

PSICOLOGÍA EDUCATIVA

“PARTICIPACIÓN EN EL PROYECTO DE PREVENCIÓN EN MATERIA
DE ADICCIONES DE CENTROS DE INTEGRACIÓN JUVENIL BENITO
JUÁREZ 2017-2018”

TESIS

INFORME DE INTERVENCIÓN PROFESIONAL PARA OBTENER EL
TÍTULO DE LICENCIADA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA

PRESENTA

LAURA YAZMIN REYES PÉREZ

ASESORA

ELIZABETH ALVAREZ RAMIREZ

CDMX, JUNIO 2019

Agradecimiento

A dios por permitirme llegar hasta donde estoy ahora, por brindarme una segunda oportunidad de vida para cumplir mis sueños y metas.

A mis padres por apoyarme y alentarme en todo momento, por enseñarme a no rendirme y sobre todo por aguantarme en mis peores momentos, gracias por brindarme el honor de concluir tal vez su principal meta con mis hermas y conmigo de vernos realizadas a las tres, los amo.

Karina gracias por ser mi modelo a seguir, por todos aquellos consejos y las veces que me has guiado en cada nueva etapa de mi vida, Faby gracias por siempre apoyarme, por aguantarme en todo momento, pero, sobre todo código gracias por estar para mi aun en mis locuras.

Yared, es para mí una bendición haber compartido esta travesía contigo, gracias infinitas por brindarme tu amistad, por estar presente en las buenas y en las malas, sabes lo importante que eres para mí, Rubí gracias por estar siempre presente, pero principalmente por enseñarme a ser paciente y brindarme tu amistad, las amo niñas.

Dra. Elizabeth Álvarez gracias por haberme guiado durante el desarrollo de mis prácticas, por todas las enseñanzas que me brindó en clase, pero sobre todo por haber creído en mí y por haberme apoyado durante todo el proceso de esta tesis.

Yazmin Reyes

Índice

Resumen.....	7
Introducción.....	8
CAPITULO I FACTORES DE RIESGO Y PROTECCIÓN ANTE EL CONSUMO DE DROGAS EN LA ADOLESCENCIA	10
1.1 Factores individuales	10
1.2 Factores sociales.....	11
CAPITULO II CONSUMO DE DROGAS.....	14
2.1 Drogas: clasificación, efectos y consecuencias de su consumo	14
2.1.1 Clasificación de las drogas	14
2.2 Drogas de iniciación y mayor consumo	15
2.2.1 Alcohol	15
2.2.2 Tabaco.....	17
2.2.3 Marihuana.....	19
2.3 Adicción: uso, intoxicación, abuso, dependencia, abstinencia y tolerancia. ...	22
2.3.1 Uso	22
2.3.2 Intoxicación.....	22
2.3.3 Abuso	22
2.3.4 Dependencia.....	23
2.3.5 Abstinencia	23
2.3.6 Tolerancia.....	24
2.4 Panorama actual ante el consumo de drogas	24
2.4.1 Datos epidemiológicos	24
2.4.2 Informe Mundial Sobre las Drogas	24
2.4.3 Sistema de Vigilancia Epidemiológica en Adicciones	26
2.4.4 Centros de Integración Juvenil (CIJ).....	28
2.4.5 Encuesta Nacional de Consumo de Drogas, Alcohol y Tabaco (ENCODAT)	28
CAPITULO III LA ESCUELA COMO ESCENARIO PREVENTIVO ANTE EL CONSUMO DE LAS DROGAS	32
3.1 Prevención en la escuela.....	33
3.2 El alumno que consume drogas.....	34
3.3 Programa Nacional Escuela Segura en la prevención de adicciones.....	36

3.4 Orientaciones para la prevención de adicciones en la educación básica	39
3.5 Prevención de adicciones en la educación básica.....	40
3.5.1 Resiliencia.....	40
3.5.2 Habilidades para la vida	41
3.5.3 Estilos de vida saludable	43
3.5.4 Ambientes protectores	44
3.5.5 Proyecto de vida.....	44
3.6 Prevención de adicciones en la primaria.....	46
3.7 Prevención de adicciones en la secundaria.....	47
CAPITULO IV PROGRAMAS Y MODELOS DE PREVENCIÓN EN MÉXICO	49
4.1 Programa de Educación Preventiva contra las Adicciones.....	49
4.2 Programa de prevención Yo quiero, Yo puedo	51
4.3 Modelo preventivo Construye Tu Vida.....	52
4.4 Modelo preventivo de riesgos psicosociales CHIMALLI	54
4.5 Modelo preventivo de Centros de Integración Juvenil “Para Vivir sin Adicciones”	56
4.5.1 Salud pública.....	56
4.5.2 Enfoque riesgo-protección.....	56
4.5.3 Modelo ecológico	57
4.5.4 Promoción de la salud	58
4.5.5 Objetivo del Modelo.....	59
4.5.6 Intervención por contextos.....	59
4.5.7 Modelo preventivo.....	60
CAPITULO V PROYECTO DE PREVENCIÓN EN MATERIA DE ADICCIONES	61
5.1 Escenario.....	61
5.2 Misión	61
5.3 Visión.....	61
5.4 Servicios	62
5.4.1 Actividades de prevención	62
5.4.2 Actividades de tratamiento.....	63
5.4.3 Investigación y enseñanza	65
5.5 Objetivos.....	66
5.6 Áreas de trabajo.....	66

CAPITULO VI PROCEDIMIENTO	68
6.1 Actividades intramuros	68
6.1.1 Capacitaciones.....	68
6.1.2 Revisión y elaboración de materiales.....	69
6.1.3 Actividades administrativas.....	70
6.2 Actividades extramuros	72
6.2.1 Ferias de salud.....	72
6.2.3 Módulos de Información.....	73
6.2.4 Jornadas Preventivas.....	74
6.2.5 Pláticas Informativas.....	76
6.2.6 Taller de Manejo de Emociones.....	78
6.2.7 Taller para el Desarrollo de Habilidades Psicosociales.....	82
6.2.8 Taller para la Sexualidad libre de consumo de drogas.....	85
6.2.9 Taller de Inhalables.....	88
Conclusión	90
Referencias	95
A N E X O S	99
Anexo I Cartas descriptivas del Taller Manejo de Emociones	100
Anexo 1.1 Cartas descriptivas del Taller de Manejo de Emociones en la Primaria Reino Unido de la Gran Bretaña	101
Anexo 1.2 Cartas descriptivas del Taller de Manejo de Emociones en la Primaria José María Mata	105
Anexo 1.3 Cartas descriptivas del Taller de Manejo de Emociones en Cetis 5 “Gertrudis Bocanegra”	109
Anexo 1.4 Cartas descriptivas del Taller de Manejo de Emociones en la Escuela Secundaria N. 197 “Canadá”	114
Anexo 1.5 Cartas descriptivas del Taller de Manejo de emociones en la Primaria Tlacoquemecatl	118
Anexo 1.6 Cartas descriptivas del Taller de Manejo de Emociones en el Jardín de Niños Tlacoquemecatl	122
Anexo 1.7 Cartas descriptivas del Taller de Manejo de Emociones en la Escuela Secundaria 34	126
Anexo II Cartas descriptivas del Taller de Desarrollo de Habilidades Psicosociales	130
Anexo 2.1 Cartas descriptivas del Taller de Desarrollo de Habilidades Psicosociales para 1°, 2° y 3° de la Primaria Carlos A. Carrillo	131

Anexo 2.1.1 Cartas descriptivas del Taller de Desarrollo de Habilidades Psicosociales para 4°, 5° y 6° de la Primaria Carlos A. Carrillo.....	139
Anexo 2.2 Cartas descriptivas del Taller de Desarrollo de Habilidades Psicosociales en la Primaria Jonas Edward	147
Anexo 2.3 Cartas descriptivas del Taller de Desarrollo de Habilidades Psicosociales en el Jardín de Niños Ramon López Velarde	152
Anexo III Cartas descriptivas del Taller para la Sexualidad libre de consumo de drogas	156
Anexo 3.1 Cartas descriptivas del Taller para la Sexualidad libre de consumo de drogas en la Escuela Secundaria 69.....	157
Anexo 3.2 Cartas descriptivas del Taller para la Sexualidad libre de consumo de drogas en la Escuela Secundaria para Trabajadores 37	162
Anexo 3.3 Cartas descriptivas del Taller para la Sexualidad libre de consumo de drogas en la Escuela Secundaria 34.....	168
Anexo 3.4 Cartas descriptivas del Taller para la Sexualidad libre de consumo de drogas en la Telesecundaria 32.....	172
Anexo IV Cartas descriptivas del Taller de Inhalables en la Telesecundaria 32... 	177

Resumen

El presente trabajo pretende informar las funciones que el estudiante realiza dentro de las prácticas profesionales como psicólogo educativo, específicamente en el proyecto de Prevención en Materia de Adicciones que desempeñan los Centros de Integración Juvenil, realizando dichas funciones con base a lo expresado en el Plan de Estudios 2009 de la Licenciatura en Psicología Educativa de la Universidad Pedagógica Nacional.

Dentro del presente trabajo, se exponen algunos de los problemas sociales que presentan los adolescentes en la actualidad, también se muestran algunos datos estadísticos sobre el consumo de drogas a nivel mundial así como en México, por otro lado también se exponen las acciones que se han realizado por parte de la SEP para la prevención de adicciones y los modelos de prevención que se han implementado en México, por último se exponen las actividades profesionales que se pueden desempeñar en el campo de las adicciones, por lo que el trabajo realizado en la unidad de los Centros de Integración Juvenil Benito Juárez permitió desarrollar al psicólogo educativo como promotor de la prevención del uso de drogas, así como de estilos de vida saludables, por medio de pláticas, talleres, módulos de información y jornadas de prevención que se impartieron en los distintos niveles de educación, así como en hospitales e instituciones privadas del sector laboral.

Introducción

En la actualidad el consumo de drogas en la etapa adolescente se ha convertido en una problemática cada vez más grave, algunos estudios apuntan hacia un inicio cada vez más temprano del consumo (Faílde, Dapía, Alonso & Pazos, 2015), por lo que el tema de la prevención de adicciones ha tomado gran relevancia en los últimos años dentro de la educación (SEP, 2009), esta problemática afecta no solo a los jóvenes, sino que también empieza a afectar a niños, por lo que es importante realizar acciones que ayuden a los estudiantes a alejarse de experimentar el consumo de las drogas.

Una de las acciones principales que se han llevado a cabo para hacerle frente a dicha problemática, gracias al aumento y la creciente complejidad del consumo de drogas en México (Arellanez, Díaz, Wagner & Pérez, 2004), se han implementado modelos y programas preventivos dentro de la comunidad escolar, cabe mencionar que el objetivo de la prevención es el de erradicar aquellos factores que pueden inducir al consumo de drogas, sin embargo, el modelo preventivo también tiene la tarea de atender las problemáticas con las que los estudiantes puede presentar, como por ejemplo, el aislamiento entre el grupo de pares, rezago escolar, conductas problemáticas, etc. (SEP, 2009).

Por otro lado, la prevención también busca reforzar el desarrollo social del individuo a través de la convivencia sana dentro de los diferentes entornos en los que se desenvuelve, por lo que queda expuesta la importancia de la prevención en los diferentes contextos que rodea a los adolescentes como lo es el escolar, familiar y social, entendiendo que la participación ante la prevención es responsabilidad de todos.

El trabajo que a continuación se presenta, se encuentra estructurado en los siguientes apartados: en el primer apartado se contextualiza los problemas sociales que en la actualidad los adolescentes enfrentan y por el cual son orillados a iniciar el consumo de drogas, presentando los factores de protección y los factores de riesgo en los que el adolescente puede llegar a ser vulnerable.

En el segundo apartado se habla del consumo de las drogas, definiendo la droga como una sustancia que altera las funciones del organismo y que puede ocasionar adicción, así mismo se presenta su clasificación y la descripción de las drogas de inicio y de mayor consumo. Por otro lado, se presenta el panorama actual del consumo de drogas exponiendo datos epidemiológicos tanto a nivel mundial como a nivel nacional.

En el tercer apartado se presenta el panorama de la escuela ante las drogas, exponiendo las acciones que en la educación básica se han realizado para evitar que los alumnos consuman drogas, así como el modelo preventivo que la SEP propone a través del Programa Nacional de Escuela Segura.

En el cuarto apartado se describen los programas y modelos de prevención de las adicciones que se han implementado en México tanto en el sector educativo como en el sector salud.

En el quinto apartado se describe el escenario donde se realizó las prácticas profesionales, el cual lleva por nombre proyecto de Prevención en Materia de Adicciones de Centros de Integración Juvenil Benito Juárez

Por último, se describen las actividades realizadas como psicólogo educativo dentro del proyecto de Prevención en Materia de Adicciones.

CAPITULO I

FACTORES DE RIESGO Y PROTECCIÓN ANTE EL CONSUMO DE DROGAS EN LA ADOLESCENCIA

La adolescencia, es la etapa de desarrollo humano donde suelen iniciarse las salidas sin compañía de los adultos y en la que el grupo de iguales ejerce un papel fundamental en la construcción de la identidad (Faílde et al., 2015), por lo que el ambiente que rodea a los adolescentes es un factor muy importante para su participación social como la búsqueda de pertenencia en un cierto grupo o la búsqueda de su personalidad. Algunos autores hacen referencia a los factores de riesgo que pueden influir para que los adolescentes se incursionen en el mundo de las drogas:

“Los factores de riesgo son comprendidos en el estudio como cualquier circunstancia o cualquier evento de naturaleza biológica, psicológica o social, cuya presencia o ausencia modifica la probabilidad de que se presenten problemas determinados en una persona o comunidad” (Canales, Días de Paredes & Guidorizzi, 2012, p. 261).

Botvin y Botvin (1992) distinguen los factores de riesgo individuales de los factores de riesgo sociales, los factores individuales están centrados en la persona y se refiere a las características y comportamientos del individuo, en cuanto a los factores sociales se refiere a las interacciones que tiene el individuo con su entorno.

1.1 Factores individuales

Los factores individuales hacen referencia, a las características internas del individuo como su forma de ser, sentirse y comportarse (Peñafiel, 2009), entre las cuales se pueden encontrar:

- La búsqueda de sensación: Peñafiel (2009) “la búsqueda de sensaciones es un rasgo de personalidad que se caracteriza por necesidad de sensaciones,

experiencias complejas, variadas y nuevas”. Los adolescentes al encontrarse con familiares o amigos consumidores les surge la curiosidad de experimentar el “sentir” del consumo de alguna droga.

- Alto nivel de inseguridad: lo que produce una baja autoestima
- Toma de decisiones propia: aquellos adolescentes que carecen de tomar decisiones propias son más influenciables por sus amigos. Cuando los adolescentes conviven con amigos consumidores, a menudo estos convencen al adolescente a consumir con ellos alguna sustancia.
- Rebeldía: la no conformación y la predisposición hacia la independencia puede causar el consumo de drogas ilegales.
- Baja tolerancia a la frustración: pasar por una situación estresante que se torne incontrolable, puede ocasionar que los adolescentes busquen una escapatoria “fácil” ante esas situaciones, el consumir drogas les proporciona “tranquilidad y relajación”.
- Conocimientos: la falta de información sobre las consecuencias que tiene las drogas puede desatar la adicción a estas sustancias, surgiendo entre los adolescentes mitos sobre las drogas como el que no desarrollen enfermedades.
- Creencias: los adolescentes con frecuencia creen que pueden dejar de consumir drogas cuando ellos quieran sin darse cuenta de que están desarrollando una adicción o que por consumir alguna sustancia se sentirán pertenecientes a un grupo.

1.2 Factores sociales

Botvin y Botvin (1992) exponen los factores sociales como complejos e interactivos por lo que diferencia en nivel macrosocial aquellos factores externos en el que la calidad de vida influye en la conducta del individuo y el nivel microsical aquellos factores en los contextos más inmediatos en los que el sujeto se relaciona diariamente, los cuales se enlistan a continuación:

Nivel macrosocial

- Influencia de los medios de comunicación: la publicidad se hace cada vez más presente en la radio, la televisión, pero principalmente en la internet, para promocionar el alcohol o tabaco se suele presentar imágenes y mensajes sugestivos de seguridad y principalmente de éxito social, por lo que los adolescentes suelen creer que consumiendo alcohol o tabaco destacaran de su grupo social, durante la adolescencia, el individuo busca tener “éxito social” entre su grupo de amigos.
- Contexto social: tiene que ver con los estilos de vida que el adolescente adopta y por el simple hecho de mantener esos estilos para identificarse en un grupo urbano que en muchos de los casos implica el consumir drogas, ya sea para “convivir con los demás”.
- Oferta y disponibilidad de las sustancias: cada vez es más fácil el acceso a las sustancias psicoactivas por lo que es cada vez mayor el inicio de consumo en los adolescentes e incluso en los niños.

Nivel microsocial

- Influencias de los compañeros-amigos: “El joven que busca encontrar su propia identidad, muchas veces ve en la droga una manera de distinguirse en medio de otros adolescentes, y con esto encuentra también la manera de hacer amigos” (Canales et al, 2012, p. 267). Durante la adolescencia, el individuo busca pertenecer a un grupo de social y para sentirse parte de dicho grupo o por inducción del mismo grupo para aceptar al adolescente influye, en mucho de los casos, no solo a usar alguna droga si no a abusar de ella.
- Factores escolares: las experiencias escolares negativas como el bajo rendimiento escolar, suelen encontrarse asociadas al consumo de las drogas (Peñañiel, 2009). “el fracaso escolar de forma específica ha sido identificada como un predictor claro del abuso de drogas en la adolescencia y otras edades” (Moral, Rodríguez & Sirvent, 2006 citado en Peñañiel, 2009)
- Influencias familiares: se ha considerado que la familia es el primer contexto socializador del individuo, por lo que los factores familiares como lo

mencionan Canales et al. (2012), se relacionan con los estilos parentales de manejo familiar, incluyendo el tipo de comunicación construida, el establecimiento de normas y el manejo de sensaciones, el clima emocional familiar y la cultura en torno a las drogas, el adolescente podría iniciar el consumo de sustancias psicoactivas gracias a la poca relación con la familia, problemas afectivos en el hogar, ausencia de padres, influencia de hermanos consumidores, expectativas no claras ante la conducta esperada, falta de control o disciplina inconsistente.

Uno de los factores principales por los cuales los adolescentes inician con el consumo de drogas es el rechazo o aislamiento que experimentan al momento de tratar de relacionarse con un grupo de personas, teniendo como consecuencia además del consumo una baja autoestima. La autoestima como lo mencionan Musitu y Herrero (2003) expresa la forma en que cada persona evalúa el concepto que tiene de sí misma, por lo que una baja autoestima es un factor de riesgo para iniciar el consumo de sustancias psicoactivas, un pobre autoconcepto y poca autoconfianza durante la adolescencia principalmente podría tener como consecuencia el uso y abuso del consumo. Por lo que, al buscar aceptación de otros jóvenes, los adolescentes suelen realizar actividades o acciones ilícitas, corriendo el riesgo de ser atrapados e incluso de ser internados en las agencias de readaptación social para menores.

La adolescencia se ha convertido en la etapa evolutiva con mayor riesgo de inicio de consumo de drogas gracias a sus características de búsqueda de identidad personal e independencia, alejamiento de los valores familiares y por la necesidad de aceptación en grupos de iguales (Canales et al, 2012). Por otro lado, el consumo de estas sustancias entre los jóvenes se está convirtiendo en una vía de escapatoria ante las situaciones que suelen frustrarlos, así como sentirse impotentes para cambiarlo.

CAPITULO II CONSUMO DE DROGAS

2.1 Drogas: clasificación, efectos y consecuencias de su consumo

Las drogas son sustancias o mezclas distintas de las que necesitamos para la vida como el alimento, el agua, el oxígeno, etc. que al introducirse en el organismo producen algunas alteraciones en sus funciones (CIJ, 2003).

2.1.1 Clasificación de las drogas

En la actualidad las drogas se han podido clasificar de distintas maneras como:

- Drogas legales e ilegales

Esta clasificación se ha establecido de acuerdo con la comercialización que cada país permite, en el caso de México las drogas legales son el alcohol y el tabaco, mientras que las ilegales son la cocaína, marihuana, entre otras (CIJ, 2003), es importante mencionar que en el 2017 se reformaron diversos artículos de la Ley General de Salud y el Código Penal Federal para establecer políticas de regulación para el uso de la marihuana de manera legal únicamente con fines médicos y de investigación, por lo que su comercialización aun es penalizada en México (INCYTU, 2017).

- Uso médico y no médico

Gracias a los avances científicos dentro de la medicina, se han producido nuevas sustancias que de acuerdo con los efectos que presentan, tienen como finalidad el tratamiento de algunos padecimientos y trastornos, no obstante, otras sustancias se han utilizado con el propósito de alterar el estado de conciencia, por ello también se les llega a clasificar por el uso que se les puede dar a las drogas (CIJ, 2003).

- Farmacológica

Esta última clasificación tomo como criterio los efectos que causan las drogas por lo que se han establecido cinco categorías dentro de la clasificación farmacológica como lo son los estimulantes, depresores, opioides, alucinógenos y cannabinoides (CIJ, 2003), dentro de cada categoría se encuentran las siguientes drogas:

- **Estimulantes:** Cocaína, Metanfetaminas, Nicotina, Cafeína.
- **Depresores:** Alcohol, benzodiacepinas, barbitúricos, analgésicos.
- **Opioides:** Morfina, heroína, metadona.
- **Alucinógenos:** Mezcalina, LSD
- **Cannabinoides:** Marihuana

2.2 Drogas de iniciación y mayor consumo

El tabaco se encuentra clasificado farmacológicamente como un estimulante mientras que el alcohol por sus efectos es una droga depresora y la marihuana se encuentra en los cannabinoides (CIJ, 2017), siendo estas las tres drogas de más fácil acceso por lo cual son consideradas como drogas de iniciación y con mayor consumo en México de acuerdo a diversos informes como el Informe Mundial Sobre las Drogas, el Sistema de Vigilancia Epidemiológica en Adicciones y la Encuesta Nacional de Consumo de Drogas, Alcohol y Tabaco, por lo que a continuación se describirán sus efectos y consecuencias.

2.2.1 Alcohol

El alcohol es una sustancia intoxicante que se produce a través de la fermentación de diversos granos, frutos y plantas, se presenta en forma líquida o como parte de una bebida, la cual está presente en la cerveza, el vino y el licor. El alcohol es una

droga depresora del sistema nervioso central (UNODC, 2014). El alcohol también es comúnmente llamado: trago, copa, piste, chupe, chupirul, cheves, drink.

El uso nocivo de alcohol está asociado con algunos efectos que alteran a la salud, Nolia (2015) en su publicación “El trago estándar en México” menciona que se considera como uso nocivo de alcohol cuando se consume cinco o más bebidas en los hombres y en mujeres el consumo de más de cuatro bebidas por ocasión, por otro lado, se considera abuso del alcohol, según CONADIC (citado en Nolia, 2015) como un patrón de consumo de más de cinco bebidas por ocasión, más de tres veces por semana, en el hombre, y más de cuatro bebidas por ocasión, más de tres veces por semana en la mujer.

Para que una persona llegue a desarrollar una adicción se inicia en primera instancia con el uso nocivo del alcohol pasando por el abuso, posteriormente se desarrolla la tolerancia de sus efectos hasta llegar a la adicción, la adicción se caracteriza principalmente por el deseo intenso de consumir la droga (CONADIC, 2017) además de las consecuencias que podrían llegar a presentarse, el síndrome de abstinencia aparecen cuando una persona que tiene adicción al alcohol suspende su consumo después de dosis altas y repetidas, de acuerdo con el Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales DSM-5 sus síntomas podrían aparecer después de 24 horas que se dejó de consumir dicha droga.

En la tabla 1 se muestran los efectos asociados por el uso nocivo del alcohol, así como las consecuencias que podrían llegar a presentarse en la adicción y los síntomas asociados al síndrome de abstinencia.

Tabla 1

Efectos y consecuencias del alcohol

Efectos asociados al uso nocivo del alcohol	Consecuencias por la adicción del alcohol	Síntomas por síndrome de abstinencia
• Descoordinación	• Gastritis	• Hiperactividad
• Habla disártrica	• Úlcera estomacal	• Temblor de manos
• Marcha insegura	• Cirrosis hepática	

-
- | | | |
|---|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • Alteración de la atención o de la memoria • Náuseas y vómito | <ul style="list-style-type: none"> • Pancreatitis • Cáncer de esófago o de estomago • Hipertensión de bajo grado • Afección cardíaca • Amnesia grave • Déficit cognitivo • Cambios degenerativos en el cerebro | <ul style="list-style-type: none"> • Insomnio o sueño no reparador • Deseo de consumir alcohol • Ansiedad • Alucinaciones o ilusiones transitorias visuales, táctiles o auditivas |
|---|---|---|
-

Fuente: Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos DSM-5 (2014)

La tabla anteriormente presentada expone los efectos y consecuencias que se consideran en el consumo del alcohol, sin embargo, también se han relacionado otro tipo de consecuencias con el alcohol, por ejemplo, enfermedades indirectas como el VIH/sida debido a que el alcohol desinhibe o relaja, lo que ocasiona que aumente la probabilidad de comportamientos sexuales de riesgo, consecuencias psicológicas y de conducta como cambios repentinos del estado de ánimo, depresión, llanto, entre otros, también se consideran consecuencias sociales como peleas callejeras, embarazos no deseados, consecuencias familiares como la falta de comunicación y consecuencias escolares y laborales como abandono o bajo rendimiento en la escuela o trabajo (CONADIC, 2017).

2.2.2 Tabaco

El tabaco es una planta que proviene de América, un cigarrillo se encuentra conformada principalmente por el tabaco y la nicotina entre muchas otras sustancias, con una bocanada de humo del tabaco se puede inhalar más de 7,000 sustancias químicas que componen el cigarro, 70 de estas sustancias pueden provocar cáncer (UNODC, 2014). Esta droga es clasificada como un estimulante

por los efectos que provoca y se puede consumir en cigarrillos, pipas, cigarrillos electrónicos o tabaco para masticar. El tabaco también es conocido como tabique, tabico, cigarro, pitillo.

El consumo del tabaco puede ocasionar síntomas y consecuencias negativas a casi todos los órganos del cuerpo (UNODC, 2014), al fumar, los pulmones absorben la nicotina y esta pasa a la sangre y después al cerebro, la nicotina llega al cerebro ocho segundos después de haber inhalado el humo del cigarro (CONADIC,2017). De acuerdo con CIJ (2014) la nicotina es la causa principal de la adicción, debido a que activa los mecanismos de placer del cerebro ya que cuanto más rápida sea la absorción de la sustancia, mayor es la intensidad de los efectos de la misma al entrar al organismo.

Fumar tabaco se ha posicionado como la principal causa de más de ocho millones de muertes al año a nivel mundial, también tiene una relación directa con la aparición de 29 enfermedades y es la principal causa de cáncer de pulmón además de ser responsable de más del 50% de las enfermedades cardiovasculares (OMS, 2015). El uso de esta droga incrementa el riesgo de diversos efectos en las mujeres como la infertilidad y abortos, mientras que en los hombres incrementa el riesgo de padecer disfunción eréctil (CIJ, 2014).

El fumar tabaco se ha considerado actualmente uno de los mayores factores de riesgo para la salud. Aunque durante un tiempo de haber iniciado su consumo no se noten los efectos nocivos del tabaco, se han considerado algunas señales de alerta que se pueden llegar a presentar como mal olor en el cabello, piel o ropa, aliento desagradable, dedos amarillos, dientes manchados y dolor de cabeza (CIJ, 2014). A pesar de que los efectos en el consumo del tabaco no son notorios de manera inmediata, además del “placer” que la nicotina provoca en el cerebro, se han considerado algunos efectos que podrían llegar a aparecer con el consumo nocivo, así como, en el abuso de dicha droga, con la exposición repetida a la nicotina es posible llegar a desarrollar tolerancia a algunos de los efectos y el suspender de manera repentina el consumo constante de la droga puede llegar a desarrollar el síndrome de abstinencia.

En la tabla 2 se presentan algunos de los efectos y consecuencias por el uso nocivo y el abuso del tabaco, así como los síntomas que se pueden llegar a presentar dentro del síndrome de abstinencia.

Tabla 2

Efectos y consecuencias del tabaco

Efectos por uso nocivo del tabaco	Consecuencias por el abuso del tabaco	Síntomas por síndrome de abstinencia
<ul style="list-style-type: none"> • Mareo • Taquicardia y arritmias cardiacas • Relajación y alivio temporal • Falsa percepción de concentración 	<ul style="list-style-type: none"> • Mal aliento y tos • Dificultad para respirar • Falta de sensibilidad en las pupilas gustativas • Resequedad en la piel • Úlceras estomacales • Insomnio • Enfermedades respiratorias • Dolores de cabeza, migraña 	<ul style="list-style-type: none"> • Deseo incontrolable por fumar • Irritabilidad • Dificultad para concentrarse • Aumento de apetito • Ansiedad o estados depresivos

Fuente: ¿Drogas? Mejor Infórmate (CIJ, 2017)

A pesar de las consecuencias presentadas, tanto el DSM-5 como el CIE-11 también consideran el abandono de las actividades sociales, laborales o recreativas si se tienen lugar en zonas de uso restringido del tabaco, problemas sociales o interpersonales como tener discusiones con otros sobre el consumo del tabaco y evitar situaciones sociales debido a la desaprobación, de igual manera consideran los peligros físicos como el fumar en la cama o cerca de productos inflamables.

2.2.3 Marihuana

La marihuana proviene de la planta cannabis, dicha droga contiene más de 60 compuestos químicos, en todas sus presentaciones la marihuana altera las

funciones cerebrales ya que contiene THC tetra-hidro-cannabinol, sustancia responsable de desarrollar la adicción (UNODC, 2014) por lo que es clasificada como una droga depresora, en promedio un cigarro de marihuana contiene 20 mg. Esta droga es presentada como una hierba, resina o hashís, también es conocida como mota, churro, hierba, gallo, maría, pasto, “Acapulco Golden” (CIJ, 2017).

El consumo de la marihuana provoca efectos que alteran el estado de conciencia, así como a la salud, esta droga puede llegar a ocasionar graves consecuencias en el organismo, múltiples estudios han demostrado que los efectos sobre el organismo varían cuando existe un uso ocasional a cuando existe un uso crónico de la droga, la aparición de algunos efectos depende de las condiciones y circunstancias de cada personas (CIJ, 2014).

De acuerdo con Volkow, Baler, Compton y Weiss (2014), el abuso de a marihuana se encuentra caracterizado por el aumento de la frecuencia del consumo de la droga, según los criterios del DSM-5, aproximadamente el 9% de quienes experimentan con la marihuana se vuelven adictos.

“Las personas que comienzan a consumir marihuana en la adolescencia son de dos a cuatro veces más proclives a sufrir síntomas de dependencia en la adultez” (Volkow, Baler, Compton & Weiss, 2014, p. 2220).

El consumo frecuente de la marihuana se ha asociado con algunas enfermedades mentales como lo es la ansiedad y depresión, también se han asociado con psicosis como el desarrollar esquizofrenia en la adultez, así como el aceleramiento de los padecimientos antes mencionados en dado caso que la persona que consume dicha droga ya mostrara alguna enfermedad (CIJ, 2017; Volkow, Baler, Compton & Weiss, 2014).

Actualmente el informe DSM-5 y el CIE-11 exponen los efectos por uso de la marihuana, ya que puede aparecer uno o más efectos después de dos horas de su consumo, también presenta las consecuencias por adicción ya que cuando se consume marihuana con frecuencia en cantidades excesivas puede aparecer una o más consecuencias, por último el DSM-5 menciona algunos síntomas de la

abstinencia, la cual pueden aparecer tres o más síntomas después de un plazo de una semana aproximadamente de haber cesado bruscamente el consumo frecuente y excesivo de la marihuana. En la tabla 3 se presentan algunos efectos y consecuencias además de los síntomas que se pueden llegar a presentar durante el síndrome de abstinencia.

Tabla 3

Efectos y consecuencias de la marihuana

Efectos por uso de la marihuana	Consecuencias por la adicción de la marihuana	Síntomas por síndrome de abstinencia
<ul style="list-style-type: none"> • Inyección conjuntival (ojos rojos) • Aumento del apetito • Boca seca • Taquicardia 	<ul style="list-style-type: none"> • Puede causar asma, bronquitis crónica y baja densidad en el tejido pulmonar • deshidratación • Afecta la memoria • Ataques de pánico y cambios de humor repentinos • Síntomas depresivos 	<ul style="list-style-type: none"> • Irritabilidad, rabia o agresividad • Nerviosismo o ansiedad • Dificultades para dormir • Perdida del apetito o peso • Intranquilidad • Estado de ánimo deprimido • Dolor abdominal, espasmo y temblores, sudoración, fiebre, escalofríos o cefalea

Fuente: Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos DSM-5 (2014)

A demás de los efectos y consecuencias, el DSM-5 y el CIE-11 toman en cuenta los problemas recurrentes relacionados con este consumo como ausencias repetidas en el trabajo o la escuela y el abandono de las obligaciones familiares, por otro lado consumir marihuana puede afectar negativamente el funcionamiento conductual y cognitivo, otras de las señales que también son tomadas en cuenta es el olor a marihuana en la ropa, color amarillo en los dedos (por fumar), tos crónica, quema de incienso, deseo exagerado e impulso por alimentos específicos (en caso de que la droga sea ingerida vía oral).

2.3 Adicción: uso, intoxicación, abuso, dependencia, abstinencia y tolerancia.

En la actualidad la adicción es considerada de acuerdo con el Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales (DSM-5, 2014) como un trastorno por consumo de sustancias ya que es la asociación de síntomas cognitivos, comportamentales y fisiológicos que indican que una persona se encuentra consumiendo sustancias a pesar de los problemas significativos relacionados con las drogas. Dentro del documento DSM-5 se combinan las categorías uso, abuso y dependencia para definir las características del trastorno, por lo que a continuación se describen cada una de ellas.

2.3.1 Uso

Se entiende como uso aquel tipo de consumo moderado que, por su cantidad, su frecuencia o la propia situación del sujeto, no se detectan consecuencias inmediatas sobre el consumidor ni sobre su entorno, es decir que no provoca embriaguez, ni pérdida del control de las funciones motoras, disminución de reflejos o dificultades al hablar, según la sustancia consumida (CIJ, 2003).

2.3.2 Intoxicación

Actualmente las OMS emplea el término “intoxicación” para referirse de acuerdo con el CIE-11 (2018) a la condición transitoria de alteraciones causadas por los efectos farmacológicos que se desarrolla durante o poco después del consumo de una droga.

2.3.3 Abuso

El abuso se caracteriza por el consumo de grandes cantidades produciendo consecuencias negativas para el consumidor o su entorno, incluso si éste ocurre en

una sola ocasión o en algún evento social (CIJ, 2003), es importante recalcar que el abuso no solo implica episodios frecuentes, sino que también podría dañar a terceros.

De acuerdo con el informe DSM-5 el abuso también puede definirse como consumo de riesgo ya que puede producirse un consumo recurrente de la sustancia incluso en aquellas situaciones en las que esta provoca un riesgo físico (2014).

2.3.4 Dependencia

La dependencia se entiende como aquella pauta de comportamiento en la que se prioriza el consumo de una sustancia frente a otras conductas antes prioritarias, es importante mencionar que la dependencia imposibilita dejar de consumir drogas sin que se presente el síndrome de abstinencia y la tolerancia (CIJ, 2003).

Por otro lado, el CIE-11 (2018) define a la dependencia como un trastorno de regulación del consumo de la droga puesto que surge del consumo repetido o continuo, su rasgo característico es el fuerte impulso interno por consumir la sustancia psicoactiva.

2.3.5 Abstinencia

De acuerdo con el documento DSM-5 (2014).

“La abstinencia es un síndrome que ocurre cuando disminuyen las concentraciones de la sustancia en la sangre o los tejidos en una persona que ha sido una gran consumidora de manera prolongada. Es probable que la persona consuma la sustancia para aliviar los síntomas que produce la abstinencia. Estos síntomas difieren enormemente según la clase de sustancia consumida (p.484).”

2.3.6 Tolerancia

La tolerancia se define como el aumento de las dosis de la sustancia para conseguir los efectos deseados puesto que existe una reducción del efecto cuando se consume la dosis habitual (DSM-5, 2014).

2.4 Panorama actual ante el consumo de drogas

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2008), el consumo de drogas es actualmente una de las problemáticas sociales más emergentes, señalando que la droga es una sustancia con efectos psicoactivas susceptibles de ser autoadministrada. Por otro lado, se dice que es cada vez menor la edad de la población que inicia el consumo de drogas, por ello se han revisado algunos datos epidemiológicos que han arrojado distintas instituciones, los cuales se presentan a continuación.

2.4.1 Datos epidemiológicos

En el presente apartado se exponen algunos informes tanto a nivel mundial como en México acerca del consumo actual de sustancias psicoactivas mostrando los datos epidemiológicos de los últimos años.

En el Mundo

2.4.2 Informe Mundial Sobre las Drogas

El Informe Mundial Sobre las Drogas, es un informe que se realiza periódicamente con respecto al consumo de drogas, de acuerdo con los resultados arrojados por el último informe, 275 millones de personas en el mundo siendo el 5.6% de la población entre los 15 y 64 años han consumido drogas en alguna ocasión (UNODC, 2018).

De acuerdo con las OMS, en el 2015 fallecieron 450 mil personas en todo el mundo a causa del consumo de drogas, 167.750 de esas personas se les relaciono principalmente con la sobredosis. La droga con mayor consumo en el mundo son los cannabis (tabla 4) con 192 millones de personas, en comparación con el informe del 2017 (tabla 5) hay un aumento de 9 millones de personas que consumen cannabis, mientras que se percibe una disminución de consumidores en los opioides con 1 millón, anfetaminas y estimulantes con 3 millones, éxtasis con 1 millón, opiáceos y cocaína con 1 millón respectivamente.

Tabla 4
Sustancias psicoactivas más consumidas durante 2016

Número de consumidores en el año 2016	
Sustancia psicoactiva	Millones
Cannabis	192
Opioides	34
Anfetaminas y estimulantes sujetos a prescripción médica	34
Éxtasis	21
Opiáceos	19
Cocaína	18

Fuente: Informe Mundial sobre Drogas (UNODC, 2018).

Tabla 5
Sustancias psicoactivas más consumidas durante 2015

Número de consumidores en el 2015	
Sustancia psicoactiva	Millones
Cannabis	183
Opioides	35
Anfetaminas y estimulantes sujetos a prescripción médica	37
Éxtasis	22
Opiáceos	18
Cocaína	17

Fuente: Informe Mundial sobre Drogas (UNODC, 2017).

En México

2.4.3 Sistema de Vigilancia Epidemiológica en Adicciones

El Sistema de Vigilancia Epidemiológica en Adicciones (SISVEA, 2016), pretende complementar la información epidemiológica existente sobre el consumo de droga a partir de las siguientes fuentes de información.

- **Centros de Tratamiento y Rehabilitación No Gubernamentales**

La información brindada en los Centros de Tratamiento y Rehabilitación No Gubernamentales presentada a través del SISVEA se obtuvo a través de cuestionarios que fueron aplicados a las personas que ingresaron en estos centros durante su primer ingreso.

Se obtuvieron un total de 60.582 registros, provenientes de 1.125 centros de tratamiento en 281 ciudades a lo largo del país, la media de edad de quienes acudieron durante el 2016 fue de 31.08 años, de los cuales el 89.6% pertenece al sexo masculino. En cuanto a la escolaridad de la población, el 65.1% cuenta con nivel básico mientras que el resto cuenta con nivel media superior, licenciatura o posgrado.

Las personas que acudieron a los Centros de Tratamiento ingresaron por problemas en distintos ámbitos de la vida, entre los cuales 44.1% de los pacientes fue llevado por amigos o familiares mientras que el 47.3% acudieron de manera voluntaria.

El alcohol con un 45.8% es la droga de inicio con mayor frecuencia seguida del tabaco con un 28.7% y de la marihuana 14.8%, consumiéndose en promedio por primera vez a los 14.67 años.

- **Consejo Tutelares para Menores**

El contexto social, donde conviven los adolescentes, es un factor importante ya que este influye en su comportamiento. Los adolescentes que conviven dentro de un ambiente conflictivo tienen una mayor tendencia a ser vulnerables debido a la

búsqueda de aceptación y pertenencia a un grupo o círculo social; en mucho de los casos los adolescentes se vuelven más propensos a desarrollar comportamientos conflictivos, estén o no bajo el efecto de alguna droga, hecho por el cual pueden ser procesados en los Tutelaras para Menores.

Los Consejos Tutelares para Menores buscan promover la readaptación social en personas menores de 18 años que se han visto en conflicto con la ley, por medio de medidas correctivas, protección y vigilancia. Durante el 2016 se registraron un total de 2,124 personas que ingresaron a al Consejo Tutelar, la media de edad de quienes ingresaron fue de 16.3 años de los cuales el 92.7% lo representa el sexo masculino, el 91.9% pertenece al grupo de 15 años o más, mientras que el 8.1% tiene entre 10-14 años.

Entre el total de los registros el 36.8% refirieron haber concluido sus estudios, mientras que el 39.9% no los concluyó y 23.3% restante refirió estar cursando sus estudios en ese momento. La droga que se identificó como la principal droga de inicio fue el tabaco con un 25%, seguida del alcohol con el 24.2% y la mariguana con un 19.9%, en promedio se indicó que la edad de inicio de consumo de sustancias fue a los 13.6 años, la menor edad de inicio que fue registrada fue a los 6 años y la máxima a los 25 años.

- **Servicios de Urgencias Hospitalarias**

El SISVEA cuenta con el reporte de los servicios de urgencias hospitalarias ya que durante el 2016 se registraron 13,405 eventos, entre los cuales el 57.1% fueron mujeres. La media de edad fue de 37.5 años y el 48.6% son mayores de 35 años.

El 3.9% (518) de los pacientes que fueron atendidos se encontraron bajo el efecto de alguna droga, el 67.8% se encontraba bajo el efecto del alcohol seguido por la mariguana con un 9.7%, las causas por las fueron ingresados estos pacientes bajo la influencia de alguna sustancia psicoactiva fue por accidentes o por probables delitos.

2.4.4 Centros de Integración Juvenil (CIJ)

Centros de Integración Juvenil es una asociación civil sin fines de lucro, fundada en 1969 e incorporada al Sector Salud. Cuenta con una experiencia de más de 50 años en la prevención, el tratamiento, la rehabilitación y la investigación científica sobre el consumo de drogas. Anualmente atiende a más de 9 millones de personas con servicios de prevención, tratamiento y rehabilitación. Cuenta con 102 unidades de prevención y tratamiento y 12 unidades de hospitalización a lo largo de la república mexicana.

El CIJ reporta información epidemiológica del consumo de drogas de quienes solicitan tratamiento, esta información se obtuvo de 10,083 usuarios que acudieron a consulta por primera vez entre julio y diciembre del 2017. La edad de quienes acudieron principalmente oscila entre los 9 y 77 años, el 84% de los usuarios tenía entre 12 y 34 años, la mayoría solteros (70.5%).

El 35.5% dijo tener trabajo mientras que el 32.4% reportó ser estudiante y el 22.4% estaba desempleado. La principal droga de mayor consumo alguna vez en la vida fue el alcohol con el 87.7% seguida por la marihuana y el tabaco con el 86.2% y el 85.4% respectivamente.

2.4.5 Encuesta Nacional de Consumo de Drogas, Alcohol y Tabaco (ENCODAT)

La ENCODAT, antes llamada Encuesta Nacional de Adicciones (ENA) es una encuesta que se realiza en los hogares a lo largo del país, para la aplicación de la encuesta, donde se consideró una población nacional de 12 a 65 años.

En la población total el consumo de marihuana aumento del 6% a 8.6%, en los hombres el consumo aumento del 10.6% al 14% mientras que en las mujeres aumento dos veces de 1.6% a 3.7%. Con respecto a la población de 12 a 17 años, el consumo de marihuana en los adolescentes aumentó de 2.4% en 2011 a un 5.3%

para el 2016, en la población de 18 a 34 años el 12.8% consume marihuana y para la población de 35 a 65 años el consumo incrementó de 4.8% en el 2011 a un 6.1% para el 2016.

El 71% de la población general ha consumido alcohol alguna vez. Durante el 2016 se registró un incremento en el consumo excesivo con un 33.6% de la población total, en los hombres el 80.1% ha consumido alcohol alguna vez y el 45.5% de ellos lo han consumido en exceso mientras que en las mujeres el 62.6% han consumido alguna vez el alcohol de las cuales el 22.6% la ha consumido en exceso. El consumo de alcohol alguna vez en los adolescentes de 12 a 17 años fue de un 39.8%, el consumo excesivo aumentó de 12.1% en el 2011 a un 15.2% en el 2016, mientras en la población de 18 a 65 años el 77.3% dijo haber consumido alcohol alguna vez mientras que el 37.4% de ellos la ha consumido en exceso.

En promedio quienes han bebido alguna vez dijeron necesitar 8.7 copas para sentirse borracho o borracha, los hombres necesitan 10.2 copas para sentirse borracho mientras que las mujeres necesitan 6.3 copas para sentirse borrachas (tabla 6).

Tabla 6
Cantidad de copas para sentirse borracho

Cantidad de copas para sentirse borracho.				
Población de 12 a 65 años.				
Número de copas	Hombres		Mujeres	
	N	%	N	%
1 a 3 copas	1 675 865	8.2	3 222 785	26.2
4 copas	1 217 574	6.0	1 542 443	12.6
5 a 7 copas	5 419 266	26.6	4 076 686	33.2
8 a 11 copas	5 711 604	28.0	2 239 149	18.2
12 o más copas	6 364 996	31.2	1 201 222	9.8

Fuente: Encuesta Nacional de Consumo de Drogas, Alcohol y Tabaco (ENCODAT, 2016-2017).

En cuanto al consumo del tabaco, en México se reportan 14.9 millones de personas lo que equivale el 17.6% de la población de 12 a 65 años que son fumadores actuales, el 8.7% son mujeres (3.8 millones) y el 27.1% son hombres (11.1 millones) de los cuales 5.4 millones (6.4%) dicen fumar diariamente y 9.4 millones (11.1%) fuman ocasionalmente.

La edad promedio de inicio de consumo del tabaco diario es de 21.0 años en las mujeres y 18.8 años en los hombres, en promedio fuman 7.4 cigarros al día, las mujeres en promedio fuman 6.4 cigarros diarios mientras que los hombres fuman 7.7 cigarros diarios. En México más de 5 millones de personas han usado el cigarro electrónico alguna vez y 975 mil lo consumen actualmente.

Durante el 2016, 684 mil adolescentes (4.9) de la población de 12 a 17 años fuma tabaco actualmente, 210 mil (3.0%) son mujeres y 474 mil (6.7%) son hombres, solo el 0.5% (75 mil) fuman diario y el 4.4% (611 mil) fuma ocasionalmente.

La edad promedio de inicio de consumo del tabaco en los adolescentes es de 14.3 años, los adolescentes que fuman diario en promedio fuman 5.8 cigarros al día, 937 mil adolescentes mexicanos dijeron haber usado el cigarro electrónico alguna vez de los cuales 160 mil lo usan actualmente.

El 20.1% de la población de 18 a 65 años en México fuman tabaco actualmente lo que equivale a 14 millones 206 mexicanos, el 9.8% (3 millones 602 mil) son mujeres y el 31.3% (10 millones 206 mil) son hombres, el 7.6% (5.4 millones) de mexicanos fuma diariamente mientras que el 12.5% (8.8 millones) fuma ocasionalmente.

La edad promedio de inicio de consumo del tabaco en los adultos es de 21.1 años en las mujeres y en los hombres es de 18.9 años, en promedio los fumadores que consumen tabaco diariamente fuman en promedio 7.4 cigarros al día, el 5.8% (4.08 millones) de los adultos mexicanos dijeron haber usa el cigarro electrónico alguna vez de los cuales el 1.2% (816 mil) de los adultos lo usan actualmente.

Como se ha observado a través de los datos epidemiológicos presentados anteriormente el alcohol, tabaco y marihuana son las tres drogas con mayor consumo no solo en México sino alrededor del mundo.

CAPITULO III

LA ESCUELA COMO ESCENARIO PREVENTIVO ANTE EL CONSUMO DE LAS DROGAS

En la actualidad en México, la edad de inicio en el consumo de sustancias psicoactivas es cada vez menor por lo que es de suma importancia que los maestros y demás comunidad educativa sepan que dicho problema entre los niños y jóvenes se puede prevenir.

Uno de los obstáculos con los que se encuentra la educación para hacerle frente a la problemática es que no se cuenta con suficientes personas, ya sean maestros, directivos, etc. capacitados que se encarguen de ejecutar algún programa, no es suficiente que los maestros hablen de drogas frente a grupo si no se cuenta con información veraz puesto que se requieren una serie de elementos que les permita brindar prevención a sus alumnos así como la capacidad de crear un ambiente seguro dentro del aula.

Velasco (2005) en su publicación sobre *La escuela ante las drogas* propone formular una propuesta de extender la acción educativa mediante la capacitación de los maestros en las tareas preventivas, familiarizándolo sólo con lo esencial del consumo de drogas, basándose en el esquema que Leavell y Clark (1965) planteó que la prevención se dividía en tres niveles:

- Prevención primaria: Es el conjunto de acciones cuyo objetivo es el de evitar, en este caso, el consumo de drogas.
- Prevención secundaria: identifica o detecta la población que ha empezado a consumir una o más drogas proporcionándoles la ayuda necesaria que interrumpa el proceso de la adicción.
- Prevención terciaria: solo se logra cuando un tratamiento lleva a abandonar o reducir el hábito del consumo y a su vez ayuda a la persona en su reinserción social llevando hábitos saludables.

La prevención primaria es el campo de acción que complementa a la educación en función de los maestros puesto que se enfoca exclusivamente en la información,

enseñanza y divulgación, erradicando aquellos factores de riesgo en los que se podrían encontrar inmersos los alumnos y por ende reforzando los factores de protección.

3.1 Prevención en la escuela

La escuela además de proporcionar conocimientos académicos también proporciona competencias para la vida como se señala dentro del plan de estudios 2011 (plan con el cual se trabajó durante el Proyecto de Prevención en Materia de Adicciones) como el manejo de la información (que los alumnos conozcan los efectos y daños que puede causar el consumo de sustancias), el manejo de situaciones (proporcionar a los alumnos habilidades para el rechazo de consumir drogas) y para la convivencia (que los alumnos tengan la capacidad de tomar decisiones asertivamente).

“...asistir a la escuela es un *factor protector* contra esa práctica indeseable. El ámbito escolar, junto con el familiar, debe proveer a los niños y jóvenes los instrumentos prácticos y morales para desenvolverse sanamente en la vida” (Velasco, 2005, p. 20).

El maestro además de proporcionar conocimientos y valores también es visto como una autoridad que puede influir en la conducta de los alumnos, por lo que es una responsabilidad aceptar participar en un programa preventivo. Por otro lado, una tarea importante dentro del ámbito escolar que pone en práctica acciones de prevención además de brindar información indispensable a los alumnos es el de detectar quienes prueban una droga por primera vez, al igual que quienes las usan y quienes podrían estar abusando de las drogas.

Algunas de las acciones de mayor valor preventivo dentro del ámbito escolar se encuentran divididas en acciones educativas e informativas y acciones preventivas indirectas (Velasco, 2005), las cuales son:

Acciones educativas e informativas

- a) Enseñar los efectos de las drogas utilizando métodos interactivos sencillos.
- b) Informar sobre lo que establecen las leyes y las consecuencias de violarlas.
- c) Colaborar con los alumnos a establecer metas positivas personales y colectivas a corto y mediano plazos.

Acciones preventivas indirectas

- a) Favorecer la práctica del deporte, al mostrar sus ventajas para la salud física y mental.
- b) Estimular las actividades artísticas y creativas
- c) Desarrollar la camaradería entre los alumnos formando grupos para la ejecución de los trabajos escolares y otras actividades.
- d) Motivar a los jóvenes a que favorezcan la comunicación con sus padres y maestros.

Además de brindarle información veraz a los niños y jóvenes sobre el consumo de sustancias psicoactivas también es de suma importancia brindarles confianza, entablando comunicación y haciéndoles ver que pueden expresar cualquier problema o situación por la que estén pasando ayudándoles a encontrar alguna solución, en mucho de los casos los jóvenes solo necesitan a alguien de confianza que solo los escuche, ya que la falta de autoestima, principalmente sintiéndose solos, son detonadores principales de quienes consumen habitualmente alguna droga (Velasco, 2005).

3.2 El alumno que consume drogas

Es importante que tanto el maestro como los padres de familia conozcan algunos de los elementos que posibiliten detectar a aquellos alumnos que se encuentran consumiendo drogas o que se encuentren potencialmente en riesgo (aquellos que son mucho más vulnerables ante el consumo de drogas), por lo que Velasco (2005)

establece algunos indicadores dentro de los elementos que permite identificar a aquellos alumnos:

- Cambios en el aprovechamiento escolar: a) el alumno falta con regularidad a clases o llega tarde con frecuencia; b) el rendimiento académico del alumno disminuye ostentosamente, particularmente en la presentación y calidad de sus trabajos.
- Cambios en la conducta: a) aumento de la agresividad, enojo e irritabilidad además de los cambios repentinos de ánimo; b) disminución de la autodisciplina y del cumplimiento de las reglas y deberes; c) disminución del interés en actividades deportivas y de la convivencia con el grupo (aislamiento); d) entablar relaciones de amistad con personas de conductas irresponsables (mala influencia) e) constantes problemas de conducta como faltas de respeto entre compañeros o con autoridades.
- Otros cambios físicos y psicológicos: a) dificultades con la memoria, la atención y la concentración; b) conversaciones frecuentes sobre el tema de las drogas, argumentos favorables sobre sus efectos, etc; c) conductas que denotan estar intoxicados por el consumo reciente de alguna droga; d) apariencia enfermiza, pérdida de peso repentina, descuido en el aseo personal, etc.

Cabe mencionar que la mayoría de los jóvenes que son preadolescentes o adolescentes presentan algunos de los indicadores mencionados como sospechosos justamente porque son propios de la etapa de desarrollo en la que se encuentran, por ello tanto el maestro como los padres de familia deben ser cuidadosos al momento de detectar al alumno consumidor, generalmente aquellos que padecen alguna adicción o están iniciando su consumo presentan varios de los indicadores previamente mencionados.

Cuando el maestro ya ha detectado algunos indicadores en un alumno que posiblemente podría estar consumiendo drogas, en la mayoría de los casos se da a la tarea de hablar con el alumno para informarle de la situación, paso siguiente se suele informar a la autoridad escolar para posteriormente llamar al padre o tutor del

alumno e informarle de la situación lo que solamente el alumno puede recibir una sanción o suspensión siempre y cuando tenga la oportunidad de cambiar su conducta, por otro lado, la autoridad escolar dejará claro que la conducta que presenta el alumno es intolerante aun cuando su posible consumo sea fuera de la escuela.

Velasco (2005) propone una serie de posibles caminos a seguir una vez que el maestro tenga certeza de que un alumno pueda estar consumiendo drogas:

- 1) Se habla con la autoridad escolar y junto con ella se decide qué camino seguir, o bien,
- 2) Se habla primero con el alumno y junto con él se decide el rumbo.
- 3) Se busca a los padres y se les aconseja.
- 4) Se aplican las medidas establecidas por la autoridad escolar. En todo caso, si se considera conveniente.
- 5) Se toman otras medidas: hablar con los amigos del alumno, con el grupo entero, con las autoridades y demás maestros que se encuentren trabajando con el alumno.

Recordemos que la escuela establece normas por lo que en todo momento deben ser claras ante el alumnado y por su parte tener el conocimiento de estas los padres de familia, por lo que las autoridades educativas no dudaran en responder ante el alumno que consume drogas con apego a las normas establecidas.

3.3 Programa Nacional Escuela Segura en la prevención de adicciones

El Programa Nacional Escuela Segura creada por la Secretaria de Educación Pública (SEP) en 2007 promueve ambientes escolares propicios para el logro de aprendizajes y la convivencia puesto que el objetivo de dicho programa es el de contribuir al desarrollo de aprendizajes y ambientes escolares que favorezcan la convivencia inclusiva, democrática y pacífica en las escuelas.

El programa desde su creación ha buscado mejorar la convivencia y el clima escolar, por lo que ha percibido y trabajado entorno a la problemática sobre el consumo de drogas, para ello la SEP ha publicado diversos materiales dirigidos a los maestros para orientarlos en el tema de la prevención de adicciones, así como brindarles información confiable sobre el tema.

La guía para fortalecer la gestión escolar con énfasis en la prevención publicada por la SEP (2009) plantea que un paso imprescindible en la planeación de acciones colectivas para emprender la prevención de adicciones es la comprensión del problema por lo que los maestros y autoridades escolares requieren construir una visión sobre los problemas puntuales del consumo de las drogas que se perciben cercanos a los alumnos.

Es de suma importancia que los maestros, quienes se encuentran frente a grupo, conozcan y se familiaricen con conceptos relacionados con las drogas, en un principio describiendo lo que es la salud. La OMS (sin fecha) ha definido a la salud como un estado de completo bienestar físico, mental y social, por lo que conocer este concepto podría facilitar al maestro a detectar un alumno que podría estar consumiendo drogas guiándose por los indicadores previamente mencionados en el apartado anterior, es importante mencionar que dichos indicadores solo exponen algunos de los comportamientos que los adolescentes pueden presentar en caso de estar consumiendo sustancias psicoactivas ya que también se podría confundir con otros problemas que puedan pasar los alumnos, por ello es muy importante que el maestro o la autoridad escolar siga los posibles caminos que Velasco propone para actuar ante la presente situación, los cuales se expusieron en el apartado anterior.

Bajo esta premisa los modelos de prevención de adicciones han venido evolucionando a partir de la propuesta de Leavell y Clark en 1965 explicada anteriormente, el Instituto de Medicina de Estados Unidos en 1994 incorporó el nuevo modelo integral de prevención de adicciones (Mendes, 1999) y con el cual se ha venido trabajando hasta la actualidad.

La característica de este modelo es la división de la atención en tres segmentos entre la prevención, el tratamiento y el mantenimiento por lo que se clasifican en universales, selectivas e indicadas. Este modelo no solo es utilizado en la prevención y tratamiento de adicciones, sino que también es utilizado en el ámbito de la medicina por lo que solo se describirá en el ámbito de las adicciones en los estudiantes (SEP, 2008).

Esta división de atención se encuentra dividida por la prevención universal que está dirigida a todos los alumnos atendiendo a no consumidores y consumidores, la prevención selectiva que solo se dirige a grupos de estudiantes que tiene mayor riesgo de ser consumidores de drogas comparándolos con el promedio y que atiende a aquellos que son usuarios ya que por sus características presentan mayor riesgo de desarrollar una adicción y por último la prevención indicada que es dirigida a aquellos alumnos que ya abusan de su consumo de las drogas.

Para que se genere un ambiente protector es de suma importancia que tanto los padres de familia, tutores, maestros y directivos se encuentren involucrados en la formación de los alumnos brindándoles espacios seguros ya no solo en el aula sino también en su entorno (SEP, 2009), por su parte el maestro al motivar a sus alumnos a aprender con interés requiere de un gran reto y responsabilidad como lo es el prevenir el consumo de drogas en México (SEP, 2008), recordemos que la edad de inicio del consumo de drogas ha ido disminuyendo paulatinamente por lo que se ha creado la necesidad de intervenir de manera temprana en el desarrollo de los alumnos, hecho por el cual se han creado diversos programas y modelos para la prevención los cuales se expondrán más adelante.

Con base en lo expuesto anteriormente se pretende y como ha sido planteado desde un principio que la escuela sea un espacio de convivencia orientando la formación integral de los alumnos contribuyendo al desarrollo de habilidades tanto cognitivas como sociales y afectivas. Es por lo que *El Programa Nacional de Escuela Segura* expone la necesidad de atender la problemática entorno a la prevención de adicciones desde el inicio de la escolaridad formal

(preescolar), siguiendo con las acciones en la educación primaria y concluyendo en la educación secundaria (SEP, 2007).

3.4 Orientaciones para la prevención de adicciones en la educación básica

El Programa Nacional Escuela Segura impulsada por la SEP plantea un modelo de prevención dirigida a los maestros basándose en los tres niveles de prevención: universal, selectiva e indicada, con el cual pretende que las escuelas como espacios de convivencia formen integralmente a los niños y jóvenes además de que los maestros puedan identificar y desempeñar su papel en ambientes seguros y protectores, puesto que se busca que los alumnos desarrollen habilidades cognitivas, sociales y afectivas.

El modelo que plantea la SEP, brinda la posibilidad de que toda labor que se realice en la escuela tenga la posibilidad de crear un ambiente sano y seguro ante la problemática de las adicciones, partiendo de los contenidos orientados al cuidado de la salud y el desarrollo de competencias para emitir juicios éticos y tomar decisiones, puesto que dicho labor se realizaría a partir de los contenidos educativos brindándoles a los alumnos herramientas tendientes a prevenir el consumo de sustancias (SEP, 2009).

Para que esto sea logrado el maestro deberá reconocer los factores de riesgo y protección que se pueden presentar dentro de su labor como docente frente a grupo ya que cada contexto escolar es diferente de acuerdo con la población estudiantil que asiste, el entorno comunitario, etc. por lo que dentro del modelo se han planteado ejes preventivos para la intervención docente: resiliencia, habilidades para la vida, estilos de vida saludables, ambientes protectores y proyecto de vida, estos cinco ejes le permitirán al docente trabajar la prevención de adicciones entorno a sus actividades curriculares (SEP, 2012).

3.5 Prevención de adicciones en la educación básica

Durante la educación básica los alumnos cursan por un periodo de formación empezando por la primaria teniendo en cuenta que en su mayoría son alumnos no consumidores por lo que es importante aprovechar el desarrollo de las competencias que influyan en la prevención del consumo de drogas, ya que con la prevención de adicciones se pueden formar alumnos responsables capaces de establecer compromisos a corto, mediano y largo plazos, encaminados hacia una vida saludable como lo es un proyecto de vida (SEP, 2009).

Como ya se ha mencionado anteriormente, *El Modelo de Prevención de Adicciones desde la Educación Básica* publicada por la SEP (2009) se ha basado bajo el enfoque de la prevención universal, indicada y selecta por el cual se han definido cinco ejes preventivos donde el maestro podrá fortalecer conocimientos, habilidades, actitudes y valores, por lo cual a continuación se describen cada uno de los ejes mencionados.

3.5.1 Resiliencia

Dentro de las adicciones, la resiliencia se asocia con la vulnerabilidad puesto que se refiere a la fortaleza o debilidad que una persona tiene ante la influencia de factores de riesgo o situaciones adversas a las que se puede tener acceso o se pueda estar expuesto y determine una mayor o menor probabilidad de consumir drogas, por lo que la resiliencia es una habilidad interna y no una condición externa (SEP, 2012).

El desarrollo de la resiliencia puede proporcionar a los alumnos la capacidad de enfrentar problemas satisfactoriamente, adquirir un adecuado control de emociones, mayor autonomía, resistencia y liberación ante estigmas negativos. McWhirter (1998) propuso el modelo de las cinco C (Figura 1) donde integra las principales características de la resiliencia (citado en Manual para fortalecer la prevención de adicciones desde la educación secundaria, SEP, 2012).

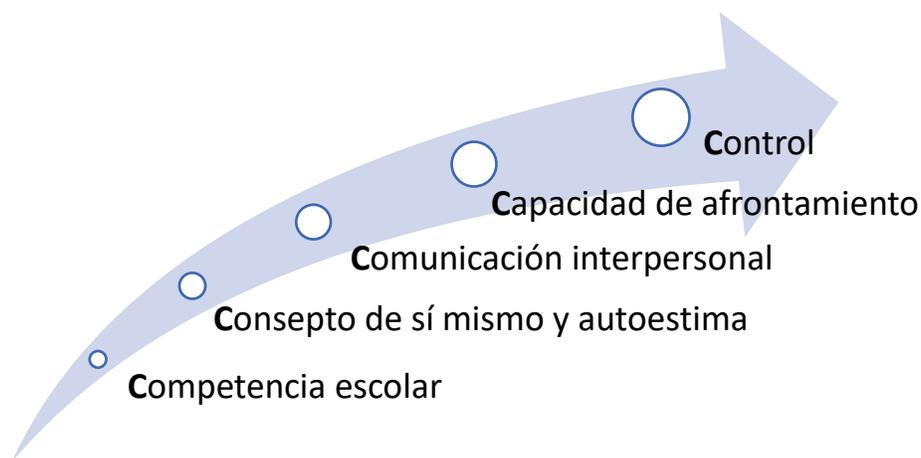


Figura 1 *Modelo de las cinco C*

Fuente: Manual para fortalecer la prevención de adicciones: SEP (2012)

La OMS (1998) sugiere que para fortalecer la resiliencia en los jóvenes se retomem algunas acciones donde se involucre la participación de los padres y de los responsables de su educación, por ejemplo:

- Estimular las habilidades de escucha, así como estimular la expresión verbal y no verbal.
- Fortalece el manejo de emociones.
- Reforzar la capacidad de resolver problemas.

3.5.2 Habilidades para la vida

Las habilidades para la vida se han conformado por destrezas psicosociales cuyo objetivo es el de desarrollar o fortalecer habilidades en áreas específicas como el control de emociones, habilidades sociales o habilidades cognitivas, con el fin de

que los niños y jóvenes las apliquen en la vida cotidiana y puedan afrontar situaciones de riesgo (SEP, 2012), así como poder relacionarse sanamente en su entorno sociocultural.

Una de las razones por la cuales el enfoque de *habilidades para la vida* se puede desarrollar mejor dentro del aula es porque a través de una intervención se puede incidir positivamente en el desarrollo integral del alumno promoviendo estilos de vida saludable y sobre todo la resiliencia (SEP, 2008), ya que se conforman por destrezas psicosociales que buscan desarrollar o fortalecer habilidades en áreas específicas (figura 2).

Figura 2 Habilidades para la vida en áreas específicas



Fuente: *Manual para fortalecer la prevención de adicciones: SEP (2012)*

Desarrollar estas habilidades por separado resulta poco factible por lo que son complementarias (SEP, 2012), por ejemplo, para la resolución de un conflicto se requiere de comunicación asertiva (habilidad social), analizar diferentes opciones de respuesta ante el conflicto (habilidad cognitiva) y manejar la situación del conflicto como la tensión o el estrés (habilidad emocional).

Las actividades preventivas que se pueden realizar bajo este enfoque buscan desarrollar en los niños y jóvenes competencias psicosociales donde les permite incorporar conocimientos, actitudes y valores, pero sobre todo el adquirir las herramientas necesarias para decir “no” y manejar la presión social (SEP, 2012). En cuanto a la prevención del consumo de drogas es importante que se favorezca el conocimiento y análisis sobre (SEP, 2008):

- Riesgos y daños asociados al consumo de alcohol, tabaco y otras drogas.
- Mitos, expectativas y creencias erróneas sobre los efectos de las drogas.
- Situaciones potenciales para afrontar adecuadamente la oferta de drogas.

Algunas técnicas que se pueden utilizar para el desarrollo de habilidades podrían ser análisis de situaciones, debate, juego de roles, entre otros.

3.5.3 Estilos de vida saludable

Es común que los jóvenes se preocupen por su autocuidado en el aspecto físico puesto que es una de las características de esta etapa del desarrollo humano no obstante existe poca preocupación y escasas medidas de cuidado en cuanto a su salud, ya que no se encuentran exentos de diversas adversidades que los ponen en riesgo como embarazos no deseados, infecciones de transmisión sexual, incluso la muerte prematura por complicaciones ya sea de alguna enfermedad o en las chicas por complicaciones en embarazos prematuros (SEP, 2012).

Las OMS (2011) sugiere la promoción de prácticas saludables, así como la adopción de medidas eficaces para proteger mejor a los jóvenes frente a los riesgos de salud y el fomento a los deportes, el realizar actividades deportivas podría tornarse como un factor preventivo ya que ayudaría a alejarse o reducir la convivencia en ambientes conflictivos que orillen a los jóvenes a consumir drogas.

No olvidemos que, para adoptar medidas saludables, estas tienen que ser fomentadas tanto en la familia como en la escuela puesto que ambos son pilares de la transmisión de hábitos tanto deportivos como de la salud.

3.5.4 Ambientes protectores

Los ambientes protectores son conformados como lugares o contextos donde se atienden de manera integral las necesidades de los niños y jóvenes por medio de estrategias que ayudan a la reducción de riesgos sociales reforzando habilidades y valores protectoras adquiriendo mayor seguridad a los niños y jóvenes (SEP, 2012). Dentro de la prevención de adicciones, estos ambientes protectores se caracterizan por ser espacios físicos donde se permite desarrollar conductas contrarias o incompatibles al consumo de sustancias.

La familia y la escuela son considerados espacios protectores puesto que son los contextos principales en donde se desarrollan los niños y adolescentes además de adquirir valores y actitudes positivas (SEP, 2008), cabe mencionar que actualmente la escuela es considerada como un espacio protector por excelencia ya que es de suma importancia no dejar de lado a aquellas familias donde hay conflictos y por el cual se tornaría como un factor de riesgo para el consumo, por lo que retomando a la familia como un ambiente protector busca satisfacer las necesidades como el cuidado de la salud y alimentación, mientras que la escuela busca satisfacer necesidades la educación y seguridad.

3.5.5 Proyecto de vida

Durante la adolescencia y la juventud muchas de las personas inician a definir metas personales, principalmente en los estudiantes que son quienes durante esta etapa inician a tomar decisiones importantes en sus vidas como la elección de la carrera que quieren estudiar, por ello Ospina y Restrepo (2003) citados en el Manual para

fortalecer la prevención de adicciones desde la educación secundaria publicada por la SEP (2012), definen el proyecto de vida como:

“Todo aquello que una persona se traza con el fin de conseguir uno o varios objetivos para su existencia. Lleva a las personas a definir conscientemente el curso de acción que debe guiar su futuro. Su elaboración, debe conducir a definir espacios de profundo análisis sobre las situaciones futuras que enmarcarán el desarrollo familiar, social, laboral y espiritual (p. 62).”

Es importante recalcar que la adolescencia se caracteriza principalmente por la búsqueda de identidad por lo que desarrollar un plan de vida requiere de una planeación que vaya acorde de los gustos, deseos y expectativas, pero sobre todo de las aspiraciones personales que el adolescente tenga de sí mismo. El desarrollar un plan de vida requiere reflexionar principalmente ¿Quién soy? Y ¿Qué quiero ser? Descubriendo los recursos con los que se cuentan, con los que se deben de obtener y como obtenerlos para realizar aquellas metas que se propongan en todos los contextos (SEP, 2012).

Estos cinco ejes que se han definido a través del modelo de prevención favorece el desarrollo de las competencias para la vida que se plantean en el plan de estudios 2011 puesto que desarrollar competencias para el manejo de situaciones permite a los alumnos hacerse responsables de sus actos y por ende de sus consecuencias así como el enfrentar los riesgos en el que podrían estar expuestos, por otro lado también le permite al alumno realizar procedimientos y/o alternativas para solucionar problemas a los que se podrían enfrentar como lo es el consumo de drogas (SEP, 2012). Desarrollar competencias para la vida le permite al alumno poder relacionarse entre pares de manera armoniosa, además de manejar satisfactoriamente las relaciones personales y emocionales, además de poder desarrollar una identidad personal y social. Por último, las competencias para la vida en sociedad, el alumno puede desarrollar su propio juicio crítico frente a los valores, así como poder decidir y actuar ante la sociedad a la que pertenece (SEP, 2012).

3.6 Prevención de adicciones en la primaria

En la primaria, la mayoría de los alumnos aun no consumen drogas, sin embargo pueden estar expuestos a distintos factores de riesgo que los puede conducir a usar drogas, por ello para evitar tal uso y erradicar aquellos factores es necesario proporcionarles herramientas durante su desarrollo, con lo cual la SEP ha publicado en el 2009 a través del programa Escuela Segura el material de *Orientaciones para la prevención de adicciones en escuelas de educación primaria*, componiéndose de dos guías para docentes, la primera para 1°, 2° y 3° de primaria y la segunda para 4°, 5° y 6° de primaria, donde se le proporcionan las bases para la prevención de adicciones como conceptos básicos, factores de protección y de riesgo, etc. además de emplear estrategias didácticas al maestro para la prevención del consumo de drogas desde el currículum que plantea el plan de estudios 2011, trabajando con lo que ya se ha mencionado anteriormente, las competencias para la vida.

La principal tarea de prevenir las adicciones en la primaria es el de anticipar en la idea de ganar tiempo y espacio a la oferta y consumo de drogas, preparando a los alumnos para cuidarse de sí mismos y para que puedan tomar decisiones asertivas (SEP, 2009). Los alumnos que cursan la primaria pueden tener experiencias con el uso de las drogas, principalmente de las drogas legales, por medio de familiares consumidores o de la comunidad a través de la observación de los efectos que estos pueden causar en las personas.

Por lo que, ante la gravedad de la situación la SEP busca que por medio de orientaciones a través de sus guías proporcione a los maestros estrategias para prevenir y detectar a tiempo las adicciones enfocándose a la formación educativa de los alumnos, cabe mencionar que es importante que ante el diseño de programas de prevención para las adicciones ya sea dentro o fuera del contexto escolar, participe la mayor cantidad posible de personas, organizaciones e instituciones (SEP, 2009).

Los programas preventivos para primaria se orientan a mejorar el aprendizaje tanto académico como socioemocional desarrollando habilidades de autocontrol y

comunicación (SEP, 2009), ya que como se mencionó al inicio de este apartado la población que se encuentra en dicho nivel en su mayoría aun no consumen sustancias.

3.7 Prevención de adicciones en la secundaria

Al ingresar a la secundaria, los alumnos pasan por un periodo de cambios, por ello es importante conocer la etapa del desarrollo adolescente, ya que los cambios que experimentan los alumnos durante su desarrollo se puede comprender las problemáticas a las que se pueden enfrentar ante las adicciones.

La última fase de la niñez es la preadolescencia, esta etapa es la transitoria hacia la adolescencia como tal y con la cual la mayoría de los alumnos inician la secundaria, aquí el alumno ya ha adquirido habilidades para la vida puesto que se desarrollaron en la primaria (SEP, 2008), por ello ahora en la preadolescencia es un buen momento para ofrecerle herramientas al alumno para contrarrestar la influencia, en este caso, de ambientes que los orillen a consumir sustancias, recordemos que en la secundaria los alumnos se podrán enfrentar con mayor frecuencia a los factores de riesgo, estos principalmente sociales ya que la coexistencia de pares va adquiriendo más importancia en su proceso de socialización, por otra parte en la preadolescencia los alumnos empiezan a alejarse de la autoridad adulta, por ello es importante que los padres, maestros, directores y demás comunidad escolar consideren las necesidades de los preadolescentes para fortalecer actitudes preventivas hacia las drogas (SEP, 2008).

La adolescencia, como ya se mencionó anteriormente, es una etapa de cambio, pero también el adolescente construye su propia identidad tanto personal como colectiva, es decir, se identifica con otros adolescentes, por ejemplo, su grupo de amigos, por ello al buscar sentirse parte dentro de un contexto, el adolescente puede implicarse en diversos factores de protección o de riesgo ante el consumo de sustancias (SEP, 2008), es común que en esta etapa el alumno sea sensible a la interacción dentro del grupo de pares ya sea en aprobación de ellos o el apoyo

emocional que recibe por parte del grupo, por ello es importante que los adolescentes tengan cuidado con la dependencia de la ser aceptados o no dentro del grupo de pares ya que este podría convertirse en un factor de riesgo, aquí es de suma importancia que tanto padres y maestros se encuentren en alerta ante lo que sucede con el adolescente para poder detectar a tiempo los factores de riesgo con los que puede enfrentarse el adolescente durante esta etapa y poder erradicar a tiempo el consumo de drogas (SEP, 2008).

Para realizar estrategias que contribuyan a la prevención de adicciones es de suma importancia trabajar sobre la información que los adolescentes tienen acerca de las drogas, principalmente las prácticas de consumo ya sea porque las han presenciado en su familia o por medios de comunicación, por lo que la participación de la comunidad escolar junto con otras instituciones vinculadas con la problemática de las adicciones se podría lograr crear un ambiente seguro para que el adolescente pueda obtener las herramientas necesarias y así evitar el consumo de drogas (SEP, 2008).

Como apoyo para la prevención de adicciones dentro de la secundaria, la SEP público en el 2008 a través del Programa Nacional Escuela Segura el manual *Orientaciones para la prevención de adicciones en escuelas de educación básica* dirigida a los maestros de secundaria donde se les proporciona conceptos básicos para la prevención de adicciones, elementos para formular una estrategia preventiva y estrategias para la prevención de adicciones en la escuela a partir de los cinco ejes del modelo preventivo propuesto por la SEP.

CAPITULO IV

PROGRAMAS Y MODELOS DE PREVENCIÓN EN MÉXICO

Para fomentar la prevención de adicciones, es de suma importancia la participación de toda la comunidad, así como la participación de distintas organizaciones e instituciones, para ello a continuación se presentan algunos programas y modelos para la prevención de adicciones en México.

4.1 Programa de Educación Preventiva contra las Adicciones

El Programa de Educación Preventiva contra las Adicciones (PEPCA) surge como una alternativa encaminada a prevenir el desarrollo de las adicciones en la comunidad educativa, el programa se ubica en el proceso del desarrollo educativo y atiende los diversos niveles de la Educación Básica, el cual se vincula con los planes y programas donde se promueve la construcción de valores entre los alumnos con el fin de desarrollar la capacidad de tomar decisiones de forma consciente y reflexiva que les permita rechazar el consumo de drogas.

El principal objetivo del PEPCA es incorporar en el proceso educativo la estrategia de educación preventiva integral sustentada en la promoción y fomento de valores que fortalezcan a los estudiantes la capacidad de hacerle frente a los problemas sociales que pueden enfrentarse hoy en día, para lograr con el propósito del programa se ha sustentado en las siguientes bases teóricas y metodológicas:

- La humanista donde considera al individuo como un ser integral capaz de tomar decisiones de manera asertiva a partir de sus propias experiencias.
- El modelo ecológico de desarrollo humano donde se considera de manera importante entender al individuo en su relación con el entorno, en este modelo se resalta la creación de ambientes proactivos y se busca potencializar el desarrollo humano.

- El enfoque riesgo-protección, es importante identificar los factores de riesgo en los que un individuo se puede encontrar con la finalidad de generar factores de protección que permitan eliminar o disminuir a los primeros.

El PEPCA plantea que antes de iniciar las acciones preventivas, es necesario conocer los estilos de vida de cada individuo, por lo que es necesario ser observadores, agudos, capaces de detectar los factores de riesgo que pueden inducir al adolescente a consumir sustancias psicoactivas. Este programa se instrumenta en Educación Secundaria a través de dos estrategias:

- Estrategia General de Prevención de Adicciones y Conductas de Riesgo: consiste en convocar a todas las escuelas de nivel secundaria en la Dirección de Salud Escolar para que un representante del Sistema de Asistencia Educativa participe en el ciclo de capacitación del programa y posteriormente cada escuela diseñe y opere un plan de acción en el que se involucre toda la comunidad educativa.
- Estrategia Focalizada de Prevención de Adicciones y Conductas de Riesgo: consiste en ubicar a las escuelas que se encuentran en zonas de alto riesgo para que un especialista de la Dirección de Salud Escolar acuda al plantel educativo para acordar un plan de acción e incorporar el programa de prevención y brindar asesorías al personal docente, alumnos y padres de familia a lo largo del ciclo escolar bajo la participación coordinada de los representantes del Sistema de Asistencia Escolar.

Por lo que ofrece servicios de orientación psicopedagógica a padres de familia y docentes apoyándoles en la solución de conflictos, estrategias de movilización comunitaria para promover el bienestar de los alumnos, así como la difusión de campañas de comunicación social que apoyen las estrategias y acciones que se desarrollan en cada escuela.

Para la evaluación del programa se elaboró un cuestionario para docentes y alumnos, los resultados arrojaron que era muy importante desarrollar un programa preventivo y permanente en los planteles donde se actualizará y atenderá las necesidades particulares de cada plantel educativo, por lo que la actualización del

programa y la coordinación interinstitucional incidirá de manera preventiva desde edades tempranas, abarcando niveles de educación preescolar y primaria.

4.2 Programa de prevención Yo quiero, Yo puedo

El Instituto Mexicano de Investigación de Familia y Población (IMIFAP) a través de la colaboración con la SEP diseñó el programa “Yo quiero, Yo puedo” el cual busca favorecer el desarrollo de habilidades para la vida en los estudiantes, entre las cuales se encuentra:

- Toma de decisiones
- Solución de problemas
- Pensamiento creativo
- Pensamiento crítico
- Comunicación efectiva
- Establecer y mantener relaciones interpersonales positivas
- Conocimiento de sí mismo
- Establecer empatía
- Manejo de emociones
- Manejo de tensiones

Este programa se encuentra diseñado tanto para las escuelas públicas como para las escuelas privadas a través de la formación de los docentes y orientadores con el fin de que estos sean los replicadores del programa hacia los estudiantes. Para que los docentes y orientadores puedan replicar el programa, se han elaborado una serie de libros que van desde el preescolar hasta el tercer grado de secundaria, estos libros presentan propuestas educativas en las que se pueden apoyar para el desarrollo del programa con los alumnos, ya que el objetivo del programa es el de desarrollar en los niños y adolescentes habilidades que les permitan manejar adecuadamente situaciones de riesgo, fortalecer los factores protectores así como

la comunicación y la unidad familiar para prevenir las conductas antisociales y el abuso de sustancias psicoactivas.

Se realizó una evaluación mediante la aplicación de un cuestionario a niños y niñas de un grupo de control y de un grupo experimental antes de iniciar el programa y al finalizar, por lo que los resultados arrojaron lo siguiente:

- Los programas de prevención de abuso de sustancias obtienen mejores resultados cuando se enfocan en el desarrollo de habilidades.
- La disposición al cambio que existe en edades tempranas es un factor determinante para el éxito del programa.
- Es importante que existan programas paralelos para padres, madre y otros familiares que les permita reconocer el papel que juegan en la promoción o prevención del uso de las drogas.
- Es importante involucrar a toda la comunidad escolar.

Los resultados generales del programa “Yo quiero, Yo puedo” arrojaron que su aplicación favorece la adquisición de habilidades relacionadas con la prevención de abuso de sustancias.

4.3 Modelo preventivo Construye Tu Vida

El modelo Construye Tu Vida sin adicciones fue diseñado por el Instituto de Educación Preventiva y Atención de Riesgos (INEPAR), a petición del Consejo Nacional Contra las Adicciones (CONADIC). Es una propuesta basada en los aportes de la medicina mente-cuerpo, ya que afirma que la mente y el cuerpo impactan en la salud del cuerpo, bajo esta teoría se considera que tanto el estrés, los malos hábitos de alimentación, la baja autoestima las relaciones interpersonales conflictivas, como la baja percepción de riesgos, se podría establecer el origen de las adicciones (CONADIC, 2003), por lo que el modelo pretende fortalecer la responsabilidad individual y del grupo social generando un equilibrio en relación con la salud integral promoviendo los estilos de vida saludable (figura 3), por lo que la

población a la que está dirigida dicho modelo es a las personas que trabajan en grupo y que asisten a las clínicas de salud.

Figura 3 *Modelo Construye tu vida sin adicciones*

COMPONENTES DEL MODELO

construye tu vida sin adicciones



Fuente: Serie Planeación: modelos preventivos, CONADIC, (2003)

Dentro de la metodología del modelo preventivo, se establece como tarea inicial la elaboración de un diagnóstico del estilo de vida para identificar en la persona aquellas prácticas de riesgo e incorporar factores de protección que mejoren su estilo de vida e incrementar el grado de satisfacción personal como mejorar hábitos alimenticios, construir pensamientos positivos, mejorar la autoestima y trabajar el autoconcepto, así como favorecer la comunicación y expresión de los sentimientos, etc.

Las estrategias elaboradas para este modelo, en su mayoría, están diseñadas para pequeños grupos dentro de la comunidad y busca fortalecer los tres bloques de factores que han sido identificados como los principales para el desarrollo del ser humano:

- Fortalecer lazos de vinculación positiva con redes de apoyo y afecto.
- Fomentar el sentido de pertenencia que permita compartir creencias, valores y respeto a las normas del grupo social de pertenencia.

- Desarrollar habilidades y capacidades individuales para enfrentar y resolver los conflictos de manera sana.

Dentro del marco del Modelo Preventivo Construye tu vida, se han desarrollado diversos trabajos, entre los cuales se encuentran:

- Campañas en medios de comunicación ¿Adicto yo?, dejar de fumar me conviene y la vida es la neta
- Paquetes preventivos. Documentos, videos, carteles, folletos y material para la capacitación de los facilitadores para elaborar un programa preventivo que responda a las particularidades de cada grupo, ya sea población adulta, jóvenes, preadolescentes o adolescentes.
- Red de asociaciones estudiantiles. Esta propuesta surge ante la respuesta de una convocatoria de CONADIC hacia la población estudiantil, buscando que los estudiantes participen en programas preventivos.

Para evaluar el modelo, el Instituto de Educación Preventiva y Atención de Riesgos y los Centros de Integración Juvenil, realizaron un estudio piloto del modelo en preadolescentes asistentes a un curso de verano, escolares de sexto grado y vocacional, trabajadores del IMSS y trabajadores de Compañía de Luz. Los resultados indicaron cambios positivos en el estilo de vida del grupo de trabajadores, en cambio la aplicación del modelo con el grupo de escolares no se encontraron cambios, por lo que el Modelo Construye tu Vida no es recomendable para su aplicación en comunidades escolares.

4.4 Modelo preventivo de riesgos psicosociales CHIMALLI

El modelo CHIMALLI fue diseñado por el Instituto de Educación Preventiva y Atención de Riesgos (INEPAR), el cual tiene como objetivo principal producir la resiliencia, a través de un enfoque proactivo y ecológico, este modelo es aplicado a través de planes de acción por ciclos de actividades en las comunidades como

escuelas, centros comunitarios, barrios, unidades habitacionales, colonias, etc. actualmente cuenta con tres componentes primordiales:

- Una red voluntaria: ya sea vecinal, escolar o grupos específicos.
- Trabajo grupal para el desarrollo de actitudes y habilidades de protección.
- Autoevaluación con instrumentos sistematizados de resultados, proceso e impacto que permiten observar la disminución del consumo experimental, evitar el primer contacto y reducir el abuso.

El modelo interviene en áreas como el uso de drogas, conducta antisocial, eventos negativos de la vida y estilos de vida, por ello propone el desarrollo de 26 acciones para contrarrestar las conductas de riesgo con habilidades y actitudes de protección por intervenciones a través de técnicas psicocorporales, psicosociales y educativas.

A través de las técnicas que anteriormente se mencionaron el modelo CHIMALLI enseña a los grupos a cambiar actitudes y a desarrollar habilidades socioafectivas, por medio de la autoevaluación, la red de voluntarios se empodera y transforma los ambientes disminuyendo el estrés mediante la disminución de las conductas de riesgo.

El INEPAR como institución líder del Modelo Chimalli promueve activamente la investigación de evaluación. Ello permite registrar incrementos estadísticos significativos de actitudes protectoras en grupos escolares, así como el incremento de habilidades de protección después de las intervenciones preventivas. Estos datos se complementan con el impacto en la reducción del consumo de drogas y con el incremento de no consumidores medidos antes y después de la intervención.

4.5 Modelo preventivo de Centros de Integración Juvenil “Para Vivir sin Adicciones”

El modelo preventivo “Para Vivir sin Adicciones” es sustentado en los siguientes referentes:

4.5.1 Salud pública

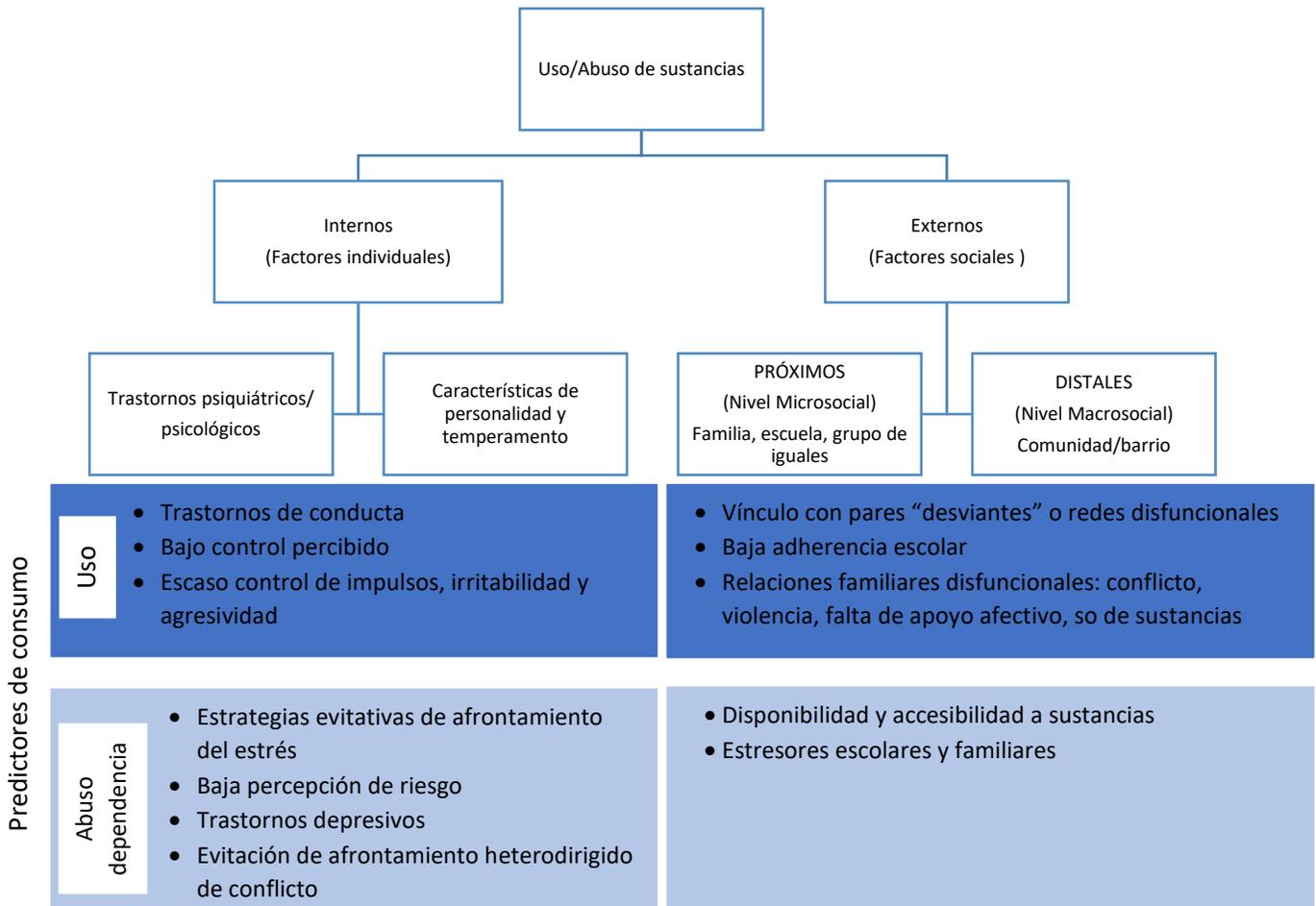
Las drogas impactan en múltiples entornos que se manifiestan visiblemente en diferentes formas de violencia y que pueden asociarse con el crimen organizado, actividades delictivas como la adquisición de drogas en el mercado ilegal, etc. por ello la perspectiva entorno a este fenómeno, desde la salud pública permite reconocer diferencias entre las drogas y sus riesgos.

La salud pública concibe las adicciones como un problema prevenible y tratable ya que ve a las sustancias psicoactivas en su interacción con las personas que las usan o están en riesgo de consumirlas, así como también toma en cuenta los contextos de riesgo, identificando así la vulnerabilidad y la de experimentación. Por ello define este problema como una enfermedad y no como un “delito” encarcelando a los enfermos como la solución de los problemas (Medina-Mora, Real, Villatoro & Natera, 2013).

4.5.2 Enfoque riesgo-protección

El uso de sustancias psicoactivas se debe a las interacciones que existen en los factores, ya sean individuales, familiares, sociales o escolares y que ayudan a incrementar o a reducir el consumo. El CIJ ha documentado en diversas investigaciones (Rodríguez, Díaz, Gracia, Guerrero & Lucio, 2007; Díaz & Córdova, 2013) los factores de riesgo que se presentan en la figura 4.

Figura 4 *Predictores internos y externos de consumo de drogas en jóvenes*



Fuente: *Prevención del consumo de drogas en CIJ: Para Vivir sin Adicciones (Sin fecha)*

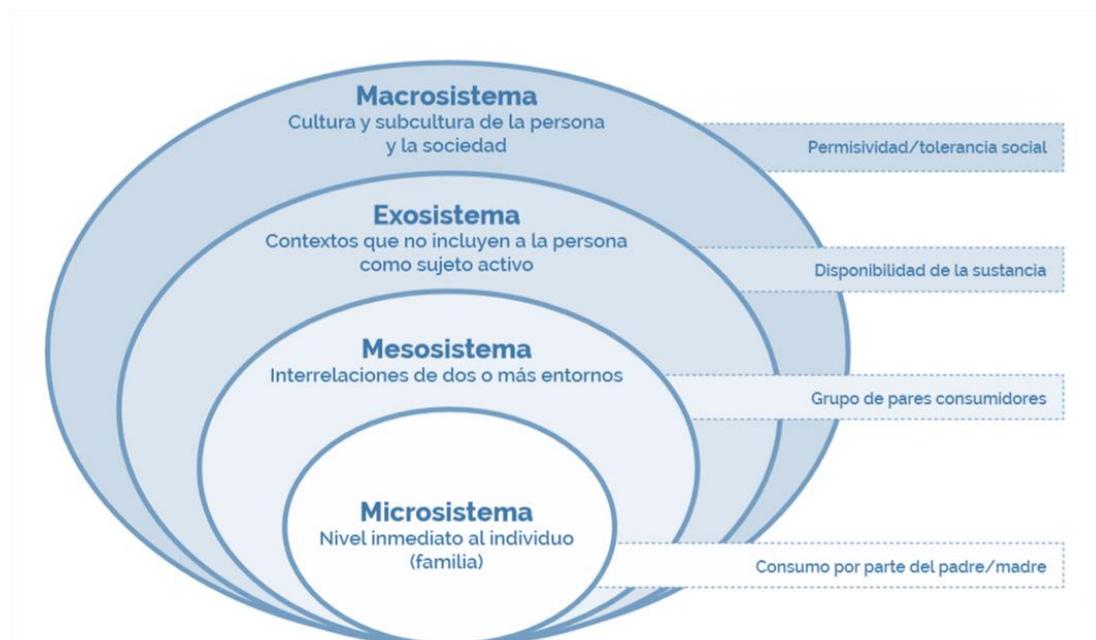
4.5.3 Modelo ecológico

Para comprender las conductas de un individuo es necesario conocer el contexto sociocultural en el que se desenvuelve, por ello el modelo ecológico propuesto por Urie Bronfenbrenner (1971) concibe un conjunto de estructuras seriadas en las cuales representa las relaciones entre un ambiente, el individuo y su desarrollo, donde el primer nivel se encuentra el entorno inmediato que contiene a la persona como la casa, escuela, oficina, etc., en el segundo nivel se encuentran las relaciones entre los diferentes entornos inmediatos y el tercer nivel se basa en la hipótesis de

que la acción en los sujetos depende o se ve afectada por hechos y decisiones tomadas en lugares en los que el individuo no está presente (Fernández, 2004).

Desde este punto, Bronfenbrenner propone cuatro estructuras de ambiente en donde incluyen sistemas de valores, creencias, reglas y otros factores de tipo cultural, histórico y social (Figura 5). Desde la perspectiva de este modelo, el consumo de drogas es resultado de la interacción de los factores de riesgo y los factores de protección que se ubican en estos niveles.

Figura 5 *Modelo ecológico de Bronfenbrenner*

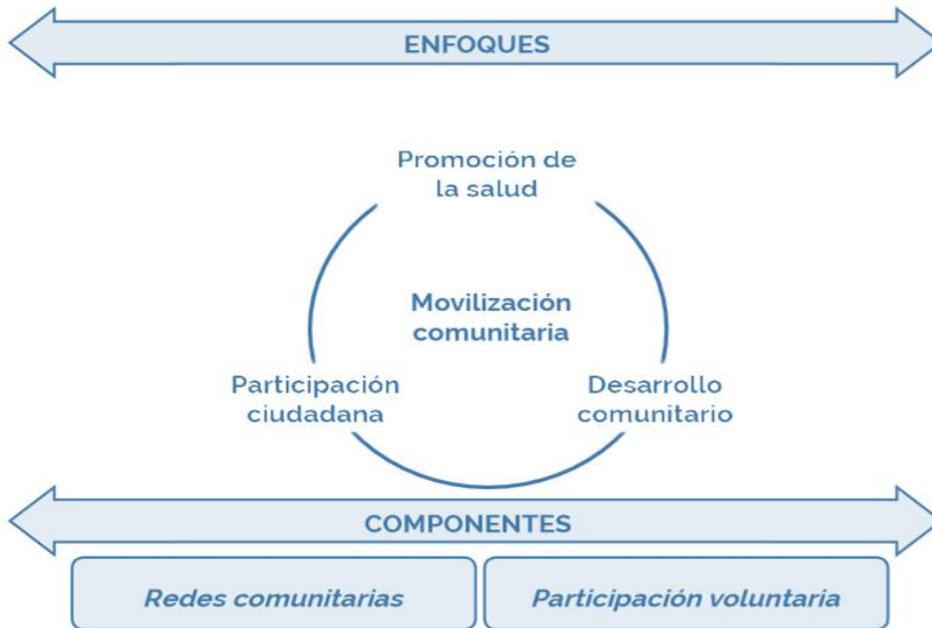


Fuente: *Prevención del consumo de drogas en CIJ: Para Vivir sin Adicciones (Sin fecha)*

4.5.4 Promoción de la salud

Es incorporada por medio de la participación ciudadana y de las instituciones públicas y privadas de manera voluntaria, se capacitan y fortalecen la vinculación y busca promover comunidades autogestivas que trabajan en red para fortalecer estilos de vida saludable, libres de adicciones como se muestra en la figura 6.

Figura 6 *Enfoques de movilización comunitaria*



Fuente: *Prevención del consumo de drogas en CIJ: Para Vivir sin Adicciones (Sin fecha)*

4.5.5 Objetivo del Modelo

El modelo preventivo “Para Vivir sin Adicciones” tiene por objetivo reforzar actitudes, competencias y recursos sociales, que faciliten el desarrollo integral de las personas y el afrontamiento de riesgos asociados al consumo de drogas.

4.5.6 Intervención por contextos

Las actividades preventivas se implementan en función del contexto: nivel, tipo de riesgo y características de las comunidades participantes. El CIJ cuenta con un estudio básico de comunidad objetivo que permite conocer las condiciones sociales de riesgo, así como las redes interinstitucionales y comunitarias que pueden colaborar con los objetivos institucionales, como base para la planeación y el

desarrollo de las intervenciones en diferentes contextos, dichos contextos de intervención preventiva son:

- Familiar
- Escolar
- Laboral
- Salud
- Recreativo
- Penitenciario
- Deportivo

4.5.7 Modelo preventivo

En la figura 7 del Modelo Preventivo de CIJ “Para Vivir sin Adicciones” se presenta la integración de elementos teóricos y metodológicos que lo sustentan.

Figura 7 Modelo preventivo “Para Vivir sin Adicciones”



Evidencia científica: NIDA (2004), UNODC(2013), CICAD/OEA(2013), OEDT(2011).

Fuente: *Prevención del consumo de drogas en CIJ: Para vivir sin adicciones* (Sin fecha)

Los Centros de Integración Juvenil disponen de un sistema permanente de monitoreo para evaluar los procesos, resultados y el impacto de la aplicación del Programa de prevención debido a las cambiantes necesidades derivadas del consumo de sustancias en México, por lo que en el componente educativo se evalúa principalmente las adecuaciones de las acciones a realizar, así como la detección de necesidades.

CAPITULO V

PROYECTO DE PREVENCIÓN EN MATERIA DE ADICCIONES

5.1 Escenario

La participación dentro del proyecto de Prevención en Materia de Adicciones como parte de las prácticas profesionales se llevó a cabo en la unidad de Centros de Integración Juvenil, A.C. Benito Juárez, ubicado en Mier y Pesado #141, Col. Del Valle, C.P. 3100, Del. Benito Juárez.

El CIJ Benito Juárez, en su primer piso se encuentra una sala de usos múltiples, así como parte del área administrativa, en el segundo piso se encuentra el centro como tal, el cual cuenta con una sala de usos múltiples, dos consultorios médicos, así como dos consultorios de psicología, un consultorio de trabajo social, la dirección y cuenta con un espacio para consulta de materiales digitales de CIJ.

5.2 Misión

Su misión es proporcionar servicios de prevención y tratamiento para atender el consumo de drogas, con criterios de equidad, igualdad y no discriminación, basados en el conocimiento científico y formando personal profesional especializado.

5.3 Visión

Su misión es otorgar servicios de calidad con equidad de género y no discriminación en prevención, tratamiento, investigación y capacitación en materia de adicciones a nivel nacional e internacional, en respuesta a las tendencias epidemiológicas existentes.

5.4 Servicios

Dentro del CIJ Benito Juárez se encuentra un equipo multidisciplinario compuesto por psicólogos clínicos, trabajadores sociales, médicos y la directora de la institución, también se encuentra personal externo de servicio social, practicas profesiones y residentes médicos. El CIJ ofrece servicios enfocados en actividades preventivas y en la rehabilitación de los pacientes.

5.4.1 Actividades de prevención

Prevención: busca emplear estrategias hacia la educación para la salud mediante la promoción de vida saludable, los servicios consisten en pláticas, círculos de lectura, cursos de información, orientación y capacitación dirigido a niños, adolescentes y adultos, las sesiones son impartidas en la escuela, la familia o en la comunidad. La prevención se plantea desde la intervención universal, selecta e indicada:

- Prevención universal: se realiza con la población en general y busca incrementar los factores de protección para a su vez disminuir los factores de riesgo a través de la promoción de la salud, se requiere de la participación de la comunidad.
- Prevención selectiva: se enfoca específicamente en la población con mayor riesgo de consumir drogas ya que tienen condiciones ambientales, factores biológicos o psicológicos.
- Prevención indicada: se dirige a la población que ya hacen uso de sustancias psicoactivas u otro tipo de comportamientos que podrían contribuir en el desarrollo de una adicción.

CIJ ofrece sus servicios de prevención en distintas instituciones como en las escuelas partiendo desde el nivel preescolar hasta el nivel superior, en hospitales tanto públicos como privados, en comunidades con alto riesgo para el uso de

sustancias como en casas de cultura, parques y en centros de trabajo como empresas, asociaciones, etc.

5.4.2 Actividades de tratamiento

Tratamiento: contribuye a reducir y, en su caso, eliminar el consumo de sustancias psicoactivas con ayuda del personal especializado, el CIJ cuenta con nueve servicios de tratamiento agrupados en tres programas:

- Consulta Externa
 - Intervención temprana: está dirigido a los jóvenes que empiezan a consumir alguna droga, este servicio tiene como intención evitar que se desarrolle una adicción, la atención es breve y en las consultas los jóvenes acuden con sus padres.
 - Consulta externa básica: está dirigido a las personas que tienen problemas de abuso en el consumo de drogas, tiene como finalidad que las personas disminuyan o en su caso eliminen su consumo de sustancias, por otro lado, también se ofrecen servicios de apoyo a los familiares.
 - Consulta externa intensiva: está dirigida a las personas que tienen una dependencia al consumo de alguna droga, las personas acuden tres días a la semana participando en terapias y talleres de rehabilitación de tipo médico y psicosocial, estas actividades son conocidas como Centro de Día, dentro de las actividades que CIJ Benito Juárez realiza en Centro de Día se encuentran actividades lúdico-recreativas, formativas, psicosociales y educativas. El tratamiento tiene como finalidad que las personas dejen de consumir alguna droga.
- Hospitalización
 - Plan de desintoxicación y estabilización del síndrome de abstinencia: Tiene una duración de 10 a 15 días, dependiendo de las sustancias. Se efectúa con indicaciones y supervisión del médico, teniendo como objetivo eliminar el

síndrome de abstinencia preparando al paciente para el tratamiento residencial.

- Centros de día en hospitalización: Es un componente preliminar que obra en el comienzo de la atención participando en talleres y terapias, que da inicio a un tratamiento, este servicio se estima que sea de tiempo completo una vez que el paciente ingresa a hospitalización.
- Hospitalización en estancia breve (un mes): este servicio está dirigido a pacientes que requieren de un espacio de contención debido al nivel de severidad de su consumo de sustancias pero que debido a cuestiones de índole personal como tener que regresar pronto al trabajo, al hogar, no pueden tener una estancia de mayor tiempo.
- Hospitalización de estancia media (tres meses): está diseñado para pacientes que requieren un espacio residencial tomando como referencia el modelo de la Comunidad Terapéutica, adaptados a condiciones culturales específicas. Su estructura social es el componente terapéutico promotor de cambios en los pacientes, especialmente en quienes muestran una particular motivación para iniciar este tipo de tratamiento.
- Reducción de daño
- Plan de mantenimiento: este servicio se encuentra sustentado en las políticas públicas de reducción de consecuencias sanitarias, teniendo los siguientes objetivos clínicos:
 - a) Interrumpir el ciclo de intoxicación.
 - b) Disminuir considerablemente el consumo de las drogas.
 - c) Reducir el riesgo de muerte por sobredosis.
 - d) Reducir conductas de riesgo y transmisión de infecciones mortales.
 - e) Reducir conductas antisociales.
- Paquetes de oportunidad para la salud: este servicio busca disminuir prácticas de riesgo en las personas que consumen drogas por vía intravenosa y/o tienen relaciones sexuales sin protección, se les proporciona cambio de jeringas y del uso de preservativo para evitar o reducir la transmisión de enfermedades virales, así como promover un tratamiento

estructurado en beneficio de su salud y calidad de vida en caso de que el paciente lo solicite.

5.4.3 Investigación y enseñanza

Investigación: El consumo de drogas es un tema que mantiene constantes cambios, como por ejemplo la aparición de nuevas sustancias psicoactivas, así como nuevos efectos y síntomas, por ello las actividades de investigación tienen el objetivo de producir información científica, teórica y empíricamente sustentada para el diseño, planeación, ejecución y ajuste de los programas institucionales de prevención y tratamiento.

- El sistema epidemiológico sobre las drogas contribuye al conocimiento principalmente de las formas y el uso más recurrente de las drogas, así como permite identificar la población más vulnerable entre los pacientes que acuden a solicitar tratamiento.
- El estudio de factores de riesgo y factores de protección, así como de los contextos socioculturales permiten implementar una adecuada orientación en los programas preventivos, por otro lado, el estudio de los factores asociados a la enfermedad permite ofrecer una adecuada atención terapéutica al igual que retroalimenta a los programas de tratamiento y rehabilitación.
- Los estudios realizados son difundidos en medios electrónicos, publicaciones especializadas e impresos.

Enseñanza: Como el tema del consumo de sustancias psicoactivas no es estático, el objetivo de la enseñanza consiste en actualizar, capacitar y formar en materia de adicciones a profesionales de la salud de CIJ a través de programas académicos tanto presenciales como en línea, ya que su fin es promover la prevención, el tratamiento integral y la reintegración social, el programa de enseñanza se estructura por tres divisiones:

- Capacitación para el desempeño: dirigido principalmente para el personal médico, paramédico y normativo del CIJ, su propósito es la actualización y la capacitación.
- Educación continua: dirigido al personal de CIJ, otras instituciones y organismos de salud interesados en el tema. Entre sus estrategias se encuentra el diseño y la capacitación de cursos, diplomados presenciales y en línea.
- Posgrado: dirigido a formar profesionales especialistas en el tema de adicciones, esta división cuenta con tres modalidades:
 - Especialidad en el tratamiento de las adicciones
 - Maestría en adicciones
 - Programa de rotatorios médicos

Para apoyar las actividades académicas el CIJ cuenta con una biblioteca presencial en la Ciudad de México y una biblioteca virtual en adicciones.

5.5 Objetivos

Contribuir en la reducción de la demanda de drogas con la participación de la comunidad a través de programas de prevención y tratamiento, con equidad de género, basados en la evidencia para mejorar la calidad de vida de la población.

5.6 Áreas de trabajo

La participación del proyecto Prevención en Materia de Adicciones en CIJ Benito Juárez se brindó la oportunidad de trabajar en todos los niveles educativos y sus grados. Esta apertura permitió conocer las características de los alumnos en el contexto educativo, también permitió conocer las dinámicas de grupo, las diferentes formas de trabajo y estrategias que los profesores emplean.

- Preescolar: En este nivel educativo se priorizo el trabajo lúdico e interactivo para mantener el interés y trabajo constante con los alumnos. El uso de materiales didácticos y manuales también fue indispensable, ya que la mayoría de los alumnos aún no sabían leer ni escribir.
- Primaria: en primaria se emplearon técnicas que hicieran uso de la escritura y lectura. En este nivel educativo también se emplearon técnicas lúdicas y dinámicas, y en los grados de quinto y sexto se utilizó la exposición y reflexión.
- Secundaria: En este nivel fue importante primero conocer a los participantes, así como generar un ambiente de confianza para el trabajo posterior. En secundaria se hizo uso de la exposición, las dinámicas de grupo (como grupos de discusión, debates, compartir experiencias, etc) y en algunas ocasiones técnicas lúdicas.
- Media Superior: En este último nivel se trabajó en su mayoría con pláticas informativas y actividades de reflexión respecto a los temas que se trataban. Los participantes se involucraron en las dinámicas y la mayoría participaba en ellas. Su próximo ingreso a nivel superior los orillaba a conocer, preguntar y aclarar algunas dudas sobre los temas abordados.

CAPITULO VI PROCEDIMIENTO

Como parte del proyecto Prevención en Materia de Adicciones dentro del modelo preventivo “Para Vivir sin Adicciones” que se lleva a cabo en el CIJ de Benito Juárez, se dividieron las actividades en dos rubros, intramuros y extramuros.

6.1 Actividades intramuros

Se consideraron actividades intramuros, todos aquellos ejercicios que se realizaron dentro de las instalaciones de CIJ Benito Juárez, como capacitaciones, revisión y elaboración de materiales y actividades administrativas.

6.1.1 Capacitaciones

Para poder llevar acabo las actividades de prevención, durante la estancia en el centro y de la mano de profesionales como psicólogos, trabajadores sociales y médicos, quienes brindaron a lo largo de toda la estancia una serie de capacitaciones a los 15 practicantes de Psicología Educativa que participaron en el proyecto con los temas a tratar tanto en talleres, módulos de información, ferias de salud como en las jornadas que se llevaron a cabo en distintas instituciones educativas y de salud, las técnicas que se brindaron en estos espacios fueron:

- Exposición conceptual, resolución de dudas y aclaración de los siguientes temas:
 - ¿Qué es CIJ?
 - Servicios que ofrece CIJ
 - Prevención del consumo de drogas, factores de riesgo, factores de prevención y daños físicos.

- Efectos y consecuencias de las drogas, tipos de drogas y clasificación de las drogas.
- Sexualidad, prácticas sexuales bajo el efecto de las drogas, métodos anticonceptivos, enfermedades de transmisión sexual.
- Revisión de los materiales didácticos e implementación de estrategias que se podrían implementar al momento de abordar los temas antes mencionados.
- Investigación previa de los temas aprendidos para la participación durante las sesiones impartidas en la capacitación.

Durante las sesiones que se brindaron dentro de la capacitación se realizaron dinámicas grupales para la adaptación con el equipo de trabajo, se realizaron simulaciones desarrollando alguna platica informativa o alguna sesión de un taller, brindando retroalimentación por parte de los profesionales para un mejor abordaje de los temas, así como para un mejor manejo de los grupos.

6.1.2 Revisión y elaboración de materiales

La revisión de los materiales hechos en CIJ brindó estrategias y recomendaciones para abordar los temas en el área de prevención, estos materiales tienen como fin enriquecer y complementar el trabajo del Psicólogo educativo en los diferentes contextos. Entre los materiales revisados se encuentran:

- Modulo Básico – CIJ ¿Quiénes somos?
- Orientación Preventiva Temprana: Manual del facilitador
- Manual del facilitador, Orientación preventiva infantil.
- Guía de operación, Desarrollo de competencias con jóvenes.
- Manual Prevención del consumo de drogas en contextos recreativos.
- Manuales inhalables: habilidades para rechazar situaciones de consumo.
- Manual del facilitador: Emociones Sexualidad y Noviazgo.

- Guía de operación, competencias prosociales y autocontrol en la adolescencia.
- Guía de operación ¿Marihuana? Infórmate y decide.
- ¿Drogas? ¡Mejor infórmate!

Con ayuda de los materiales proporcionados y con base a las estrategias planteadas en las guías, los practicantes elaboraron actividades y materiales didácticos que se utilizaron como apoyo durante las sesiones de los talleres, así como en las jornadas de prevención. Por otro lado, el psicólogo educativo pudo realizar adecuaciones a los materiales que el centro proporcionó para que en el caso de los grupos de primaria con alumnos con necesidades especiales pudieran participar.

6.1.3 Actividades administrativas

Durante la participación del programa como actividades administrativas y para un mejor control de las actividades realizadas, se realizó el reporte de estas en el portal de voluntarios que Centros de Integración Juvenil tiene, esto con el objetivo de tener un panorama general de las acciones realizadas para la prevención del consumo de drogas.

Las actividades fueron reportadas por proyectos (estos proyectos permiten clasificar las actividades como acciones realizadas para la prevención de adicciones dentro del portal) de acuerdo con los temas que se manejaron en las escuelas y a la población a la cual se dirigieron, siendo los siguientes proyectos que se reportaron en dicho portal:

- ICE (Información en Contexto Escolar): se reportó cuando se dieron pláticas y jornadas preventivas en los centros educativos.
- ICC (Información en Contextos Comunitarios): se reportó para las ferias de salud que se ofrecieron en los hospitales y pláticas informativas en los centros culturales.

- ICL (Información en Contexto Laboral): se reportó para las ferias de salud que se realizaron en las empresas.
- ICS (Información en Contexto de Salud): se reportó para las ferias de salud que se realizaron en los hospitales.
- OPT (Orientación Preventiva Temprana): este proyecto se reportó para algunos talleres realizados en preescolar.
- OPI (Orientación Preventiva Infantil): este proyecto se reportó en los talleres que se impartieron tanto en preescolar, como en los grados 1°, 2° y 3° de primaria.
- DCP (Desarrollo de Competencias con Preadolescentes): se reportó en los talleres que se impartieron en los grados 4°, 5° y 6° de primaria.
- ESN (Emociones, Sexualidad y Noviazgo): este proyecto en específico se reportó para los talleres de sexualidad y drogadicción que se impartieron en educación secundaria.
- DCJ (Desarrollo de Competencias con Jóvenes): se reportó en los talleres que se impartieron tanto en educación secundaria como en bachillerato.
- IHR (Inhalables: habilidades para rechazar situaciones de consumo): este proyecto en específico se reportó para el taller de inhalables que se impartió en educación secundaria.
- CPA (Competencias prosociales y Autocontrol en la adolescencia): este proyecto se reportó para el taller de valores y autoestima que se impartió en media superior.
- SUD (Alternativas saludables para prevenir prácticas sexuales de riesgo): este proyecto se reportó exclusivamente para el taller de prácticas sexuales de riesgo.

Todas las actividades se reportaron con el proyecto correspondiente de acuerdo con la población y en su defecto al tema, además de la cobertura tanto de hombres como de mujeres que asistieron a las actividades y los materiales utilizados, así como las instituciones en las que se realizaron y el número de asistentes de cada sesión que se ofreció, esto en el caso de los talleres.

6.2 Actividades extramuros

Se consideraron actividades extramuros, todos aquellos ejercicios que fueron realizados fuera de las instalaciones de CIJ Benito Juárez por lo que a continuación se describen.

6.2.1 Ferias de salud

Se asistieron a ferias de salud que se realizaron en instituciones privadas y hospitales donde se dio difusión a la institución de los servicios que se ofrecen, así como información preventiva, el personal médico ofreció pruebas de espirometría, por otro lado, dentro de las ferias de salud también se daban respuesta a las dudas que la población tenía respecto a las drogas y como erradicar su consumo en casos que se expusieron.

Las ferias de salud en donde participo CIJ fueron en las siguientes instituciones:

- UPS (institución que ofrece servicios de paquetería): en esta institución se ofreció una plática informativa donde a los trabajadores se les informó de manera general sobre el tema del consumo de drogas centrándonos en tema del alcoholismo y tabaquismo de acuerdo con el interés que se detectó en ese momento, posteriormente se ofreció pruebas de espirometría a los empleados, durante la feria de salud participaron dos psicólogos educativos que impartieron la sesión informativa y un médico que realizo las pruebas, esta actividad fue reportada con el proyecto ICL en la plataforma de CIJ voluntarios.
- Hospital IMSS McGregor: con motivo del Día Internacional Sobre el Tabaco, se ofrecieron una serie de jornadas informativas sobre el tabaquismo, sus riesgos y consecuencias que fueron dirigidos a los usuarios de dicha institución, así como cinco módulos de información y el personal médico de CIJ ofreció pruebas de espirometría a aquellos usuarios que fuman, durante esta actividad participaron 15 psicólogos educativos entre los cuales cinco ofrecieron las sesiones informativas y 10 estuvieron atendiendo en los

módulos de información instalados en los diversos espacios del hospital, también participaron dos médicos quienes realizaron las pruebas a aquellos usuarios que desearon realizarla, esta actividad fue reportada con el proyecto ICS en el portal voluntarios.

6.2.3 Módulos de Información

En los módulos que se realizaron se ofreció información sobre los servicios que CIJ ofrece, así como difusión de la institución de los distintos programas con los que opera además de información de interés preventivo para la población a la que se dirigió, también se realizaron actividades didácticas con el fin de responder dudas acerca de las drogas, esta actividad en su mayoría fue dirigida a la comunidad en general ya que dichos módulos se ofrecieron en plazas públicas como en el parque de los venados, en el parque María Enriqueta, generando el interés de quienes frecuentaron dichos lugares con las actividades lúdicas como el juego de Twister con los efectos del alcohol, atínale a la canasta con preguntas sobre el tabaquismo, etc. ya que al mismo tiempo que jugaban se les proporcionó información acerca de las drogas así como información sobre la institución CIJ, en dichos módulos participaron cinco psicólogos educativos y dos trabajadores sociales, estas actividades se reportaron como proyectos ICC.



Imagen 1: Módulo de información

Por otro lado, también se ofreció el módulo de información en el Colegio Británico y fue dirigido para toda la comunidad escolar, como parte de la feria escolar que se realizó en dicho colegio, se ofreció información institucional así como información sobre temas del consumo de drogas y sexualidad que tanto los estudiantes como los padres de familia tenían duda, cabe mencionar que dado el espacio con el que se contaba no se realizaron actividades lúdicas en dicho lugar, para este módulo en específico participaron dos psicólogos educativos y un trabajador social, esta actividad fue reportada con el proyecto de ICE.

6.2.4 Jornadas Preventivas

Las jornadas preventivas fueron ofrecidas para toda la comunidad escolar, se realizaron diversas actividades didácticas las cuales fueron adecuados con información relevante, preguntas, mitos o realidades sobre los temas en los que se realizaron estos eventos, entre las actividades didácticas se encontraron:

- Memoramas: consistió en juntar una carta que contenía un factor de riesgo con una carta de factor de protección, el jugador que tuviera más pares de cartas ganaba.
- Maratón: consistió en aventar un dado y avanzar el número de casillas que marco el dado, si el jugador caía en una casilla marcada tenía que responder una pregunta o realizar un castigo.
- Atínale al bote: consistió en tratar de insertar una pequeña pelota en un contenedor desde cierta distancia, si el jugador encetaba la pelota tenía que responder si la frase escrita en el papel era un mito o realidad y por qué.
- Lotería: este juego se adecuó con las consecuencias del alcohol.
- Twister: este juego fue adecuado con los efectos del alcohol.
- Jenga: este juego se adecuó con preguntas y mitos o realidades del tabaco y la marihuana, consistió en que cada ficha de la torre traía una pregunta, mito, realidad o un castigo y el que jugador que sacara la ficha tenía que responder o realizar el castigo.

- Beer pong: consistió en tratar de encestar con un solo rebote una pelota en un vaso de plástico, si el jugador lograba encestarla tenía que responder si era mito o realidad a cerca del alcohol la frase que se encontraba en el vaso donde entro la pelota y por qué.

Estas actividades fueron realizadas con el fin de llamar la atención de los jóvenes e invitarlos a participar durante las jornadas e informarlos, por otro lado, también se ofrecieron sesiones informativas con el objetivo de prevenir el consumo, así como también se brindaron espacios para resolver dudas e inquietudes que los jóvenes tenían.



Imagen 2: Jornadas Preventivas

Se realizaron dos jornadas preventivas en el Cetis 5 “Gertrudis Bocanegra”, una de ellas fue la jornada preventiva sobre el alcoholismo y la otra sobre espacios libres de humo (tabaco y mariguana), donde participaron 15 psicólogos educativos, de los cuales 12 atendieron las actividades lúdicas que se ofrecieron y tres ofrecieron las pláticas informativas, también participaron tres trabajadores sociales que de igual manera atendieron las actividades lúdicas, esta actividad fue reportada con el proyecto ICE en el portal voluntarios.

6.2.5 Pláticas Informativas

Las pláticas informativas que se ofrecieron fueron dirigidas a los estudiantes de los centros educativos, estas sesiones en particular se realizaron por solicitud de las escuelas a ciertos grupos específicos con temas específicos, estas pláticas en su mayoría fueron solicitadas a raíz de problemáticas detectadas entre los alumnos, por lo cual además de abordar el tema solicitado de manera general se abordó de forma preventiva, se implementaron espacios para dudas e inquietudes de los alumnos, como estrategias principales en el caso de los adolescentes se implementó el buzón de dudas donde al final de la sesión se leían las dudas de forma anónima y se respondían.



Imagen 3: Plática informativa en Secundaria

Se realizaron pláticas informativas en las siguientes instituciones educativas:

- Escuela Secundaria Canadá: en esta institución se abordó el tema del consumo de las drogas donde se expusieron los efectos y consecuencias del alcohol, tabaco, marihuana, inhalables, cocaína, etc, así como los factores de riesgo y de protección para erradicar su consumo, durante la sesión se realizó dinámicas como lluvia de ideas sobre los conceptos que se presentaron, esto con el objetivo de proporcionarles a los alumnos información a partir de su conocimiento, esta plática informativa se impartió

por tres psicólogos educativos, esta actividad de reporto con el proyecto de ICE en el portal voluntarios.

- Cetís 5 “Gertrudis Bocanegra”: se abordó el tema de prevención de adicciones, enfatizando los factores de riesgo y protección, así como los riesgos sociales que pueden tener ante el consumo de las drogas, durante esta sesión se buscó que los alumnos expresaran las experiencias que llegaron a tener con las drogas, en caso de que las tuvieran, como fue que reaccionaron o actuaron ante dicha situación por medio de una dinámica donde dichas experiencias fueran de forma anónima y así poder detectar a aquellos alumnos con mayor riesgo a consumirlas o que en su debido caso ya presentan un consumo para posteriormente referirlo con las autoridades educativas correspondientes, durante esta sesión participaron cuatro psicólogos educativos, dicha actividad fue reportada como proyecto ICE en el portal voluntarios.
- Centro Cultural y recreativo “Niños Héroe”: con motivo del terremoto ocurrido el pasado 19 de septiembre del 2017 se ofrecieron sesiones informativas sobre el manejo de emociones, así como ejercicios de contención dirigidos a los niños que fueron albergados en el centro cultural, entre los ejercicios de contención que se realizaron se encuentra el “monstro come miedos” y un amigo secreto, gracias a estas actividades los niños pudieron expresar su sentir ante el acontecimiento ocurrido y de igual manera se pudieron detectar a niños que presentan factores de riesgo familiares, en dicha actividad participaron siete psicólogos educativos, esta actividad fue reportada con el proyecto ICC en el portal de voluntarios.



Imagen 4: Plática Informativa en Cetis

6.2.6 Taller de Manejo de Emociones

Este taller fue dirigido hacia los alumnos de los distintos niveles de educación, en una primera instancia dentro del taller se ofreció una sesión de contención, esto con el motivo del terremoto del pasado 19 de septiembre del 2017 para que los alumnos se sientan seguros de cómo actuar ante situaciones de riesgo, así como el manejar y poder comunicar aquellas emociones que les son difíciles de expresar como el miedo. Por otro lado, este taller busco que los alumnos realizaran una autoexploración de como comunican y expresan sus emociones y a partir de ello poder manejarlos, el objetivo de este taller fue el siguiente:

Objetivo: Que los alumnos identifiquen las diferentes formas de expresión de las emociones, en qué situaciones se presentan y como emplear estrategias para el manejo de estas.

Este taller se conformó de una sesión introductoria donde se realizaron dinámicas grupales de presentación, así como actividades introductorias al tema del manejo de emociones, por otro lado, esta sesión nos permitió ver en los grupos que tanto identificaban y expresaban sus emociones, posteriormente se realizaron tres

sesiones más donde se trabajaron las emociones, realizando dinámicas de grupo con el fin de observar las diferentes formas de expresar una emoción en específico y a partir de ello se emplearon estrategias para poder manejarlas.

Por otro lado para las actividades realizadas a lo largo de las sesiones del taller se elaboraron materiales didácticos, entre los más utilizados principalmente en los grupos de primaria y preescolar fue el “monstruo come miedos”, este material ayudo a que los niños se liberarán de sus miedos o de situaciones desagradables que ellos guardaban y consistió en que cada niño escribió o dibujó su mayor miedo o situación para que alimentaran al monstruo, esta actividad permitió detectar a aquellos alumnos que pasaban por una situación difícil principalmente en casa y por el cual presentaron un riesgo alto de tener un bajo rendimiento escolar o presentar depresión, también se realizaron representaciones de cuentos, canciones, etc.

En cuanto a los alumnos que se detectaron con un mayor riesgo a un bajo rendimiento escolar en el caso de los alumnos de primaria, así como detectar un riesgo a presentar depresión se dio aviso a las autoridades educativas correspondientes para su canalización oportuna.



Imagen 5: Taller Manejo de Emociones en Primaria

Para los talleres que se ofrecieron a nivel secundaria y media superior, se realizaron actividades de reflexión, así como dinámicas en la que los alumnos se

sintieran en un estado de alerta o estrés, poniendo a prueba su manejo de emociones ante este tipo de situaciones, entre las actividades más realizadas fue el examen de un minuto, resolución de casos, liberación de miedos o situaciones desagradables, etc.

Todas las actividades realizadas dentro de este taller fueron adecuados a la edad cronológica de los alumnos de cada grupo, teniendo en cuenta las características comentadas por los profesores. Se trabajó con el grupo en general, fomentando la inclusión de aquellos participantes con necesidades especiales, así como la sesión de contención post temblor que en algunos grupos se solicitó realizarla.

Como se mencionó anteriormente, el taller fue dirigido a los distintos niveles educativos desde preescolar hasta media superior, las escuelas donde se realizó este taller fueron las siguientes:

- Primaria Reino Unido de la Gran Bretaña: se ofreció en todos los grados, participando cinco equipos de tres psicólogos educativos donde se atendieron dos grupos respectivamente, las cartas descriptivas de este taller se encuentran en los anexos (anexo 1.1).
- Primaria José María Mata: se ofreció en todos los grados, participando cuatro equipos de dos psicólogos educativos y dos trabajadores sociales atendiendo a un grupo respectivamente, las cartas descriptivas de este taller se encuentran en los anexos (anexo 1.2).
- Cetis 5: solo se realizó en seis grupos de tercero, cuarto y quinto semestre, participando tres equipos de cuatro psicólogos educativos atendiendo dos grupos respectivamente, las cartas descriptivas de este taller se encuentran en los anexos (anexo 1.3).
- Secundaria Canadá: se ofreció en todos los grados, participando cinco equipos conformados por tres psicólogos educativos atendiendo a un grupo de primero, un grupo de segundo y a un grupo de tercero respectivamente, las cartas descriptivas de este taller se encuentran en los anexos (anexo 1.4).

- Primaria Tlacoquemecatí: se ofreció en todos los grados, participando 6 equipos conformados por dos psicólogos educativos y un trabajador social atendiendo dos grupos respectivamente, las cartas descriptivas de este taller se encuentran en los anexos (anexo 1.5).
- Preescolar Tlacoquemecatí: se ofreció en todos los grados, participando siete equipos conformados por dos psicólogos educativos atendiendo a un grupo respectivamente, las cartas descriptivas de este taller se encuentran en los anexos (anexo 1.6).
- Secundaria 34: se ofreció solo en los grupos de primero, participando cuatro equipos conformados por un psicólogo educativo y un trabajador social atendiendo a un grupo respectivamente, las cartas descriptivas de este taller se encuentran en los anexos (anexo 1.7).

El taller fue reportado por sesión en el portal de voluntarios y fue registrado con los proyectos: ICE para las sesiones introductorias y de contención, OPI para las sesiones que se realizaron en preescolar y en 1°, 2° y 3° de primaria, DCP para las sesiones que se realizaron en 4°, 5° y 6° de primaria Y DCJ para las sesiones realizadas en secundaria y media superior.



Imagen 6: Taller Manejo de Emociones en Primaria

Durante el desarrollo de dicho taller se detectaron alumnos, principalmente de secundaria, que se encontraban en situaciones de riesgo en cuanto a su autoestima y la falta de comunicación con su familia, al igual que se pudo detectar un caso de aislamiento de un alumno con el resto del grupo, por lo que se les informó a las autoridades educativas de aquellos alumnos para una canalización oportuna de la situación en la que se encontraron los alumnos, estas detecciones se pudieron dar gracias a las actividades de expresión de las emociones, así como en las sesiones de contención que se realizaron en dicho taller.

6.2.7 Taller para el Desarrollo de Habilidades Psicosociales

Este taller se trabajó principalmente en primarias y preescolares como un inicio hacia la prevención del consumo de drogas partiendo por el autoconocimiento de uno mismo y reforzando los valores, por otro lado también se trabajó el autoestima y la realización de su plan de vida, este último se trabajó principalmente en los últimos grados de primaria con el fin de que los preadolescentes se fijaran metas y de alguna forma erradicar el consumo de sustancias psicoactivas durante su adolescencia, por lo que el objetivo de este taller fue el siguiente:

Objetivo: Concientizar a los niños sobre la autoestima, autocuidado y la toma de decisiones.

Para las actividades que se realizaron durante las sesiones se elaboraron materiales lúdicos además de implementar distintas dinámicas de grupo, las escuelas donde se realizó este taller fueron las siguientes:

- Primaria Carlos A. Carrillo: Se ofreció en todos los seis grados, participando siete equipos conformados por dos psicólogos educativos y un trabajador social donde se atendieron dos grupos respectivamente. Este taller se conformó de siete sesiones, la primera de ellas fue introductoria para todos los grupos, posteriormente se trabajó a lo largo del taller los temas de autoconocimiento, autoestima, autocuidado y valores para los grupos de 1°

a 3° (anexo 2.1) y para los grupos de 4° a 6° (anexo 2.1.1) además de los temas ya mencionados se trabajó el plan de vida y la toma de decisiones.

- Primaria Jonas Edward: Se ofreció en todos los grados, participando ocho equipos conformados por dos psicólogos educativos atendiendo a dos grupos respectivamente. El taller para esta primaria se conformó de cuatro sesiones, la primera de ellas fue introductoria para todos los grupos realizando dinámicas de presentación, posteriormente se trabajaron los temas de autoestima, autocuidado y valores para todos los grupos (anexo 2.2).
- Jardín de Niños Ramón López Velarde: Se ofreció en todos los grupos, participando cuatro equipos conformados por dos psicólogos educativos y dos equipos se conformaron por un psicólogo educativo y un trabajador social atendiendo un grupo respectivamente. El taller para este preescolar se conformó de tres sesiones en las cuales se trabajó principalmente el autocuidado a partir de la identificación de situaciones de riesgo (anexo 2.3).
- Cetis 5 “Gertrudis Bocanegra”: Solo se manejaron los temas de valores y autoestima, se trabajó con un grupo de quinto semestre, donde participaron dos psicólogos educativos, esta actividad se conformó de tres sesiones, este taller en específico se realizó como una capacitación sobre los temas a manejar con motivo de un proyecto escolar del grupo, por lo que solo se participó como personal de apoyo.



Imagen 7: Taller para el Desarrollo de Habilidades Psicosociales en Jardín de Niños

Las actividades de este taller se reportaron en el portal de voluntarios con los proyectos de ICE para las sesiones de introducción, OPT para todas las sesiones realizadas en el preescolar, OPI para las sesiones realizadas en 1°, 2° y 3° de las dos primarias, DCP para las sesiones realizadas en 4°, 5° y 6° de las dos primarias y DCJ para la capacitación que se realizó en el Cetis 5.



Imagen 8: Taller para el Desarrollo de Habilidades Psicosociales en Primaria

Durante el desarrollo de dicho taller, se detectó población vulnerable ante los factores de riesgo, principalmente en la Primaria Carlos A. Carrillo, puesto que la población de esta escuela en particular se encuentran alumnos de casas hogares, con alguna discapacidad, etc. por lo que se informó a las autoridades educativas la importancia de reforzar los valores así como el autoestima y fomentar las relaciones de amistad sana entre la comunidad escolar, en algunos alumnos en particular, principalmente de sexto grado se sugirió la canalización oportuna ya que presentaron indicadores de haber iniciado el consumo de drogas, esto se detectó gracias a una pequeña dinámica sobre la toma de decisiones que se realizó.

6.2.8 Taller para la Sexualidad libre de consumo de drogas

Este taller fue dirigido principalmente hacia los adolescentes de secundaria, ya que es la población más vulnerable ante el consumo de drogas, así como las prácticas sexuales de riesgo, el taller tuvo el siguiente objetivo:

Objetivo: Generar estrategias con los alumnos para prevenir y erradicar el consumo de drogas legales e ilegales, así como fortalecer los factores de protección además de conocer las prácticas sexuales comunes entre los adolescentes para generar estrategias que lleven a cabo en la sexualidad libre de riesgo.

Dentro del taller a lo largo de las sesiones que se ofrecieron se abordaron temas como: Drogas: características y daños físicos, Prácticas sexuales de riesgo, Métodos anticonceptivos, Factores de riesgo y factores de protección, Enfermedades de transmisión sexual, Violencia en el noviazgo, daños sociales ante el consumo de drogas.



Imagen 9: Taller para la Sexualidad libre del consumo de drogas en Secundaria

Este taller se trabajó para la toma de decisiones en cuanto al consumo de drogas y para que su sexualidad sea de forma correcta, adecuada y no de forma intuitiva, teniendo una sexualidad sin riesgo. La aportación que se dio a los adolescentes de las instituciones donde se trabajó dicho taller fue de manera clara

y precisa propiciando un ambiente de confianza con el fin de que los adolescentes expresaran sus dudas en cuanto a la sexualidad.

En las actividades que se realizaron durante las sesiones fue necesario el apoyo de videos, carteles, fotocopias, etc. En el aula se realizaron actividades recreativas, mesas de dialogo, participación continua, siempre fomentando el trabajo en equipo, las instituciones en las que se ofreció el taller fueron las siguientes:

- Escuela Secundaria 69: este taller se impartió para los tres grados donde participaron cuatro equipos conformados por tres psicólogos educativos atendiendo a un grupo respectivamente, esta actividad consistió en cuatro sesiones, la primera de ellas se desarrolló como plática introductoria al taller, las cartas descriptivas de este taller se encuentran en los anexos (anexo 3.1).
- Escuela Secundaria para trabajadores 37: este taller se impartió en los tres grados, participando tres equipos conformados por dos psicólogos educativos y un trabajador social atendiendo tres grupos respectivamente, el taller consistió en cinco sesiones, las dos primeras de ellas se desarrollaron como pláticas introductorias las cartas descriptivas de este taller se encuentran en los anexos (anexo 3.2).
- Escuela Secundaria 34: este taller se impartió para los grados de segundo y tercero el cual participaron tres equipos conformados por dos psicólogos educativos y un equipo de un psicólogo educativo y un trabajador social atendiendo dos grupos cada equipo, consistió en tres sesiones, para los grupos de segundo grado solo se abordaron los temas referentes al consumo de drogas y para los grupos de tercero solo se abordaron los temas referentes a la prevención de las prácticas sexuales de riesgo, las cartas descriptivas de este taller se encuentran en los anexos (anexo 3.3).
- Telesecundaria 32: este taller se impartió en los tres grados en el cual solo se abordaron los temas de consumo de drogas, participaron tres psicólogos quienes atendieron los tres grupos que conforman esta institución, este taller consistió en cuatro sesiones, la primera de ellas se desarrolló como plática

introdutoria, las cartas descriptivas de este taller se encuentran en los anexos (anexo 3.4).

Las actividades se reportaron en el portal de voluntarios de CIJ con los proyectos de ICE para las pláticas introductorias en todas las escuelas, ESN para las sesiones del taller en la Escuela secundaria para trabajadores 37 y la Escuela Secundaria 69, DCJ para la Telesecundaria 32 y para los grupos de segundo grado de la Escuela Secundaria 34, finalmente se reportó el proyecto SUD para los grupos de tercero de la Escuela Secundaria 34.



Imagen 10: Taller para la Sexualidad libre del consumo de drogas en Secundaria

Dentro de este taller se detectaron alumnos que se encuentran vulnerables ante el uso de las drogas y alumnos que las usan frecuentemente, esto se logró gracias a la observación de su comportamiento y participación durante el desarrollo del taller mostrando actitud favorecida hacia el tema de las drogas e incluso hablando de experiencias propias durante dichas participaciones, la Telesecundaria 32 fue la escuela con mayor población de alumnos vulnerables y consumidores, esta escuela en particular cuenta con un solo grupo de cada grado, atendiendo de 20 a 25 alumnos aproximadamente ya que en ella se encuentran alumnos que han sido etiquetados y que han sido rechazados de otras escuelas, por ello se informó a las autoridades educativas la importancia de fomentar la convivencia sana así como la creación de espacios para que los alumnos puedan expresarse y se sientan

escuchados ya que la mayoría carece de comunicación con su familia, por otro lado también se les informo de aquellos alumnos que se detectaron como consumidores para una canalización oportuna con las instituciones correspondientes.

6.2.9 Taller de Inhalables

Este taller se realizó gracias a la aplicación de un cuestionario que elaboraron los voluntarios quienes realizaban servicio social en CIJ unidad Benito Juárez y por solicitud de la Telesecundaria 32 a raíz de la detección de su consumo por parte de los docentes, entre los alumnos y la vulnerabilidad de iniciar el consumo entre los demás compañeros, ya que la población concentrada en esta institución educativa se encuentra muy etiquetada por la sociedad por lo que solo hay un grupo por grado escolar en el que se compone la educación secundaria. El taller se ofreció a los tres grupos donde se abordaron los tipos de inhalables, efectos y consecuencias, así como crear estrategias para rechazar situaciones de consumo, de igual manera se buscó reforzar los factores de protección, participaron tres equipos conformados por un psicólogo educativo y un trabajador social atendiendo a un solo grupo respectivamente, este taller consistió en cinco sesiones, la primera sesión se desarrolló como plática introductoria.

Entre las estrategias que se implementaron para la participación de los adolescentes en este taller además de crear un ambiente de confianza, se ofrecieron espacios para el debate, así como un pequeño cine-debate donde se les mostró a los adolescentes un cortometraje (anexo IV). Las actividades que se realizaron en este taller fueron reportadas en el portal de voluntarios de CIJ con el proyecto de ICE para la sesión de introducción e IHR para las cuatro sesiones restantes.

Dentro del taller se buscó reforzar los factores de protección, así como la creación de espacios para la convivencia sana entre los alumnos, se detectaron de manera particular a los alumnos que consumieron este tipo de droga, esto fue posible gracias a la observación de la actitud y participación que favorecía el

consumo, así como la participación de un alumno expresando experiencias propias con su consumo, posteriormente se informó a las autoridades educativas sobre aquellos alumnos en concreto para que realizaran la canalización correspondiente.

Conclusión

El objetivo de realizar prácticas profesionales es el acercamiento a escenarios reales, así como ampliar nuestro panorama en las áreas de acción donde el psicólogo educativo puede aplicar los conocimientos que ha adquirido durante su formación académica de manera profesional, de igual manera busca formar profesionales que sean capaces de integrarse al campo laboral adquiriendo experiencias por medio de la práctica.

El presente trabajo nace de las prácticas realizadas en el último año de formación de la carrera en Psicología Educativa a través del escenario que CIJ Benito Juárez ofreció a los estudiantes, por lo que la estancia en esta institución me permitió adquirir experiencia no solo profesionalmente, sino que también de manera personal.

El objetivo del proyecto de Prevención en Materia de Adicciones en el papel del psicólogo educativo dentro de este ámbito es el de agente socializador de estas temáticas en diferentes niveles educativos, gracias a la participación de la comunidad se pudieron brindar pláticas y talleres en los distintos niveles de educación, para generar cambios tanto cognitivos en cuanto a la información veraz sobre las drogas, como actitudinal para el rechazo de su consumo, además de brindar información en las instituciones acerca de estilos de vida saludable y prevención de adicciones.

Durante mi participación dentro del proyecto, en cuanto a los resultados sobre las actividades extramuros realizadas, se pudo detectar que los adolescentes poseen en muchos de los casos información errónea en cuanto a creencias sobre el consumo de sustancias así como de los efectos que pueden llegar a surgir, otra problemática que pude observar durante el desarrollo de los talleres de sexualidad en los adolescentes fue el escaso manejo del tema que los jóvenes han llegado a tener, puesto que en variadas ocasiones las dudas en particular que tenían principalmente, eran sobre algunas enfermedades de transmisión sexual.

En los talleres sobre el desarrollo de habilidades psicosociales, principalmente en los grados de sexto de primaria, se pudo observar un gran interés por el tema de plan de vida ya que la mayoría de los grupos cuentan con población vulnerable que carece de orientación vocacional, en cuanto al resto de los grupos de primaria se logró detectar algunos alumnos con una baja autoestima.

Los talleres fueron desarrollados bajo el enfoque sociocultural brindando la información a partir de los conocimientos previamente adquiridos por los alumnos y adolescentes con quienes se trabajó, lamentablemente, no se observaron resultados idóneos, así como un seguimiento constante de CIJ Benito Juárez hacia la mayoría de las actividades para una retroalimentación que permitiera adecuar o rediseñar actividades que brindarán un mejor impacto en la población con la que se trabajó.

Existe una gran demanda por parte de las instituciones tanto públicas como privadas para brindar talleres, pláticas y módulos de información por lo que no se cuenta con suficiente personal de CIJ, también no se cuentan con suficientes practicantes que pueden realizar dichas actividades por lo que el resultado de los talleres pudo verse afectado debido al constante movimiento de estos, en algunos de los casos, no se logró terminar de cubrir las sesiones de un taller.

Si bien en CIJ brindó capacitaciones a lo largo de la participación de los practicantes, donde esto les permitió revisar manuales, folletos y materiales impresos relacionado con el tema del consumo de drogas, utilizando términos como drogadicción, sin embargo es importante mencionar que en la actualidad instituciones como la American Psychiatric Association (APA) y la OMS han estipulado que los termino para definir la drogadicción son el “uso” y “abuso” del consumo de las drogas, puesto que el término “drogadicción” se le ha dado un sentido diferente por lo que se le considera estigmatizante.

En cuanto a las condiciones de trabajo en Centros de Integración Juvenil no existió organización en las actividades extramuros que se realizaron ya que se contó con poco tiempo para preparar dichas actividades debido a la demanda de estas, así como la falta de disponibilidad de espacios en las escuelas para desarrollar las

sesiones, por lo que la continuidad de los talleres se vio afectada. Por otro lado, la realización de los materiales que se ocuparon en los distintos talleres se brindó la facilidad de obtenerlos en el Centro, así como de realizar las cartas descriptivas, adecuaciones de materiales o de las mismas planeaciones de los talleres que se realizaron.

Unos de los obstáculos que pude observar durante mi estancia en CIJ está relacionado con la falta de información sobre la población a la que me dirigía en los talleres realizados, lo que no permitió la oportunidad de realizar las adecuaciones correspondientes dentro de las cartas descriptivas. Por otro lado, existieron algunas limitaciones en CIJ como la falta de espacios en los que los practicantes pueden realizar sus materiales y planeaciones de las distintas actividades que se realizaron.

Uno de los problemas que radica en el proyecto en general es a nivel macro ya que en algunos grupos con los que se trabajó a nivel secundaria, los maestros optaban por retirarse durante el desarrollo del taller, lo que conllevó a situaciones positivas y negativas en el salón, positivas por que existió una fluidez de participación más libre por parte de los alumnos y negativa porque en algunos casos los alumnos optaban por retirarse del salón.

Por otro lado existe una notable falta de apoyo por parte de las autoridades educativas en cuanto a la detección de alumnos vulnerables ante los factores de riesgo y de aquellos que se lograron detectar que ya consumían drogas para una canalización oportuna ya que no se les dio la atención necesaria para referirlos al centro, como practicante nuestra labor no puede ir más allá que la de promover la prevención a través de las pláticas y talleres que se ofrecen y en su caso dar aviso a las autoridades para la atención del alumno.

Con base a la experiencia obtenida durante las prácticas profesionales realizadas en CIJ Benito Juárez propongo una serie de mejoras para la realización y manejo de la información del programa. Entre las propuestas se encuentra el actualizar el contenido de los materiales informativos de CIJ; principalmente, el adoptar los términos que en la actualidad son utilizados para abordar el tema del consumo de sustancias, brindar información previa de la población a quienes van

dirigidas las actividades para una planeación que impacte de mejor manera, brindar más espacios para la planeación y diseño de las actividades y finalmente, derivado de la demanda de las actividades extramuros es importante que se mejore la organización de éstas hacia los practicantes para que dichas actividades tengan continuidad y su impacto no se vea afectado.

Gracias a la formación académica que me brindó la UPN como Psicóloga Educativa, pude realizar estrategias de aprendizaje en los talleres como una forma de promover la prevención en los adolescentes, así como en algunos casos me permitió desempeñar algunas funciones del orientador educativo ya que los contenidos aprendidos dentro de la materia orientación y apoyo psicopedagógico me permitió adquirir las herramientas necesarias, otra de las materias que me proporcionó herramientas para desarrollar las actividades con las distintas poblaciones a las que me enfrenté fue la materia de educación inclusiva ya que me permitió desarrollar las sesiones de los talleres con la participación de todos pues en algunos grupos se encontraban alumnos con autismo y con alguna discapacidad motriz.

Por otro lado, las materias optativas que se ofertaron en octavo semestre como el apoyo psicopedagógico para la promoción del desarrollo y el aprendizaje y la evaluación de programas y materiales educativos me pudieron haber proporcionado herramientas para la elaboración de actividades, así como una planeación que impactara en la prevención de las adicciones a través de los talleres realizados, desafortunadamente no pude contar con dichos aprendizajes ya que estas optativas se ofertaron los días en los que asistía a CIJ. Por lo que considero que estas materias deberían ser parte del tronco común pues enriquecerían aún más nuestra formación.

Para finalizar, el enfrentarme a escenarios reales me permitió desempeñar funciones como psicóloga educativa, las cuales a continuación se presentan en forma de lista:

- Diseñar talleres y planear sesiones de intervención para la prevención de las adicciones.

- Realizar adecuaciones en las planeaciones de las sesiones para la diversidad poblacional con la que se trabajó.
- Elaboración de materiales.
- Intervención con jóvenes en situaciones de riesgo.

A demás de las funciones que logre desarrollar, participar en el escenario de prácticas profesiones en Centros de Integración Juvenil de Benito Juárez me permitió desarrollar habilidades personales como el trabajo en equipo y el manejo de grupo, así como asumir el compromiso de desarrollarme profesionalmente.

Referencias

- American Psychiatric Association (APA). (2014). Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales DSM-5. México: Editorial Medica Panamericana.
- Arellanes, H. J., Díaz, N. D., Wagner, E. F., y Pérez, I. V. (2004). Factores psicosociales asociados con el abuso y la dependencia de drogas entre adolescentes: análisis bivariados de un estudio de casos y controles. *Salud Mental*. 27 (3), 54-64.
- Canales, Q, G; Díaz de Paredes, T; Guidorizzi, Z. A. y Arena, V. C. (2012). Consumo de drogas psiciactivas y factores de riesgo familiar en adolescentes. *Revista CUIDARTE*. 3 (1), 260-269.
- Centroamérica y el Caribe. Oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito. (2017). *Informe Mundial Sobre las Drogas 2017*. Resumen. Conclusiones y consecuencias en materia de políticas. UNODC. Recuperado de https://www.unodc.org/wdr2017/field/WDR_Booklet1_Exsum_Spanish.pdf
- Centros de Integración Juvenil. (2003). *Drogas: las 100 preguntas más frecuentes*. D.F, México.
- Centros de Integración Juvenil. (2012). Servicios. D.F, México, Recuperado de: <http://www.cij.org.mx/Contenidos/Servicios/servicios.html>
- Centros de Integración Juvenil. (2014). Consumo de Drogas: riesgos y consecuencias. D.F, México.
- Centros de Integración Juvenil. (2017). ¿Drogas? ¡Mejor infórmate!, D.F, México, Recuperado de: <http://www.cij.gob.mx/DrogasInformate/>
- Centros de Integración Juvenil. (Sin fecha). *Prevención del consumo de drogas en CIJ: Para vivir sin adicciones*. D.F, México.
- Consejo Nacional Contra las Adicciones. (2003). Serie Planeación, modelos preventivos. México: CONADIC.
- Consejo Nacional Contra las Adicciones. (2017). La neta del alcohol y algo más... Guía preventiva para adolescentes. Recuperado de: http://www.conadic.salud.gob.mx/Guia_Preventivas/La_neta_del_alcohol.pdf
- Consejo Nacional Contra las Adicciones. (2017). La neta del tabaco y algo más... Guía preventiva para adolescentes. Recuperado de: http://www.conadic.salud.gob.mx/Guia_Preventivas/La_neta_del_tabaco.pdf
- Díaz, B. & Córdova, A. (2013). Factores psicosociales de riesgo del uso drogas. México: Centros de Integración Juvenil. Recuperado de: <http://www.cij.gob.mx/ebco2013/pdf/EBCORP.pdf>

- Faílde, G. J., Dapía, C. M., Alonso, A. A., Pazos, M. E., (2015). Consumo de drogas en adolescentes escolarizados infractores. *Educación XX1*, 18 (2), 167-188.
- Fernández, P. F. (2007). El medio social como estructura psicológica. Reflexiones a partir del modelo ecológico de Bronfenbrenner. *EduPsykhé. Revista de Psicología y Psicopedagogía*, 3 (2), 161-177.
- Medina-Mora, M., Real, T., Villatoro, J. & Natera, J. (2013). Las drogas y la salud pública: ¿hacia dónde vamos? *Salud Pública de México*, 55, 67-73.
- Mendes, J. F. (1999). Drogadicción y Prevención familiar: una política para Europa. *ADICCIONES*, 11 (3), 193-200.
- México. Centros de Integración Juvenil. A. C. (2017). *¿Drogas? Mejor infórmate*. Recuperado de <http://www.test.cij.gob.mx/ExtCIJ/PublicacionesCIJ2017/pdf/Publicaciones/DROGASMEJOR.pdf>
- México. Comisión Nacional contra las Adicciones. (2017). *Encuesta Nacional de Consumo de Drogas, Alcohol y Tabaco, ENCODAT 2016-2017. Reporte de Alcohol*. Recuperado de https://drive.google.com/file/d/1rMIKaWy34GR51sEnBK2-u2q_BDK9LA0e/view
- México. Comisión Nacional contra las Adicciones. (2017). *Encuesta Nacional de Consumo de Drogas, Alcohol y Tabaco, ENCODAT 2016-2017. Reporte de Drogas*. Recuperado de https://drive.google.com/file/d/1zIPBiYB3625GBGIW5BX0TT_YQN73eWhR/view
- México. Comisión Nacional contra las Adicciones. (2017). *Encuesta Nacional de Consumo de Drogas, Alcohol y Tabaco, ENCODAT 2016-2017. Reporte de Tabaco*. Recuperado de <https://drive.google.com/file/d/1lktptvdu2nsrSpMBMT4FdqBlk8gikz7q/view>
- México. Sistema de Información Epidemiológica del Consumo de Drogas. (2018). *Consumo de Drogas en Solicitantes de Tratamiento en Centros de Integración Juvenil. Segundo Semestre de 2017*. Recuperado de <http://www.test.cij.gob.mx/ExtCIJ/programas/Investigacion/pdf/18-01a.pdf>
- México. Sistema de Vigilancia Epidemiológica para las Adicciones. (2016). *Informe SISVEA 2016*. Recuperado de http://187.191.75.115/gobmx/salud/documentos/info_sisvea/informes_sisvea_2016.pdf
- Musitu, O. G y Herrero O. J. (2003). El rol de la autoestima en el consumo moderado de drogas en la adolescencia. *Revista Internacional de Ciencias Sociales y Humanidades, SOCIOTAM*, XIII (1), 385-306.
- Nolia, H, E. (2015). El trago estándar en México. Una Herramienta para la prevención del uso nocivo del alcohol. México: FISCA.

- Oficina de Información Científica y Tecnológica para el congreso de la Unión. (2017). El uso medicinal de la marihuana. Recuperado de: https://foroconsultivo.org.mx/INCYTU/documentos/Completa/INCYTU_17-005.pdf
- Oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito. (2014). *Guía del comunicador: Información sobre trastornos del uso de drogas*. Ciudad de México: Fundación Gonzalo Río Arronte, I.A.P.
- OMS. (2015). Informe OMS sobre la epidemias mundial de tabaquismo, 2015. Recuperado de: https://www.who.int/tobacco/global_report/2015/summary/es/
- OMS. (2018). CIE-11 Estadísticas de morbilidad y mortalidad. Recuperado de <https://icd.who.int/browse11/l-m/es>
- Panamá. Oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito. (2018). *Informe Mundial Sobre las Drogas 2018. Resumen. Conclusiones y consecuencias en materia de políticas*. UNODC. Recuperado de https://www.unodc.org/wdr2018/prelaunch/WDR18_ExSum_Spanish.pdf
- Peñafiel, P. E., (2009). Factores de riesgo y protección en el consumo de sustancias en adolescentes. *Revista Pulso*, 32, 147-173.
- Rodríguez, S., Diaz, D.B., Gracia, S., Guerrero, A. & Lucio, E. (2007). Capacidad predictiva de la Teoría de la Conducta Planificada en la intención y uso de drogas ilícitas entre estudiantes mexicanos. *Salud Mental*, 30(1), 68-81.
- SEP. (2007). Programa de Escuela Segura. México. Recuperado de: <http://basica.sep.gob.mx/site/seccion/1/10/50>
- SEP. (2008). Orientaciones para la prevención de adicciones en escuelas de educación básica: Manual para profesores de secundaria México: Secretaria de Educación Pública.
- SEP. (2009). Guía para fortalecer la gestión escolar con énfasis en prevención: lineamientos para las comunidades escolares de educación primaria. México: Secretaria de Educación Pública.
- SEP. (2009). Orientaciones para la prevención de adicciones en escuelas de educación primaria: Guía para docentes de 1°, 2°y 3°. México: Secretaria de Educación Pública.
- SEP. (2009). Orientaciones para la prevención de adicciones en escuelas de educación primaria: Guía para docentes de 4°, 5°y 6°. México: Secretaria de Educación Pública.
- SEP. (2012). Manual para fortalecer la prevención de adicciones desde la educación secundaria. (2da. Ed.). México: Secretaria de Educación Pública.
- Velasco, F. R. (2005). La escuela ante las drogas. (2da. Ed.). México: Hablemos de educación

Volkow, N. D., Baler, R. D. Comptom, W. M. y Weiss, S. R. (2014). Adverse Health Effects of Marijuana Use. Revista New England Journal of Medicine. 370 (23), 2219-2227.

A N E X O S

Anexo I
Cartas descriptivas del Taller Manejo de Emociones

Anexo 1.1
Cartas descriptivas del Taller de Manejo de Emociones en
la Primaria Reino Unido de la Gran Bretaña



Centros de Integración Juvenil, A. C
“Para vivir sin adicciones”

Taller Manejo de Emociones

Escuela Primaria Reino Unido de la Gran Bretaña

Sesión 1: Introducción

Duración: 50 min

Objetivo		Tema	Subtemas	Técnicas	Tiempo
Que los alumnos identifiquen las emociones tanto corporal como en las expresiones y en qué situaciones se presentan, así como emplear estrategias para el manejo de estas.	I. Presentación	Información sobre los centros del CIJ Sobre el taller	<ul style="list-style-type: none"> • Presentación institucional • De que es el taller y cuantas sesiones durará 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo 	5'
	II. Introducción	¿Qué son las emociones?	<ul style="list-style-type: none"> • Cuáles son las emociones • Donde sentimos las emociones 	<ul style="list-style-type: none"> • Lluvia de ideas • Dinámica 	15'
		Expresando mis emociones	<ul style="list-style-type: none"> • Identificando las emociones • Emociones y gestos 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas • Dinámica 	20'
	III. Cierre	¿Qué aprendí?	<ul style="list-style-type: none"> • Identifico y expreso mis emociones 	<ul style="list-style-type: none"> • Dinámica 	10'



Centros de Integración Juvenil, A. C
“Para vivir sin adicciones”

Taller Manejo de Emociones

Escuela Primaria Reino Unido de la Gran Bretaña

Sesión 2: Las emociones en mi cuerpo

Duración: 50 min

Objetivo		Tema	Subtemas	Técnicas	Tiempo
Que los alumnos identifiquen las emociones tanto corporal como en las expresiones y en qué situaciones se presentan, así como emplear estrategias para el manejo de estas.	I. Inicio	Resumen de la primera sesión	<ul style="list-style-type: none"> • Que son las emociones • Cuáles son las emociones 	<ul style="list-style-type: none"> • Lluvia de ideas 	5'
	II. Desarrollo	Expresando mis emociones	<ul style="list-style-type: none"> • Identificando las reacciones de mis emociones 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Dinámica 	15'
		Las emociones en mi cuerpo	<ul style="list-style-type: none"> • Identificando las reacciones del cuerpo ante las emociones • Actividad 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas • Dinámica 	20'
	III. Cierre	¿Qué aprendí?	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Cómo reacciono ante las emociones fuertes? 	<ul style="list-style-type: none"> • Lluvia de ideas 	10'



Centros de Integración Juvenil, A. C
“Para vivir sin adicciones”

Taller Manejo de Emociones

Escuela Primaria Reino Unido de la Gran Bretaña

Sesión 3: Manejo de mis emociones

Duración: 50 min

Objetivo		Tema	Subtemas	Técnicas	Tiempo
Que los alumnos identifiquen las emociones tanto corporal como en las expresiones y en qué situaciones se presentan, así como emplear estrategias para el manejo de estas.	I. Inicio	Resumen de la segunda sesión	<ul style="list-style-type: none"> • Como reacciono ante las emociones • Como reacciona mi cuerpo ante las emociones 	<ul style="list-style-type: none"> • Lluvia de ideas 	5'
	II. Desarrollo	Como manejo mis emociones	<ul style="list-style-type: none"> • Habilidades para el manejo personal de las emociones • El que se enoja pierde • El monstruo come miedos 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Dinámica 	20'
		Conviviendo con las emociones	<ul style="list-style-type: none"> • Reconociéndome y reconociendo mis emociones 	<ul style="list-style-type: none"> • Dinámica 	10'
	III. Cierre	Reflexión	<ul style="list-style-type: none"> • Manejo mis emociones 	<ul style="list-style-type: none"> • Lluvia de ideas 	15'

Anexo 1.2
Cartas descriptivas del Taller de Manejo de Emociones en
la Primaria José María Mata



Centros de Integración Juvenil, A. C
“Para vivir sin adicciones”

Taller Manejo de Emociones

Escuela Primaria José María Mata

Sesión 1: Introducción

Duración: 50 min

Objetivo		Tema	Subtemas	Técnicas	Tiempo
Que los alumnos identifiquen las emociones tanto corporal como en las expresiones y en qué situaciones se presentan, así como emplear estrategias para el manejo de estas.	I. Presentación	Información sobre los centros del CIJ Sobre el taller	<ul style="list-style-type: none"> • Presentación institucional • De que es el taller y cuantas sesiones durará 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo 	5'
	II. Introducción	¿Qué son las emociones?	<ul style="list-style-type: none"> • Cuáles son las emociones • Donde sentimos las emociones 	<ul style="list-style-type: none"> • Lluvia de ideas • Dinámica 	15'
		Expresando mis emociones	<ul style="list-style-type: none"> • Identificando las emociones • Emociones y gestos 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas • Dinámica 	20'
	III. Cierre	¿Qué aprendí?	<ul style="list-style-type: none"> • Identifico y expreso mis emociones 	<ul style="list-style-type: none"> • Dinámica 	10'



Centros de Integración Juvenil, A. C
“Para vivir sin adicciones”

Taller Manejo de Emociones

Escuela Primaria José María Mata

Sesión 2: Manejo mis emociones

Duración: 50 min

Objetivo		Tema	Subtemas	Técnicas	Tiempo
Que los alumnos identifiquen las emociones tanto corporal como en las expresiones y en qué situaciones se presentan, así como emplear estrategias para el manejo de estas.	I. Inicio	Resumen de la primera sesión	<ul style="list-style-type: none"> • Que son las emociones • Cuáles son las emociones 	<ul style="list-style-type: none"> • Lluvia de ideas 	5'
	II. Desarrollo	Las emociones en mi cuerpo	<ul style="list-style-type: none"> • Como reacciona mi cuerpo con las emociones 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Dinámica 	15'
		Como controlar mis emociones	<ul style="list-style-type: none"> • Habilidades para el manejo personal de las emociones • Reaccionando ante una situación alarmante 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas • Dinámica 	20'
	III. Cierre	¿Qué aprendí?	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Cómo puedo controlar mis emociones? 	<ul style="list-style-type: none"> • Lluvia de ideas 	10'



Centros de Integración Juvenil, A. C
“Para vivir sin adicciones”

Taller Manejo de Emociones

Escuela Primaria José María Mata

Sesión 3: Conviviendo con las emociones

Duración: 50 min

Objetivo		Tema	Subtemas	Técnicas	Tiempo
Que los alumnos identifiquen las emociones tanto corporal como en las expresiones y en qué situaciones se presentan, así como emplear estrategias para el manejo de estas.	I. Inicio	Resumen de la segunda sesión	<ul style="list-style-type: none"> • Como controlo mis emociones • Como reacciono ante situaciones alarmantes 	<ul style="list-style-type: none"> • Lluvia de ideas 	5'
	II. Desarrollo	Conviviendo con las emociones	<ul style="list-style-type: none"> • Examen del minuto • Autorreflexión de mi reacción ante las emociones 	<ul style="list-style-type: none"> • Dinámica • Lluvia de ideas 	10'
		Mis emociones y yo	<ul style="list-style-type: none"> • Reconociéndome y reconociendo mis emociones 	<ul style="list-style-type: none"> • Dinámica 	20'
	III. Cierre	Reflexión	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Cómo puedo controlar mis emociones? • Aceptando mis emociones y reacciones 	<ul style="list-style-type: none"> • Lluvia de ideas • Dinámica 	15'

Anexo 1.3
Cartas descriptivas del Taller de Manejo de Emociones en
Cetis 5 “Gertrudis Bocanegra”



Centros de Integración Juvenil, A. C
“Para vivir sin adicciones”

Taller Manejo de Emociones

Cetis 5 “Gertrudis Bocanegra”

Sesión de contención

Duración: 50 min

Objetivo		Tema	Subtemas	Técnicas	Tiempo
Desarrollar habilidades para equilibrar las emociones y alcanzar un estado de tranquilidad ante situaciones de riesgo	I. Presentación	Información sobre los centros del CIJ Sobre el taller	<ul style="list-style-type: none"> • Presentación institucional • De que es el taller y cuantas sesiones durará 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo 	5'
	II. Introducción	¿Sabes que fue lo que paso?	<ul style="list-style-type: none"> • Sismos y terremotos • Recopilando experiencias 	<ul style="list-style-type: none"> • Participaciones 	10'
		Superando el miedo	<ul style="list-style-type: none"> • Reconociendo el miedo • Comprendiendo el miedo 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas • Dinámica 	20'
III. Cierre	¿Qué estoy sintiendo?	<ul style="list-style-type: none"> • Reflexionando la importancia de expresar el miedo 	<ul style="list-style-type: none"> • Dinámica de relajación 	15'	



Centros de Integración Juvenil, A. C
“Para vivir sin adicciones”

Taller Manejo de Emociones

Cetis 5 “Gertrudis Bocanegra”

Sesión 1: Expresando mis emociones

Duración: 50 min

Objetivo		Tema	Subtemas	Técnicas	Tiempo
Que los alumnos identifiquen las emociones tanto corporal como en las expresiones y en qué situaciones se presentan, así como emplear estrategias para el manejo de estas.	I. Inicio	¿Qué son las emociones?	<ul style="list-style-type: none"> • Cuales son las emociones • Como expreso las emociones 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositiva • Lluvia de ideas 	10'
	II. Desarrollo	Expresando mis emociones	<ul style="list-style-type: none"> • Las emociones y sus expresiones 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositiva • Lluvia de ideas • Dinámica 	20'
		Las emociones en mi cuerpo	<ul style="list-style-type: none"> • Identificando las reacciones de las emociones en mi cuerpo 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositiva • Dinámica 	15'
	III. Cierre	¿Qué aprendí?	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Cómo expreso mis emociones? • ¿Cómo reacciona mi cuerpo ante las emociones? 	<ul style="list-style-type: none"> • Lluvia de ideas 	5'



Centros de Integración Juvenil, A. C
“Para vivir sin adicciones”

Taller Manejo de Emociones

Cetis 5 “Gertrudis Bocanegra”

Sesión 2: Reacciones de las emociones

Duración: 50 min

Objetivo		Tema	Subtemas	Técnicas	Tiempo
Que los alumnos identifiquen las emociones tanto corporal como en las expresiones y en qué situaciones se presentan, así como emplear estrategias para el manejo de estas.	I. Inicio	Resumen de la primera sesión	<ul style="list-style-type: none"> • Como expreso mis emociones • Las emociones en mi cuerpo 	<ul style="list-style-type: none"> • Lluvia de ideas 	10'
	II. Desarrollo	Reaccionando ante situaciones de riesgo	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Cómo reacciono ante situaciones de tensión? • Examen del minuto 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas • Dinámica 	10'
		Carta para mis emociones	<ul style="list-style-type: none"> • Reflexión sobre las emociones que experimentamos 	<ul style="list-style-type: none"> • Dinámica • Participaciones 	20'
	III. Cierre	¿Qué aprendí?	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Cómo reacciono ante situaciones de tensión o de riesgo? 	<ul style="list-style-type: none"> • Lluvia de ideas 	10'



Centros de Integración Juvenil, A. C
“Para vivir sin adicciones”

Taller Manejo de Emociones

Cetis 5 “Gertrudis Bocanegra”

Sesión 3: Manejo mis emociones

Duración: 50 min

Objetivo		Tema	Subtemas	Técnicas	Tiempo
Que los alumnos identifiquen las emociones tanto corporal como en las expresiones y en qué situaciones se presentan, así como emplear estrategias para el manejo de estas.	I. Inicio	Resumen de la segunda sesión	<ul style="list-style-type: none"> • Que puedo hacer ante situaciones de tensión o de riesgo 	<ul style="list-style-type: none"> • Lluvia de ideas 	5'
	II. Desarrollo	¿Cómo manejar mis emociones?	<ul style="list-style-type: none"> • Habilidades para el manejo personal de las emociones 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas • Dinámica 	20'
		Conviviendo con mis emociones	<ul style="list-style-type: none"> • Reconocerme y reconocer mis emociones • Describiendo mis emociones 	<ul style="list-style-type: none"> • Reflexión • Dinámica 	15'
	III. Cierre	Nota para mis emociones	<ul style="list-style-type: none"> • Saber como manejar las emociones 	<ul style="list-style-type: none"> • Dinámica 	10'

Anexo 1.4
Cartas descriptivas del Taller de Manejo de Emociones en
la Escuela Secundaria N. 197 “Canadá”



Centros de Integración Juvenil, A. C
“Para vivir sin adicciones”

Taller Manejo de Emociones
Escuela Secundaria N.197 “Canadá”

Sesión 1: Introducción

Duración: 50 min

Objetivo		Tema	Subtemas	Técnicas	Tiempo
Que los alumnos identifiquen las emociones tanto corporal como en las expresiones y en qué situaciones se presentan, así como emplear estrategias para el manejo de estas.	I. Presentación	información sobre los centros del CIJ Sobre el taller	<ul style="list-style-type: none"> • Presentación institucional • De que es el taller y cuantas sesiones durará 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo 	5'
	II. Introducción	¿Qué son las emociones?	<ul style="list-style-type: none"> • Cuáles son las emociones • ¿Cómo expreso mis emociones? 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas • Dinámica 	15'
		Las emociones en mi cuerpo	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Cómo reacciona mi cuerpo ante las emociones? • Identificando las emociones en mi cuerpo 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas • Dinámica 	20'
	III. Cierre	¿Qué aprendí?	<ul style="list-style-type: none"> • Las emociones y yo 	<ul style="list-style-type: none"> • Lluvia de ideas • Dinámica 	10'



Centros de Integración Juvenil, A. C
“Para vivir sin adicciones”

Taller Manejo de Emociones
Escuela Secundaria N.197 “Canadá”

Sesión 2: Manejo mis emociones

Duración: 50 min

Objetivo		Tema	Subtemas	Técnicas	Tiempo
Que los alumnos identifiquen las emociones tanto corporal como en las expresiones y en qué situaciones se presentan, así como emplear estrategias para el manejo de estas.	I. Inicio	Resumen de la primera sesión	<ul style="list-style-type: none"> • Las emociones en mi cuerpo • Como expreso las emociones 	<ul style="list-style-type: none"> • Lluvia de ideas 	10'
	II. Desarrollo	Como manejar las emociones	<ul style="list-style-type: none"> • Habilidades para el manejo personal de las emociones 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas • Dinámica 	15'
		Reconociendo mis emociones	<ul style="list-style-type: none"> • Expresando y controlando mis emociones 	<ul style="list-style-type: none"> • Dinámica 	15'
	III. Cierre	¿Qué aprendí?	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Cómo puedo manejar mis emociones? 	<ul style="list-style-type: none"> • Lluvia de ideas 	10'



Centros de Integración Juvenil, A. C
“Para vivir sin adicciones”

Taller Manejo de Emociones
Escuela Secundaria N.197 “Canadá”

Sesión 3: Conviviendo con las emociones

Duración: 50 min

Objetivo		Tema	Subtemas	Técnicas	Tiempo
Que los alumnos identifiquen las emociones tanto corporal como en las expresiones y en qué situaciones se presentan, así como emplear estrategias para el manejo de estas.	I. Inicio	Resumen de la segunda sesión	<ul style="list-style-type: none"> • Controlando mis emociones 	<ul style="list-style-type: none"> • Lluvia de ideas 	10'
	II. Desarrollo	Reaccionando ante situaciones de riesgo	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Cómo reacciono ante situaciones de riesgo? • Examen del minuto 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositiva • Lluvia de ideas • Dinámica 	15'
		Conviviendo con las emociones	<ul style="list-style-type: none"> • Reconocerme y reconocer mis emociones • Mi experiencia con las emociones 	<ul style="list-style-type: none"> • Dinámica 	15'
	III. Cierre	Carta para mis emociones	<ul style="list-style-type: none"> • Las emociones que experimentamos diariamente 	<ul style="list-style-type: none"> • Dinámica 	10'

Anexo 1.5
Cartas descriptivas del Taller de Manejo de emociones en
la Primaria Tlacoquemecatl



Centros de Integración Juvenil, A. C
“Para vivir sin adicciones”

Taller Manejo de Emociones

Escuela Primaria Tlacoquemecatl

Sesión 1: Introducción

Duración: 50 min

Objetivo		Tema	Subtemas	Técnicas	Tiempo
Que los alumnos identifiquen las emociones tanto corporal como en las expresiones y en qué situaciones se presentan, así como emplear estrategias para el manejo de estas.	I. Presentación	Información sobre los centros del CIJ Sobre el taller	<ul style="list-style-type: none"> • Presentación institucional • De que es el taller y cuantas sesiones durará 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo 	5'
	II. Introducción	¿Qué son las emociones?	<ul style="list-style-type: none"> • Cuales son las emociones • Donde sentimos las emociones 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositiva • Lluvia de ideas • Dinámica 	15'
		Expresando mis emociones	<ul style="list-style-type: none"> • Identificando las emociones • Emociones y gestos 	<ul style="list-style-type: none"> • Lluvia de ideas • Dinámica 	15'
	III. Cierre	¿Qué aprendí?	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Cómo expreso mis emociones? 	<ul style="list-style-type: none"> • Dinámica 	15'



Centros de Integración Juvenil, A. C
“Para vivir sin adicciones”

Taller Manejo de Emociones
Escuela Primaria Tlacoquemecatl

Sesión 2: Manejo mis emociones

Duración: 50 min

Objetivo		Tema	Subtemas	Técnicas	Tiempo
Que los alumnos identifiquen las emociones tanto corporal como en las expresiones y en qué situaciones se presentan, así como emplear estrategias para el manejo de estas.	I. Inicio	Resumen de la primera sesión	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Que son las emociones? • ¿Cómo expreso mis emociones? 	<ul style="list-style-type: none"> • Dinámica 	10'
	II. Desarrollo	Las emociones en mi cuerpo	<ul style="list-style-type: none"> • Como reacciona nuestro cuerpo ante las emociones • Reconociendo las emociones en mi cuerpo 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas • Dinámica 	15'
		¿Cómo manejo mis emociones?	<ul style="list-style-type: none"> • Habilidades para el manejo personal de las emociones 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Dinámica 	15'
	III. Cierre	¿Qué aprendí?	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Cómo reacciona mi cuerpo con las emociones y como puedo manejarlas? 	<ul style="list-style-type: none"> • Lluvia de ideas 	10'



Centros de Integración Juvenil, A. C
“Para vivir sin adicciones”

Taller Manejo de Emociones

Escuela Primaria Tlacoquemecatl

Sesión 3: Conviviendo con las emociones

Duración: 50 min

Objetivo		Tema	Subtemas	Técnicas	Tiempo
Que los alumnos identifiquen las emociones tanto corporal como en las expresiones y en qué situaciones se presentan, así como emplear estrategias para el manejo de estas.	I. Inicio	Resumen de la segunda sesión	<ul style="list-style-type: none"> • Reconociendo las emociones en mi cuerpo 	<ul style="list-style-type: none"> • Dinámica 	10'
	II. Desarrollo	Conviviendo con las emociones	<ul style="list-style-type: none"> • El que se enoja pierde • El mostro come miedos 	<ul style="list-style-type: none"> • Dinámica 	15'
		Reconociendo las emociones	<ul style="list-style-type: none"> • Importancia de expresar mis emociones 	<ul style="list-style-type: none"> • Lluvia de ideas • Dinámica 	15'
	III. Cierre	Carta para mis emociones	<ul style="list-style-type: none"> • La importancia de expresar y controlar nuestras emociones 	<ul style="list-style-type: none"> • Dinámica 	10'

Anexo 1.6
Cartas descriptivas del Taller de Manejo de Emociones en
el Jardín de Niños Tlacoquemecatl



Centros de Integración Juvenil, A. C
“Para vivir sin adicciones”

Taller Manejo de Emociones
Jardín de Niños Tlacoquemecatl

Sesión 1: Introducción
Duración: 50 min

Objetivo		Tema	Subtemas	Técnicas	Tiempo
Que los alumnos identifiquen las emociones tanto corporal como en las expresiones y en qué situaciones se presentan, así como emplear estrategias para el manejo de estas.	I. Presentación	Información sobre los centros del CIJ Sobre el taller	<ul style="list-style-type: none"> • Presentación institucional • De que es el taller y cuantas sesiones durará 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo 	5'
	II. Introducción	Las emociones	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué son las emociones? • ¿Cuáles son las emociones? 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Dinámica 	15'
		Las emociones en mi cuerpo	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Como expreso mis emociones? • Identificando emociones 	<ul style="list-style-type: none"> • Dinámicas 	20'
	III. Cierre	¿Qué aprendí?	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Cómo identifico las emociones en mi cuerpo? 	<ul style="list-style-type: none"> • Lluvia de ideas 	5'



Centros de Integración Juvenil, A. C
“Para vivir sin adicciones”

Taller Manejo de Emociones
Jardín de Niños Tlacoquemecatl

Sesión 2: Manejo mis emociones

Duración: 50 min

Objetivo		Tema	Subtemas	Técnicas	Tiempo
Que los alumnos identifiquen las emociones tanto corporal como en las expresiones y en qué situaciones se presentan, así como emplear estrategias para el manejo de estas.	I. Inicio	Resumen de la primera sesión	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Cuáles son mis emociones? 	<ul style="list-style-type: none"> • Lluvia de ideas • Dinámica 	10'
	II. Desarrollo	Conociendo mis emociones	<ul style="list-style-type: none"> • La importancia de expresar nuestras emociones • Emociones y gestos 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositiva • Dinámica 	15'
		¿Cómo manejar mis emociones?	<ul style="list-style-type: none"> • Habilidades para el manejo personal de las emociones 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositiva • Dinámica 	15'
	III. Cierre	¿Qué aprendí?	<ul style="list-style-type: none"> • Controlando mis emociones 	<ul style="list-style-type: none"> • Dinámica 	10'



Centros de Integración Juvenil, A. C
“Para vivir sin adicciones”

Taller Manejo de Emociones
Jardín de Niños Tlacoquemecatl

Sesión 3: Conviviendo con las emociones

Duración: 50 min

Objetivo		Tema	Subtemas	Técnicas	Tiempo
Que los alumnos identifiquen las emociones tanto corporal como en las expresiones y en qué situaciones se presentan, así como emplear estrategias para el manejo de estas.	I. Inicio	Resumen de la segunda sesión	<ul style="list-style-type: none"> • Expresando y controlando mis emociones 	<ul style="list-style-type: none"> • Dinámicas 	15'
	II. Desarrollo	Reconociendo las emociones	<ul style="list-style-type: none"> • Identificando las emociones en mi cuerpo • Expresando mis emociones • Controlando mis emociones 	<ul style="list-style-type: none"> • Dinámicas 	10'
		Conviviendo con las emociones	<ul style="list-style-type: none"> • El que se enoja pierde • El monstro como miedos • Un amigo confiable 	<ul style="list-style-type: none"> • Dinámicas 	15'
	III. Cierre	Las emociones y yo	<ul style="list-style-type: none"> • La importancia de expresar y manejar las emociones 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Dinámica 	10'

Anexo 1.7
Cartas descriptivas del Taller de Manejo de Emociones en
la Escuela Secundaria 34



Centros de Integración Juvenil, A. C
“Para vivir sin adicciones”

Taller Manejo de Emociones

Escuela Secundaria 34

Sesión 1: Introducción

Duración: 50 min

Objetivo		Tema	Subtemas	Técnicas	Tiempo
Que los alumnos identifiquen las emociones tanto corporal como en las expresiones y en qué situaciones se presentan, así como emplear estrategias para el manejo de estas.	I. Presentación	Información sobre los centros del CIJ Sobre el taller	<ul style="list-style-type: none"> • Presentación institucional • De que es el taller y cuantas sesiones durará 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo 	5'
	II. Introducción	¿Que son las emociones?	<ul style="list-style-type: none"> • Cuáles son las emociones • ¿Cómo expreso mis emociones? 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas • Dinámica 	15'
		Las emociones en mi cuerpo	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Como expresa las emociones mi cuerpo? • Identificando las emociones en mi cuerpo 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas • Dinámica 	20'
	III. Cierre	¿Qué aprendí?	<ul style="list-style-type: none"> • Expresando mis emociones con mi cuerpo 	<ul style="list-style-type: none"> • Dinámica 	10'



Centros de Integración Juvenil, A. C
“Para vivir sin adicciones”

Taller Manejo de Emociones

Escuela Secundaria 34

Sesión 2: Manejo mis emociones

Duración: 50 min

Objetivo		Tema	Subtemas	Técnicas	Tiempo
Que los alumnos identifiquen las emociones tanto corporal como en las expresiones y en qué situaciones se presentan, así como emplear estrategias para el manejo de estas.	I. Inicio	Resumen de la primera sesión	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Cómo expreso las emociones en mi cuerpo? 	<ul style="list-style-type: none"> • Lluvia de ideas • Dinámica 	10'
	II. Desarrollo	¿Cómo manejar mis emociones?	<ul style="list-style-type: none"> • Habilidades para el manejo personal de las emociones 	<ul style="list-style-type: none"> • Lluvia de ideas • Dinámica 	15'
		Mis emociones ante situaciones de riesgo	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Cómo reacciono cuando me enojo? • ¿Cómo controlo el miedo o el enojo? 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas • Dinámica 	15'
	III. Cierre	¿Qué aprendí?	<ul style="list-style-type: none"> • Controlo mis emociones 	<ul style="list-style-type: none"> • Dinámica 	10'



Centros de Integración Juvenil, A. C
“Para vivir sin adicciones”

Taller Manejo de Emociones

Escuela Secundaria 34

Sesión 3: Conviviendo con mis emociones

Duración: 50 min

Objetivo		Tema	Subtemas	Técnicas	Tiempo
Que los alumnos identifiquen las emociones tanto corporal como en las expresiones y en qué situaciones se presentan, así como emplear estrategias para el manejo de estas.	I. Inicio	Resumen de la segunda sesión	<ul style="list-style-type: none"> • Expreso y controlo mis emociones 	<ul style="list-style-type: none"> • Dinámica • Lluvia de ideas 	10'
	II. Desarrollo	Conviviendo con mis emociones	<ul style="list-style-type: none"> • Examen del minuto • Reconocerme y reconocer mis emociones 	<ul style="list-style-type: none"> • Dinámica • Lluvia de ideas 	15'
		Las emociones son parte de mi persona	<ul style="list-style-type: none"> • Importancia de expresar mis emociones • En mis zapatos (actividad) 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas • Dinámica 	20'
	III. Cierre	Las emociones que experimentamos diariamente	<ul style="list-style-type: none"> • Las emociones me controlas 	<ul style="list-style-type: none"> • Dinámica 	5'

Anexo II
Cartas descriptivas del Taller de Desarrollo de
Habilidades Psicosociales

Anexo 2.1
Cartas descriptivas del Taller de Desarrollo de
Habilidades Psicosociales para 1°, 2° y 3° de la Primaria
Carlos A. Carrillo



Centros de Integración Juvenil, A. C
“Para vivir sin adicciones”

Taller Autocuidado y valores

Escuela Primaria Carlos A. Carrillo

De 1° a 3° grado

Sesión 1: Introducción

Duración: 50 min

Objetivo		Tema	Subtemas	Técnicas	Tiempo
Fortalecer su autoestima y autocuidado en los niños.	I. Presentación	Información sobre los centros del CIJ Sobre el taller	<ul style="list-style-type: none"> • Presentación institucional • De que es el taller y cuantas sesiones durará 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo 	5'
	II. Introducción	Autoestima	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué es la autoestima? • Actividad 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas 	15'
		Valores	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Que son los valores y cuáles son? • Actividad 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas 	15'
	III. Cierre	Dinámica	<ul style="list-style-type: none"> • Mímica de valores 	<ul style="list-style-type: none"> • Trabajo en parejas 	15'



Centros de Integración Juvenil, A. C
“Para vivir sin adicciones”

Taller Autocuidado y Valores

Escuela Primaria Carlos A. Carrillo

De 1° a 3° grado

Sesión 2: Autoconcepto

Duración: 50 min

Objetivo		Tema	Subtemas	Técnicas	Tiempo
Fortalecer su autoestima y autocuidado en los niños.	I. Inicio	Saludo	<ul style="list-style-type: none"> • Retomar lo que se vio la sesión anterior 	<ul style="list-style-type: none"> • Cada alumno dirá algo que le guste 	10'
	II. Desarrollo	Autoconcepto	<ul style="list-style-type: none"> • ¿sabes que es el autoconcepto? 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Observación en el espejo 	15'
		Cualidades	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Cómo me considero? 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Agrupación de características 	15'
	III. Cierre	Dinámica	<ul style="list-style-type: none"> • Reconocimiento corporal 	<ul style="list-style-type: none"> • Canciones para trabajar el esquema y reconocimiento corporal 	10'



Centros de Integración Juvenil, A. C
“Para vivir sin adicciones”

Taller Autocuidado y Valores

Escuela Primaria Carlos A. Carrillo

De 1° a 3° grado

Sesión 3: Autoconcepto

Duración: 50 min

Objetivo		Tema	Subtemas	Técnicas	Tiempo
Fortalecer su autoestima y autocuidado en los niños.	I. Inicio	Saludo	<ul style="list-style-type: none"> • Retomar lo que se vio la sesión anterior 	<ul style="list-style-type: none"> • Lluvia de ideas 	10'
	II. Desarrollo	Autoconcepto	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Cómo me siento conmigo mismo? 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Identificando emociones 	15'
		Emociones	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Cuáles son las son las emociones y los sentimientos? • ¿Expreso mis emociones? 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Expresión de las emociones 	15'
	III. Cierre	Dinámica	<ul style="list-style-type: none"> • Monstruo de colores 	<ul style="list-style-type: none"> • Contar un cuento y clasificar las emociones 	10'



Centros de Integración Juvenil, A. C
“Para vivir sin adicciones”

Taller Autocuidado y Valores

Escuela Primaria Carlos A. Carrillo

De 1° a 3° grado

Sesión 4: Autoestima

Duración: 50 min

Objetivo		Tema	Subtemas	Técnicas	Tiempo
Fortalecer su autoestima y autocuidado en los niños.	I. Inicio	Saludo	<ul style="list-style-type: none"> • Retomar lo que se vio la sesión anterior 	<ul style="list-style-type: none"> • Lluvia de ideas 	10'
	II. Desarrollo	Autoestima	<ul style="list-style-type: none"> • ¿sabes que es la autoestima? 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Brillo como una estrella 	15'
		Autoestima y las emociones	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Cómo me siento? 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Termómetro de las emociones 	15'
	III. Cierre	Dinámica	<ul style="list-style-type: none"> • Lo que me gusta de ti 	<ul style="list-style-type: none"> • Reconocer lo bueno de mi compañero 	10'



Centros de Integración Juvenil, A. C
“Para vivir sin adicciones”

Taller Autocuidado y Valores
Escuela Primaria Carlos A. Carrillo

De 1° a 3° grado
Sesión 5: Autoestima
Duración: 50 min

Objetivo		Tema	Subtemas	Técnicas	Tiempo
Fortalecer su autoestima y autocuidado en los niños.	I. Inicio	Saludo	<ul style="list-style-type: none"> • Retomar lo que se vio la sesión anterior 	<ul style="list-style-type: none"> • Lluvia de ideas 	10'
	II. Desarrollo	Autoestima alta	<ul style="list-style-type: none"> • Características 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Construyendo la autoestima 	10'
		Autoestima baja	<ul style="list-style-type: none"> • Como identificar si hay autoestima baja 		20'
	III. Cierre	Dinámica	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Como soy? 	<ul style="list-style-type: none"> • Carteles con autoconceptos. 	10'



Centros de Integración Juvenil, A. C
“Para vivir sin adicciones”

Taller Autocuidado y Valores

Escuela Primaria Carlos A. Carrillo

De 1° a 3° grado
Sesión 6: Valores
Duración: 50 min

Objetivo		Tema	Subtemas	Técnicas	Tiempo
Fortalecer su autoestima y autocuidado en los niños.	I. Inicio	Saludo	<ul style="list-style-type: none"> • Retomar lo que se vio la sesión anterior 	<ul style="list-style-type: none"> • Lluvia de ideas 	10'
	II. Desarrollo	Valores	<ul style="list-style-type: none"> • ¿sabes que es un valor? 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas 	10'
			<ul style="list-style-type: none"> • ¿sabes cuantos valores existen? 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Pasarela de valores 	15'
	III. Cierre	Dinámica	<ul style="list-style-type: none"> • El árbol de los valores 	<ul style="list-style-type: none"> • Identificar que valores me conforman como persona 	15'



Centros de Integración Juvenil, A. C
“Para vivir sin adicciones”

Taller Autocuidado y Valores
Escuela Primaria Carlos A. Carrillo

De 1° a 3° grado
Sesión 7: Respeto
Duración: 50 min

Objetivo		Tema	Subtemas	Técnicas	Tiempo
Fortalecer su autoestima y autocuidado en los niños.	I. Inicio	Saludo	<ul style="list-style-type: none"> • Retomar lo que se vio la sesión anterior 	<ul style="list-style-type: none"> • Lluvia de ideas 	10'
	II. Desarrollo	Valores	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué valores pones en práctica dentro del aula? 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Identificación de valores que practican en grupo 	10'
		Respeto	<ul style="list-style-type: none"> • Que es el respeto 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Respeto a tus compañeros como te respetas a ti mismo 	20'
	III. Cierre	Despedida	<ul style="list-style-type: none"> • Recordar lo aprendido en el taller 	<ul style="list-style-type: none"> • Reparto de estrellas (Reconocimiento por su participación durante las actividades) 	10'

Anexo 2.1.1
Cartas descriptivas del Taller de Desarrollo de
Habilidades Psicosociales para 4°, 5° y 6° de la Primaria
Carlos A. Carrillo



Centros de Integración Juvenil, A. C
“Para vivir sin adicciones”

Taller de desarrollo de habilidades psicosociales

Escuela Primaria Carlos A. Carrillo

De 4° a 6° Grado

Sesión 1: Introducción

Duración: 50 min

Objetivo		Tema	Subtemas	Técnicas	Tiempo
Concientizar a los niños sobre la autoestima, la toma de decisiones	I. Presentación	Información sobre los centros del CIJ Sobre el taller	<ul style="list-style-type: none"> • Presentación institucional • De que es el taller y cuantas sesiones durará 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo 	5'
	II. Introducción	Autoestima	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué es la autoestima? • Actividad 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas 	15'
		Toma de decisiones	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Tomo decisiones sin que las personas influyan? • Actividad 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas • Situaciones en las que se requiera tomar una decisión. 	15'
	III. Cierre	Dinámica	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Cómo podría yo generar una buena toma de decisiones? 	<ul style="list-style-type: none"> • Lluvia de ideas en el grupo 	15'



Centros de Integración Juvenil, A. C
“Para vivir sin adicciones”

Taller de desarrollo de habilidades psicosociales

Escuela Primaria Carlos A. Carrillo

De 4° a 6° Grado

Sesión 2: Autoconcepto

Duración: 50 min

Objetivo		Tema	Subtemas	Técnicas	Tiempo
Concientizar a los niños sobre la autoestima, la toma de decisiones	I. Inicio	Saludo	<ul style="list-style-type: none"> • Retomar lo que se habló la sesión pasada 	<ul style="list-style-type: none"> • Cada alumno dirá como se sintió durante la semana 	10'
	II. Desarrollo	Autoconcepto	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué es el autoconcepto? • Actividad 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas 	15'
		Cualidades	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Cómo me considero? • Actividad 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas • Observación frente al espejo 	15'
	III. Cierre	Dinámica	<ul style="list-style-type: none"> • Descripción de mi mismo 	<ul style="list-style-type: none"> • Escrito de una breve descripción de mí mismo 	10'



Centros de Integración Juvenil, A. C
“Para vivir sin adicciones”

Taller de desarrollo de habilidades psicosociales

Escuela Primaria Carlos A. Carrillo

De 4° a 6° Grado

Sesión 3: Autoconcepto

Duración: 50 min

Objetivo		Tema	Subtemas	Técnicas	Tiempo
Concientizar a los niños sobre la autoestima, la toma de decisiones	I. Inicio	Saludo	<ul style="list-style-type: none"> • Retomar lo que se habló la sesión pasada 	<ul style="list-style-type: none"> • Lluvia de ideas 	10'
	II. Desarrollo	Autoconcepto	<ul style="list-style-type: none"> • Emociones y autoconcepto 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Identificando emociones y sentimientos 	15'
		Emociones	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Cómo me siento? • ¿Cómo expreso mis sentimientos? 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Situaciones 	15'
	III. Cierre	Dinámica	<ul style="list-style-type: none"> • Diccionario de emociones y sentimientos 	<ul style="list-style-type: none"> • Relacionar las emociones con los sentimientos 	10'



Centros de Integración Juvenil, A. C
“Para vivir sin adicciones”

Taller de desarrollo de habilidades psicosociales

Escuela Primaria Carlos A. Carrillo

De 4° a 6° Grado

Sesión 4: Autoestima

Duración: 50 min

Objetivo		Tema	Subtemas	Técnicas	Tiempo
Concientizar a los niños sobre la autoestima, la toma de decisiones	I. Inicio	Saludo	<ul style="list-style-type: none"> • Retomar lo que se habló la sesión pasada 	<ul style="list-style-type: none"> • Lluvia de ideas 	10'
	II. Desarrollo	Autoestima	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué es la autoestima? • ¿Qué valores implica la autoestima? 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas 	10'
		Autoestima alta y baja	<ul style="list-style-type: none"> • Características 	<ul style="list-style-type: none"> • Lluvia de ideas • Construyendo mi autoestima 	20'
	III. Cierre	Dinámica	<ul style="list-style-type: none"> • “Respetar a tu compañero como a ti mismo” 	<ul style="list-style-type: none"> • La burla es una manera de atacar la autoestima • Fomentar el respeto entre el grupo. 	10'



Centros de Integración Juvenil, A. C
“Para vivir sin adicciones”

Taller de desarrollo de habilidades psicosociales

Escuela Primaria Carlos A. Carrillo

De 4° a 6° Grado

Sesión 5: Presión de grupo

Duración: 50 min

Objetivo		Tema	Subtemas	Técnicas	Tiempo
Concientizar a los niños sobre la autoestima, la toma de decisiones	I. Inicio	Saludo	<ul style="list-style-type: none"> • Retomar lo que se habló la sesión pasada 	<ul style="list-style-type: none"> • Lluvia de ideas 	10'
	II. Desarrollo	Presión de grupo	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué es la presión grupal? • ¿Cómo lidiar con la presión grupal? 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas • Situaciones 	20'
	III. Cierre	Dinámica	<ul style="list-style-type: none"> • La isla 	<ul style="list-style-type: none"> • Aprender a hacerle frente a la presión grupal 	20'



Centros de Integración Juvenil, A. C “Para vivir sin adicciones”

Taller de desarrollo de habilidades psicosociales

Escuela Primaria Carlos A. Carrillo

De 4° a 6° Grado

Sesión 6: Toma de decisiones

Duración: 50 min

Objetivo		Tema	Subtemas	Técnicas	Tiempo
Concientizar a los niños sobre la autoestima, la toma de decisiones	I. Inicio	Saludo	<ul style="list-style-type: none"> • Retomar lo que se habló la sesión pasada 	<ul style="list-style-type: none"> • Lluvia de ideas 	10'
	II. Desarrollo	Toma de decisiones	<ul style="list-style-type: none"> • La importancia de tomar decisiones correctas • Diferencia entre la impulsividad y la prudencia al tomar decisiones 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas 	15'
		Pasos para tomar decisiones	<ul style="list-style-type: none"> • Guía para tomar buenas decisiones 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Situaciones 	10'
	III. Cierre	Dinámica	<ul style="list-style-type: none"> • El Naufragio 	<ul style="list-style-type: none"> • Reforzar la toma de decisiones en el grupo 	15'



Centros de Integración Juvenil, A. C
“Para vivir sin adicciones”

Taller de desarrollo de habilidades psicosociales

Escuela Primaria Carlos A. Carrillo

De 4° a 6° Grado

Sesión 7: Plan de vida

Duración: 50 min

Objetivo		Tema	Subtemas	Técnicas	Tiempo
Concientizar a los niños sobre la autoestima, la toma de decisiones	I. Inicio	Saludo	<ul style="list-style-type: none"> • Retomar lo que se habló la sesión pasada 	<ul style="list-style-type: none"> • Lluvia de ideas 	10'
	II. Desarrollo	Plan de vida	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué es el plan de vida? • ¿Para qué sirve el plan de vida? 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas 	15'
		Dinámica	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Cuál es mi plan de vida? 	<ul style="list-style-type: none"> • Reflexión de lo que quiero en mi futuro 	15'
	III. Cierre	Despedida	<ul style="list-style-type: none"> • Recuento de lo visto a lo largo de las sesiones 	<ul style="list-style-type: none"> • Datos del CIJ 	10'

Anexo 2.2
Cartas descriptivas del Taller de Desarrollo de
Habilidades Psicosociales en la Primaria Jonas Edward



Centros de Integración Juvenil, A. C “Para vivir sin adicciones”

Taller de desarrollo de habilidades psicosociales

Escuela Primaria Jonas Edward

Sesión 1: Introducción

Duración: 50 min

Objetivo		Tema	Subtemas	Técnicas	Tiempo
Concientizar a los niños sobre la autoestima, la toma de decisiones	I.Presentación	Información sobre los centros del CIJ Sobre el taller	<ul style="list-style-type: none"> • Presentación institucional • De que es el taller y cuantas sesiones durará 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo 	5'
	II.Introducción	Autoestima	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué es la autoestima? • ¿Cuáles son mis cualidades? • Actividad 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas 	15'
		Toma de decisiones	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Tomo decisiones sin que las personas influyan? • Actividad 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas • Situaciones en las que se requiera tomar una decisión. 	15'
	III. Cierre	Dinámica	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Cómo podría yo generar una buena toma de decisiones? 	<ul style="list-style-type: none"> • Lluvia de ideas en el grupo 	15'



Centros de Integración Juvenil, A. C “Para vivir sin adicciones”

Taller de desarrollo de habilidades psicosociales

Escuela Primaria Jonas Edward

Sesión 2: Autoconcepto y Autoestima

Duración: 50 min

Objetivo		Tema	Subtemas	Técnicas	Tiempo
Concientizar a los niños sobre la autoestima, la toma de decisiones	I. Inicio	Saludo	<ul style="list-style-type: none"> • Retomar lo que se habló la sesión pasada 	<ul style="list-style-type: none"> • Cada alumno dirá como se sintió durante la semana 	10'
	II. Desarrollo	Autoconcepto	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué es el autoconcepto? • Actividad 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas 	15'
		Autoestima	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué es la autoestima? • Autoestima baja y autoestima alta 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas • Contribuyendo mi autoestima 	15'
	III. Cierre	Dinámica	<ul style="list-style-type: none"> • Descripción de mí mismo 	<ul style="list-style-type: none"> • Escrito de una breve descripción de mí mismo 	10'



Centros de Integración Juvenil, A. C “Para vivir sin adicciones”

Taller de desarrollo de habilidades psicosociales

Escuela Primaria Jonas Edward

Sesión 3: Toma de decisiones y presión de grupo

Duración: 50 min

Objetivo		Tema	Subtemas	Técnicas	Tiempo
Concientizar a los niños sobre la autoestima, la toma de decisiones	I. Inicio	Saludo	<ul style="list-style-type: none"> • Retomar lo que se habló la sesión pasada 	<ul style="list-style-type: none"> • Lluvia de ideas 	10'
	II. Desarrollo	Toma de decisiones	<ul style="list-style-type: none"> • La importancia de tomar decisiones correctas • Diferencia entre la impulsividad y la prudencia al tomar decisiones 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas 	15'
		Presión de grupo	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué es la presión grupal? • ¿Cómo lidiar con la presión grupal? 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas • Situaciones 	10'
	III. Cierre	Dinámica	<ul style="list-style-type: none"> • El Naufragio 	<ul style="list-style-type: none"> • Reforzar la toma de decisiones en el grupo 	15'



Centros de Integración Juvenil, A. C
“Para vivir sin adicciones”

Taller de desarrollo de habilidades psicosociales

Escuela Primaria Jonas Edward

Sesión 4: Plan de vida

Duración: 50 min

Objetivo		Tema	Subtemas	Técnicas	Tiempo
Concientizar a los niños sobre la autoestima, la toma de decisiones	I. Inicio	Saludo	<ul style="list-style-type: none"> • Retomar lo que se habló la sesión pasada 	<ul style="list-style-type: none"> • Lluvia de ideas 	10'
	II. Desarrollo	Plan de vida	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué es el plan de vida? • ¿Para qué sirve el plan de vida? 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas 	15'
		Dinámica	<ul style="list-style-type: none"> • Mi futuro ideal 	<ul style="list-style-type: none"> • Reflexión de lo que quiero en mi futuro 	15'
	III. Cierre	Despedida	<ul style="list-style-type: none"> • Recuento de lo visto a lo largo de las sesiones 	<ul style="list-style-type: none"> • Lluvia de ideas 	10'

Anexo 2.3
Cartas descriptivas del Taller de Desarrollo de
Habilidades Psicosociales en el Jardín de Niños Ramon
López Velarde



Centros de Integración Juvenil, A. C “Para vivir sin adicciones”

Taller de desarrollo de habilidades psicosociales

Jardín de Niños Ramón López Velarde

Sesión 1: Introducción

Duración: 50 min

Objetivo		Tema	Subtemas	Técnicas	Tiempo
Identificar situaciones de riesgo y saber cómo afrontarlas positivamente	I. Presentación	Información sobre los centros del CIJ y Sobre el taller	<ul style="list-style-type: none"> • Presentación institucional • De que es el taller y cuantas sesiones durará 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo 	5'
	II. Introducción	¿Cómo se cuándo estoy en peligro?	<ul style="list-style-type: none"> • Situaciones de riesgo 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas • Cuento 	15'
		Aprendiendo a cuidarme	<ul style="list-style-type: none"> • Rechazo ofertas de extraños • Pedir ayuda 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas • Dinámica 	15'
	III. Cierre	Soy importante	<ul style="list-style-type: none"> • Importancia del autocuidado 	<ul style="list-style-type: none"> • Lluvia de ideas en el grupo • Dinámica 	15'



Centros de Integración Juvenil, A. C “Para vivir sin adicciones”

Taller de desarrollo de habilidades psicosociales

Jardín de Niños Ramón López Velarde

Sesión 2: Aprendo a cuidarme

Duración: 50 min

Objetivo		Tema	Subtemas	Técnicas	Tiempo
Identificar situaciones de riesgo y saber cómo afrontarlas positivamente	I. Inicio	Saludo	<ul style="list-style-type: none"> • Retomar lo que se habló la sesión pasada 	<ul style="list-style-type: none"> • Cada alumno dirá lo que aprendimos la sesión anterior 	10'
	II. Desarrollo	¿Cómo reacciono ante una situación de riesgo?	<ul style="list-style-type: none"> • Reconocer las emociones ante situaciones de riesgo • Pedir ayuda ante situaciones de riesgo 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas • Dinámicas 	15'
		Aprendo a cuidarme	<ul style="list-style-type: none"> • Reconocer una situación de riesgo 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas • Dinámica 	15'
	III. Cierre	Me cuido porque soy importante	<ul style="list-style-type: none"> • Identificar situaciones de riesgo • Actuar ante situaciones de riesgo 	<ul style="list-style-type: none"> • Dinámica 	10'



Centros de Integración Juvenil, A. C
“Para vivir sin adicciones”

Taller de desarrollo de habilidades psicosociales

Jardín de Niños Ramón López Velarde

Sesión 3: Comunico lo que siento

Duración: 50 min

Objetivo		Tema	Subtemas	Técnicas	Tiempo
Identificar situaciones de riesgo y saber cómo afrontarlas positivamente	I. Inicio	Saludo	<ul style="list-style-type: none"> • Retomar lo que se habló la sesión pasada 	<ul style="list-style-type: none"> • Cada alumno dirá lo que aprendimos la sesión anterior 	10'
	II. Desarrollo	Comunico lo que siento	<ul style="list-style-type: none"> • Identificando mis emociones • Expresar mis emociones 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas • Dinámicas 	15'
		Me cuido ante las situaciones de riesgo	<ul style="list-style-type: none"> • Reconocer una situación de riesgo • ¿Cómo reacciono ante una situación de riesgo? 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas • Dinámica 	15'
	III. Cierre	Identifico y reacciono ante una situación de riesgo para cuidarme	<ul style="list-style-type: none"> • Reacciono cuando estoy en peligro 	<ul style="list-style-type: none"> • Dinámica 	10'

Anexo III
Cartas descriptivas del Taller para la Sexualidad libre de
consumo de drogas

Anexo 3.1
**Cartas descriptivas del Taller para la Sexualidad libre de
consumo de drogas en la Escuela Secundaria 69**



Centros de Integración Juvenil, A. C “Para vivir sin adicciones”

Taller para la Sexualidad libre de consumo de drogas

Escuela Secundaria 69

Sesión 1: Introducción

Duración: 50 min

Objetivo		Tema	Subtemas	Técnicas	Tiempo
Concientizar a los Jóvenes sobre el consumo de drogas, la sexualidad y violencia como consecuencias.	I. Presentación	Información sobre los centros del CIJ y Sobre el taller	<ul style="list-style-type: none"> • Que es el CIJ • Que hace el CIJ • De que es el taller y cuantas sesiones durará 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo 	5'
	II. Introducción	Drogadicción	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué son las drogas? • Efectos • Factores de riesgo • Factores de protección 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas 	10'
		Sexualidad	<ul style="list-style-type: none"> • Prácticas sexuales de riesgo y consumo de drogas 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas 	10'
		Violencia	<ul style="list-style-type: none"> • Violencia de pareja y el consumo de drogas • Factores de riesgo 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas 	10'
	III. Cierre	Pienso y me intereso	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Que pienso y que inquietudes tengo del consumo de las drogas? • ¿Que pienso y que inquietudes tengo de la sexualidad? • ¿Que pienso y que inquietudes tengo sobre la violencia? 	<ul style="list-style-type: none"> • Escrito individual 	10'



Centros de Integración Juvenil, A. C
“Para vivir sin adicciones”

Taller para la Sexualidad libre de consumo de drogas

Escuela Secundaria 69

Sesión 2: Drogadicción

Duración: 50 min

Objetivo		Tema	Subtemas	Técnicas	Tiempo
Concientizar a los Jóvenes sobre el consumo de drogas, la sexualidad y violencia como consecuencias.	I. Inicio	Drogadicción	<ul style="list-style-type: none"> • Tipos de drogas • Efectos 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo 	10'
	II. Desarrollo	Factores de riesgo	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Cuáles son los factores de riesgo? • ¿Cómo detectar los factores de riesgo? 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas 	10'
		Factores de protección	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Cómo reforzar los factores de protección? 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas 	10'
		Consecuencias	<ul style="list-style-type: none"> • Violencia de pareja y el consumo de drogas • Prácticas sexuales de riesgo • Consecuencias en la salud a largo plazo 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas 	10'
	III. Cierre	Casos	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Cómo reaccionar ante una situación de consumo? 	<ul style="list-style-type: none"> • Escrito individual 	10'



Centros de Integración Juvenil, A. C
“Para vivir sin adicciones”

Taller para la Sexualidad libre de consumo de drogas

Escuela Secundaria 69

Sesión 3: Sexualidad

Duración: 50 min

Objetivo		Tema	Subtemas	Técnicas	Tiempo
Concientizar a los Jóvenes sobre el consumo de drogas, la sexualidad y violencia como consecuencias.	I. Inicio	Sexualidad	<ul style="list-style-type: none"> • Sexualidad y drogadicción 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo 	10'
	II. Desarrollo	Prácticas sexuales de riesgo	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Cuáles son las prácticas sexuales de riesgo? 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas 	10'
		Mitos	<ul style="list-style-type: none"> • Mitos y tabúes de la sexualidad 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas 	10'
		Consecuencias	<ul style="list-style-type: none"> • Consecuencias de las prácticas sexuales de riesgo 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas 	10'
	III. Cierre	Actividad	<ul style="list-style-type: none"> • ITS 	<ul style="list-style-type: none"> • Recolección de firmas 	10'



Centros de Integración Juvenil, A. C “Para vivir sin adicciones”

Taller para la Sexualidad libre de consumo de drogas

Escuela Secundaria 69

Sesión 4: Violencia

Duración: 50 min

Objetivo		Tema	Subtemas	Técnicas	Tiempo
Concientizar a los Jóvenes sobre el consumo de drogas, la sexualidad y violencia como consecuencias.	I. Inicio	Violencia	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué es la violencia? • Tipos de violencia 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas 	10'
	II. Desarrollo	Violencia en el consumo de drogas	<ul style="list-style-type: none"> • Comportamientos violentos 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas 	10'
		Violencia en el noviazgo	<ul style="list-style-type: none"> • Violento metro • Actitudes violentas en la pareja 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas 	10'
		Consecuencias	<ul style="list-style-type: none"> • La muerte 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas 	10'
	III. Cierre	Prevenir que la violencia avance	<ul style="list-style-type: none"> • Denuncia 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo 	10'
		Datos de la institución	<ul style="list-style-type: none"> • Datos de CIJ 	<ul style="list-style-type: none"> • Tríptico 	5'

Anexo 3.2
Cartas descriptivas del Taller para la Sexualidad libre de
consumo de drogas en la Escuela Secundaria para
Trabajadores 37



Centros de Integración Juvenil, A. C “Para vivir sin adicciones”

Taller para la Sexualidad libre de consumo de drogas

Escuela Secundaria 37

Sesión 1: ICE

Duración: 50 min

Objetivo		Tema	Subtemas	Técnicas	Tiempo
Concientizar a los Jóvenes sobre el consumo de drogas, la sexualidad y violencia como consecuencias.	I.Presentación	Información sobre los centros del CIJ y Sobre el taller	<ul style="list-style-type: none"> • Que es el CIJ • Que hace el CIJ • De que es el taller y cuantas sesiones durará 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo 	5'
	II.Introducción	Drogadicción	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué son las drogas? • Tipos de drogas 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas 	10'
		Sexualidad	<ul style="list-style-type: none"> • Prácticas sexuales de riesgo y consumo de drogas 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas 	10'
		Violencia	<ul style="list-style-type: none"> • Violencia de pareja y el consumo de drogas 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas 	10'
	III.Cierre	Dinámicas	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué hago si me ofrecen drogas? • ¿Cuánto cuesta mantener un bebé? • ¿Qué temas me interesan? 	<ul style="list-style-type: none"> • Reflexión de situaciones 	15'



Centros de Integración Juvenil, A. C “Para vivir sin adicciones”

Taller para la Sexualidad libre de consumo de drogas

Escuela Secundaria 37

Sesión 2: ICE

Duración: 50 min

Objetivo		Tema	Subtemas	Técnicas	Tiempo
Concientizar a los Jóvenes sobre el consumo de drogas, la sexualidad y violencia como consecuencias.	I. Inicio	Saludo	<ul style="list-style-type: none"> • Que son las drogas • Cuáles son las prácticas sexuales de Riesgo • Violencia en el noviazgo 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo 	5'
	II. Introducción	Drogadicción	<ul style="list-style-type: none"> • Tipos de drogas 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas 	10'
		Sexualidad	<ul style="list-style-type: none"> • Mitos y realidades sobre la sexualidad 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas 	10'
		Violencia	<ul style="list-style-type: none"> • Tipos de violencia 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas 	10'
	III. Cierre	Dinámicas	<ul style="list-style-type: none"> • Clasificación de efectos 	<ul style="list-style-type: none"> • Drogadicción 	15'



Centros de Integración Juvenil, A. C “Para vivir sin adicciones”

Taller para la Sexualidad libre de consumo de drogas

Escuela Secundaria 37

Sesión 3: Drogadicción

Duración: 50 min

Objetivo		Tema	Subtemas	Técnicas	Tiempo
Concientizar a los Jóvenes sobre el consumo de drogas, la sexualidad y violencia como consecuencias.	I. Inicio	Drogadicción	<ul style="list-style-type: none"> • Tipos de drogas • Efectos 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo 	10'
	II. Desarrollo	Factores de riesgo	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Cuáles son los factores de riesgo? • ¿Cómo detectar los factores de riesgo? 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas 	10'
		Factores de protección	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Cómo reforzar los factores de protección? 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas 	10'
		Consecuencias	<ul style="list-style-type: none"> • Violencia de pareja y el consumo de drogas • Prácticas sexuales de riesgo • Consecuencias en la salud a largo plazo 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas 	10'
	III. Cierre	Casos	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Cómo reaccionar ante una situación de consumo? 	<ul style="list-style-type: none"> • Escrito individual 	10'



Centros de Integración Juvenil, A. C
“Para vivir sin adicciones”

Taller para la Sexualidad libre de consumo de drogas

Escuela Secundaria 37

Sesión 4: Sexualidad

Duración: 50 min

Objetivo		Tema	Subtemas	Técnicas	Tiempo
Concientizar a los Jóvenes sobre el consumo de drogas, la sexualidad y violencia como consecuencias.	I. Inicio	Sexualidad	<ul style="list-style-type: none"> • Sexualidad y drogadicción 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo 	10'
	II. Desarrollo	Prácticas sexuales de riesgo	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Cuáles son las prácticas sexuales de riesgo? 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas 	10'
		ITS	<ul style="list-style-type: none"> • Tipos de ITS • Efectos y Consecuencias 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas 	10'
		Consecuencias	<ul style="list-style-type: none"> • Consecuencias de las prácticas sexuales de riesgo 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas 	10'
	III. Cierre	Actividad	<ul style="list-style-type: none"> • Prueba de embarazo • ITS 	<ul style="list-style-type: none"> • Situaciones • Recolección de firmas 	10'



Centros de Integración Juvenil, A. C
“Para vivir sin adicciones”

Taller para la Sexualidad libre de consumo de drogas

Escuela Secundaria 37

Sesión 5: Violencia

Duración: 50 min

Objetivo		Tema	Subtemas	Técnicas	Tiempo
Concientizar a los Jóvenes sobre el consumo de drogas, la sexualidad y violencia como consecuencias.	I. Inicio	Violencia	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué es la violencia? • Tipos de violencia 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas 	10'
	II. Desarrollo	Violencia en el consumo de drogas	<ul style="list-style-type: none"> • Comportamientos violentos 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas 	10'
		Violencia en el noviazgo	<ul style="list-style-type: none"> • Violento metro • Actitudes violentas en la pareja 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas 	10'
		Consecuencias	<ul style="list-style-type: none"> • La muerte 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas 	10'
	III. Cierre	Prevenir que la violencia avance	<ul style="list-style-type: none"> • Denuncia 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo 	10'
		Datos de la institución	<ul style="list-style-type: none"> • Datos de CIJ 	<ul style="list-style-type: none"> • Tríptico 	5'

Anexo 3.3
**Cartas descriptivas del Taller para la Sexualidad libre de
consumo de drogas en la Escuela Secundaria 34**



Centros de Integración Juvenil, A. C “Para vivir sin adicciones”

Taller para la Sexualidad libre de consumo de drogas

Escuela Secundaria 34

Sesión 1: Drogadicción

Duración: 50 min

Objetivo		Tema	Subtemas	Técnicas	Tiempo
Concientizar a los Jóvenes sobre el consumo de drogas, la sexualidad y violencia como consecuencias.	I. Presentación	Información sobre los centros del CIJ y Sobre el taller	<ul style="list-style-type: none"> • Presentación institucional • De que es el taller y cuantas sesiones durará 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo 	5'
	II. Introducción	Drogadicción	<ul style="list-style-type: none"> • Tipos de drogas • Efectos 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas 	15'
		Factores de riesgo y Factores de protección	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Cuáles son los factores de riesgo? • ¿Cómo detectar los factores de riesgo? • ¿Cómo reforzar los factores de protección? 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas 	20'
		Consecuencias	<ul style="list-style-type: none"> • Consecuencias en la salud a largo plazo 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas 	10'
	III. Cierre	Casos	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Cómo reaccionar ante una situación de consumo? 	<ul style="list-style-type: none"> • Escrito individual 	10'



Centros de Integración Juvenil, A. C
“Para vivir sin adicciones”

Taller para la Sexualidad libre de consumo de drogas

Escuela Secundaria 34

Sesión 2: Sexualidad

Duración: 50 min

Objetivo		Tema	Subtemas	Técnicas	Tiempo
Concientizar a los Jóvenes sobre el consumo de drogas, la sexualidad y violencia como consecuencias.	I. Inicio	Sexualidad	<ul style="list-style-type: none"> • Sexualidad y drogadicción 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo 	10'
	II. Desarrollo	Prácticas sexuales de riesgo	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué y cuáles son las prácticas sexuales de riesgo? 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas 	10'
		ITS	<ul style="list-style-type: none"> • Tipos de ITS • Efectos y Consecuencias 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas 	10'
		Consecuencias	<ul style="list-style-type: none"> • Consecuencias de las prácticas sexuales de riesgo 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas 	10'
	III. Cierre	Actividad	<ul style="list-style-type: none"> • Prueba de embarazo • ¿Cuánto cuesta tener un bebe? <ul style="list-style-type: none"> • ITS 	<ul style="list-style-type: none"> • Situaciones • Recolección de firmas 	10'



Centros de Integración Juvenil, A. C “Para vivir sin adicciones”

Taller para la Sexualidad libre de consumo de drogas

Escuela Secundaria 34

Sesión 3: Violencia

Duración: 50 min

Objetivo		Tema	Subtemas	Técnicas	Tiempo
Concientizar a los Jóvenes sobre el consumo de drogas, la sexualidad y violencia como consecuencias.	I. Inicio	Violencia	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué es la violencia? • Tipos de violencia 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas 	10'
	II. Desarrollo	Violencia en el consumo de drogas	<ul style="list-style-type: none"> • Comportamientos violentos 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas 	10'
		Violencia en el noviazgo	<ul style="list-style-type: none"> • Violento metro • Actitudes violentas en la pareja 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas 	10'
		Consecuencias	<ul style="list-style-type: none"> • La muerte 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas 	10'
	III. Cierre	Prevenir que la violencia avance	<ul style="list-style-type: none"> • Violentómetro • Denuncia 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo 	10'
		Datos de la institución	<ul style="list-style-type: none"> • Datos de CIJ 	<ul style="list-style-type: none"> • Tríptico 	5'

Anexo 3.4
**Cartas descriptivas del Taller para la Sexualidad libre de
consumo de drogas en la Telesecundaria 32**



Centros de Integración Juvenil, A. C “Para vivir sin adicciones”

Taller para la Sexualidad libre de consumo de drogas

Telesecundaria 32

Sesión 1: Introducción

Duración: 50 min

Objetivo		Tema	Subtemas	Técnicas	Tiempo
Concientizar a los Jóvenes sobre el consumo de drogas, la sexualidad y violencia como consecuencias.	I. Presentación	Información sobre los centros del CIJ y Sobre el taller	<ul style="list-style-type: none"> • Que es el CIJ • Que hace el CIJ • De que es el taller y cuantas sesiones durará 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo 	5'
	II. Introducción	Drogadicción	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué son las drogas? • Efectos • Factores de riesgo • Factores de protección 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas 	10'
		Sexualidad	<ul style="list-style-type: none"> • Prácticas sexuales de riesgo y consumo de drogas 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas 	10'
		Violencia	<ul style="list-style-type: none"> • Violencia de pareja y el consumo de drogas • Factores de riesgo 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas 	10'
	III. Cierre	Pienso y me intereso	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Que pienso y que inquietudes tengo del consumo de las drogas? • ¿Que pienso y que inquietudes tengo de la sexualidad? • ¿Que pienso y que inquietudes tengo sobre la violencia? 	<ul style="list-style-type: none"> • Escrito individual 	10'



Centros de Integración Juvenil, A. C
“Para vivir sin adicciones”

Taller para la Sexualidad libre de consumo de drogas

Telesecundaria 32

Sesión 2: Drogadicción

Duración: 50 min

Objetivo		Tema	Subtemas	Técnicas	Tiempo
Concientizar a los Jóvenes sobre el consumo de drogas, la sexualidad y violencia como consecuencias.	I. Inicio	Drogadicción	<ul style="list-style-type: none"> • Tipos de drogas • Efectos 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo 	10'
	II. Desarrollo	Factores de riesgo	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Cuáles son los factores de riesgo? • ¿Cómo detectar los factores de riesgo? 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas 	10'
		Factores de protección	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Cuáles son los factores de protección? • ¿Cómo reforzar los factores de protección? 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas 	10'
		Consecuencias	<ul style="list-style-type: none"> • Violencia de pareja y el consumo de drogas • Prácticas sexuales de riesgo • Consecuencias en la salud a largo plazo 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas 	10'
	III. Cierre	Casos	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Cómo reaccionar ante una situación de consumo? 	<ul style="list-style-type: none"> • Escrito individual 	10'



Centros de Integración Juvenil, A. C “Para vivir sin adicciones”

Taller para la Sexualidad libre de consumo de drogas

Telesecundaria 32

Sesión 3: Sexualidad

Duración: 50 min

Objetivo		Tema	Subtemas	Técnicas	Tiempo
Concientizar a los Jóvenes sobre el consumo de drogas, la sexualidad y violencia como consecuencias.	I.Inicio	Sexualidad	<ul style="list-style-type: none"> • Sexualidad y drogadicción 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo 	10'
	II.Desarrollo	Prácticas sexuales de riesgo	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Cuáles son las prácticas sexuales de riesgo? • Métodos anticonceptivos 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas 	10'
		Mitos	<ul style="list-style-type: none"> • Mitos y tabúes de la sexualidad 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas 	10'
		Consecuencias	<ul style="list-style-type: none"> • Consecuencias de las prácticas sexuales de riesgo • Embarazos no deseados 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas 	10'
	III. Cierre	Actividad	<ul style="list-style-type: none"> • ITS • Prueba de embarazo 	<ul style="list-style-type: none"> • Recolección de firmas 	10'



Centros de Integración Juvenil, A. C
“Para vivir sin adicciones”

Taller para la Sexualidad libre de consumo de drogas

Telesecundaria 32

Sesión 4: Violencia

Duración: 50 min

Objetivo		Tema	Subtemas	Técnicas	Tiempo
Concientizar a los Jóvenes sobre el consumo de drogas, la sexualidad y violencia como consecuencias.	I. Inicio	Violencia	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué es la violencia? • Tipos de violencia 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas 	10'
	II. Desarrollo	Violencia en el consumo de drogas	<ul style="list-style-type: none"> • Comportamientos violentos 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas 	10'
		Violencia en el noviazgo	<ul style="list-style-type: none"> • Violento metro • Actitudes violentas en la pareja 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas 	10'
		Cutting	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué es el cutting? • Consecuencias del cutting • Prevención del cutting 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas 	20'
	III. Cierre	Datos de la institución	<ul style="list-style-type: none"> • Datos de CIJ 	<ul style="list-style-type: none"> • Tríptico 	5'

Anexo IV
Cartas descriptivas del Taller de Inhalables en la
Telesecundaria 32



Centros de Integración Juvenil, A. C
“Para vivir sin adicciones”

Taller de Inhalables

Telesecundaria 32

Sesión 1: Inhalables

Duración: 50 min

Objetivo		Tema	Subtemas	Técnicas	Tiempo
Concientizar a los jóvenes sobre el consumo de los Inhalantes, así como emplear estrategias para rechazar su consumo	I. Presentación	Información sobre los centros del CIJ y Sobre el taller	<ul style="list-style-type: none"> • Que es el CIJ • Que hace el CIJ • De que es el taller y cuantas sesiones durará 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo 	5'
	II. Introducción	Inhalables	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué son los inhalables? • ¿Dónde se encuentran? • ¿Por qué es una droga? • ¿Por qué son peligrosas? 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas • Dinámica 	35'
	III. Cierre	Contextos	<ul style="list-style-type: none"> • Inhalables en la escuela, el entorno y espacios recreativos 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas 	10'



Centros de Integración Juvenil, A. C “Para vivir sin adicciones”

Taller de Inhalables

Telesecundaria 32

Sesión 2: Efectos y consecuencias

Duración: 50 min

Objetivo		Tema	Subtemas	Técnicas	Tiempo
Concientizar a los jóvenes sobre el consumo de los Inhalantes, así como emplear estrategias para rechazar su consumo	I. Inicio	Repaso de la sesión anterior	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué son los inhalables? • ¿Dónde se encuentra? 	<ul style="list-style-type: none"> • Lluvia de ideas 	5'
	II. Desarrollo	Efectos a corto y a largo plazo	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Cuáles son los efectos? • ¿Por qué afecta a mi sistema nervioso central? 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Cine debate 	40'
	III. Cierre	Consecuencias	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué pasa con mi cuerpo cuando consumo inhalables? 	<ul style="list-style-type: none"> • Lluvia de ideas 	5'



Centros de Integración Juvenil, A. C
“Para vivir sin adicciones”

Taller de Inhalables

Telesecundaria 32

Sesión 3: Factores de riesgo

Duración: 50 min

Objetivo		Tema	Subtemas	Técnicas	Tiempo
Concientizar a los jóvenes sobre el consumo de los Inhalantes, así como emplear estrategias para rechazar su consumo	I. Inicio	Repaso de la sesión anterior	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Cuáles son los efectos de los inhalables? 	<ul style="list-style-type: none"> • Lluvia de ideas 	5'
	II. Desarrollo	Factores de riesgo	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué son los factores de riesgo? • ¿Dónde se pueden encontrar los factores de riesgo? • ¿Cuáles son los factores de riesgo? 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas • Dinámica 	30'
	III. Cierre	Detectar un factor de riesgo	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Cómo puedo detectar un factor de riesgo? 	<ul style="list-style-type: none"> • Lluvia de ideas • Dinámica 	15'



Centros de Integración Juvenil, A. C
“Para vivir sin adicciones”

Taller de Inhalables

Telesecundaria 32

Sesión 4: Factores de protección

Duración: 50 min

Objetivo		Tema	Subtemas	Técnicas	Tiempo
Concientizar a los jóvenes sobre el consumo de los Inhalantes, así como emplear estrategias para rechazar su consumo	I. Inicio	Repaso de la sesión anterior	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué es un factor de riesgo? • ¿Cuáles son los factores de riesgo? • ¿Dónde puede haber un factor de riesgo? 	<ul style="list-style-type: none"> • Lluvia de ideas 	15'
	II. Desarrollo	Factores de protección	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué son los factores de protección? • ¿Dónde se pueden encontrar los factores de protección? • ¿Cuáles son los factores de protección? 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas • Dinámica 	20'
	III. Cierre	Reforzando los factores de protección	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Cómo puedo reforzar un factor de protección? 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Lluvia de ideas • Dinámica 	15'



Centros de Integración Juvenil, A. C
“Para vivir sin adicciones”

Taller de Inhalables

Telesecundaria 32

Sesión 5: Rechazar el consumo de Inhalables

Duración: 50 min

Objetivo		Tema	Subtemas	Técnicas	Tiempo
Concientizar a los jóvenes sobre el consumo de los Inhalantes, así como emplear estrategias para rechazar su consumo	I. Inicio	Repaso de la sesión anterior	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué es un factor de protección? • ¿Cuáles son los factores de protección? • ¿Dónde puede haber un factor de protección? 	<ul style="list-style-type: none"> • Lluvia de ideas 	10'
	II. Desarrollo	Rechazo de las drogas	<ul style="list-style-type: none"> • Habilidades para el rechazo al consumo de drogas • Repaso general del taller 	<ul style="list-style-type: none"> • Expositivo • Dinámica • Debate 	35'
	III. Cierre	Referencia Institucional	<ul style="list-style-type: none"> • Conclusiones generales 	<ul style="list-style-type: none"> • Lluvia de ideas • Datos de CIJ 	5'