual origina enojo, incompreensión, fracaso, tristeza, por lo que para ellos al sentirse de esa manera buscan algo que les ayude a mejorar su estado de ánimo.

El cigarro es un relajante nervioso, provoca una sensación de bienestar y se puede adquirir de forma rápida y fácil en cualquier tienda de la esquina o centros comerciales; es una droga permitida y por lo tanto conocida, y en éste contexto es ideal para estar al alcance de los adolescentes en cualquier momento que ellos lo deseen.

“Los adolescentes que viven en hogares dónde no conviven con el padre y la madre están mucho más propensos a convertirse en fumadores, que los muchachos que viven en hogares donde conviven con ambos padres” (Shen: 1983:478).

Algunas de las razones por las que los adolescentes tienden a adquirir el hábito del cigarro son:

- Por curiosidad. El adolescente se siente atraído por el cigarro, quiere experimentar la sensación y el sabor que tiene, así cómo saber qué es lo que pasa cuando se inhala.
- Por la identificación con los padres. La familia es el primer medio en el que el adolescente se desarrolla y desenvuelve por lo tanto repite las conductas y normas que su entorno realiza, desde el nacimiento los padres son los que dan el ejemplo a sus hijos, por lo que en la adolescencia no es la excepción, si los padres fuman los hijos también lo harán, debido a que para la familia es visto como como una conducta normal.

- Por la identificación con el grupo de amigos. El adolescente necesita sentirse aceptado y parte de un grupo social, por lo que la influencia de las amistades en el consumo del tabaco es demasiada, es casi seguro que si el círculo de amigos fuman él también lo hará.
- Por rebelarse contra las autoridades. Dentro de las instituciones escolares no se permite fumar, pero en ocasiones el adolescente con tal de mostrar su lado rebelde desacata las reglas de las instituciones así como también las órdenes de sus profesores.
- Por la ansiedad y el deseo de aliviar tensión, ocasionada por el bajo rendimiento escolar, pérdida de los padres, depresión, el aburrimiento por mencionar sólo algunas.

Por último un factor también muy relevante en el consumo del tabaco se da por la publicidad que se tiene de las marcas de los cigarros, los adolescentes son susceptibles a ella, en especial por las imágenes que insinúan de “macho”, independencia, popularidad, placer, entretenimiento pero sobre todo de despreocupación.

Es así como se puede apreciar que, los adolescentes cuándo se encuentran en un proceso de cambio, se consideran más vulnerables al consumo de sustancias nocivas a la salud. Es por ello que se debe poner mucho empeño y énfasis en la educación que se les dé a los alumnos en las escuelas y dentro del núcleo familiar, ya que de ello dependerá la formación de los futuros adultos. Siendo este último el siguiente tema a tratar dada la importancia que tiene en la formación de éstos.

1.3 La Familia y las adicciones en el adolescente

1.3.1 Antecedentes de familia

A lo largo de la historia, el hombre ha ido evolucionando conforme el paso del tiempo, así mismo el entorno sociocultural que lo rodea se ha ido modificando y en éste proceso lo ha ido acompañando un grupo social denominado FAMILIA; encargada de la formación del sujeto en todos los aspectos ya sean valores, normas de conducta, formas de pensar y de actuar. Resulta un tema interesante el hablar de la formación de ésta, debido a que los antecedentes que hoy resultan la constitución de lo que actualmente conocemos como un grupo social que forma parte importante en el desarrollo humano.

La formación de la Familia desde sus inicios según *Irigoyen (2006)* comenzó con la *promiscuidad inicial* en dónde todos mantenían relaciones sexuales con todos los integrantes del grupo; no existía el reconocimiento hacía los hijos por parte del padre sólo eran reconocidos por la madre. Posteriormente se le denominó *Familia punaulena* se conformaba por grupos y a su vez estos grupos eran formados por hombres considerados esposos de las mujeres de otro grupo; eran sociedades cerradas.

Consecutivamente *Familia sindiásimica “emparejada”* en dónde predominaba la ley de la madre, coexistían varias parejas pero sin dejar de mantener su independencia. *Familia patriarcal monogénica* el hombre surge cómo la máxima autoridad, en ésta etapa tuvo mayor desarrollo la agricultura como la principal fuente de ingresos, además de ser el dueño de todos los bienes. *Familia extensa compuesta* comprende desde abuelos, padres, hijos y amigos. *Familia extensa* se ubica en zonas rurales en dónde los integrantes son abuelos, padres, hijos, primos y sobrinos.

En lo que se refiere a la formación de la familia en México, con la llegada de los españoles surgieron diversas modificaciones en la sociedad, dado que los españoles invadieron el territorio mexicano con enorme violencia; éste suceso tuvo consecuencias que se ven reflejadas en la actual formación de las parejas y en las actitudes hacia los hijos hoy en día. La conquista conjuntamente trajo consigo la religión cristiana (De Sandoval, 1984).

Es así cómo surge la primera familia mestiza debido a que la mujer azteca era violada por los españoles y quedaba embarazada; ésta daba a luz un hijo mestizo, esos hijos no tenían el reconocimiento del padre, por eso la madre se hacía cargo de estos, ella experimentaba una relación ambivalente por un lado el instinto materno y por el otro la atadura para siempre con su pasado.

“Se hizo presente, seguramente la imposibilidad de compartir un goce sexual con el compañero ocasional por la violencia ejercida sobre ellas, así como tampoco compartió habitación, comida, bienes materiales, estatus e hijos, aspectos concretos y esenciales de la vida cotidiana ” (Ibíd., : 24).

Se aprecia que al llegar los españoles a México no sólo se robaron objetos materiales de gran valor, sino que además denigraron a la mujer y la tomaron cómo un cuerpo de diversión y satisfacción sexual, dando como resultado una nueva generación: los mestizos que no tenían un padre protector, carecían de afecto, vivían con carencias y humillaciones que repercutían en su estado emocional. *“(…) y así encontramos en la mujer mexicana características de determinación, protección a la familia, liderazgo en cuánto a ésta, valentía y responsabilidad, rasgos que más bien corresponderían a caracterología masculina que a una femenina ” (Ibid.,:37).*

Anteriormente se pensaba que los quehaceres del hogar eran exclusivamente tarea de la mujer, además de ocuparse de la crianza de los hijos; mientras tanto el hombre se ocupaba de la protección y de proveer de comida a la familia. Ahora se

puede apreciar cómo los roles de los padres se han ido modificando, puesto que hoy en día ambos padres comparten los quehaceres domésticos, además de que las mujeres se han insertado al mercado laboral. Este avance ha hecho que la familia y todos sus integrantes tengan una evolución

Es así como la mujer posee una gran fuerza interna para sacar adelante a sus hijos; actualmente la mujer puede trabajar y mantener los gastos de una familia, y por ende se aprecia que no todas las familias son iguales, ya que cada una tiene un mecanismo diferente, en algunos casos el padre es la fuente de ingresos, en otros la mujer y en algunos más ambos padres.

Actualmente en México, las familias no sólo se conforman por padre, madre e hijos; pues también existen las familias en donde sólo habita madre soltera con hijos y abuelos, padre soltero con hijos, padre con una pareja nueva e hijos de ambos, además cuando ambos padres trabajan la educación queda a cargo de un familiar como son abuelos, tíos o algún otro o a cargo de estancias infantiles, guarderías, etc. Es por ello que los roles de proveedor que tenía el padre, ahora se comparte con la mujer pues debido a las demandas políticas, sociales y económicas se tienen dentro del entorno.

“(...) es que desde hace dos décadas la familia en México enfrenta nuevos y diversos retos y transformaciones en su estructura, que se reflejan en la vida doméstica, las relaciones familiares, los roles masculino, femenino e intergeneracionales, así como la organización del espacio hogareño y el tiempo de convivencia familiar.” (www.vertigopolitico.com fecha de consulta 9 de noviembre de 2012).

Así la familia se refleja como un grupo cuya formación resulta imprescindible para favorecer el desarrollo de todos los integrantes; a simple vista ésta tarea, parece sencilla, pero es necesario realizar un análisis para su mejor comprensión.

1.3.2 Concepto de Familia

La palabra familia tiende a interpretarse de diferentes formas, dado que existen múltiples conceptos que la definen, a continuación se presentan algunas definiciones:

“La familia es ámbito natural de educación porque en ella se descubren y se viven los valores humanos, y en muchos casos los valores sobrenaturales que dan sentido a la vida” (Castillo, 1995:17). Desde el punto de vista de los valores, la educación que brinda la familia, principalmente la de los padres a hijos para hacer de cada integrante una persona responsable, honesta, justa, que aprenda a ser más tolerante con los demás, llena de virtudes que le permitan un desenvolvimiento sano en la sociedad

“La familia es la institución dónde se efectúa el aprendizaje de los roles y de los vínculos, elementos, que le permiten al ser humano su socialización” (Datz, 1983:2). Familia vista como un establecimiento en el que además de aprender formas de comportamiento, se hacen presentes roles que se manifiestan en la convivencia con los integrantes, aspectos que le permiten adecuarse a la sociedad.

También puede entenderse como un *“(…) proceso a través del cual el ser humano adquiere un sentido de identidad personal, y aprende las creencias y normas de comportamiento valoradas y esperadas por las personas que le rodean” (Musito, 2001:17).* Es así como se adquieren algunas costumbres, debido a que la familia es el primer grupo social del cuál aprende durante sus primeros años de vida por que le transmiten mensajes, pautas de comportamiento, formas de vida que van moldeando al sujeto.

La familia entendida entonces como un conjunto de personas que se encuentran viviendo juntas por un determinado tiempo, vinculada además por un lazo

de afinidad; ya sea sanguíneo o marital con normas de conducta, valores que se van interiorizando en cada uno de los integrantes. Además que es en ella en dónde se aprenden las primeras reglas de convivencia ya sea entre el sujeto y padres o sujeto y hermanos. Además debe proveer salud, cuidado, protección, calzado, vestido y sustento; debe proporcionar cariño y amor para dar seguridad al sujeto y así pueda tener un mejor desenvolvimiento en la sociedad.

1.3.3 Estructura de la familia

Para entender a la familia es necesario comprender su organización, desenvolvimiento, función y relación con sus integrantes y entorno social. La familia se considera cómo un sistema debido a que todos sus integrantes se conjuntan para contribuir a un determinado objetivo. Se puede apreciar que hay cierto comportamiento de cada uno de los sujetos, la conducta, actitudes y roles establecidos que acontecen ante un fenómeno. Cómo la sociedad no es estática la familia también se va transformando y a su vez modifica la conducta de sus integrantes.

De acuerdo con el autor Datz Leda, la familia se explica cómo un sistema abierto porque cambia con el paso del tiempo y tiene una relación permanente con la sociedad; intercambia información de la familia de adentro hacia afuera cómo son costumbres, valores y a la vez recibe información del medio cómo son tradiciones, cultura. (Datz, 1983:7)

Algunas características del sistema abierto son:

- Totalidad: cuándo ocurra un fenómeno que afecte a un integrante de la familia afecta a todo el sistema.
- No sumatividad: se analiza el comportamiento de la familia con base en sus relaciones ya sea relación padre-madre, madre-hijos, hijos, esposo.

- Retroalimentación: se retoman aspectos cómo sentimientos y emociones que están presentes en la interacción de todos los sujetos y a su vez hacen que la conducta del sistema se vaya modificando.
- Proceso: explica el porqué de un evento, es decir, en una situación determinada no todas las familias se comportan con el mismo patrón de conducta. Por ejemplo: cuándo un adolescente está consumiendo algún tipo de droga en una familia puede haber comprensión, apoyo para atenderlo para erradicar el mal; mientras que en otra puede haber rechazo sentimiento que repercute en su conducta obligándolo a dejar el hogar.

Es así como se moldea la conducta de sus integrantes para cumplir una función social requerida, esto implica que la familia sea un sistema abierto que acepta cambios y transforme su estructura.

Vista cómo un grupo estructurado se subdivide a su vez en tres subsistemas:

- Subsistema marital (pareja) se inicia con una relación de pareja o “noviazgo”, para posteriormente dar paso al compromiso formal de matrimonio ya sea de tipo religiosos, legal o simplemente un compromiso por las dos partes denominado unión libre. Tanto él como ella provienen de un sistema totalmente distinto y al unirse tendrán que encontrar el equilibrio entre lo que han aprendido ambas partes a lo largo de su vida dentro del sistema anterior y la formación del nuevo sistema familiar.
- Subsistema padres-hijos: dado que la finalidad de la familia es la procreación, al nacer los hijos se tienen más integrantes por lo mismo nuevos roles; ahora además de ser pareja, tendrán otra función: la de padre y madre que guían a los hijos. En donde lo primordial es la

autoridad que manifiesten los padres para educar a los hijos de manera comprensiva.

- Subsistema hermanos: la situación se torna diferente en lo que se refiere a ejercer el rol de hermanos, debido a que se puede dar la relación de pares, como la división y la lucha por ser el mejor, al final ayudará a aprender a convivir a ambos.

Se va dividiendo en subsistemas para su explicación, porque dependiendo de la persona con la que se encuentre condicionara su comportamiento; es decir, si el adolescente interactúa con su hermano será una relación de iguales, a diferencia de cuándo el adolescente lo hace con su padre o su madre.

1.3.4 La familia y el adolescente

La familia se ha ido transformando al paso del tiempo, de tal manera que hoy en día hay adolescentes con menos hermanos, padres separados, otras más en donde ambos padres trabajan y están más tiempo fuera del hogar. El proceso de socialización no termina en la niñez, continua en ésta etapa y su entorno se vuelve cada vez más amplio; ahora puede apropiarse de pensamientos o normas que son vistas en la escuela con los compañeros de clase y hacer comparaciones con la vida que conocía y lo nuevo.

Es aquí donde sigue la labor de los padres *“Por último los padres tienen una importancia primordial en los procesos de socialización porque cuentan con más oportunidades que ninguna otra persona de controlar y entender la conducta de sus hijos” (Musito, 2001:19)*. Dentro de la familia se ensaya cómo convivir y se pueden equivocar, practicar las formas de convivencia para posteriormente realizar lo aprendido en la sociedad.

Más a profundidad para comprender a la familia y al adolescente Lauro Estrada (1997) plantea estudiar a la familia cómo un ciclo compuesto por las siguientes etapas:

- el desprendimiento,
- el encuentro,
- los hijos,
- la adolescencia,
- el reencuentro,
- la vejez

A continuación se tratará cada una de éstas etapas:

- El desprendimiento:

Surge cuando él y ella se separan de sus respectivas familias para crear una nueva; en ésta parte aparece toda la idealización que de novios se tenía, ahora se realiza en la convivencia diaria entre ambas partes. Resulta difícil puesto que a veces lo que se pensaba no es lo que sucede y es aquí donde surgen las dudas y a veces hasta el llegar a pensar en abandonar la relación por temor al fracaso.

Otro aspecto que se abarca, es el hecho de desprenderse de las familias de ambos es decir: “(...) *conceptualizar la necesidad de separarse de las familias paternas, e iniciar una relación independiente y madura (...)*”(Estrada, 1997:63), ya que ambas familias son consideradas sistemas y al salir de éste y formar otro, los padres de ambos en algunas ocasiones manifiestan resistencia al cambio y esto provoca que a veces la relación no prospere para dar paso a la siguiente etapa.

- El encuentro

Se desarrolla con la relación entre él y ella; ambos provienen de sistemas diferentes. El principal objetivo de ésta fase es la integración de ambas partes para conjugarse en una misma.

No sólo se aprecia el contrato matrimonial o religioso; es un contrato de tipo moral en el cuál se tiene un compromiso entre ambas partes en dónde se expresen las necesidades físicas, emocionales, económicas, de bienes, sexuales, familiares, así como también sus deberes con la otra parte; es decir que la relación sea totalmente recíproca. Algunas causas por la que no se cumple el contrato son: el olvido, cuando ambos tienen diferentes expectativas y su contrato es totalmente distinto el uno del otro, otra causa es la imposibilidad de realizar las demandas del otro por causas ajenas a éste ya sea por alguna discapacidad o porque son imposibles de lograr.

Dentro de ésta fase el sujeto debe atravesar de acuerdo a Estrada (2003), por dos etapas; la primera permite la introyección de conciliación interna de los objetos del otro (cuando la persona se siente madura y autónoma para formar un hogar) con los del mismo para posteriormente dar pie a la segunda que sería la inserción de la pareja dentro de la familia; es decir realizarse cómo pareja sexualmente activa.

En ésta fase del encuentro él o ella deben tener la suficiente madurez psicológica y trabajar en conjunto con el súper yo para tener una relación estable, así el mini subsistema puede apreciarse cómo una estructura emocionalmente fuerte y sana. Mejor aún si desde el principio de ésta ocurre el enamoramiento ayuda a enriquecer el “self” (el autoconocimiento que se tiene de uno mismo). Ésta etapa va más allá de la relación cómo tal, se habla del encuentro íntimo que se da en la pareja y se encuentra muy relacionado con el amor, el erotismo y la pasión, factores que reafirman el compromiso adquirido y a su vez generan lealtad y fusión en la

pareja. Sin embargo cuando lo acordado en el contrato no se lleva a cabo, sucede la desilusión, el enojo, la rabia contra la otra persona. Y es cuando se manifiestan los otros sistemas es decir, cuando aparece una tercera persona.

- Los hijos

La procreación es la “principal” función de la familia, sin ellos el ciclo se vería interrumpido. El padre tiene la función de brindar protección hacia la madre durante y después del embarazo ya que la mujer lo necesita además de requerir mayor cuidado ya que trae consigo *al producto*; éste a su vez suele escuchar las frases de cariño y amor de los padres. Cuando los hijos llegan, es necesario abrir un espacio en la casa, en la familia, en el corazón e incluso es necesario recrear el contrato anteriormente establecido ya que antes eran dos y ahora se incluye un integrante más que tiene necesidades amorosas y de supervivencia, ambos deben apoyarse para realizar un mejor trabajo.

Otro aspecto que se menciona es la decisión de cuántos hijos puede tener la pareja; aspecto de suma importancia debido a que con ello se esclarece el número de integrantes que conformarán la familia.

- La adolescencia

Al presentarse la adolescencia en los hijos, la pareja suele volver a vivirla con ellos, algunas veces los padres no se sienten lo suficientemente capaces para llevar la situación por lo que los abuelos intervienen. Durante ésta etapa resulta ser un período de cambios para el sujeto así como para la familia, por ello es necesario que los padres comprendan éste período de crecimiento permitiéndoles desarrollarse, definir su identidad y no sobre protegerlos ya que al final lograrán ser personas adultas autónomas y busquen una pareja para formar otra nueva familia. De ésta forma no se interrumpe el ciclo; los padres por su parte deben aceptar que los hijos deben dejar el hogar y ellos continuar su vida en pareja reestructurando el

sistema nuevamente para adecuarlo a sus nuevas necesidades y capacidades físicas.

- El reencuentro

Una vez que los hijos se vuelven unos adultos maduros, autónomos, independientes y que llega la hora de *dejar el nido* para iniciar un nuevo sistema; es deber de los padres reorganizar su vida en pareja, reorganizar el contrato ahora siendo adultos de edades aproximadamente de los 50's, es el momento de vivir la etapa de abuelos, posiblemente de vivir su jubilación etc.

Durante la etapa del reencuentro debió ocurrir un anclaje emocional sólido, para posteriormente al irse los hijos se muestre la sólida relación en la pareja que nuevamente queda sola para darse tiempo para convivir juntos; puede ser que sea un tiempo de agrado para ambos aunque en ocasiones si no se realizó un anclaje emocional firme con la pareja y el papel de padres tuvo mayor relevancia y el de esposos quedó olvidado; al irse los hijos los padres no sienten que sea una convivencia sana puesto que nunca se ocuparon uno del otro, por lo que al estar conviviendo juntos suele ser una convivencia desequilibrada y esto ocasiona muchas veces la separación e incluso el divorcio.

- La vejez

La última de las etapas por las que el sujeto atraviesa en el ciclo vital de la vida. Esta última da paso a lo que posteriormente será la muerte. En ésta etapa la pareja debe adaptarse a la pérdida y retos que la edad presenta; se acompaña además la tristeza de sentir en algunos casos el rechazo de los demás integrantes de la familia y en ocasiones suele haber aislamiento. Otro aspecto que abarca es el regreso definitivo del hombre al hogar en dónde ella tenía el control total durante los años de casados y ahora que él regresa, la esposa siente que invade su espacio, en

este aspecto se deben establecer límites de los espacios en dónde cada uno pueda desenvolverse sin afectar al otro.

Más allá de ver a los “viejos” como una carga, es necesaria una cultura hacia el cuidado y comprensión para ellos, pues son un acervo histórico de narraciones, historias de vida que enseñan, que además ya vivieron su época de juventud y ahora les corresponde descanso, dedicación y tiempo para ellos; no sobreprotección por que necesitan su propio espacio, pero tampoco el abandono total que conduce a la soledad. Una última función es la de ser abuelos y no es porque ellos lo hayan decidido, más bien es el resultado de los hijos; éstos le proporcionan tareas que les ayudan a sobrellevar su vejez.

Como se puede apreciar la familia tiene un inicio y un fin, dentro de este ciclo, la etapa interesante para éste estudio es la de familia y el adolescente, es aquí donde los padres enseñan a los hijos lo que está bien y lo que no por medio del control sobre ellos, una vez que se interioriza, se da paso a la autodeterminación.

Si bien es cierto durante ésta etapa la adolescencia sufre una serie de cambios, transformaciones en aspectos físicos y psicológicos cómo son el duelo por la pérdida del cuerpo infantil. También en los padres viven una **crisis de madurez** con los hijos; surge el duelo por el niño el cuál necesitaba de cuidados todo el tiempo, aquel pequeño que siempre estuvo a su lado, ahora se convierte en un jovencito que requiere su propio espacio, tiene un criterio propio, y por estar en ésta etapa ya pide el salir a fiestas y reuniones, en dónde se le pide llegar a una determinada hora.

Él necesita experimentar en su entorno social, en lo afectivo y en lo emocional para adquirir experiencia propia para ir confirmando una identidad que le permita dar paso a la madurez. Es aquí donde comienzan a presentarse episodios de rebeldía y rechazo en contra de los padres y surgen enfrentamientos entre ambas

partes. “(...) Los padres tienen dificultades para aceptar el crecimiento a consecuencia del rechazo que experimentan frente a la genitalidad y a la libre expresión de la personalidad que surge de ella” (Aberasturi, 2003:17). Algunos padres manifiestan temor al soltar a los hijos puesto que no es una tarea sencilla, pero ambos deben estar firmes en cuánto al objetivo mostrando un comportamiento maduro y aceptar que sólo es una etapa más que los hijos deben vivir

1.3.5 El papel de la familia en las adicciones

La familia juega un papel muy importante para el sujeto, ya que es un grupo en el que nace el individuo que forma parte del entorno social; de tal manera que la familia va a ser la primera institución con la que el nuevo individuo tiene contacto y aprende a comunicarse, además de aprender formas de convivencia y conductas. “La familia (...) continuará siendo una institución social responsable de la primera socialización proveedora de nuevos miembros para la sociedad, transmisora de valores éticos y culturales, y sobre todo formadora del ciudadano futuro en un contexto de comprensión y afecto” (Irigoyen, 2006:23).

La familia vista no sólo como transmisora de costumbres, hábitos de higiene, derechos, cultura; sino también valores como son la honestidad, el respeto, el amor, la libertad, es la responsable de que los adolescentes tengan una formación uniforme, así al integrarse a la sociedad sean personas productivas y asertivas; es decir, que puedan decir “no” cuando se les presente algún tipo de sustancia nociva ya sea el alcohol o el cigarro.

Pero como el contexto cambia constantemente; el papel de la familia se ve afectado por que ahora ambos padres pueden trabajar y pasan más tiempo fuera de casa; dando como resultado que haya menos comunicación con los hijos, además de mencionar que actualmente existen mayor acceso al internet y por ende a las redes sociales: el Facebook, el Messenger, Whatsapp, por mencionar algunas por

medio de las cuáles pueden tener acceso a todo tipo de información eventos, fiestas, reuniones con otros adolescentes en dónde pueden haber drogas socialmente permitidas como el cigarro o el alcohol.

Es por ello que los adolescentes al ser descuidados tienden a caer en el vicio; es aquí donde los padres deben estar en comunicación constante con los hijos, conocer las inquietudes y necesidades para así darles un mejor apoyo, además de procurar el bienestar de los hijos. *“Mantener una relación afectiva, sólida y genuina entre sus miembros sin coartación en su forma y calidad de expresión, para que cada uno de sus miembros puedan independizarse cómo una manifestación de madurez afectiva de la familia”*, para un mejor desarrollo emocional, sano tanto de la familia cómo del medio en el que se desenvuelve. Es tarea de los padres continuar educando y guiando a los hijos durante el andar por la vida (Velasco, 1994:272).

“La exigencia de los padres es la medida en que establecen las reglas y expectativas de conducta y exigen que sus hijos las obedezcan. La sensibilidad de los padres es el grado en que reaccionan a las necesidades de sus hijos y les expresan amor calidez e interés” (Jensen, 2008:Pág. 201).

Es decir, los padres deben responsabilizarse de sus hijos fomentando el dialogo cómo principal forma de comunicación pues de ésta manera se muestra la comprensión y el afecto, la confianza, el respeto para que con dedicación y esmero los adolescentes poco a poco vayan desarrollando sus capacidades, además de formar hábitos de vida saludables; eso sí saber poner límites claros y precisos y no flaquear, para enseñar al adolescente que hay derechos pero también deberes.

Otro aspecto que influye en las conductas adictivas es la inadecuada relación de los padres; Si en la etapa del encuentro no se da el anclaje emocional en los esposos probablemente se llegue a la separación e incluso al divorcio. *“Tras el divorcio o la separación se presentan una serie de dinámicas personales que*

muchas veces quitan presión a la violencia intrafamiliar (...) Pero tienden a dar lugar y abandonos más definitivos, con conductas desviadas (drogadicción, alcoholismo) con efectos serios (...) en los hijos” (Dulanto, 2004:13). Así si el adolescente se siente abandonado, triste y solo no le resultara difícil llenar ese vacío emocional con algún tipo de sustancia (alcohol, cigarro o drogas por mencionar algunas).

De tal forma que independientemente de los problemas que la pareja pueda presentar no debe perder de vista que; como padres deben estar en comunicación constante con los hijos y conocer las inquietudes y necesidades para poder brindarles un mejor apoyo, además de procurar el bienestar de los hijos apoyándose de la escuela que forma parte de su entorno social especialmente en la Orientación Educativa que se tratará en el siguiente capítulo.

1.4 La Orientación Educativa

1.4.1 Antecedentes de la Orientación

La Orientación Educativa ocupa un lugar de suma importancia dentro de la formación de los adolescentes en la escuela secundaria. En temas anteriores se ha tratado la adicción al tabaco en los adolescentes, así como la adolescencia propia y la familia; sin embargo poco se ha dicho acerca de la Escuela Secundaria y la adolescencia, los encargados de trabajar éste tema son los departamentos de Orientación. Ésta suele ser un acompañamiento para el sujeto en su estancia en el entorno escolar y no tanto una serie de actividades irregulares como la reprobación, la indisciplina que conduce a la asignación del servicio de sólo unos cuantos alumnos y no a toda la matrícula escolar.

Pero, la Orientación no surgió de la nada, su aparición está relacionada con la Escuela Secundaria *“La secundaria nace ligada a la preparatoria ya que a principios de éste siglo, el esquema educativo estaba constituido por la escuela primaria y*

dividida en elemental y superior, cuyo paso posterior era la preparatoria, que abarca 5 años” (Sandoval, 2000:37).

Anteriormente no existía la Escuela Secundaria, en aquel entonces la educación respondía a los intereses políticos, sociales y económicos del país, dado que en el país existía alto índice de analfabetas, los estudiantes de la Escuela Primaria que concluían el ciclo escolar eran de clase privilegiada, podían continuar la Escuela Preparatoria e integrarse al campo laboral. Debido a dichas circunstancias nació el proyecto de la Escuela Secundaria meramente de capacitación a la juventud, para trabajar en poco tiempo o para continuar estudiando, nombrado como un nivel secundario que abarcaba tres años, el impulsor de éste nivel académico fue el presidente Plutarco Elías Calles en el año de 1925. Inicialmente sólo existía el departamento psicopedagógico e higiene escolar que trataba temas cuyo objetivo era analizar el desarrollo del niño mexicano, valorar sus cualidades para orientarlo hacia el oficio del trabajo con base en sus capacidades.

Además la Escuela Secundaria buscaba una identidad propia, que estuviera en conexión con la Escuela Primaria y con la Escuela Preparatoria, se buscaba de igual manera reorganizar el plan de estudios, para que se incluyera el fomento a las habilidades y los hábitos que prepararán para la vida *“De ésta primera etapa podemos sintetizar que el nacimiento de la secundaria cómo un nuevo ciclo implicó una búsqueda para otorgarle legitimidad y contenido propio: popular y vocacional para el adolescente, puente entre la primaria y la preparatoria, normal o estudios técnicos (...)” (Sandoval, 2000:45).*

Tomando como antecedentes los datos anteriores de la Orientación, así surge la primera oficina de Orientación en EUA, en México el percusor de esta es *Luis Herrera y Montes* que experimentó en dos Escuelas Secundarias en el año de 1952. Se introduce en el Plan de Estudios una hora de enseñanza a la semana, que respondía a una necesidad; la de guiar, acompañar, dar seguimiento al proceso de

aprendizaje del alumno adolescente, ya que anteriormente no se le brindaba la importancia que requería, sólo era visto cómo un objeto que había que rellenar de aprendizaje. Ahora el alumno era tomado en cuenta cómo un ser que tomaba decisiones y pensaba opiniones propias.

Aunado a éstos cambios en el año de 1984 se establece el Servicio Nacional de Orientación Educativa, cuyo propósito era apoyar en la selección y elección de las carreras de acuerdo en el contexto en el que se desarrollara el adolescente. De tal manera que, a principios del siglo XX se comenzó a tomar en cuenta al alumnado en relación con su educación, además de reconocer sus necesidades cómo ser humano con carencias y virtudes y a ser visto cómo un ser único y diferente frente a todos los demás.

No sólo hubo cambios en lo que respecta a los alumnos, también para el profesor, ya que se comenzaba a cuestionar su labor dentro del ámbito educativo. Otro factor que también influyó fue el proceso de industrialización, debido a que en la sociedad requería de mano de obra especializada por la Escuela, es por ello que el currículo comenzó a cambiar y a formarse con base en las necesidades de la sociedad.

“ (...) el principio mismo de la orientación el que Fourier descubría cuando pedía que se cultive a cada individuo siguiendo la pendiente de su gusto, que se le ofrezcan todos los intereses posibles, que entre la multitud de las tendencias se busquen las inclinaciones dominantes, las aptitudes personales, para desarrollarlas al par que las fuerzas intelectuales” (Roger, 1980:68).

Se utiliza un mismo modelo para orientar a todos los alumnos, sin tomar en cuenta sus intereses, características individuales, ya que la escuela maneja un modelo de educación tradicional, en el cuál todos los alumnos deben aprender de un mismo modo, lo que es un error ya que no todos los seres humanos tienen las

mismas aspiraciones y capacidades; es importante mencionar que todos las personas son diferentes con características especiales y experiencia distintas, aspectos que el departamento de orientación no debe perder de vista.

1.4.2 Definición de Orientación

La Orientación es un proceso de incidencia que tienen el orientador con el alumno, por medio del cual pretende guiar aspectos cómo son el académico y emocional con el fin de obtener un desarrollo equilibrado, que a la larga le permita lograr la auto orientación para poder integrarse a la sociedad.

Luis Herrera y Montes define a la Orientación de la siguiente manera: *“Se ha definido la orientación educativa y vocacional cómo aquella fase del proceso educativo que tiene por objeto ayudar a cada individuo a desenvolverse a través de la realización de actividades y experiencias que le permitan resolver sus problemas, al mismo tiempo que adquiera un conocimiento de sí mismo”* (Meuly, 2000:46). Orientar para la vida y aconsejar al alumno, para la realización de actividades que le faciliten éste proceso y además conocerse así mismo es el papel fundamental de la Orientación. En éste ámbito se puede ver al alumno y su desenvolvimiento en la sociedad cómo una dualidad en la que ambos están en un mismo lugar y el alumno debe adaptarse a éste medio.

La orientación se define cómo *“(…) la actividad necesaria dónde quiera que exista formación y desarrollo a fin de guiar el proceso educativo, de modo que se consiga un desarrollo equilibrado en vistas a formar un miembro de la sociedad que sepa bastarse a sí mismo y que sepa compartir aspiraciones con los demás”* (Foros, 1997:13). Es decir, realizar la función de guiar o el acompañamiento del orientador hacia el individuo, favoreciendo el desarrollo del mismo para que, por él mismo logre de forma responsable su propia educación y su auto – orientación.

Otro concepto es “*La orientación psicopedagógica o escolar: es la que valora al individuo cómo un sujeto que está desarrollándose. Supone llegar a auto conocerse para que pueda llegar a la autoeducación y auto orientación (metas de la madures)*” (Ibíd;16). En ésta definición reconoce que el sujeto está en proceso de desarrollo y por éste hecho es necesario que exista un acompañamiento, brindándole estrategias, para que posteriormente pueda llegar a tomar sus decisiones por sí mismo y guiar su vida en función de sus posibilidades y a ser responsables de sus actos

La función primordial de la Orientación es la de atender a los alumnos cuándo presenten problemas de tipo académico y emocional, buscando soluciones mediante la aplicación de estrategias que se adecuen a cada alumno y con relación a su situación escolar, realizando previamente un análisis con el fin de lograr que el sujeto tenga un desarrollo íntegro. Otras funciones de la orientación son la detección y diagnóstico de dificultades de aprendizaje y su canalización con personas especializadas, así como el apoyo en la toma de decisiones.

En la Escuela Secundaria, la Orientación tiene ésta función ya que la población que se encuentra en este nivel educativo está en una etapa de la vida de muchos cambios físicos y psicológicos a éste período se le denomina adolescencia, por ende los sujetos son más sensibles y en ocasiones no logran comprender lo que les ocurre, este suceso genera que los adolescentes tengan problemas académicos; ante estas circunstancias es necesaria la presencia de la Orientación para que guie al sujeto durante éste proceso.

Durante éste proceso aparece la necesidad de vincular la Escuela y la sociedad, ello implica el encauzamiento del proceso educativo del sujeto, en ésta perspectiva, se debe apoyar el desarrollo del sujeto. Para definir la Orientación es necesario mencionar dos aspectos que lo conforman el sujeto y la sociedad. En el primero se debe tomar en cuenta que es un sujeto con determinada forma de ser,

con diferente forma de pensar y actuar; en el segundo el Orientador debe poseer conocimientos del contexto en el cuál se desarrolla el sujeto.

Para comprender mejor la labor que desarrolla el Orientador, es necesario saber qué perfil debe cubrir la persona que desea obtener dicho puesto:

1. De acuerdo a la Reforma a la ley General de Educación se necesita concursar mediante un examen de conocimientos para obtener una plaza se necesita tener un título y cedula profesional. Además de contar con estudios según el área en donde se desea obtener dicha plaza.
2. A la hora de buscar en dicha convocatoria sólo aparecen las materias que conforman la estructura de las materias que conforman el plan de estudios de la Escuela Secundaria. No se menciona el perfil que debe cumplir el sujeto que aspira a Orientador.

Las autores de éste trabajo se dieron a la tarea de buscar un perfil que debe tener el Orientador o tutor, para dicho trabajo es necesario tener una preparación para mediar el trabajo con los adolescentes de la Escuela Secundaria.

En la Universidad Pedagógica Nacional (UPN 092 Unidad Ajusco) específicamente en los semestres 7º y 8º se asignan campos formativos a los estudiantes para irlos inclinando hacia donde se quieren ir preparando, para incorporarse al campo laboral uno de ellos es el campo de la Orientación Educativa.

1.4.2.1 Tipos de Orientación

Dentro de los tipos de orientación se pueden enunciar los siguientes:

- Orientación Educativa: Se refiere meramente a la guía y el acompañamiento hacia el alumno dentro de la Escuela Secundaria,

abarca los aspectos personal, social, familiar y el aprovechamiento escolar.

- Orientación Psicopedagógica o escolar: Es la que valora al individuo cómo sujeto, pretende que el alumno se auto conozca para que así pueda tomar conciencia de sus propias posibilidades, deseos, realidades y logre hacerse responsable de sí mismo.
- Orientación profesional y vocacional: Es una guía o seguimiento para la elección de carrera por medio de información de las diversas escuelas a fin de que el alumno elija una con base en las aptitudes, habilidades y destrezas.

1.4.3 Tutoría

Tutoría: *“Se considera un tiempo para el acompañamiento y la gestión de un grupo escolar coordinado por un docente. Éste en carácter de tutor, contribuye al desarrollo personal, social, afectivo, cognitivo y académico de los alumnos, es decir, a su formación integral”* (Lineamientos para la formación y atención de los adolescentes 2011. Guía para el maestro. Educación Básica Secundaria. (SEP) Tutoría: 19)

De acuerdo a la Reforma Integral de Educación Básica (RIEB), la asignatura de Orientación deja de impartirse como materia para dar pie a la Tutoría, ésta materia se integra una hora a la semana a la carga horaria de los alumnos que cursan la Escuela Secundaria Técnica. La finalidad de dicha materia es que los alumnos se auto conozcan, dialoguen, reflexionen sobre sus temas de interés, desarrollen las habilidades que cada uno tengan, sólo por mencionar algunos.

“La necesidad de ofrecer Tutoría a los alumnos de educación secundaria se sustenta en el beneficio que obtienen al considerarse diversos factores

socioeconómicos, culturales y psicopedagógicos que impacten en su proceso formativo (...)” (Ibídem). Pero ¿quién es el sujeto que realizará las funciones de tutor? Será cualquier docente que imparta alguna materia dentro del grupo asignado, cuya responsabilidad es ser intermediario entre el grupo y los demás integrantes de la comunidad estudiantil. Es importante que el tutor esté informado respecto a que es ser tutor, cómo también los temas de interés, los gustos que tienen, sus inquietudes, necesidades, todo esto será dependiendo del contexto, la época, la escuela, la comunidad así como la entidad a la que pertenezcan.

Asimismo es recomendable que el tutor sea creativo, innovador, que los temas que imparta sean los que respondan a las necesidades de los alumnos, puede basarse en materiales didácticos, visuales, auditivos, periódicos, documentales, revistas o cualquier material que sea atractivo para así poder captar la atención de los alumnos.

Para que el tutor logre el papel a desarrollar “(...) es necesario que el tutor elabore un Plan de acción tutorial que le permita anticipar y organizar las actividades con el grupo, es decir, planear las sesiones de Tutoría” (Ibídem)

El plan de acción estará basado en las necesidades, propuestas, intereses e inquietudes del grupo, siendo este un plan flexible.

1.4.4 Sujetos actores de la Orientación

Dentro de la práctica de la Orientación se encuentran inmiscuidos los alumnos, los padres de familia y el orientador, realizando un trabajo en conjunto, además del apoyo de psicólogos, trabajadores sociales, apoyo de docentes con el único fin de apoyar al adolescente en la etapa de cambio.

“Lo ideal es que actúen (...) de manera muy integrada el orientador escolar, el psicólogo escolar, el médico, el asistente social, el orientador vocacional y los profesores consejeros” (Nérici, 1976:69). Es mejor contar con un equipo de trabajo completo para lograr el éxito, debido a que es un trabajo que se desarrolla en equipo para detectar la problemática que presentan los alumnos y buscar una solución, con base en un diagnóstico previamente realizado.

1.4.4.1 El papel del Orientador en la Escuela Secundaria

Se define con base en las necesidades educativas de la escuela y en el destino de las mismas, en éste sentido el Orientador tiende a planear sus actividades con los recursos de las instituciones educativas y al finalizar el curso entregar un informe de las actividades que se realizaron.

El trabajo del orientador se comparte con el tutor, el cuál es uno de los docentes del grupo, lo que se pretende es solucionar los problemas que se puedan localizar a nivel personal o grupal dentro y fuera de las instituciones, por medio de estrategias de intervención para así poder mejorar el rendimiento de los alumnos del plantel.

Es así como el sujeto que cumple la función de Orientador, debe tener una formación especializada en la Orientación; es decir, se requiere de una preparación universitaria; además de ser una persona sensible para tratar con las personas, generar confianza en los alumnos, debe tener capacidad de adaptación a nuevas circunstancias, para aceptar a los alumnos con su forma de ser con el fin de orientar de una forma adecuada.

En éste proceso se pretende guiar al alumno adolescente, partiendo de su realidad y dando diferentes opciones para solucionar su problema. El encuentro con el orientador implica una experiencia personal; es decir, el alumno es una persona

que cuenta con una historia de vida tanto personal como familiar, en la que puede haber o no problemáticas en las que el orientador interviene.

Algunas funciones que debe cumplir son:

- Debe tener una comunicación constante con los docentes para realizar un trabajo en conjunto.
- Evaluación permanente para ajustar el plan de trabajo de acuerdo con las necesidades previamente detectadas.
- Elaborar planes que mejoren el trabajo de los docentes en lo que se refiere a la enseñanza.
- Contacto permanente con los padres de familia.
- Creación de fichas psicopedagógicas que contengan información de los alumnos.

“Cada orientador deberá tener bajo su responsabilidad como máximo 300 estudiantes” (Ibíd.: 44). Con lo que respecta al número de alumnos que un orientador puede tener a su cargo es de 300, ya que en caso de tener más de esta cantidad, la atención que se le brinda será muy superficial e incompleta, lo que imposibilita la profundización adecuada en los trabajos de seguimiento y perjudica la actividad con los alumnos

“(...) la posibilidad de coordinar sus funciones con los directivos y docentes; la ejecución de actividades excluyentes con su específico rol, tales como: cuidar grupos, registrar reportes de todo tipo, etcétera” (Meuly, 2000:18). Es una lucha constante entre lo que se hace y lo que debería ser, ya que hay actividades a las que se les debe dar mayor prioridad. Dentro de la Escuela Secundaria; la Orientación Educativa se manifiesta cómo un proceso de acompañamiento a los alumnos en su desarrollo formativo para su inserción en la vida social y académica, se interesa en sus necesidades, deseos e inquietudes

1.4.5 Problemas que enfrenta el orientador

Dado que la sociedad se encuentra dentro de un contexto en dónde los cambios son constantes, tanto la tecnología cómo la forma de pensar y de actuar de los sujetos, son problemas a los cuáles el orientador se tiene que enfrentar día con día para que pueda guiar a los alumnos dentro de la escuela por lo que se requiere de una solución que evite el fracaso y por ende la deserción escolar.

Los alumnos de las Escuelas Secundarias, como se mencionó antes, están en la etapa de la adolescencia por lo que son susceptibles a dejarse influenciar con mayor facilidad, debido a la falta de identidad propia en la que se encuentran tratando de buscar y de asimilar, *“(...) determinados mensajes y ambientes sociales pueden también inducir o facilitar la drogadicción. Los jóvenes pueden verse identificados con grupos sociales, (...) en los que el consumo de drogas es una de sus características”* (Polaino, 2001:42). Por lo que la probabilidad de que experimenten o consuman alguna sustancia tóxica o alguna droga es mayor.

Por lo que los Orientadores se enfrentan a diversos problemas personales en cuánto a los alumnos cómo son: la depresión, la reprobación, la deserción escolar, problemas de salud para obtener una imagen falsa de mujer o de hombres perfectos cómo la anorexia y la bulimia, así como a las adicciones.

En éste apartado el tema de interés es la adicción al tabaco en los adolescentes debido a que es una enfermedad con consecuencias a largo plazo, debido a que cuando se consumen los primeros cigarros no se manifiestan las enfermedades sino hasta un tiempo después se presentan el enfisema pulmonar o cáncer en algunas partes del cuerpo, manifestando pequeños síntomas cómo mareos, náuseas, dolor de cabeza, sólo por mencionar algunos. Y es debido a ello que los adolescentes sienten curiosidad por experimentar, conocer o realizar vivencias nuevas o “de adultos” o para “sentirse mayores”, es en éste momento en

dónde el Orientador tiene que comenzar a trabajar con los alumnos para prevenir éste tipo de actividades, ocupando éste espacio con actividades escolares que le permitan valorarse y desarrollarse más a nivel educativo, personal y social antes de caer en alguna adicción o vicio; quizá no se logre erradicar o quitar el problema, pero si se intentará disminuir el número de adolescentes de la Escuela Secundaria que eviten o dejen algún vicio.

1.4.6 Intervención de la Orientación escolar

Es necesario que, el orientador se encuentre al pendiente del proceso de aprendizaje de los alumnos de la Escuela Secundaria, para lo cual es necesario tomar en cuenta el contexto en el que se encuentra y realizar un diagnóstico dependiendo de las necesidades de los estudiantes para poder realizar la intervención adecuada y oportuna.

“La intervención psicopedagógica va a tener un carácter fundamental preventivo, centrándose en el desarrollo integral del individuo (...). Aunque sin olvidar el carácter remedial que necesariamente tendrá en ocasiones” (Vélaz, 1998:170). En la Orientación, la intervención que se hace con los alumnos sirve para evitar conductas antisociales que afecten su vida, prevenir problemas escolares y su integración a la sociedad, ya que estos se encuentran en un proceso de cambio por lo que se requiere el acompañamiento del orientador. Éste trabajo se realiza en conjunto con un trabajador social y psicólogo, pues la función del orientador es la detección de la problemática y la canalización del alumno.

En casos específicos cómo es la adicción al tabaco se detecta al alumno y se canaliza con el psicólogo en casos severos; es por ello la prevención de apoyar por medio de talleres y pláticas acerca de la importancia de estar sano. *“El tabaquismo es un comportamiento que se aprende. Así es que es mucho más fácil prevenir que suprimir el tabaquismo”* (Shen, 1983:480).

No se puede del todo erradicar, ya que se anuncian comerciales del tabaco e incluso se adquieren en cualquier tienda de manera rápida. *“En la adolescencia prevenir consiste en capacitar para decidir, dotar de recursos para ir construyendo una relación con las drogas que no llegue a ser problemática”* (Alegret, 2005:72).

Es decir, ayudarle a que adquiera la capacidad de decisión, supone facilitar los conocimientos que coincidan sus decisiones:

- Conocimiento de sí mismo
- Descubrimiento de las formas positivas que desea
- Las realidades del mundo joven por las que se siente atraído
- La realidad social que le rodea (desde la publicidad hasta la injusticia)
- Las sustancias que circulan en su mundo, la forma de cómo actúan, los aspectos positivos y negativos de su uso y las complicaciones que de ello se derivan.

1.4.7 Actuación de carácter preventivo

La actuación de carácter preventivo se refiere a evitar que los alumnos de la Escuela Secundaria, se encuentren frente a situaciones que afecten su vida y causen malestares ya sea de tipo corporal o mental por no saber tomar una buena decisión o no saber decir “NO”. Ésta se desarrolla de manera constante para obtener mejores resultados. Tiene como propósito adaptar al alumno en el ámbito familiar, escolar y social al mismo tiempo que se ocupa de prepararlo para cuando se enfrente a situaciones problemáticas una de ellas es la adicción al tabaco.

El objetivo principal es evitar precisamente la conducta adictiva, está dirigida a los jóvenes. Dentro de la Escuela Secundaria, se puede prevenir por medio de programas afines a la salud, y una ventaja que se tiene es que debido a la población, que aún no tienen daños irreparables y por estar en la etapa de la adolescencia así

cómo se aprenden conductas de riesgo; de igual manera pueden aprender a cuidar su cuerpo y a quererse, respetarse y valorarse lo que resulta una conducta evasiva ante sustancias que afecten su salud. Es por ello que la Escuela debe tomar en cuenta que es una institución formadora de futuros ciudadanos que conformarán parte de la sociedad, de tal manera que se deben implementar medidas externas para el bien y mejoramiento de los adolescentes.

Para la prevención se puede utilizar una estrategia educacional, ya que en ella se ven reflejados valores y actitudes que están dirigidos al buen desarrollo de los adolescentes; es decir, un programa en el cuál se planifiquen estrategias de solución al consumo del tabaco y que desarrollen hábitos para la mejora de la salud como el ejercicio, la autoestima, así como las repercusiones negativas a la salud de determinadas prácticas sociales, una de ellas es el consumo excesivo del cigarro.

CAPÍTULO II

2. Estrategia Metodológica

Cuándo se habla de estrategia metodológica, las autoras de ésta tesis se refieren al proceso de investigación que se realizó para la recopilación de aspectos relevantes que sirvieron para sustentar el trabajo. A continuación se desarrollan los pasos o etapas que se tuvieron:

2.1 Planteamiento del problema:

La adolescencia es un período de cambios importantes para el sujeto; y tanto el cómo sus padres viven experiencias complicadas que son preocupantes, ya que suele pasar que alteran su conducta; pero al pasar el sujeto por estas experiencias construirá su personalidad y alcanzará la madurez. Durante ésta etapa los jóvenes adolescentes son más vulnerables a dejarse influenciar por terceras personas, por lo

que son más susceptibles a caer en algunas sustancias que dañen su salud cómo por ejemplo el cigarro o el alcohol.

La edad inicial de acuerdo con encuestas del INEGI en que los adolescentes comienzan a fumar es entre los 15 y 17 años de edad afectando principalmente a los hombres con 46.3% contra 35.4% en mujeres. A partir de ello surge la pregunta ¿se puede prevenir la adicción del tabaquismo por medio de la orientación educativa?, debido a que es el orientador el que guía al adolescente en su proceso de desarrollo.

“Cómo se ha señalado, el orientador educativo tiene una función de enlace con instituciones que brindan atención a los adolescentes. Su conocimiento de las necesidades y los intereses de los alumnos le permitirá identificar los servicios institucionales que puedan apoyarles en ámbitos cómo salud, prevención de adicciones, sexualidad, recreación, formación académica futura y empleo” (La orientación y tutoría. Lineamientos para la formación y atención de los adolescentes SEP 2006:33).

El Orientador tiene responsabilidad sobre el adolescente para su formación tanto escolar cómo emocional así como sus padres. Se puede apreciar que es un problema de tipo social, debido a que el adolescente es parte de un grupo y si éste tiene una conducta anormal (se entiende por anormal el mostrar desinterés por la escuela, apatía, aislamiento de familia o amigos, entre otros), lo que provoca la alteración de la conducta de los demás, por lo que el orientador tiene la tarea de guiar al individuo en la sociedad.

Pero cuándo éste no logra acoplarse de manera adecuada que le permita convivir en armonía con las personas que están a su alrededor, hace que su desarrollo se vea obstruido por lo que se vuelven más propensos al consumo de

sustancias que dañan su salud cómo lo es el cigarro o el alcohol por mencionar algunas.

"Así, pese a que los efectos más serios del consumo de tabaco sobre la salud ocurren generalmente después de décadas de fumar, el tabaco también causa efectos inmediatos sobre la salud en los jóvenes, tal como la reducción de la capacidad física. (...). El riesgo más notable para los adolescentes es la adquisición de una adicción que dificulta dejar el hábito. Los fumadores que se convierten en adictos al tabaco durante su juventud enfrentan mayor riesgo de contraer y sufrir enfermedades relacionadas con el consumo del tabaco: cáncer, enfisema pulmonar, accidentes cerebrovasculares y enfermedades cardíacas" (<http://www.cofemer.gob.mx> fecha de consulta 18 de octubre de 2013).

Por lo mencionado anteriormente es importante poner énfasis en la población adolescente, debido a que es una etapa difícil por los cambios constantes en su persona, y que muchas veces no logran comprender lo que les sucede, además de mencionar los constantes bombardeos de información por parte del contexto social en el cual se desenvuelven, lo cual repercute en la iniciación del tabaquismo, dado que se deja llevar por la curiosidad o por los amigos para fumar y comenzar a descuidar la Escuela.

"Cada año en México mueren 60 mil personas por padecimientos asociados al consumo de tabaco, cómo enfermedades del corazón, enfermedad pulmonar obstructiva crónica y tumores malignos en la tráquea, bronquios y pulmón, mientras que en la capital del país la cifra es de 11 mil, informó Jesús González Roldán, del Centro Nacional de Vigilancia Epidemiológica y Control de la Secretaría de Salud" (<http://ciencias.jornada.com.mx> fecha de consulta 2 de junio de 2013).

Según las estadísticas el número de fumadores se incrementa año con año y es en la secundaria en dónde se comienza a fomentar este hábito. El consumo del

tabaco se inicia con la historia del hombre cómo lo es el comer, beber alcohol o fumar, la marihuana, el cannabis son sólo algunas de las sustancias que anteriormente se utilizaban, por ejemplo la marihuana para calmar el dolor pues tiene efectos curativos.

Actualmente las sustancias que generan una adicción atraen la atención de los adolescentes para experimentar sensaciones o simplemente para insertarse en un grupo social (amigos) o bien por la influencia de algún familiar además de mencionar algunos factores cómo son: el fácil acceso, la presión social, publicidad y por imitación a los padres. De experiencias cercanas existen adolescentes que se han aventurado al mundo de las adicciones por simple curiosidad, como consecuencia de ello viene en algunos casos el fracaso escolar, la deserción; que afectan a la institución educativa y a la sociedad, debido a que no se les brinda información adecuada o bien, no se les hace conciencia de cómo en realidad afecta su vida y su entorno, por ello es importante éste tema, ya que en éste período (adolescencia) el sujeto es incapaz de fijarse límites en cuanto al consumo del cigarro.

El propósito de ésta investigación es conocer las consecuencias que trae consigo la adicción al tabaco y analizar su consumo en los adolescentes de 2° grado de Secundaria, para poder prevenir la adicción al tabaco por medio de la Orientación educativa.

2.2 Estudio exploratorio

Actualmente el tabaquismo ha tomado diferentes formas o manifestaciones que implican también causas diversas, que tienen que ver con la modernidad: las personas desde temprana edad están expuestas a todo tipo de información en los medios de comunicación, que en el caso de México aunque existe normatividad (de no vender cigarros a menores de 18 años), ésta se viola, otro aspecto que influye es

que un mayor número de parejas están empleadas ocasionando que los hijos estén muchas horas del día sin el acompañamiento de los padres, etc.

Para la elaboración de ésta investigación, se utilizó un estudio de tipo exploratorio, debido a que se obtiene información sobre la posibilidad de llevar a cabo una investigación más completa sobre un contexto en particular.

“(…) Los estudios exploratorios nos sirven para aumentar el grado de familiaridad con fenómenos relativamente desconocidos, obtener información sobre la posibilidad de llevar a cabo una investigación más completa sobre un contexto particular de la vida real, investigar problemas del comportamiento humano que consideren cruciales los profesionales de determinada área, identificar conceptos o variables promisorias, establecer prioridades para investigaciones posteriores o sugerir afirmaciones (postulados) verificables” (<http://www.eumed.net> fecha de consulta 18 mayo de 2013).

Para entender mejor la realidad social, debida a que la adicción al tabaquismo se presenta como un fenómeno social que se manifiesta en alumnos de 2º grado de secundaria.

2.3 Procedimiento

Para la recopilación de la información cómo primer punto se realizó un cuestionario tomando como base el cuestionario de tolerancia de Foögestorm y una encuesta sobre el tabaco (Eseverri, 1999: 250). Con base en ambos se realizó el cuestionario de tabaquismo sólo con las preguntas seleccionadas por las autoras, pues eran las que permitían recopilar mayor información. Para la selección de preguntas se realizó brevemente una prueba piloto con 10 personas, en dónde se pudo observar que habían preguntas que no arrojaban datos relevantes para esta investigación, por lo que se procedió a realizar un cuestionario combinando ambos

(encuesta y cuestionario), además de añadir un cuadro en el cual se puede dar dos o más respuestas dependiendo el estado emocional en el que se encuentre el adolescente.

Una vez que se tuvo dicho cuestionario, se procedió a visitar la Escuela Secundaria Técnica #116, para poder aplicar a dos grupos. En la primera visita no se obtuvieron buenos resultados, pues el subdirector pidió que se llevara una carta dirigida al director en dónde se exponía para qué se requería tomar la muestra.

En la segunda visita a la Escuela Secundaria, el subdirector informó que no se encontraba el director, pero que la próxima semana era seguro que si fuera posible aplicar el cuestionario.

En la tercera visita, el director brindó las facilidades para aplicar el instrumento a dos grupos para poder aplicar el cuestionario; uno antes del receso y otro al regreso del mismo. El instrumento que se utilizó fue un cuestionario de adicción al tabaquismo cuya aplicación tuvo una duración aproximada de 10 a 15 minutos como máximo (**Anexo 2**). Después se procedió a la aplicación de dicho instrumento en los grupos de segundo grado de la Escuela Secundaria a estudiar, los cuales están integrados por un aproximado de 44 alumnos cuyas edades fluctúan entre los 13 y 15 años de edad, primero se aplicó en el grupo de 2° B y posteriormente en el grupo de 2° C. Una vez que los alumnos terminaron de contestar los cuestionarios se recopiló la información para comenzar con el conteo y tabulación de resultados para posteriormente realizar el análisis de los mismos.

2.4 Instrumentos

El instrumento que se utilizó fue un cuestionario elaborado por las autoras de ésta tesis; el cuál se basó en dos cuestionarios llamados: Cuestionario de la tolerancia de Fagerstörm (CTF) y Encuesta sobre el tabaco (Eseverri: 1999:250). El

cuestionario se utiliza para la obtención de cierta información que se desea conocer con algún propósito ya sea una investigación, encuesta, etc., sólo por mencionar algunos.

“Un cuestionario, en sentido estricto, es un sistema de preguntas racionales, ordenadas en forma coherente, tanto desde el punto de vista lógico cómo psicológico, expresado en un lenguaje sencillo y comprensible, que generalmente responde por escrito la persona interrogada, sin que sea necesaria la intervención de un encuestador. El cuestionario permite la recopilación de datos provenientes de fuentes primarias, es decir, de personas que poseen la información que resulta de interés” (García, 2009: 29).

La herramienta que se utilizó para la obtención de los datos para ésta investigación fue un instrumento estructurado, lo que significa que fue el mismo cuestionario para todos los alumnos de ambos grupos, con preguntas limitadas a contestar solo lo que se desea conocer. Las preguntas fueron de tipo cerradas o también conocidas cómo respuestas de alternativa fija, limitadas o de elección forzada.

Preguntas cerradas: *“(...) Son aquellas en las que al sujeto se le proporciona una serie de opciones o alternativas, entre las cuáles tiene que seleccionar su respuesta. (...)”* (García, 2009:80). *De esta forma se centra al individuo en el terreno de interés para la investigación, y este se limita a escoger la respuesta que más se aproxima a su posición”*

2.5 Contexto Interno de la Institución

Los datos que a continuación se presentan son retomados de la entrevista realizada por las autoras de ésta tesis con el subdirector (profesor Francisco Javier

Labana Galicia) de la Escuela Secundaria Técnica #116, en la cual se realizó la investigación.

La escuela dónde se aplicó el cuestionario a los grupos de 2° de Secundaria se llama Escuela Secundaria Técnica No. 116 turno matutino, que se encuentra ubicada en Calle Montes Pirineos y Mar de las Crisis, en San Francisco Tlaltenco en la Delegación Tláhuac D. F. Tiene 20 años al servicio de la educación, fue fundada en septiembre de 1993, en ese entonces sólo se contaba con 3 grupos de 25 alumnos aproximadamente cada uno, 10 maestros y un director, en aquel entonces sólo se tenían 3 salones preconstruídos.

Actualmente el plantel cuenta con una población de 923 alumnos de los cuáles 322 pertenecen al primer año, 302 de segundo año y 299 de tercer año. Cuenta con un director de nombre Lic. Mario Ramírez Vázquez que tiene la Licenciatura en Sociología y una Maestría en Planeación Educativa, un subdirector de nombre Maestro Francisco Javier Labana Galicia el cuál tiene la Licenciatura en Medicina Veterinaria en Zootecnia, una Especialidad en Computación y Educación, una Maestría en Planeación y Gestión Educativa y un Doctorado en Investigación Educativa, por lo que se refiere a la plantilla de docentes: treinta y siete son de actividades académicas y siete de actividades complementarias los cuáles sólo el 70% son titulados y egresados de la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM), Universidad Autónoma de México (UAM), Instituto Politécnico Nacional (IPN), Universidad Pedagógica Nacional (UPN) y de la Escuela Normal Superior(ENS), dos Orientadores, un pedagogo, dos trabajadores sociales, cinco prefectos, catorce de personal administrativo, un coordinador de actividades académicas, un coordinador de actividades complementarias, un Médico, un dentista y 5 personas de intendencia.

En cuánto a los cubículos y áreas de trabajo la Escuela Secundaria cuenta con una dirección, dos aulas digitales, un salón de danza, una biblioteca, una sala de maestros, un área de servicios complementarios, dieciocho salones para las clases

de los alumnos, dos laboratorios, cuatro salones para talleres, un consultorio para el Médico, uno para el dentista, un área de coordinación, cuatro sanitarios (dos de mujeres y dos de hombres), una cooperativa y dos áreas para los administrativos. Los talleres que se imparten en la institución son: Ofimática, Informática, Industria y transformación de la materia y Diseño de circuitos eléctricos.

La Escuela Secundaria tiene la característica de ser una Escuela de Calidad, la cuál “(...) *Reconoce la capacidad de la comunidad educativa, para lograr una transformación del Centro Escolar, orientado a la mejora de los aprendizajes de los alumnos, sobre la base de una mayor autonomía de gestión con enfoque estratégico que permita transformar la cultura organizacional y el funcionamiento de las escuelas públicas, la práctica docente, la participación social y la rendición de cuentas*” (www2.sep.df.gob.mx fecha de consulta el 30 de abril de 2013).

El propósito general del Programa de Escuelas de Calidad es la mejora de la calidad de la educación básica.

- *“La Visión (Nuestra escuela será)*

Ser una escuela ocupada en mejorar el aprovechamiento académico, los valores de nuestros alumnos y el servicio que brindamos, reforzando en todo momento la formación de alumnos para el aprendizaje permanente, el trabajo colaborativo, la convivencia social, el uso adecuado de las TIC (Tecnologías de la Información y de la Comunicación), el manejo de la información, respetando el ambiente y su propia vida, que le permita adaptarse en una sociedad en constantes cambios y altas exigencias cómo ciudadanos.

- *La Misión (Nuestra razón de ser)*

La comunidad de aprendizaje de la Escuela Secundaria Técnica No. 116, está comprometida en ofrecer una educación de calidad que permita a los adolescentes

adquirir y emplear las competencias para la comunicación, desarrollar el pensamiento matemático, comprender el mundo social y natural en el que vivimos, propiciar la sana convivencia, lograr los significados tecnológicos y cívicos necesarios para ejercer con responsabilidad sus derechos y deberes que la sociedad actual demanda.

- *Valores que practicarán para cumplir con la Misión y el alcance de la Visión:*

Cómo institución educativa estamos mejorando el fortalecimiento y la práctica de los valores de respeto, honestidad y responsabilidad, mediante una actitud propositiva y de participación con toda la comunidad escolar.

Respeto: es darle a cada quien el lugar que le corresponde en la organización de la escuela.

Honestidad: que maestros, alumnos, padres de familia y directivos se conduzcan con honradez y decencia dentro y fuera de la escuela.

Responsabilidad: que cada uno de los integrantes de la comunidad escolar asuman el compromiso que tiene con la institución y la repercusión de sus acciones.

- **Objetivos de Calidad.**

- ✓ *Dimensión Pedagógica Curricular. Objetivo. Asesorar al personal en la elaboración de su planeación para mejorar su desempeño en la enseñanza.*
- ✓ *Dimensión Participación Social Comunitaria. Involucrar a los padres de familia, para apoyar los aprendizajes desde el hogar, y mejorar el logro educativo.*

- ✓ *Dimensión Organizativa. Apoyar las actividades escolares programadas a través del cumplimiento de los compromisos asumidos.*
- ✓ *Dimensión Administrativa. Dar mantenimiento a las instalaciones para mejorar la calidad educativa que se brinda.*

Las formas de enseñanza y evaluación de la Escuela corresponde a la Corriente Humanista que corresponde a los Planes y programas establecidos y a la corriente Constructivista de acuerdo al enfoque por competencias, teniendo una evaluación continua por parte de los maestros, así como de los alumnos. La forma de evaluación corresponde a los nuevos estándares (A, B, C y D).

Para comprender éstos términos (Constructivismo, Corriente Humanista y los nuevos estándares de evaluación) se describirán brevemente a continuación.

Constructivismo: es el proceso de enseñanza que se lleva a cabo mediante el docente y el alumno, en dónde se parte de los saberes previos y de las experiencias de los alumnos, para generar un conocimiento reconstruido, siendo cada uno de ellos los actores de su propio aprendizaje, en éste sentido se puede apreciar que el papel del alumno se muestra participativo, activo y no sólo cómo una repetición de lo aprendido. Éste conocimiento no puede ser medido, ya que en cada uno de los sujetos es único, en su reconstrucción interna y subjetiva de la realidad.

Corriente humanista: sitúa al hombre cómo un todo armónico, coherente y perfecto y considera que cada sujeto es capaz de tener un cambio en su persona y pensamiento de la realidad, tiene el propósito de que los alumnos adquieran el gusto por aprender, reflexionar, investigar, transformar, es una educación basada en valores (respeto, compromiso, integridad, tolerancia, solidaridad, etc.), para mejorar la conducta humana y la convivencia social.

Estándares de evaluación: a partir del ciclo escolar 2012–2013 los alumnos de educación básica de la SEP ya no se evaluarán por medio de calificaciones del 0 al 10, sino serán evaluados con nuevos estándares por medio de letras A, B, C o D, dependiendo del desempeño que se tenga en el salón de clases, desde una visión cualitativa y cuantitativa de los aprendizajes. Teniendo cómo equivalencia la A= 10 (desempeño destacado), B= 9-8 (desempeño satisfactorio), C= 7-6 (desempeño suficiente) y D= 5 (desempeño elemental).

En el área de Orientación Educativa se atienden a los alumnos que por algún motivo se comportaron mal en las aulas de clases y/o talleres, por lo que se lleva un control por medio de expedientes de conductas, se expiden los citatorios y los reportes que se hagan de parte de algún profesor o personal autorizado de la institución, también es en ésta área dónde se encuentra la Trabajadora Social que acompaña en las funciones antes mencionadas, así como también tienen la función de hacer las visitas en las Escuelas Primarias para los alumnos de sexto año para ofrecer su institución cómo una opción para el siguiente nivel que van a cursar.

La institución no cuenta con una materia de Orientación Educativa por lo que cada grupo tiene un tutor el cuál es uno de los profesores que les imparten clases, es en ese momento dónde los alumnos establecen comunicación con el tutor para la toma de decisiones en grupo, para responder distintas demandas escolares cómo son convivios, festivales, etc., o para atender las necesidades ya sean grupales o individuales de los alumnos. Las pláticas en cuánto a salud, prevención de embarazos, tabaquismo, alcoholismo, sólo por mencionar algunos corren a cargo del Médico y del dentista.

De acuerdo a lo que el subdirector el Maestro Francisco Javier Labano Galicia expreso, el 70 % de los padres de familia son trabajadores administrativos y el nivel socioeconómico al que pertenecen es el nivel medio alto”

Fuente: información proporcionada por el subdirector de la institución.

2.6 Contexto externo a la institución

La Escuela Secundaria Técnica No 116, se encuentra ubicada dentro de la delegación Tláhuac que es una de las 16 delegaciones del Distrito Federal. Tláhuac es difícil de definir debido a que varios autores tienen sus propios significados; Tláhuac es un topónimo de origen náhuatl, anulación de la palabra Cuitláhuac que fue el nombre que tenía originalmente.

Tláhuac comprende una superficie de 83.45 km² limita al norte con la delegación Iztapalapa, al oriente con los municipios mexiquenses de Valle de Chalco Solidaridad y Chalco, al sur con la delegación Milpa Alta y al poniente con Xochimilco. El clima en ésta Delegación es templado subhúmedo con lluvias en verano, los meses más calurosos son abril y mayo, mientras que en diciembre y enero el clima es más frío.

En el año de 2010 el total de la población era de 360 265 personas, de las cuales 175 210 eran hombres y 185 055 son mujeres. Tláhuac cuenta con 107 planteles que son parte del sistema educativo estatal. En el año de 2008 había 36 jardines de niños, 7 Centros de Desarrollo Infantil (Cendi), 43 escuelas primarias, 17 secundarias, 1 telesecundaria, 1 secundaria para trabajadores, 1 Centro de Atención Múltiple (CAM) para personas con discapacidades, 1 plantel del Colegio de Bachilleres (Colbach), 1 Centro de Estudios Tecnológicos Industriales y de Servicios CETIS, 1 Colegio Nacional de Educación Profesional Técnica CONALEP, 1 Instituto de Educación Media Superior del Distrito Federal (IEMS), 1 Centro Nacional de Actualización Docente (CNDA), 1 Instituto Nacional de Educación para los Adultos INEA para personas que no cuentan con primaria o secundaria y 3 Institutos Tecnológicos de Tláhuac.

En lo que respecta a lo cultural cuenta con 41 bibliotecas, 8 casas de cultura, 1 fábrica de artes y oficios, 1 sala de artes y 4 museos. En cuestiones deportivas

cuenta con 31 módulos deportivos barriales, 1 unidad deportiva, 1 gimnasio, 1 alberca, 3 frontones, varios parques, 1 alberca olímpica y 1 pista de hielo.

Tláhuac se compone de siete pueblos: San Pedro Tláhuac, San Francisco Tlalténcó, Santiago Zapotitlán, San Andrés Mixquic, Santa Catarina Yecahuizotl, Tetelco y San Juan Ixtayopan. Así como se mencionó anteriormente la Institución se encuentra en la delegación Tláhuac, pero específicamente en San Francisco Tlalténcó, el cuál se encuentra ubicado al Oriente de la Ciudad de México y al Sur de la Sierra de Santa Catarina. El nombre está compuesto de los vocablos *Tlalli* (tierra) y *tentli* (orilla), por lo que significa “En la orilla de la Tierra” o “En la Orilla de los Cerros”.

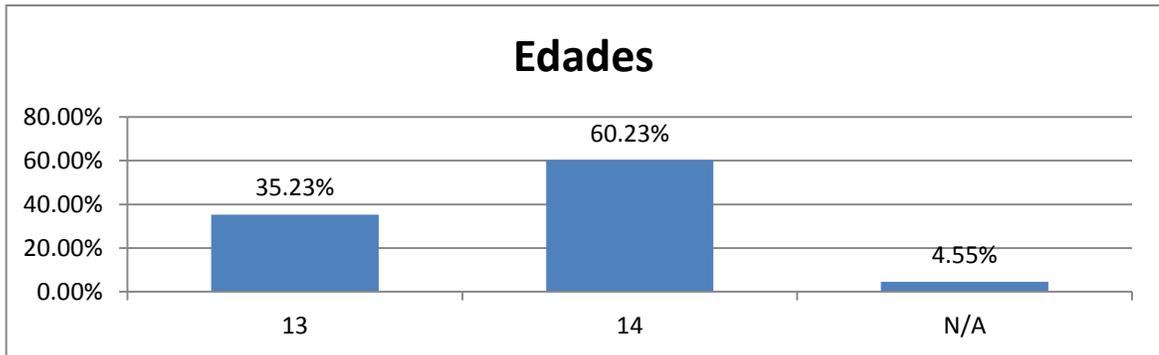
Esta localidad es conocida principalmente por su tradicional Carnaval de charros y disfrazados, que se celebra mes y medio antes de la semana Santa, en éste destacan los carros alegóricos de las distintas comparsas.

2.7 Resultado de los cuestionarios aplicados a los alumnos de 2° de Secundaria

Los resultados de las encuestas corresponden a los cuestionarios aplicados a los dos grupos de 2° de la Escuela Secundaria Técnica No. 116.

Las respuestas asignadas con N/A significarán que no son acreditadas, con N/C que no contestaron, OR otra respuesta y con VR varias respuestas.

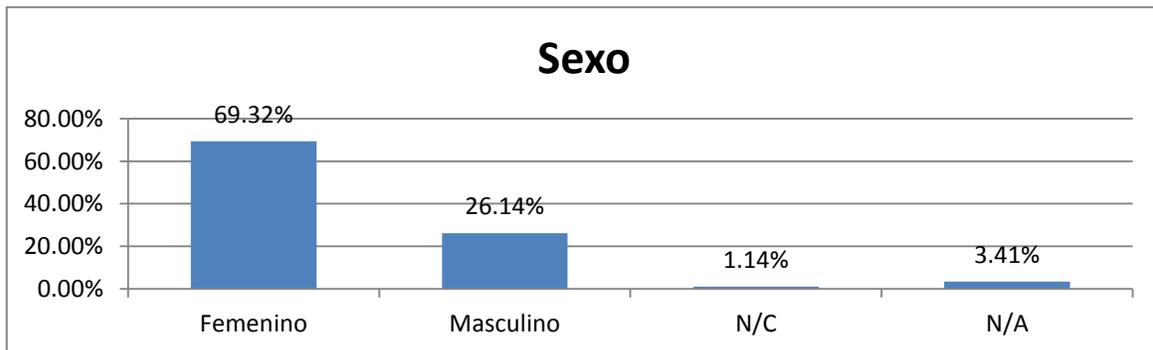
Grafica 1



Fuente: resultados del cuestionario de tabaquismo aplicado en la secundaria.

Por lo que se obtiene que el 60.23% de alumnos de segundo grado tienen 14 años, el 35.23% tienen 13 años y el 4.55% no acreditan con la respuesta, debido a que existen pocos alumnos que no oscilan entre las edades estudiadas.

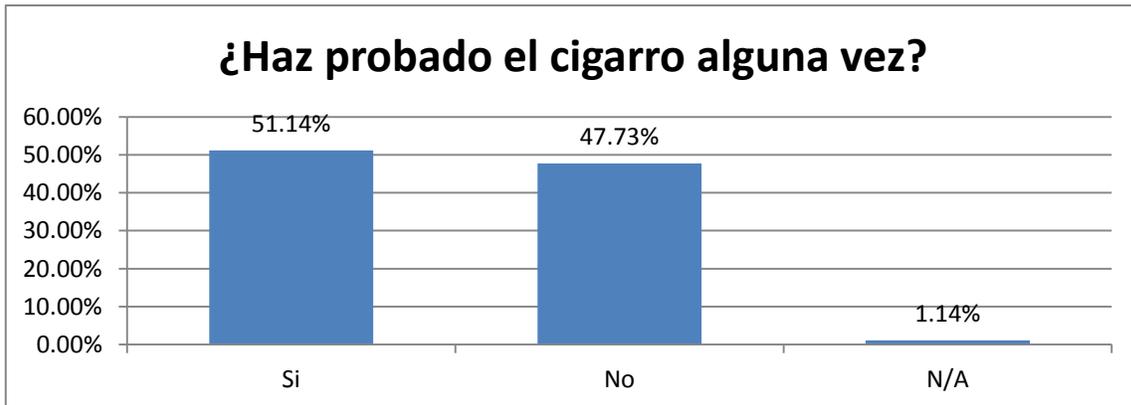
Grafica 2



Fuente: resultados del cuestionario de tabaquismo aplicado en la secundaria.

Por lo que se deduce que el 69.32% de los alumnos encuestados son del sexo femenino, mientras que el 26.14% son del sexo masculino, el resto del porcentaje la información que proporcionaron no corresponde a ninguna de las dos categorías antes mencionadas.

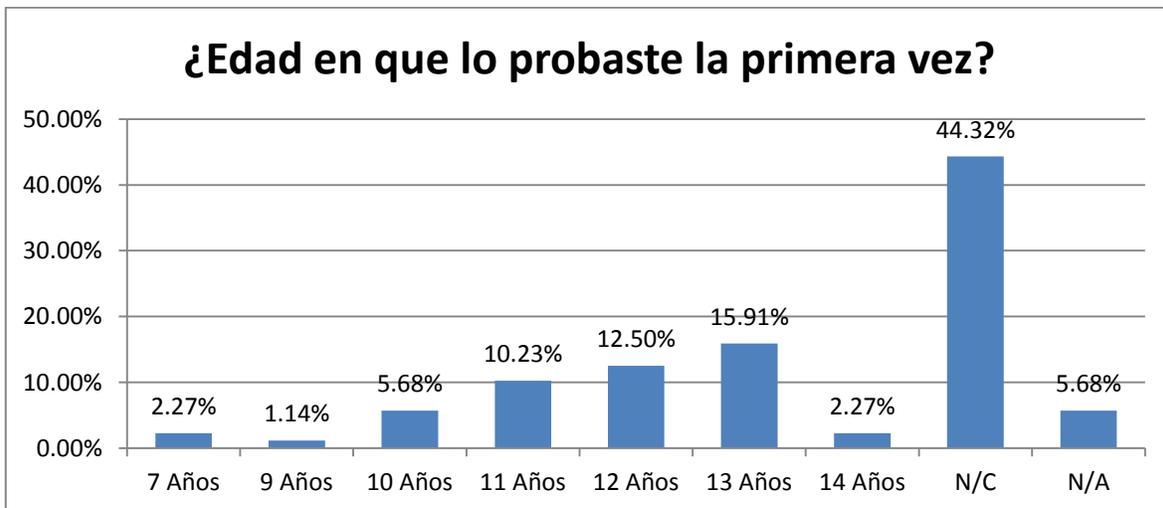
Grafica 3



Fuente: resultados del cuestionario de tabaquismo aplicado en la Escuela Secundaria.

La mayoría de las respuestas a esta pregunta fueron afirmativas, por lo que los adolescentes manifestaron que en alguna ocasión de su corta vida han probado esta droga.

Grafica 4

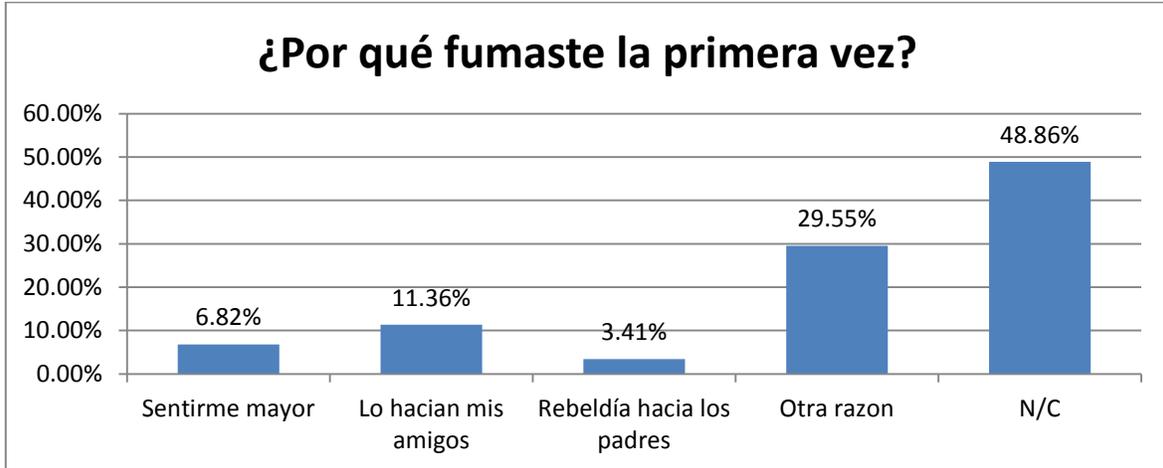


Fuente: resultados del cuestionario de tabaquismo aplicado en la Escuela Secundaria.

La mayoría de los alumnos de 2° de la Escuela Secundaria probaron el cigarro por primera vez a la edad de 13 años, mientras que el 2.27% de los alumnos lo

probaron aun cuándo se encontraban en la primaria a la edad de 7 años, aún cuando eran unos niños.

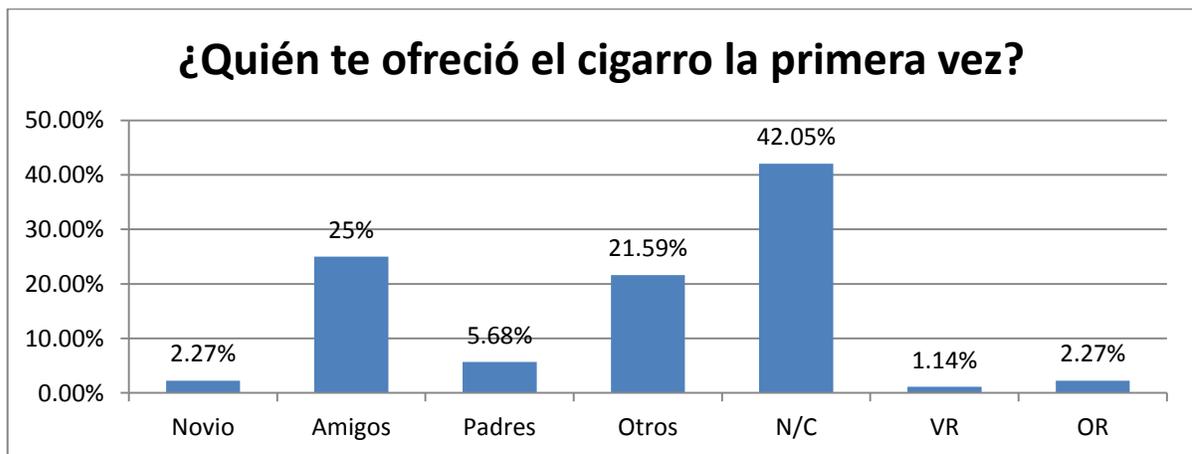
Grafica 5



Fuente: resultados del cuestionario de tabaquismo aplicado en la Escuela Secundaria.

En ésta pregunta las respuestas fueron variadas, de las respuestas específicas el mayor porcentaje fue porque lo hacían sus amigos, para parecerse a sus iguales.

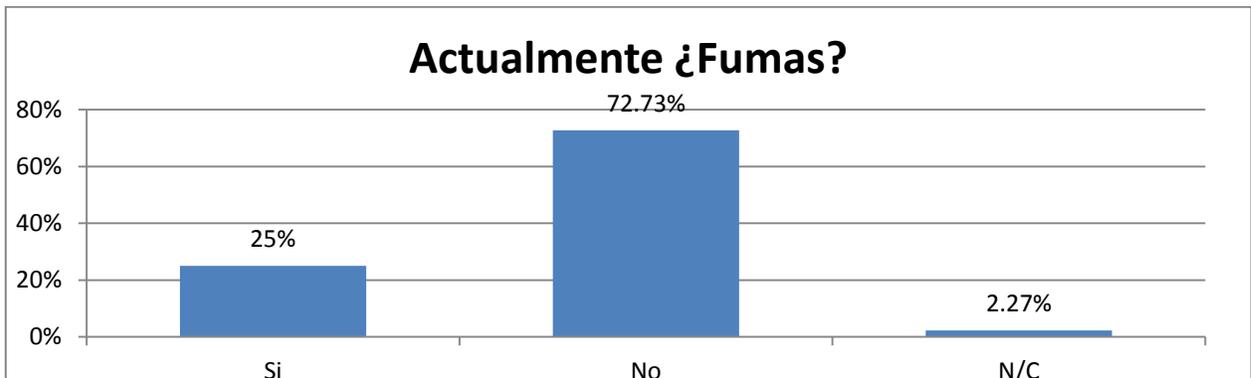
Grafica 6



Fuente: resultados del cuestionario de tabaquismo aplicado en la Escuela Secundaria.

El 25% del total de los alumnos comenta que fueron los amigos quienes les invitaron u ofrecieron el cigarro por primera vez en su vida y sólo el 5.68% mencionan que fueron los padres quienes se lo ofrecieron.

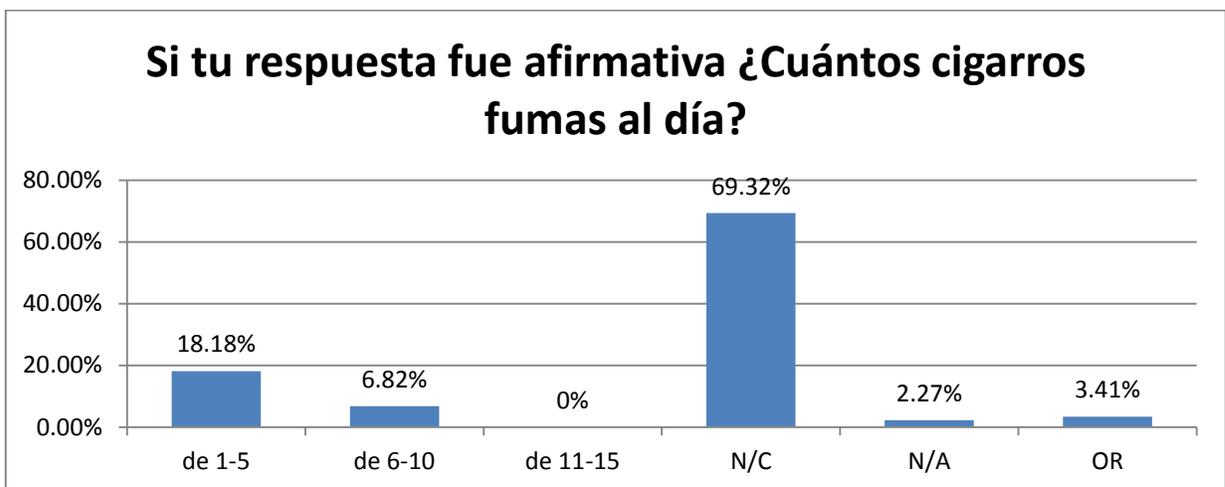
Grafica 7



Fuente: resultados del cuestionario de tabaquismo aplicado en la Escuela Secundaria.

Actualmente la mayoría de los alumnos de la Escuela Secundaria aseguran ya no consumir el cigarro y solo el 25% acepta que lo sigue haciendo.

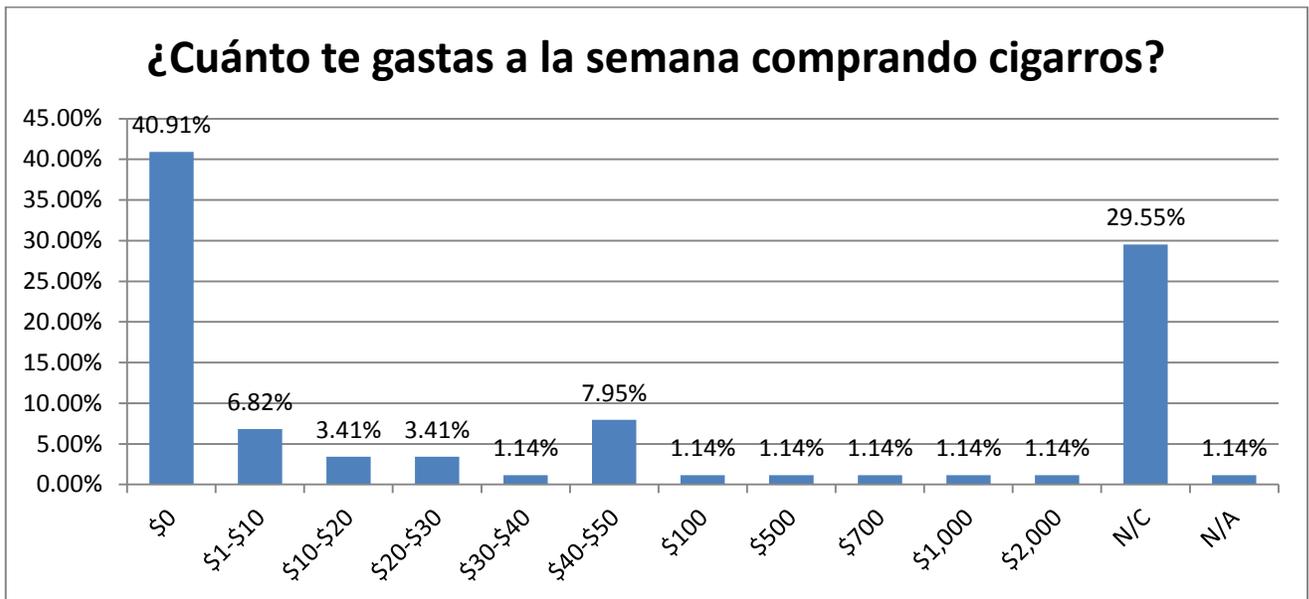
Grafica 8



Fuente: resultados del cuestionario de tabaquismo aplicado en la Escuela Secundaria.

La mayoría de los adolescentes no contestaron debido a que en la pregunta anterior mencionaron no seguir fumando en la actualidad, por lo que sólo el 18.18% afirman que consumen de 1-5 cigarros al día.

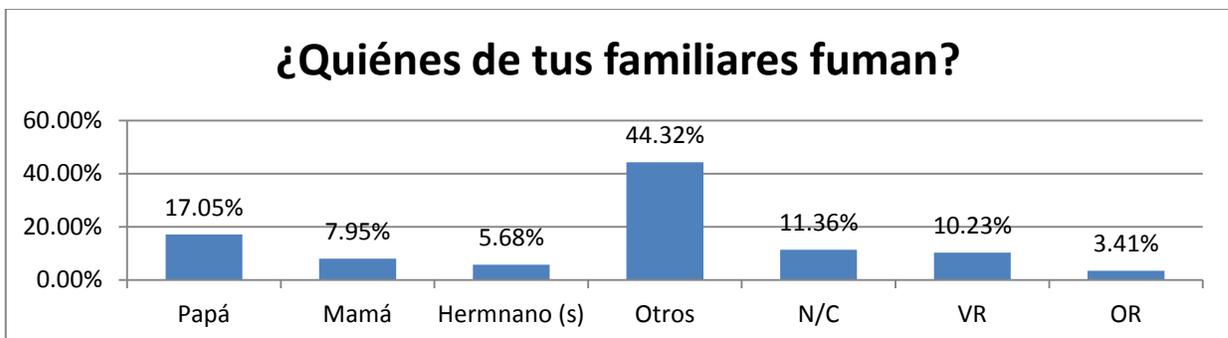
Grafica 9



Fuente: resultados del cuestionario de tabaquismo aplicado en la Escuela Secundaria.

La pregunta obtuvo diversos resultados, algunos un poco elevados pero el 7.95% respondió que gastan entre \$40 y \$50 a la semana sólo por consumir éste producto.

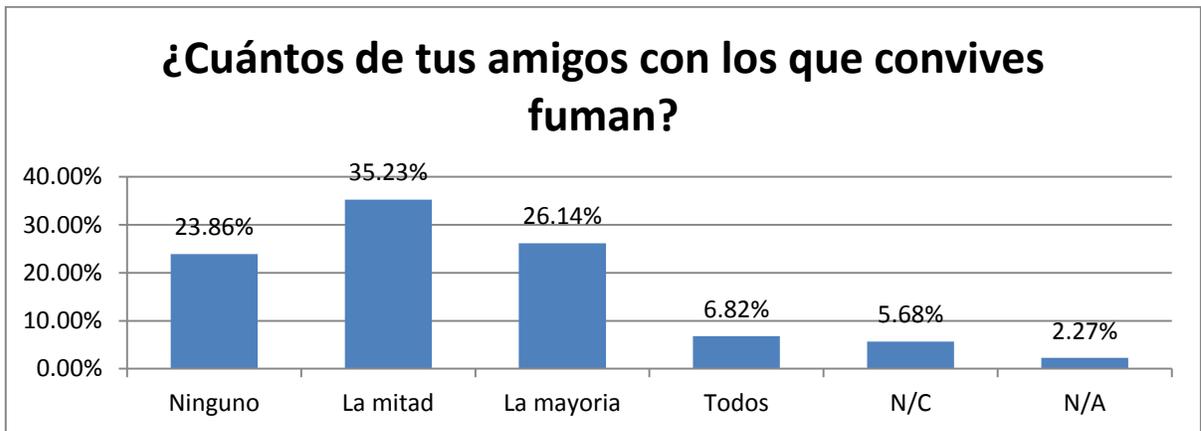
Grafica 10



Fuente: resultados del cuestionario de tabaquismo aplicado en la Escuela Secundaria.

El 44.32% de los alumnos de la Escuela Secundaria mencionaron en sus respuestas que personas ajenas a la familia directa son quienes fuman entrando en la lista de otros tíos, amigos, vecinos, etc., sólo por mencionar algunos.

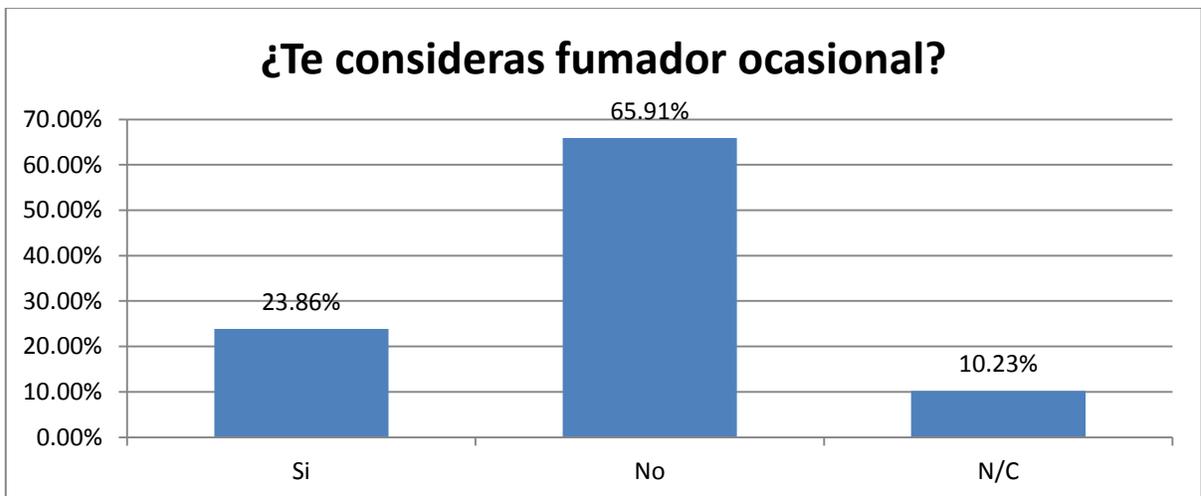
Grafica 11



Fuente: resultados del cuestionario de tabaquismo aplicado en la Escuela Secundaria.

La mayoría de los alumnos aseguran que sus amigos fuman, por lo que se aprecia que están en contacto directo con el cigarro diariamente.

Grafica 12



Fuente: resultados del cuestionario de tabaquismo aplicado en la Escuela Secundaria.

Del total de los alumnos solo el 23.86% se consideran fumadores ocasionales.

Tabla 1

Cuándo fumas es porque estas...

	SIEMPRE	A VECES	NUNCA
Estresado	4	20	31
Triste	4	16	35
Con amigos	13	19	23
En una fiesta	13	16	26
Peleado con padres	6	4	45
Peleado con tu novio (a)	5	9	41
Problemas en la escuela	7	4	43
Problemas en el trabajo	5	3	46

Fuente: resultados del cuestionario de tabaquismo aplicado en la Escuela Secundaria.

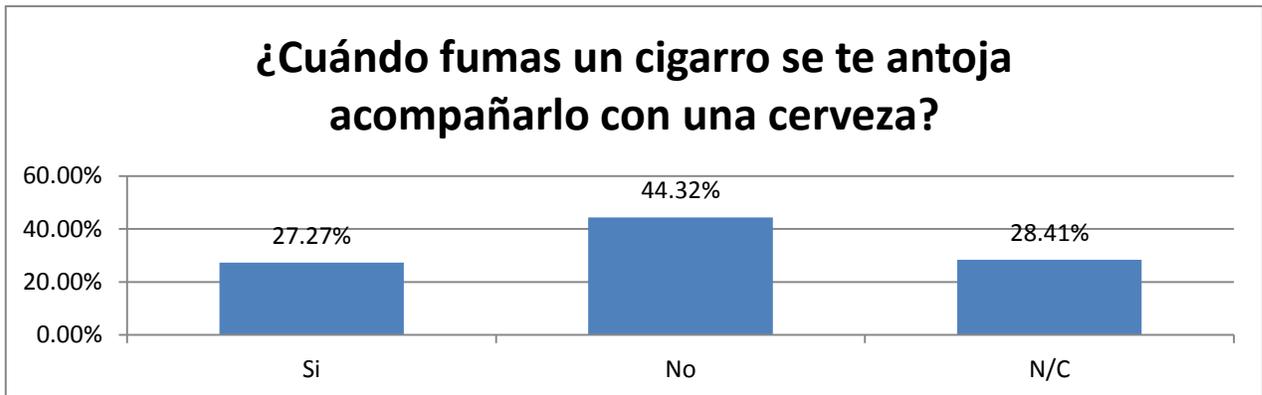
No respondieron esa pregunta (N/C)= 36 personas

Se puede observar que estando con los amigos y en fiestas es muy probable que fumen, debido a que obteniendo los datos de las respuestas, 13 personas en ambos incisos comentan que fuman siempre y cuándo se encuentran en estas situaciones, seguido por 6 personas que lo hacen cuándo se pelean con los padres y teniendo cómo último lugar en la categoría "Siempre" el estar estresado y triste con tan sólo 4 respuestas cada uno.

Por lo que respecta a la categoría “a veces” el que tiene el mayor número de fumadores es cuándo los alumnos se sienten estresados teniendo 20 respuestas, seguido de cuándo se encuentran con los amigos con un total de 19 respuestas y por último se encuentra cuándo tienen problemas en el trabajo con sólo 3 respuestas.

Observando la tabla 1 se puede apreciar que en su mayoría los alumnos de 2° de ésta Escuela Secundaria Técnica No. 116 no necesitan fumar ante ninguna situación que se les presente pues la frecuencia con que lo hacen la mayor parte de los alumnos es nunca.

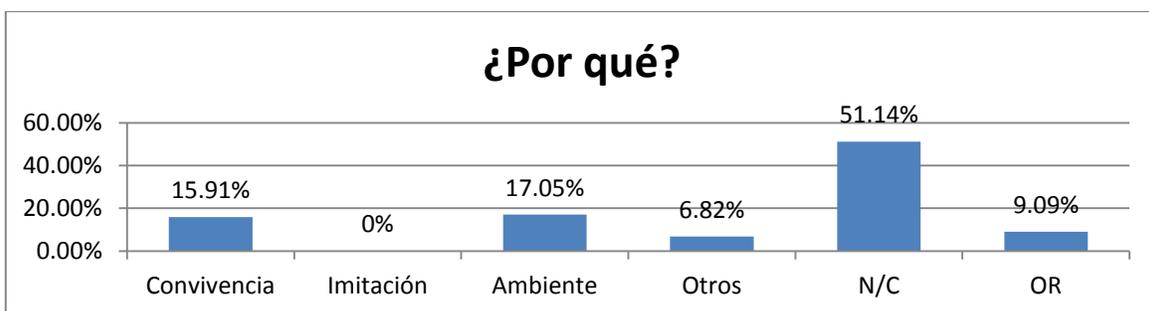
Grafica 13



Fuente: resultados del cuestionario de tabaquismo aplicado en la Escuela Secundaria.

Sólo al 27.27% de los alumnos encuestados se les antoja acompañar al cigarro con alguna cerveza, mientras que al 44.32% dice no acompañarlo.

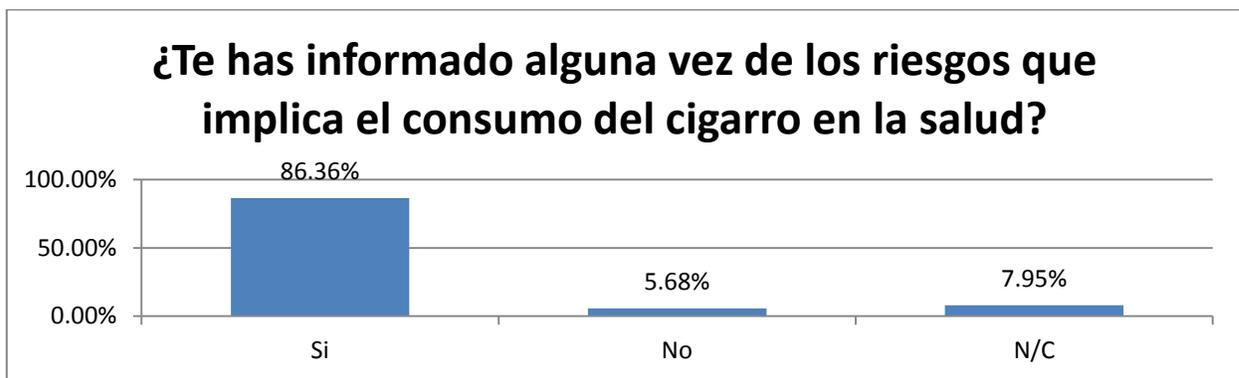
Grafica 14



Fuente: resultados del cuestionario de tabaquismo aplicado en la Escuela Secundaria.

La mayoría no respondieron a ésta pregunta y ésto se debe a que no fuman, mientras que las respuestas con mayor porcentaje mencionan que lo hacen por convivir con sus iguales también por entrar en el ambiente.

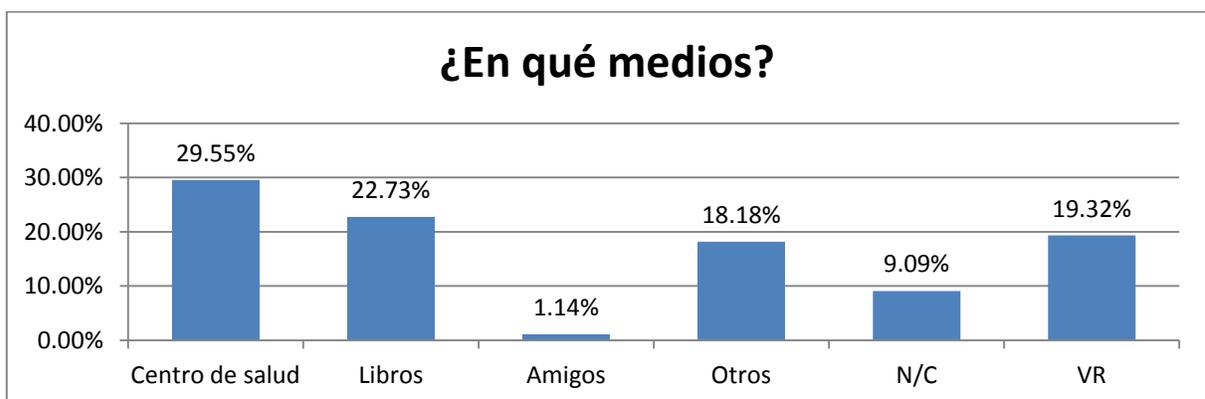
Grafica 15



Fuente: resultados del cuestionario de tabaquismo aplicado en la Escuela Secundaria.

La mayoría de los alumnos aseguran estar informados respecto a los riesgos que tiene el consumir cigarros.

Grafica 16



Fuente: resultados del cuestionario de tabaquismo aplicado en la Escuela Secundaria.

La mayoría aseguran haber obtenido información en los centros de salud, siguiéndole con 22.73% los libros y estando en último lugar con sólo el 1.14% los amigos.

2.8 Análisis de la información

Después de la aplicación del instrumento, se procedió al conteo, tabulación y realización de las gráficas de cada una de las preguntas; de ahí se realizó el análisis de cada una ellas y estas sirvieron cómo marco de referencia para la elaboración de un taller para los alumnos de dicha Escuela.

En éste sentido, al realizar el trabajo de campo en la Escuela Secundaria Técnica N. 116 se detectó que los estudiantes de 2º grado requieren de una Orientación concreta y específica dado que los resultados muestran que: de la muestra (88 alumnos) tomada de una población de 923 alumnos arrojaron que el 51.14% (41 alumnos) afirmaron haber probado el cigarro por lo menos una vez en la vida, siendo a la edad de 13 años 15.19% la edad con mayor porcentaje. Otro dato importante es que, con los amigos se da el primer acercamiento hacia el consumo del cigarro puesto que el 25% (21 alumnos) aseguraron hacerlo cuando se encuentran con dichas personas; siendo éstos uno de los factores que condicionan el desarrollo de este mal hábito. En éste trabajo, además se puede contemplar que de la muestra tomada es el papá con 17.05% (15 alumnos) el que tiene este hábito; mientras que el 44.32% (39 alumnos) menciona que son otros los familiares que lo hacen (tíos, primos, abuelos, sobrinos, etc.). Con base en el estudio y en la pregunta 11 en la tabla 1, se refleja que 13 adolescentes mencionaron que siempre fuman cuándo están en compañía en alguna fiestas y con la presencia de los amigos, esto quiere decir que cada que se va a convivios es en dónde los adolescentes aprovechan para probar y experimentar situaciones nuevas, ya sea para ser similares a sus pares, para ser aceptados en algún grupo social o para sentirse mayores. Otro dato interesante es cuándo se les pregunta cuántos de sus amigos

fuman ya que ellos mencionan que es la mitad con un 35.23% (31 alumnos). Si a esto le agregamos que después de estar en convivencia y probar el cigarro con los amigos, el 27.27% (24 alumnos) menciona que cuándo se encuentran en compañía de amigos se les antoja acompañarlo con una cerveza, situación en la cuál se comienza a dar pie a otro tipo de adicciones.

Con base en los datos mencionados anteriormente permiten reafirmar que es necesaria una adecuada intervención en la Escuela Secundaria Técnica #116, pues en efecto, los adolescentes han probado el cigarro en su mayoría a los 13 años; edad en la que se puede inmiscuirse en su proceso de desarrollo. Además es importante mencionar que en dicha Escuela el papel del Orientador carece actividades que debería tener en cuánto a los adolescentes, pues las pláticas cómo las de adicciones o las de algún tema que les interese a los adolescentes las proporciona el doctor de dicho plantel.

Uno de los objetivos que se requería para éste trabajo era *conocer la función del Orientador y su intervención en el tema del tabaco*, a lo cual se considera que la ocupación esté en la Escuela Secundaria estudiada, se encuentra destinada a lo que es el levantamiento de reportes, citatorios, etc. Y no al acompañamiento y asesoramiento en lo que se refiere a la adicción al tabaco y su prevención en el adolescente, así como a los demás problemas que se les presenten.

Es así como se propone realizar un taller educativo desde la Orientación educativa apoyado también por la tutoría y centrada en una educación crítica.

CAPÍTULO III

3. Taller pedagógico para adolescentes

3.1 Introducción

Uno de los problemas a los que actualmente se enfrenta el Orientador con los alumnos de la Escuela Secundaria es el problema de las adicciones; entre los cuáles se encuentra la adicción al tabaco cómo se ha venido mencionando a lo largo de éste trabajo. Por lo que se presenta una propuesta dirigida hacia los alumnos de la Escuela Secundaria.

Es por ello que en las primeras sesiones que conforman el taller se trata de la adicción al tabaco, tema central de ésta investigación, dónde se manejan los daños que ocasión a la salud ante tales hechos, éste se complementa con las sesiones cuatro, cinco y seis que trata el tema de la autoestima del adolescente por medio de las actividades propuestas, aunado con las actividades habilidades para la vida en la que se maneja un proyecto de vida, pues lo que se pretende con éstas actividades es erradicar la adicción al cigarro en adolescentes por medio de actividades que le permitan tener un desarrollo social y personal óptimo. El taller concluye con una sesión donde se pondrán en práctica los conocimientos adquiridos defendiendo la postura que les corresponda.

Cabe mencionar que éste trabajo está elaborado con base en el plan de estudios de Educación Secundaria 2011 y para ser utilizado cómo material de apoyo en la Orientación Educativa ya que se sugiere sea aplicado en las horas de tutoría o cuando el aplicador lo considere pertinente.

3.2 Justificación:

La escuela como formadora de sujetos con valores, actitudes y conocimientos conforma la cultura. Entonces con base en la cultura de la prevención se propone un

cambio de acuerdo a las necesidades sociales del sujeto y del tipo de adicción. Se entiende a la cultura cómo la construcción social y a su vez al conocimiento conformado por cuatro aspectos: ideas, conceptos, sistemas de aprendizaje y producto final o conocimiento. Así el conocimiento por parte de los adolescentes acerca de lo que ocasiona el consumo de alguna sustancia, es un factor que contribuye a la disminución de la misma. Así mismo al conocer de casos de la vida practica pueden tomar una postura de abstinencia ante tales sustancias (alcohol, tabaco o drogas) y conocerá las consecuencias en la salud y el grado que afecta su persona tanto física como emocionalmente.

El adolescente, como se ha mencionado a lo largo de este trabajo, por encontrarse en una etapa de crecimiento se vuelve más propenso al consumo de sustancias nocivas a la salud, una de las que se utilizó para este estudio es el tabaco o cigarro, pues se genera un hábito: el de fumar por diferentes razones por evadir problemas, conflictos familiares, por llamar la atención o por pertenecer a un grupo sólo por mencionar algunas. Estas causas acompañadas de la poca supervisión por parte de los padres son factores determinantes en los que las adicciones entran con facilidad. Es por ello que la Escuela Secundaria debe fomentar en los alumnos redes de apoyo para erradicar esta conducta, *“(...) en la secundaria la tutoría se plantea cómo un espacio de expresión y de diálogo entre los adolescentes, así como de acompañamiento desde una perspectiva humanista”* (Plan de estudios 2011 educación básica: 56).

Asimismo la propuesta se puede aplicar dentro de la carga horaria de tutoría debido a que se fomenta el desarrollo del estudiante con base en la formación de valores y reafirmando conductas para una convivencia más sana en la sociedad.

“(...) el propósito de tutoría es fomentar vínculos de dialogo, reflexión y de acción para fortalecer la interrelación de los estudiantes en cada grupo respecto a sus desempeño académico, las relaciones de convivencia y la visualización de sus

proyectos de vida, dónde el tutor genere estrategias preventivas y formativas que contribuyan al perfil de egreso de la educación básica” (Ibídem). Para lograr que sea efectiva se requiere del apoyo de alumnos, padres de familia y maestros.

Con los resultados presentados en el capítulo anterior, se da cómo evidencia clara que es necesario guiar al adolescente, basándose en elevar la autoestima y la mejora del acompañamiento por parte del Orientador en su transitar por la Escuela Secundaria.

3.3 Taller

Hoy en día, la Escuela Secundaria Técnica No. 116 cuenta con alumnos que oscilan entre edades de 12 a 14 años, que pasan la mayor parte del tiempo en la Escuela y con los amigos, además de mencionar la evolución tecnológica que existe actualmente; es por ello que se necesita dar una Orientación con base en actividades que le permitan combinar lo aprendido con la vida práctica permitiéndole obtener un conocimiento que le sirva a lo largo de la vida.

Por ello se considera pertinente la elaboración de un taller que contenga actividades que atrapen al adolescente y lo guíen en cierto tipo de situaciones. A continuación se describe más a detalle qué es un taller y cuáles son sus funciones.

El taller sirve cómo una estrategia de aprendizaje debido a que se conjugan los conocimientos del alumno con los del profesor para dar un mejor resultado en el aprovechamiento educativo. *“El taller educativo ubica a los sujetos cognoscentes y al aprendizaje cómo toda adquisición lograda en función de la experiencia, pero desarrollándose en el tiempo, es decir mediata y no inmediata, cómo la percepción o la comprensión instantánea” (Bunge, 1997: 23).*

Con la implementación de éste se promueve la construcción de nuevos saberes debido a que se genera un nuevo conocimiento a partir del mismo alumno con base en su propia experiencia, que además éste conocimiento tendrá mejor aprovechamiento ya que será un conocimiento razonado y no un conocimiento memorizado.

Además en el taller se deja a un lado el rol de maestro – alumno para ser un rol de iguales en el que tanto el aplicador cómo el alumno pueden opinar acerca de algún tema y retroalimentarse ambos. Una de las finalidades del taller es la de integrar la practica con la teoría *“Esto significa de la integración teórico-práctica está muy ligada al aprender haciendo o al aprender a hacer haciendo de que tanto se habla en la didáctica moderna”* (Maya, 2003: 22).

Para éste, se utilizará el autor Paulo Freire pues concibe a la educación cómo un constante vivir de experiencias mutuas entre el educador y el educando, quienes en conjunto dan vida a lo que Freire llama una educación concientizadora (Freire, 1997).

Así mismo en la Escuela Secundaria, los alumnos deben tener una educación humanista (plan de estudios 2011) que es lo que maneja dicho autor en su teoría de la educación. Se maneja cómo una educación liberadora (vista cómo un proceso de humanización) pues considera a los educandos como seres históricos a los cuales es necesario transformar por medio de la práctica entre educadores y educandos; es decir entre alumnos y aplicador.

El aprendizaje debe ser significativo y se debe partir de las experiencias de cada uno de los alumnos, se debe tomar en cuenta sus opiniones, para poder lograr un conocimiento en conjunto, dónde tanto el educador cómo el educando aprendan uno del otro.

3.4 Objetivos

3.4.1 Objetivo general

Sensibilizar a los adolescentes en cuanto a los daños que genera la adicción al tabaco por medio de situaciones de aprendizaje destinadas a favorecer la autoestima para que le permitan concientizar los problemas que generan en su organismo, en la escuela y en la vida.

3.4.2 Objetivos específicos:

- Que el alumno identifique qué es una adicción por medio de casos de la vida práctica para que reflexione acerca de las sustancias que la generan y los efectos que produce en el cuerpo.
- Que el alumno se conozca, reconozca sus virtudes y defectos por medio del autoconocimiento para evitar el uso de sustancias nocivas para la salud.
- Que el alumno identifique qué es la autoestima por medio de actividades que le permitan afrontar la vida con mayor seguridad para así lograr la autorrealización.
- Que el alumno adquiera habilidades para un mejor manejo en la toma de decisiones por medio del autoconocimiento.
- Reafirmar en el alumno sus intereses por medio de un proyecto de vida a corto, mediano y largo plazo para saber hacia dónde quiere ir.

3.5 Sujetos

Para la aplicación de dicho taller, se requiere la participación de los alumnos y del aplicador. Los alumnos deben ser de preferencia que cursen el 2º grado de la Escuela Secundaria con edades aproximadas entre los 13 y 14 años de edad.

En lo que se refiere al aplicador, el perfil que debe cubrir se describe a continuación:

- Debe ser un pedagogo crítico.
- Generar curiosidad en los alumnos.
- Fomentar el gusto por el estudio por medio de actividades didácticas que le permitan la mejora continua de la educación de los alumnos.
- Motivar a los alumnos a que realicen investigaciones.
- Llevar el conocimiento a los alumnos con base en el contexto social en el que cual se desenvuelve la Escuela Secundaria.
- Fomentar confianza en los alumnos para que se dé una relación favorable, pues así creará un mejor grupo de trabajo.
- No ser fumador
- Reconstruir el conocimiento a partir de los saberes del alumno para así lograr un conocimiento nuevo y comprendido.

3.6 Metodología

Para la metodología que se requiere llevar a cabo, es necesario mencionar que, con base en el plan curricular de la Escuela Secundaria; la asignatura de Tutoría se imparte una vez a la semana en los grupos de 2º grado con una duración de 50 minutos cada una. El número de sesiones que conforman todo el taller es de 8, cada sesión da seguimiento y continuidad para que al finalizar el taller cada objetivo específico logre el objetivo general que es concientizar a los alumnos sobre la adicción al tabaco para generar en los alumnos una conducta de conciencia hacia el cuidado de su cuerpo para una sana convivencia en la sociedad y un desarrollo pleno.

Para el trabajo en cada sesión, es necesario que sea grupal en algunos casos *“Las experiencias grupales (técnicas grupales), los juegos de organización, la toma de decisiones, de trabajo en equipo, de desarrollo del pensamiento, pueden ser herramientas muy importantes al conocimiento de los talleres”* (Maya, 2003:95). Para otras sesiones habrán actividades individuales y al finalizar cada sesión se realizará una conclusión según la actividad. De ésta forma el aplicador se dará cuenta si efectivamente el saber fué aprehendido (entendido, comprendido) pues así se aplicará o se verá reflejada en su vida diaria.

Para sustentar dicho trabajo, se utiliza la pedagogía de Paulo Freire pues se aproxima más a la línea de trabajo de las autoras de ésta tesis es por ello que en algunas sesiones se manejan casos de la vida práctica; pues uno de los supuestos de éste autor es aproximar a los educandos a la realidad; es decir, partir del contexto actual para estudiar lo que pasa en la sociedad y analizar el comportamiento de las personas con el cigarro.

Además trata a alumno como un sujeto critico capaz de investigar y formular nuevos conocimientos, pues actualmente existe mucha información y aunado a esto el internet, la biblioteca y los maestros; elementos que le permitirán reunir y formar un conocimiento que será llevado a la Escuela Secundaria el cual se combinará con el del aplicador y el de sus demás compañeros.

“La tarea del educador que piensa acertadamente, es mientras ejerce como ser humano la práctica irreversible del entender, desafiar al educando con quién se comunica y a quién comunica, a producir su comprensión en lo que viene siendo comunicado ” (Freire:1997, 39)

Es el aplicador quien deberá realizar a la hora de impartir el taller los verbos el hacer con el saber, pues ambos se complementan a la hora de enseñar; es decir se hace sabiendo lo que se pretende lograr, si sólo se hiciera sin saber a dónde o cuál

es el objetivo no se tendría con claridad aquello que se desea. No solo es enseñar conocimiento es trascender más allá y generar un proceso de transformación, resulta pertinente citar lo siguiente:

Sería sin embargo un proceso idealista afirmar que la asunción, por ejemplo de que fumar amenaza mi vida ya significa deja de fumar. Pero dejar de fumar pasa, en algún sentido, por la asunción del riesgo que corro al fumar. Por otro lado, la asunción se va haciendo más asunción en la medida en que engendra, nuevas opciones, genera ruptura, decisión y nuevos compromisos. Cuando asume el mal o los males que el cigarro puede causar, me muevo en el sentido de evitar los males. Decido, rompo, opto. Pero es la práctica de no fumar en la que se concreta materialmente la asunción del riesgo que corro al fumar (Ibid, 41).

Fundamentado en la toma de conciencia ó el proceso de concientización que llevará acabo el alumno durante el taller, el resultado final será una acción transformadora para su propia salud, para su convivencia en la sociedad y finalmente para una mejor convivencia en la Escuela Secundaria.

3.7 Recursos

➤ Materiales:

- Un salón con capacidad para máximo 40- 45 dependiendo el número de alumnos, debe estar ventilado y con ventanas que permitan el paso de la luz.
- Sillas de acuerdo al número de alumnos.
- Lápiz o bolígrafo.
- Materiales (anexos) para trabajar las actividades según indique la sesión.
- Cartulinas.
- Revistas.
- Hojas blancas.
- Tijeras y pegamento.

- Videos (según la sesión)

- Humanos

Se requiere la participación de orientadores y/o tutores para la aplicación de dicho taller según sea el caso.

3.8 Evaluación

Por lo que se refiere al proceso de la evaluación, primeramente se evaluará al alumno si ha tomado conciencia de los daños que ocasiona el mal hábito de fumar, a partir del taller revisar si aún fuman o ya no, que manifieste en su conducta a lo largo de las sesiones que muestre por medio de la participación que ya realizó el proceso de apropiación del conocimiento transmitido visto en sus acciones y su actitud. De esta manera se podrá evaluar que efectivamente él ha adquirido una conciencia ante los daños que genera el fumar en los pulmones, en el corazón por mencionar algunas partes en las que se genera el daño.

Asimismo se evaluará el qué aprendió, el aplicador irá tomando nota en cada sesión para llevar un registro, en el cual describirá si efectivamente el alumno está asimilando la información y si ya la incorporó a su proyecto de vida.

Además de evaluar al alumno se evaluará al taller, la evaluación puede ser a lo largo de las sesiones o al finalizar estas, se les pedirá a los participantes que por escrito manifiesten si les gustó el taller, qué les pareció y si hubiera algo que cambiar qué sería.

3.9 Organización de contenidos

Para iniciar el taller se presenta una dinámica y la introducción al tema central de la tesis que es la adicción al tabaco, pues para generar un proceso de transformación es necesario seguir un orden. Posteriormente las sesiones 2 y 3 continúan con el tema de tabaquismo en donde se realiza un experimento y después se transmite un video acerca de los daños que ocasiona éste mal hábito para ir fomentando el proceso de concientización.

Una vez que se dio entrada al tema, se dará paso a lo que es la sesión 4 se tratará abarca el tema de ¿Cómo me siento?, posteriormente a la sesión 5 autoestima, pues es parte fundamental en el desarrollo de los adolescentes ya que a partir de estos aspectos cómo se podrá manejar una conducta más positiva ante cualquier tipo de situación que se le presente. Continuando con la temática del taller se dará paso a la sesión 5 el conocimiento de uno mismo pues si el alumno se conoce, reconoce sus virtudes y defectos, será una persona más segura de sí misma y no tendrá que estarse preocupando por sentirse querido por un grupo de amigos, pues ante todo estará su bienestar y su amor a sí mismo, a su salud y respeto a su cuerpo.

Una vez que se tocó parte de la vida del sujeto la siguiente sesión a tratar es la sesión 6 el adolescente y sus actitudes ante la vida, puesto que no siempre actúa de la misma forma cuando esta con los amigos, que cuando se encuentra con los padres. Por último se sugiere en la sesión 7 se trata el proyecto de vida, pues forma parte del contexto escolar del alumno, y como está cursando la Escuela Secundaria y se encuentra en un proceso de cambios constantes tanto físico como emocionales como se ha mencionado en temas anteriores, es necesario guiarlo para que logre alcanzar su madurez. Por eso se plantea ésta sesión pues la finalidad es que él tenga planes, que le permitirán conducir su vida, pues se fijará metas y con base en ellas será un alumno que sabrá hacia dónde ir.

Para concluir el taller se tiene la sesión 8 en la cual el grupo será dividido en dos partes para que realicen un debate en donde defenderán la postura que les correspondan, para poder conocer que fue lo que realmente aprendieron, cuales son los puntos de vista de cada uno de ellos, así como también conocer los planes que tiene cada uno de ellos a mediano y largo plazo.

A continuación se presentan las sesiones con número y en orden de acuerdo al contenido:

- Sesión 1 Efectos del tabaco 1ª parte
- Sesión 2 Efectos del tabaco 2ª parte
- Sesión 3 El tabaco y el adolescente
- Sesión 4 ¿Cómo me siento?
- Sesión 5 Conocimiento de uno mismo
- Sesión 6 Actitudes ante la vida
- Sesión 7 Proyecto de vida
- Sesión 8 Cierre del taller

Sesión 1 Efectos del tabaco en la salud

Datos generales

Sede del taller: _____

Duración: _____

Participante: _____

Aplicador: _____

Objetivo: Que el alumno identifique los daños que ocasiona el mal hábito de fumar por medio de lecturas que le ayuden a tomar una postura de abstinencia.

Contenido	Actividad	Recursos	Bibliografía	Evaluación	Comentarios
El tabaquismo y sus efectos en la salud.	Para integrar al grupo se sugiere que el aplicador realice la dinámica “El mundo”*. Posteriormente se dará una plática introductoria al tema, después los alumnos leerán el texto <i>Caso práctico de Jorge</i> . ** Al término de la lectura realizar la actividad de los efectos del tabaco en el cuerpo humano.	Lectura caso práctico Jorge Lápiz	C. Esevenri [et. Al]. Educar para la salud 3ª edición. CCS, Madrid, 1999 pág. 209 y 248	Analizar las actividades adaptativas que realiza Jorge. Realizar un debate en equipos de 5 personas y contestar: ¿Cómo influye en el posible tabaquismo la familia, amigos y la publicidad? ¿Cuáles serían los cambios y actitudes que se podrían realizar en el medio familiar para evitar el consumo de tabaco de Jorge?	

* Consultar ANEXO 3

** Consultar ANEXO 4

Sesión 2 Efectos del tabaco en la salud 2ª parte

Datos generales

Sede del taller: _____

Duración: _____

Participante: _____

Aplicador: _____

Objetivo: Que el alumno identifique los daños que ocasiona el mal hábito de fumar por medio de lecturas que le ayuden a tomar una postura de abstinencia.

Contenido	Actividad	Recursos	Bibliografía	Evaluación	Comentarios
Efectos del humo del cigarro o tabaco en los pulmones.	<p>Para comenzar se debe llenar una botella de agua hasta la parte superior.</p> <p>Después introducir un poco de algodón dentro del chupón. Ajustar el chupón teniendo cuidado de no dejar caer el algodón.</p> <p>Posteriormente se sujetar con una liga. Colocar la botella en el recipiente.</p> <p>El profesor encenderá el cigarro y lo colocara en el chupón. Hacer un agujero en la parte inferior de la botella.</p>	<p>Botella de plástico de 1lt.</p> <p>Un chupón que ajuste a la boca de la botella</p> <p>Algodón, cigarro, recipiente donde quepa lo ancho de la botella, agua, cerillos, papel, lápiz y liga</p>	<p>C. Eseverri [et. Al]. Educar para la salud 3ª edición. CCS, Madrid, 1999 pág. 209 y 248</p>	<p>Responder las siguientes preguntas</p> <p>¿Qué le sucede al algodón?</p> <p>¿Qué sucede con el cigarro?</p> <p>¿Qué contiene la botella?</p> <p>¿Con que órgano del cuerpo lo comparas?</p>	

Sesión 3 El tabaco y el adolescente

Datos generales

Sede del taller: _____

Duración: _____

Participante: _____

Aplicador: _____

Objetivo: Que el alumno identifique las consecuencias de la adicción al tabaco por medio de un video educativo para reforzar la conducta de un cuerpo sano.

Contenido	Actividad	Recursos	Bibliografía	Evaluación	Comentarios
El adolescente ante las consecuencias de la adicción al tabaco. Identificar partes del cuerpo que son dañadas por el hábito de fumar.	El aplicador dará una breve explicación acerca de los videos que se van a presentar. Posteriormente del video, en una hoja los alumnos harán una reflexión sobre cada video. Como siguiente actividad el aplicador reproducirá el cuerpo humano (según el número de alumnos) para que en el cuerpo humano identifiquen las partes que daña el tabaco.	Salón, televisión, videos, imagen impresa del cigarro imagen o esquema del cuerpo humano, papel, pluma, colores, video	Video huevocar-toon COFEPRIS FUMADOR deja de fumar Video 1° Lugar concurso Tabaquismo 2013 Disponibles ambos en: www.youtube.com/ Imagen o esquema*	Se evaluará el comentario de cada video. Además también se evaluará la figura humana con las partes afectadas por la adicción al tabaco.** El aplicador tomará nota en cada sesión para ver si el alumno va reflejando lo aprendido en sus actitudes y si efectivamente el contenido va quedando comprendido.	

Consultar ANEXO 5

Consultar ANEXO 6**

Sesión 4 ¿Cómo me siento?

Datos generales

Sede del taller: _____

Duración: _____

Participante: _____

Aplicador: _____

Contenido	Actividad	Recursos	Bibliografía	Evaluación	Comentarios
La adolescencia como proceso de cambio y su importancia en la toma de decisiones.	<p>Se formaran equipos de 4 o 5 personas para trabajar.</p> <p>El maestro escribirá en el pizarrón los enunciados siguientes: Hay días que.... Pero otros en que.... Se construirá una historieta. Una vez terminada la historieta se podrá ilustrar. Una vez terminada la actividad se reúne todo el grupo y comparten experiencias e intercambian ideas</p>	<p>Lápiz</p> <p>Hojas</p> <p>Pizarrón</p> <p>Colores</p> <p>Revistas</p> <p>Tijeras</p> <p>Pegamento</p>	<p>Segunda guía de material de apoyo para el servicio de Orientación Educativa en escuelas secundarias. México 1992 pág. 124.125</p>	<p>Historieta terminada</p> <p>Debate en grupo y contestar la siguiente pregunta: ¿Influyen tus amigos a la hora de tomar una decisión ya sea de índole personal, escolar, familiar o en tu vida?</p>	

Sesión 5 Conocimiento de uno mismo

Datos generales

Sede del taller: _____

Duración: _____

Participante: _____

Aplicador: _____

Objetivo: Que el alumno reconozca que el autoconocimiento es el descubrimiento más importante de la vida para la adaptación y cambio hacia cualquier propósito vital.

Contenido	Actividad	Recursos	Bibliografía	Evaluación	Comentarios
Autoestima: el autoconocimiento y el reconocimiento de su historia de vida para fomentar apoyo, confianza y respeto hacia sí mismo	Cada alumno realizará su autobiografía con base en amigos, Familia, estudio, vacaciones, pasatiempos, materias complicadas, etcétera. Responder a las siguientes preguntas: ¿Cuál es mi situación actual en la vida? ¿Qué cambios quiero hacer en ella en la escuela, en la familia, en lo personal?	Lápiz, cuaderno, goma, sacapuntas,	Alfarache, Angelina. Plan de vida y carrera Universidad Tecnológica de México. 2002 pág. 46	La autobiografía terminada. El aplicador pedirá a los alumnos que quieran compartir su trabajo terminado y realizar una retroalimentación.	

Sesión 6 El adolescente y sus actitudes ante la vida

Datos generales

Sede del taller: _____

Duración: _____

Participante: _____

Aplicador: _____

Objetivo: Que el alumno identifique los conflictos o distracciones que le impiden continuar con su vida por medio de un cuadro comparativo.

Contenido	Actividad	Recursos	Bibliografía	Evaluación	Comentarios
Actitudes ante la vida	<p>El aplicador escribirá en el pizarrón las siguientes preguntas:</p> <p>¿Cómo actúas cuando tienes un problema (familiar, emocional, escolar)?</p> <p>¿Influyen tus amigos en tus decisiones o acciones?</p> <p>Una vez terminadas se dará pie a iniciar un debate grupal para responderlas.</p> <p>Posteriormente se realizara el cuadro <i>conozco mis necesidades, lo que puedo hacer y sé los que aspiro ser.*</i></p>	<p>Lectura, Papel, Lápiz, Pizarrón, Marcador o gis(según sea el caso)</p>	<p>Ramírez, Marissa, [et al]. Orientación y tutoría 2 fichero de actividades. México trillas 2009 pag.105</p>	<p>La realización de una conclusión primero individual y posteriormente grupal por medio de una lluvia de ideas, donde el aplicador escribirá en el pizarron las participaciones de todos los alumnos para generar una conclusión final.</p>	

Consultar ANEXO 7*

Sesión 7 El proyecto de vida

Datos generales

Sede del taller: _____

Duración: _____

Participante: _____

Aplicador: _____

Objetivo: Que el alumno realice un proyecto de vida a corto, mediano y largo plazo para que pueda alcanzar sus metas.

Contenido	Actividad	Recursos	Bibliografía	Evaluación	Comentarios
<p>Proyecto de vida</p> <p>Metas: a corto mediano y largo plazo</p>	<p>En una hoja blanca, el aplicador pedirá a todos los alumnos que dibujen un árbol con raíces, tronco y ramas: en el tronco escribirán su nombre, en las raíces escribirán sus cualidades y finalmente en las ramas escribirán sus logros obtenidos hasta hoy. Una vez terminada dicha actividad, el aplicador dibujará una línea del tiempo que tendrá metas</p>	<p>Hojas blancas, colores, pluma, lápiz, pizarrón.</p>		<p>Una vez terminado el árbol, el aplicador pedirá que compartan su experiencia a la hora de escribir sus cualidades y logros obtenidos. Contestar ¿por qué es importante tener un proyecto de vida? De forma individual.</p>	

	a corto, mediano y largo plazo; a su vez cada punto mencionado con anterioridad tendrá seguimiento en los ámbitos: personal, familiar, académico, profesional.				
--	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	--	--	--

Sesión 8 Cierre del taller

Datos generales

Sede del taller: _____

Duración: _____

Participante: _____

Aplicador: _____

Objetivo: Que el alumno ponga en práctica los conocimientos que adquirió durante el taller para poder aplicarlos durante su vida futura.

Contenido	Actividad	Recursos	Bibliografía	Evaluación	Comentarios
Conclusión del taller	<p>Se dividirá al grupo en dos partes, uno defenderá el querer fumar y el resto el no hacerlo.</p> <p>Realizando un debate de los pros y contras de los efectos que causa el tabaco en el organismo y en su vida diaria, así como también en que se relaciona la autoestima y el autoconocimiento en dicha adicción, dependiendo de la postura en la que se encuentre.</p> <p>Al terminar el debate se formara una conclusión en conjunto.</p>			Participación de los integrantes.	.

	Al final cada uno brevemente expondrá cuáles son sus planes a mediano y largo plazo.				
--	--------------------------------------------------------------------------------------	--	--	--	--

Conclusiones

A partir del trabajo realizado por las autoras de ésta Tesis se puede decir lo siguiente:

La labor que realiza el pedagogo con los adolescentes es atrayente, pues los cambios que presentan en ellos son constantes; sin embargo por este motivo es preciso que la orientación educativa sea verdaderamente un acompañamiento en su transitar dentro de la escuela secundaria, para así poder guiar de una manera sana a los que serán los futuros adultos del mañana. Pero ésta es una tarea que le compete a tres aspectos: la familia, la escuela y la sociedad.

Es necesario por parte de la familia promover la sana convivencia y dar un ejemplo de vida saludable puesto que en el trabajo de investigación se muestra como dentro del grupo social (tíos, vecinos, amigos, primos, sobrinos, etc.) promueven el consumo del cigarro en los adolescente y cómo se mencionó en el capítulo I “la familia se considera cómo un sistema debido a que todos sus integrantes se conjuntan para contribuir un determinado objetivo” de tal manera que si un integrante está mal por ende afectará al sistema repercutiendo en su conducta y en la del grupo.

En lo que le compete al ámbito social; el cigarro es una droga legal, socialmente aceptada, pese a las consecuencias que causa ingerirla, en el análisis de resultados, se muestra cómo el primer acercamiento que tienen los adolescentes en el consumo del cigarro se da con los amigos, en las fiestas, reuniones o cómo una forma de “convivir”, pues además contestaron que la mitad de sus amigos fuman. Con base en éste resultado, se permite reafirmar que se debe realizar una intervención desde una edad más temprana a la que se plantea en la propuesta.

En éste sentido es preciso hacer un hincapié además, que la convivencia con los amigos promueve en algunos casos el consumo del cigarro; por eso es importante elevar la autoestima en los adolescentes y que se conozcan así mismos para que se valoren y sepan tomar una buena decisión a la hora convivir en su entorno social. Además es importante recordar que la adolescencia es un proceso de crecimiento en el que; al finalizar este, el sujeto será capaz de ser autónomo y responsable de sus actos, presentándose así la madurez.

Una de los aspectos que tomará relevancia a lo largo de éste trabajo son las etapas que Joaquín Callabed que son: curiosidad, aprendizaje, búsqueda y preocupación; es quizá en la curiosidad en la que el tutor u orientador dependiendo de la escuela secundaria podrían entrar antes de que sea demasiado tarde y el cuerpo del adolescente se haya envuelto en el cigarro. Puesto que en la escuela que se eligió para tomar la muestra no se realiza cómo tal el trabajo de la orientación educativa, no se tiene un programa (al menos no tangible) para educar a los adolescentes y erradicar algunas dudas que manifiesten y que le son propias de la edad.

A partir de lo antes mencionado las autoras de ésta tesis consideran que éste taller propuesto en concordancia con el plan de estudios permiten mejorar la formación de los adolescentes que cursan la escuela secundaria que es lo que se requería desde el inicio del trabajo (orientar a los adolescentes por medio de actividades que le permitan conocerse a sí mismo y saber tomar una decisión ante la adicción al cigarro).

Es por ello que el taller está formado por siete sesiones a través de los cuáles se pretende mostrar a los alumnos las consecuencias y los daños que causa el tabaquismo no solo respecto a la salud sino también en la vida diaria, los planes a corto mediano y sobre todo a largo plazo, por medio de las sesiones se pretende que los alumnos adquirirán una conciencia de buena salud, que su vida no debe

depender de un vicio, deben adquirir conciencia respecto al amor propio de cada uno de ellos, así como también se pretende que se conozcan ellos mismos reconociendo sus debilidades y virtudes, para que en un futuro desempeñen actividades que les satisfagan pero con una vida saludable. Dicho conocimiento será adquirido en conjunto con el tutor o el orientador para reconstruir uno nuevo y que de ésta manera se transforme al sujeto y su aprendizaje se verá reflejado mediante sus acciones hacia la vida.

Es a partir del taller propuesto, que el tutor puede tomarlo como una guía para promover una cultura del cuidado a la salud, pues sin ella sería difícil insertar al alumno dentro de la sociedad para mejorar el contexto. Y es precisamente por medio de la orientación que se puede contribuir para cambiar la perspectiva que hay hacia el consumo del cigarro, orientando a los adolescentes con base en sus inquietudes y a partir de éstas desarrollar actividades que ayuden a favorecer su pleno desarrollo.

Por lo que el taller es factible ya que no erradicara del todo el problema, pero si permitirá que los adolescentes tengan el conocimiento y una formación más acertada de los daños que genera la adicción al cigarro y de aquí quizás se pueda dar pie para indagar más sobre éste tema y así contribuir al mejoramiento de la educación en México y de ésta forma disminuir el número de muertes que genera dicha adicción.

Anexos

Anexo 1

A continuación se presentan algunas Instituciones que brindan apoyo al tratamiento y prevención de adicción al tabaquismo:

- IAPA Instituto Para la Atención y prevención de las Adicciones en la Ciudad de México.

Teléfono: 46-31-30-35 / 46-31-30-36

Página de internet: www.iapa.df.gob.mx

- CAPAS Centro de Atención Primaria a las Adicciones, en Tláhuac se encuentran dos:

- III MIGUEL HIDALGO - Fidel Espinoza s/n esquina Deodato Col. Miguel Hidalgo C.P. 13200, Del. Tláhuac

Teléfono: 21-60-77-18

- C.S.T-II 13 DE SEPTIEMBRE- Calle Cisne s/n, Col. Olivos, C.P. 12310, Del. Tláhuac

Teléfono: 58-40-92-40

Clínicas de tabaquismo:

- INER INSTITUTO NACIONAL DE ENFERMEDADES RESPIRATORIAS
 - Clínica contra el tabaquismo
 - Atención a fumadores

- Apoyo médico y psicológico

Ubicación: Calzada de Tlalpan # 4502, Col. Tlalpan, zona sur hospitales.

Tel: 56-66-45-39

- CLINICA DE TABAQUISMO DEL HOSPITAL GENERAL DE MÉXICO S.S.A.

Dr. Balmis No. 148 Col. Doctores Del. Cuauhtémoc

Tel. 27 89 20 00 ext. 1377

Horario: Lunes a Viernes de 9 a 18 hrs. (Consulta externa)

- CLINICA CONTRA EL TABAQUISMO UNAM

- Atención de tabaquismo apoyo psicológico y medico
- Consulta externa
- Ubicación: Circuito interior frente a facultad de medicina

Horarios: Lunes a Viernes de 9 a 15 hrs.

Tel. 56-23-21-08

Página de internet: sinfumar@mexico.com

Fuente: Machín, Juan, et al. "Vuela libre sin adicciones" 2ª edición, corporación mexicana de impresión, 2012

Anexo 2

Cuestionario de Tabaquismo

Propósito: Conocer si el adolescente ha tenido contacto con el cigarro y en qué medida. Éste cuestionario no te compromete a nada, por lo que es anónimo sólo se te pide tu edad y grado escolar ya que la información que proporcionas es de gran importancia para realizar una investigación.

Instrucciones: Responde el cuestionario subrayando la respuesta, en algunas preguntas puedes escoger más de una respuesta, específicamente en la pregunta número 11 (si es que fumas) palomea la frecuencia con la que fumas en los distintos casos que se te mencionan.

Edad: _____ años Grado: _____ sexo: _____

1. ¿Has probado el cigarro alguna vez?
 - a) Si
 - b) No

2. ¿A qué edad lo probaste por primera vez?
_____ Años

3. ¿Por qué fumaste la primera vez?
 - a) Sentirme mayor
 - b) Lo hacían mis amigos
 - c) Rebeldía hacia mis padres
 - d) otra razón _____

4. ¿Quién te ofreció el cigarro la primera vez?

- a) Novio (a)
- b) Amigos
- c) Padres
- d) Otros: _____

5. Actualmente ¿Fumas?

- a) Si
- b) No

6. Si tu respuesta fue afirmativa ¿Cuántos cigarros fumas al día?

- a) 1-5
- b) 6-10
- c) 11-15

7. ¿Cuánto te gastas a la semana comprando cigarros?

\$ _____ pesos

8. ¿Quiénes de tus familiares fuman?

- a) Papá
- b) Mamá
- c) Hermano (s)
- d) Otros: _____

9. ¿Cuántos de tus amigos con los que convives fuman?

- a) Ninguno
- b) La mitad
- c) La mayoría
- d) Todos

10. ¿Te consideras fumador ocasional?

- a) Si
- b) No

11. Cuándo fumas es porque estas...

	SIEMPRE	A VECES	NUNCA
Estresado			
Triste			
Con amigos			
En una fiesta			
Peleado con tus padres			
Peleado con tu novio (a)			
Problemas en la escuela			
En el trabajo			

12. ¿Cuándo fumas un cigarro se te antoja acompañarlo con alguna bebida (cerveza, tequila vodka etcétera...)?

- a) Si
- b) No

13. ¿Por qué?

- a) Convivencia
- b) Imitación a los amigos
- c) Ambiente
- d) Otros _____

14. ¿Te has informado alguna vez de los riesgos que implica el consumo del cigarro en la salud?

- a) Si
- b) No

15. ¿En qué medios?

- a) Centros de Salud
- b) Libros
- c) Amigos
- d) Otros _____

16. Si gustas, agrega un comentario respecto al cuestionario

GRACIAS POR TU COLABORACIÓN

Fuente: Realizado por las autoras de ésta tesis basada en el cuestionario de tolerancia de f6ogestorm y encuesta sobre el tabaco en el libro: C. Eseverri [et. Al]. Educar para la salud 3ª edición. CCS, Madrid, 1999 Pág.250

Anexo 3

El mundo

Objetivo: Animación, Concentración.

Desarrollo: El número de participantes es ilimitado se forma un círculo y el coordinador explica que se va a lanzar la pelota, diciendo uno de los siguientes elementos: AIRE, TIERRA, Marola persona que reciba la pelota debe decir el nombre de algún animal que pertenezca al elemento indicado, dentro del tiempo de 5 segundos. En el momento en el que cualquiera de los participantes tira la pelota y dice "MUNDO", todos deben cambiar de sitio.

Pierde el que se pasa del tiempo, o no dice el animal que corresponde al elemento indicado.

Ejemplo: se lanza la pelota a cualquiera de los participantes, al mismo tiempo que le dice "AIRE", el que recibe la pelota debe responder en cuestión de cinco segundos: "paloma".

Inmediatamente lanza la pelota a cualquier otro participante diciendo "MAR", por ejemplo, y así sucesivamente.

El coordinador controla los cinco segundos y debe estar presionando con el tiempo.

Fuente: www.dinamicasdegrupo-7blogspot

Anexo 4

La historia de Jorge

¡Hola soy Jorge! Tengo 12 años y soy el más pequeño de 3 hermanos; Nando tiene 18 y ya va a la universidad, Lola 15 años siempre tiene ocupado el cuarto de baño y el teléfono. ¡A veces las dos cosas a la vez! Mi madre es secretaria, pero... cómo ahora está en el paro se ocupa de la casa y esas cosas... Mi padre trabaja en una fábrica de coches. Es muy listo, él sólo diseña todos los modelos que se hacen en la fábrica.

Yo estudio sexto año de primaria, éste año es fácil... pero me han dicho que el que viene... Juego al fútbol en el cole y este año estamos bien clasificados. También estudio inglés y voy con mis amigos, nos la pasamos bien y todos somos estupendos... bueno todos, todos... es que Carlos está diciendo siempre lo que hay que hacer. Y ¡a la! todos a hacerle caso.

A veces me pongo a hacer los deberes con mi padre. Yo los deberes y él algunos retoques a sus dibujos que se trae del trabajo. Hacemos competiciones para ver quién termina primero, lo malo es que mientras está dibujando fuma todo el tiempo y llena todo el cuarto de humo, no hay quien respire. Luego llega mamá protestando... que si mira como huele... Que si aquí no hay quien aguante... que si mira que cenicero... Nando que también fuma... Que si no es para tanto... y Lola... que si mamá tiene razón por que un día nos va a dar algo... ¡un lio! Porque luego, cuando sale un anuncio en la tele el primero que protesta es mi padre... ¡hay que ver cómo nos comen el coco!... Pero a mí me gustaría que me pasasen las cosas que le pasan al del anuncio y hacer vela o motocicleta. Y es verdad que esto no hay quien lo entienda, porque en el paquete de tabaco que papá se deja encima de la mesa dice que fumar es perjudicial para la salud.

Y es cierto el otro día jugando un partido con Nando y mi padre no me aguantó más que el primer tiempo.

Lo del tabaco es un lío... y Carlos que para hacerse el machín el otro día nos llevó unos cigarros que había robado de su madre... dos de la banda no sabe qué hacer ¿y yo? Si no lo hago me van a llamar gallina. En fin... Ya veremos...

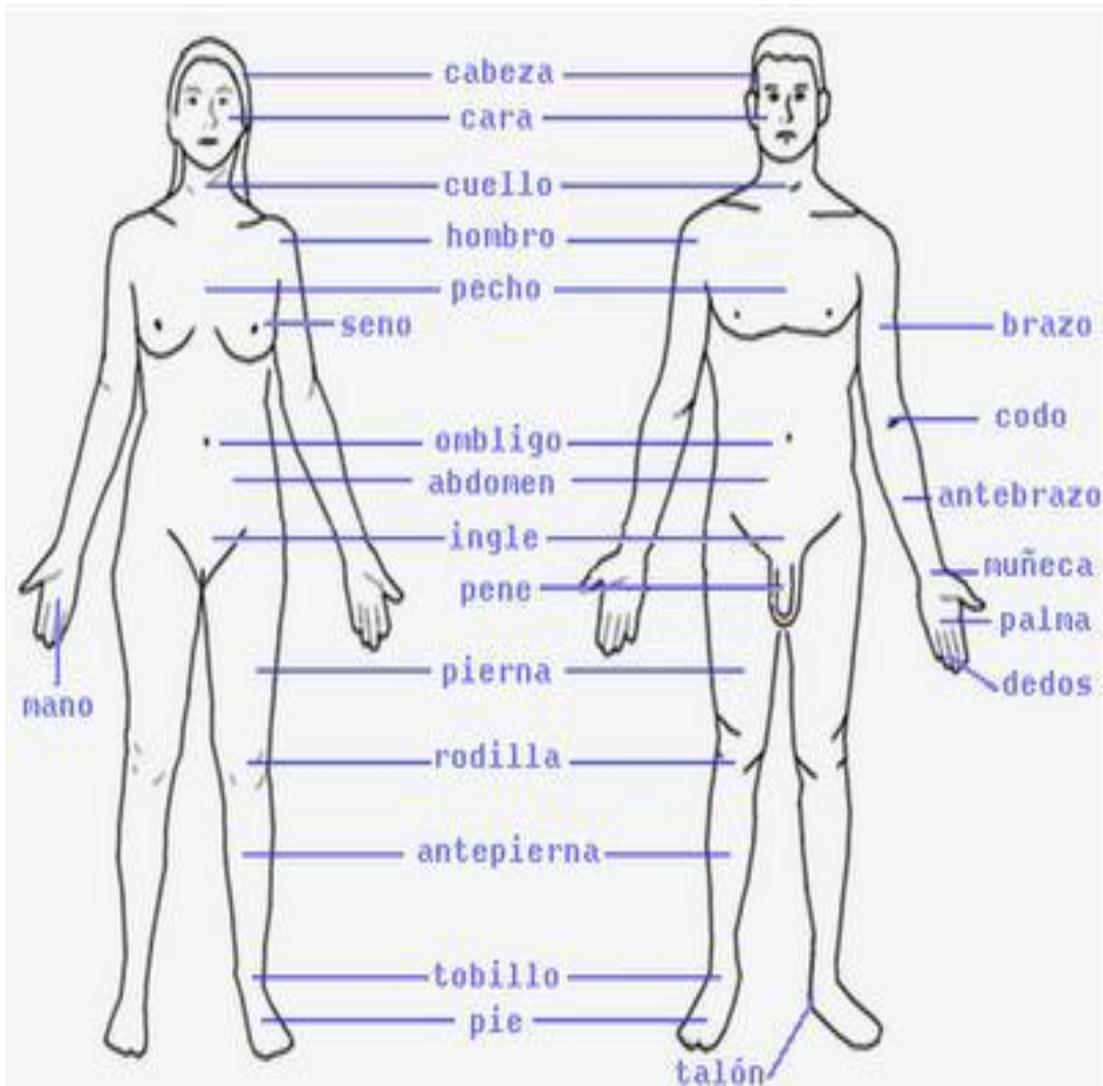
Fuente: C. Eseverri [et. Al]. Educar para la salud 3ª edición. CCS, Madrid, 1999 pág. 209 y 248

Anexo 5



Anexo 6

El cuerpo humano



Fuente: www.dibujosparacolorearpintarimagenes.blogspot.mx/2011/04/cuerpo-humano-para-colorear-pintar.html consultado el día 26 de febrero de 2014

Anexo 7

Conozco mis necesidades

Nombre: _____ Fecha: _____

Nombre de la actividad: Conozco mis necesidades, lo que puedo hacer y sé lo que aspiro ser.

Instrucciones: Identifica y clasifica tus necesidades, potencialidades y aspiraciones personales. Para ello te sugerimos el siguiente cuadro:

	PERSONALES	ACADÉMICAS
Mis necesidades		
Mis potencialidades		
Mis aspiraciones		

Una vez que hayan reflexionado sobre los aspectos anteriores, escribe tus conclusiones y analiza si tus necesidades, potencialidades y aspiraciones son sólo tuyas o tienen la influencia de tus amigos o familiares, y si la combinación de éstas te permitirá alcanzar tus metas académicas.

¿Cómo aprendo?

¿Tuviste claros los diferentes conceptos, sino qué hiciste?

¿Acudiste a consultar a alguna persona significativa para ti para identificar tus potencialidades?

Autoevaluación

Autoevaluación si no influyó en ti alguna persona para definir tu cuadro.

Autoevaluación si estás seguro de lo que describiste sobre tu persona o si tienes dudas.

Fuente: Ramírez, Marissa, [et al]. Orientación y tutoría 2 fichero de actividades. México trillas 2009 pag.105

Bibliografía

- Aberastury, Arminda. “Adolescencia normal”, Paidós Buenos Aires 2003.
- Aguilar, Eduardo. “Elige el manejo de miedos y tensiones”, editorial Árbol Colombia.
- Alegret, Joana. “Adolescentes: relaciones con los padres drogas, sexualidad y culto al cuerpo” GRAO Colección familia y educación, España 2005.
- Alfarache, Angelina. “Plan de vida y carrera”, Universidad Tecnológica de México, 2ª edición México 2002.
- Ardilla, Luz. “Adolescente, Desarrollo Emocional: Guía y talleres para padres y docente”, ECOE Ediciones, Bogotá.
- Becoña, Elizardo. “Tabaco” nova Galicia ediciones 2005
- Beltran, Faustino. “El cigarrillo ilustrado, para regalarle a un ser querido que todavía no fuma”, Buenos Aires. Edit. Lumen 2006.
- Berger, Kathleen. “Psicología del desarrollo: infancia y adolescencia” edit. Médica panamericana. Madrid 1998.
- Berk, Laura. “Desarrollo del niño y del adolescente” Prentice hall, Madrid 1999.
- Bunge, Mario. “Epistemología” Ariel, España 1997.
- Caballed, Joaquín. “El entorno social, niño y adolescente: familia, adolescencia, adopción e inmigración”. Barcelona 1998.
- Calixto, Raúl. “Nuestros cambios: desarrollo humano” Edit. Limusa, México 2001.
- Castillo, Gerardo. “Los estudios y la familia”. Madrid, 3ª ed., Palabra 1995.
- Datz, Leda. “Funciones de la familia”, en curso de la teoría de la dinámica familiar, México, CEUTES – UNAM 1983.
- De la Mora, Gabriel. Formación de adolescentes, México CECSA 1979.
- De Sandoval, Dolores “El mexicano, psicodinámica de sus relaciones familiares”, México villa caña 1984.
- Duclos, Germain. *La autoestima en adolescentes*. Barcelona, Medici 2011.

- Dulanto, Enrique. “Acercamiento a la realidad plural de las parejas en la familia”, México, Editores de textos Mexicanos 2004.
- Ericcson, Eric; tr. Andrés Martínez Corzos “Sociedad y adolescencia”, México siglo XXI editores. 2002.
- C. Eseverri, [et. Al] “Educar para la salud” 3ª edición CCS, Madrid, 1999.
- Estrada, Lauro. “El ciclo vital de la familia” edit. Grijalbo, México 1997.
- Feldman, Robert. “Desarrollo de la infancia” 4 edición, edit. Pearson educación. México 2008.
- Foros, Ma. y Rodríguez Ma. Luisa. *Reflexiones en torno a la orientación educativa*, Oikos Tau Barcelona 1997.
- Frontera, Pedro. “Conocer y cuidar al adolescente: guía para padres” edit. Síntesis Madrid 2005.
- Gasperin, Roberto. Manual de autoestima y relaciones humanas. México, Trillas 2010.
- Gobbi, Sonia. “Adolescencia y adicción acerca de la elección de la droga” Homosapiens rosario 1993.
- Grinder, Robert, “Adolescencia”, edit. Limusa, México 1976.
- Irigoyen, Arnulfo. “Capítulo I Nuevos fundamentos de medicina familiar”, 3ª edición; México, 2006 edit. Medicina familiar mexicana.
- Jensen, Jeffrey. Tr. Ortiz, Ma. Elena. “Adolescencia y adultez emergente: un enfoque cultural”, 3ª edición México, Parsons educación 2008.
- La orientación y tutoría. “Lineamientos para la formación y atención de los adolescentes”. SEP México 2006.
- Lineamientos para la formación y atención de los adolescentes 2011. Guía para el maestro. Educación Básica Secundaria. Tutoría.
- Machín, Juan, et al. “Vuela libre sin adicciones” 2ª edición, corporación mexicana de impresión, 2012.
- Matellanes, Manuela. “Como ayudar a nuestros hijos frente a las drogas” EOS, Madrid 1999.

- Maya, Arnobio. “El taller educativo ¿Qué es? Fundamentación, cómo organizarlo y dirigirlo, cómo evaluarlo”. Magisterio, Colombia 1996.
- Meuly, Rene. “Caminos De La Orientación: Historia, Conceptualización Y Practica De La Orientación Educativa En La Escuela Secundaria” México UPN 2000.
- Moradillo, Fabián. “Adolescentes, drogas y valores”, Materiales educativos para la escuela y el tiempo libre. Madrid CCS 2000.
- Musitu Ochoa, Gonzalo [et. Al.]. “Familia y adolescencia: un modelo de análisis e intervención social” Madrid, edit. Síntesis 2001.
- Nava, J. “Conceptos y teorías” en la orientación en México documento base, México AMPO.
- Nérci, Imídeo. “Introducción a la orientación escolar”, Kapeluz, Argentina 1976.
- Plan de estudios 2011 educación básica.
- Polaino, A. “Como prevenir el consumo de las drogas”, 5º edición, Madrid 2001.
- Ramírez, Marissa, [et al]. “Orientación y tutoría 2 fichero de actividades”. México trillas 2009.
- Roger, Gal. “Orientación Escolar”, editorial Kapeluz Argentina 1980.
- Sandoval, Etelvina. “La trama de la escuela secundaria: institución, relaciones y saberes” plaza y Valdez UPN 2000.
- Segunda guía de material de apoyo para el servicio de Orientación Educativa en escuelas secundarias. México 1992.
- Shen, Jerome, “Medicina del adolescente” el manual moderno, México 1983.
- Vargas, Leticia. “El hombre, la orientación y la sociedad” edit. EPSA, México, 1994.
- Vélaz, Consuelo. “Orientación e intervención psicopedagógica: conceptos, modelos, programas y evaluación”. Aljibe España, 1998.

- Velazco, Rubén y Chaves Víctor. “La disfunción familiar, un reto diagnóstico terapéutico.” En revista médica N.3 mayo-junio, vol. 32 Instituto mexicano del seguro social. 1994.

Bibliografía de Internet:

- ¿Por qué es importante dejar de fumar? Disponible en: www.iner.salud.gob.mx consultado el 29 de septiembre del 2013.
- Autoconocimiento disponible en: parchatealavida.wikispaces.com consultado el 1 de febrero de 2014.
- Autoconocimiento disponible en: www2.fe.ccoo.es consultado el 1 de febrero de 2014.
- Clínica EPOC disponible en: www.iner.salud.gob.mx
- Constructivismo (Pedagogía) disponible en: www.es.wikipedia.org consultado el 2 de febrero del 2014.
- COPEHU disponible en: www.copehu.blogspot.mx consultado el 2 de febrero del 2014.
- Diseño de la Investigación. Tipos de Investigación disponible en: <http://www.eumed.net> consultado el 18 de mayo de 2013.
- El riesgo del tabaco en la adolescencia disponible en: www.creces.cl consultado el 25 de marzo del 2013.
- Encuesta Nacional de Adicciones 2008 disponible en: www.conadic.salud.gob.mx consultado el 2 de octubre de 2013.
- Estadísticas al propósito del día mundial sin tabaco, datos nacionales a 31 de mayo de 2012 disponible en: www.inegi.org.mx consultado el 29 de septiembre de 2013.
- Gastos en salud y consumo fumar cuesta caro disponible en: www.excelsior.com Alicia Valverde consultado el 29 de septiembre de 2013.
- <http://ciencias.jornada.com.mx> consultado el 2 de junio de 2013.

- Humanismo disponible en: www.psicologiamx.blogspot.mx consultado el 2 de febrero del 2014.
- La SEP dice adiós a los reprobados disponible en: www.sipse.com consultado el 2 de febrero del 2014.
- La SEP se prepara para implementar un nuevo sistema de evaluación disponible en: www.mexico.cnn.com consultado el 2 de febrero del 2014.
- Manual de uso de recursos financieros del Programa de Escuelas de Calidad (SEP) 2010 disponible en: <http://www.sepdf.gob.mx> consultado el 30 de abril de 2013.
- Matrimonio y familia en México: retos en el siglo XXI disponible en: <http://www.vertigopolitico.com> consultado el 9 de noviembre de 2012.
- México gasta \$45 mil millones al año en atender enfermos por el tabaco. Miércoles 24 de marzo de 2010 disponible en: www.lajornada.com consultado el 23 de septiembre de 2013.
- Plan de estudios 2011 disponible en: www.curriculobasica.sep.gob.mx consultado el 16 de diciembre de 2013.
- Sánchez, Luisa. "Adolescencia y Tabaquismo" disponible en: www.cendoc.imjuventud.gob.mx consultado el 25 de marzo del 2013.
- Tabaquismo cuesta 45 mil mdp a México al año disponible en: www.SIPSE.com Jueves, 25 de marzo de 2010. consultado el 29 de septiembre de 2013.
- Tabaquismo en México: análisis y recomendaciones de mejora regulatoria disponible en: www.cofemer.gob.mx consultado el 18 de octubre de 2013.
- www.apagaelcigarro.foroactivo.com/ consultado el 27 de septiembre de 2013.
- www.cij.gob.mx consultado el 29 de septiembre de 2013.