Ministerio de Educación

Ministerio Coordinador de Desarrollo Social

PROGRAMA DE PARTICIPACIÓN ESTUDIANTIL
GUÍA METODOLÓGICA PARA ESTUDIANTES

EDUCACIÓN PREVENTIVA INTEGRAL DE LOS USOS Y CONSUMOS PROBLEMÁTICOS DE ALCOHOL, TABACO Y OTRAS DROGAS EN EL SISTEMA EDUCATIVO NACIONAL

2

cooperación española

MINISTERIO DE ASUNTOS EXTERIORES Y DE COOPERACIÓN

aecid

Ministerio de Educación

Ministerio Coordinador de Desarrollo Social

EDUCACIÓN PREVENTIVA INTEGRAL DE LOS USOS Y CONSUMOS PROBLEMÁTICOS DE DROGAS EN EL SISTEMA EDUCATIVO NACIONAL

PROGRAMA DE PARTICIPACIÓN ESTUDIANTIL

GUÍA METODOLÓGICA PARA ESTUDIANTES

cooperación española

MINISTERIO DE ASUNTOS EXTERIORES Y DE COOPERACIÓN

aecid

PRESIDENTE DE LA REPÚBLICA
Rafael Correa Delgado

MINISTRO DE EDUCACIÓN
Augusto X. Espinosa A.

VICEMINISTRO DE EDUCACIÓN
Freddy Peñafiel Larrea

VICEMINISTRO DE GESTIÓN EDUCATIVA
Jaime Roca Gutiérrez

SUBSECRETARIA PARA LA INNOVACIÓN Y EL BUEN VIVIR
Celine Andrés

DIRECTORA NACIONAL DE EDUCACIÓN PARA LA DEMOCRACIA Y EL BUEN VIVIR
María Fernanda Porras

AUTORES
MINISTERIO DE EDUCACIÓN

REVISIÓN Y APOYO TÉCNICO
Dirección Nacional de Educación para la Democracia y Buen Vivir
Luis Álvarez
Diana Castellanos
Elisa Jarrín
Diego Paz
Maribel Romero
Paola SolÍs

DISEÑO, DIAGRAMACIÓN
Adolfo Vasco
Dirección Nacional de Tecnologías para la Educación

MINISTERIO COORDINADOR DE DESARROLLO SOCIAL
Alexandra Delgado (Consultora)

AGRADECIMIENTOS A:
Agencia Española de Cooperación Internacional para el Desarrollo

Primera Edición 2014
DISTRIBUCIÓN GRATUITA- PROHIBIDA SU VENTA
©Ministerio de Educación del Ecuador
Amazonas N 34-451 entre Juan Pablo Sanz y Atahualpa. Quito, Ecuador.
Teléfono: 1800 EDUCACIÓN

La reproducción parcial o total de esta publicación, en cualquier forma que sea por cualquier medio mecánico o electrónico, no autorizada por los editores, viola los derechos reservados. Cualquier utilización debe ser previamente solicitada.

Ministerio de Educación

LIBRO PARA USO DEL MAGISTERIO DEL ECUADOR

ADVERTENCIA

Un objetivo manifiesto del Ministerio de Educación es combatir el sexismo y la discriminación de género en la sociedad ecuatoriana y promover, a través del sistema educativo, la equidad entre mujeres y hombres. Para alcanzar este objetivo, promovemos el uso de un lenguaje que no reproduzca esquemas sexistas, y de conformidad con esta práctica preferimos emplear en nuestros documentos oficiales palabras neutras, tales como las personas (en lugar de los hombres) o el profesorado (en lugar de los profesores), etc. Solo en casos en que tales expresiones no existan, se usará la forma masculina como genérica para hacer referencia tanto a personas del sexo femenino como del masculino. Esta práctica comunicativa, que es recomendada por la Real Academia Española en su Diccionario Panhispánico de Dudas, obedece a dos razones: (a) en español es posible «referirse a colectivos mixtos a través del género gramatical masculino», y (b) es preferible aplicar «la ley lingüística de la economía expresiva», para así evitar el abultamiento gráfico y la consiguiente ilegibilidad que ocurriría en el caso de utilizar expresiones tales como las y los, os/as y otras fórmulas que buscan visibilizar la presencia de ambos sexos.

ÍNDICE

PRESENTACIÓN 2

INTRODUCCIÓN 3

CAPÍTULO 1: PARTICIPACIÓN ESTUDIANTIL COMO MEDIO PARA TRABAJAR LA PREVENCIÓN INTEGRAL 4

1.1 ¿Por qué es importante participar en la opción de educación preventiva integral de los usos de alcohol, tabaco y otras drogas? 5

1.2 Lecciones aprendidas en la prevención 6

1.3 ¿Cómo Prevenir? 7

1.4 Características de la Prevención Integral 8

1.5 Sobre los participantes del programa 9

CAPÍTULO 2: TRABAJEMOS EN NUESTRO DESARROLLO PERSONAL 12

2.1 ¿Qué es desarrollo personal? 13

2.2 ¿Qué es la asertividad? 24

CAPÍTULO 3: ANALICEMOS LOS PREJUICIOS 26

3.1 ¿Qué entendemos por prejuicios? 27

CAPÍTULO 4: USOS, CONSUMOS PROBLEMÁTICOS Y RIESGOS ASOCIADOS A LAS DROGAS. INFORMACIÓN SOBRE DROGAS DESDE LA REFLEXIÓN. 30

4.1 ¿Qué son las drogas? 31

4.2 Usos y consumos problemáticos de alcohol, tabaco y otras drogas 34

4.3 Situaciones y formas de consumo de especial riesgo 34

ÍNDICE

CAPÍTULO 5: ¿QUÉ HACER? 39

5.1 ¿Qué hacer cuando estamos con alguien intoxicado? 40

5.2 ¿Qué hacer cuando una persona que consume drogas nos pide ayuda? 41

5.3 ¿Qué hacer si una persona nos presiona para el consumo o venta de drogas? 42

CAPÍTULO 6: CONSTRUIR EL PROYECTO EN EQUIPO 45

6.1 Trabajar en equipo 46

6.2 Planificar y actuar 47

CAPÍTULO 7: TÉCNICAS Y BANCO DE HERRAMIENTAS PARA PROYECTOS SOCIOEDUCATIVOS Y DE VINCULACIÓN CON LA COMUNIDAD 50

7.1 Simposio 51

7.2 Mesa redonda 52

7.3 Discusión en grupo 53

7.4 Foro 54

7.5 Lluvia de ideas 55

7.6 Juego de roles 56

7.7 Estudio de casos 57

7.8 Las reglas de juego 58

7.9 Expresión por medio del arte 59

GLOSARIO 60

ANEXO 1: Ficha de Reflexión para Compartir Información 62

BIBLIOGRAFÍA 66

PRESENTACIÓN

Bienvenidos y bienvenidas, el Ministerio de Educación, rector de la política educativa, consciente de la importancia que se debe ofrecer a la educación preventiva integral de los usos y consumos problemáticos de alcohol, tabaco y otras drogas, propone material pedagógico para abordar este fenómeno social de las drogas en el Sistema Nacional de Educación.

Para ello se crean las Guías de Educación Preventiva Integral de los Usos y Consumos Problemáticos de Alcohol, Tabaco y otras Drogas para el Programa de Participación Estudiantil, mismas que están dirigidas a docentes, estudiantes, padres, madres de familia y representantes legales. Es importante señalar que podrán ser utilizadas para otros niveles educativos como material metodológico de apoyo para docentes y profesionales del Departamento de Consejería Estudiantil.

Una herramienta para el trabajo articulado de la comunidad educativa, y tiene por objetivo abordar el fenómeno social de las drogas desde el conocimiento de las necesidades y realidades de la institución educativa, estudiantes, docentes y el entorno, mediante la construcción de estrategias en las que el desarrollo del ser humano sea la principal tarea. Es importante recalcar que el abordaje de este tema debe ser trabajado desde la incorporación de los enfoques de:

- **Derechos Humanos, que garantizan el bienestar y el derecho que asiste a todas las personas de la Comunidad Educativa.**

- **Enfoque de Género, que promueve el acceso equitativo a los servicios de acuerdo a las necesidades específicas de hombres y mujeres y evidencia las realidades sociales distintas que tienen el uso y consumo por los contextos y significados de estas.**

- **Interculturalidad, que debe generar el respeto y conocimiento de los usos y saberes ancestrales, la cultura contemporánea y urbana para el entendimiento de su visión.**

- **Intergeneracionalidad, que permite reconocer que el fenómeno drogas no es un hecho único y exclusivo de los adolescentes, y que todos los segmentos etarios de la sociedad tienen cierta relación con el fenómeno social.**

- **Participación ciudadana, con la cual se genera el abordaje de acuerdo al conocimiento de la realidad del entorno social y permitirá que las acciones sean construidas por los estudiantes.**

La educación preventiva integral de los usos y consumos Problemáticos de Alcohol, Tabaco y otras Drogas, será concebida en cada institución educativa como un deber. Se incorporará mediante la aplicación de procesos formativos integrales para fortalecer el desarrollo de las personas, familias y comunidades, al promover la posibilidad de la creación de un proyecto de vida saludable que fomente el buen trato y la toma de decisiones asertivas basadas en la información obtenida desde la reflexión.

La elaboración de las Guías de Educación Preventiva Integral de los Usos y Consumos Problemáticos de Alcohol, Tabaco y otras Drogas fue posible gracias al apoyo del Ministerio Coordinador de Desarrollo Social y la Agencia Española de Cooperación Internacional para el Desarrollo. La acción y coordinación interinstitucional, evidencia la importancia que tiene la promoción de hábitos de vida saludables para el gobierno nacional.

MINISTERIO DE EDUCACIÓN

INTRODUCCIÓN

El Ministerio de Educación (MINEDUC) entrega a ustedes estudiantes de 1ero y 2do de bachillerato este material, el cual tiene como objetivo invitarles a conocer, analizar y reflexionar sobre el el fenómeno social de los usos y consumos problemáticos de drogas. Con este material se propende llegar al desarrollo de sus habilidades sociales y capacidades para llegar a la toma de decisiones conscientes e informadas.

En el mundo se analizan nuevas formas de enfrentar fenómenos sociales como el de los usos y consumos problemáticos de drogas. Estas miradas nos invitan a despojarnos de prejuicios establecidos en la sociedad para situar el tema desde la complejidad histórica, sociocultural, política, simbólica y psicofísica que contiene; y, a la vez, abordarla en todos sus ámbitos.

El abordaje preventivo tradicional centraba su accionar en una política de guerra en la sustancia y su comercialización, promovió el descuido del acompañamiento a la persona y a su desarrollo integral, la prevención efectiva y la comprensión del fenómeno de manera holística. En este marco, la nueva mirada de la prevención integral reconoce a la persona, su capacidad de tomar decisiones y las relaciones que esta desarrolla con la o las drogas en el medio en el que vive.

La OMS (1994) refiere que el uso del término droga[1] es variado, su significado se construye en relación con el contexto. Para la medicina y farmacología, droga es toda sustancia con potencial para prevenir o curar una enfermedad o aumentar la salud física o mental; también toda sustancia química que, introducida en un organismo, modifica los procesos fisiológicos y bioquímicos de los tejidos o los organismos. En el lenguaje coloquial, el término suele referirse concretamente a las sustancias psicoactivas como el alcohol, tabaco, marihuana, LSD, heroína, entre otras. A lo largo del documento es común encontrar la expresión alcohol, tabaco y otras drogas, esto se realiza de forma intencionada, con el afán de sostener la idea de que el alcohol y el tabaco también son drogas por el efecto que producen. Se entenderá entonces por droga o drogas a todas las sustancias psicoactivas que pueden encontrarse en nuestra sociedad, ya sean estas de fácil o difícil acceso.

Es importante anotar que centrarse en el entendimiento de la sustancia no explica las relaciones que las personas generan con ellas, es decir sus usos y consumos problemáticos.

El CONSEP (2013) refiere que los usos[2] de droga hacen referencia a los actos y motivaciones socioculturales que un sujeto establece con una droga en un momento determinado. Nos referimos a uso cuando este es ocasional, sin llegar a que se produzca dependencia ni habituación a la sustancia o repercusiones negativas en áreas importantes de la vida de la persona.

Por otra parte, el consumo problemático[3] se entiende como un estado de necesidad psicofisiológica que se expresa en un consumo compulsivo de drogas, que produce un deterioro del control del uso y alteración de la cognición.

El capítulo 4 de esta guía describe y amplía la información sobre las drogas, sus usos y consumos problemáticos.

La meta es promover en ustedes estudiantes el desarrollo de habilidades de integración social, autocuidado, autorregulación y la regulación colectiva para la sana convivencia; así como también informar y acercarnos al conocimiento de las drogas desde un proceso reflexivo.

La prevención de los usos y consumos de drogas implica un cambio en nuestros modelos mentales asociados a la sustancia y la criminalización de su uso, por un paradigma que hace visible las relaciones que las personas establecen con la sustancia y potencia el desarrollo de la autonomía, responsabilidad y toma de decisiones de las y los estudiantes como medio para una prevención efectiva y promoción de la construcción de proyectos de vida saludables.

Te invitamos a leer de principio a fin esta guía, la cual fue creada para ti, participa activamente y desarrolla nuevas formas, saberes y alternativas para actuar ante un fenómeno social el cual requiere de tu aporte para lograr una mayor compresión frente a este tema.

[1]Organización Mundial de la Salud (1994). "Lexicon of Alcohol and Drug Terms" [2]CONSEP, (2013). Usos, consumos de drogas y prevenciones. Quito, Ecuador. [3]Ibid.

CAPÍTULO 1

PARTICIPACIÓN ESTUDIANTIL COMO MEDIO PARA TRABAJAR LA PREVENCION INTEGRAL

IDEAS CLAVE DEL CAPÍTULO

- La prevención integral se centra en la persona, sus necesidades, motivaciones y realidades. Es un proceso de desarrollo de capacidades: toma de decisiones, auto cuidado, auto regulación y respeto.

- El o la docente facilitador activa la construcción de nuevas formas de pensar y actuar, en torno a la vida y las situaciones que se plantean, entre ellas los usos de drogas.

- Prevención es obtener conocimientos y habilidades, NO represión NI exclusión.

OBJETIVOS DEL CAPÍTULO:

- Analizar el fenómeno de usos y Consumos Problemáticos de Alcohol, Tabaco y otras Drogas.

- Reconocer el fenómeno social de las drogas y el rol de los y las participantes de la opción de educación preventiva integral de los usos y Consumos Problemáticos de Alcohol, Tabaco y otras Drogas.

1.1 ¿POR QUÉ ES IMPORTANTE PARTICIPAR EN LA OPCIÓN DE EDUCACIÓN PREVENTIVA INTEGRAL

Porque nos brinda la oportunidad de compartir, conocer, analizar y reproducir nuestras experiencias con nuestra comunidad educativa. Como parte de la comunidad, vivimos sus logros, crisis e incertidumbres. De la misma forma, con creatividad, reflexión y generación de nuevas propuestas, contribuimos en la construcción de la sociedad. Como adolescentes, tenemos nuestras propias formas de pensar y ver el mundo, lo que nos brinda la oportunidad de resolver las dificultades de manera diversa, flexible y reflexiva.

Compartir con la comunidad lo que nos gusta, intereses, miedos y dudas, nos ayudará a buscar, juntos, las mejores formas de convivencia. Los/las adolescentes tenemos capacidad y ganas de estar, hacer, transformar, pensar, preguntar y construir; por esto es fundamental generar propuestas que recojan estos intereses y necesidades. Lo que hacemos a partir de nuestras convicciones, nos permite desarrollarnos y por tanto nos fortalece, frente a las situaciones que deberemos afrontar.

¿Qué implica analizar y trabajar con el tema drogas?

Implica un reto, **nos invita a ser sujetos activos comprometidos con la transformación y el desarrollo social;** motiva la auto reflexión sobre cómo pensamos y enfrentamos las situaciones. Así mismo, nos conecta con nuestros propios deseos y potencialidades y nos desafía a construir vínculos que favorezcan escuchar y hablar. Nos propone intercambiar ideas, buscando dejar de lado prejuicios propios y ajenos, integrando, construyendo desde la diversidad, con una perspectiva de cuidarnos entre todos y todas.

Esta guía se ha generado con el fin de propiciar en ustedes estudiantes, el análisis y la reflexión de este fenómeno social. Plantea la realización de actividades y la interacción entre compañeros, construyendo la participación de todos los actores de la comunidad educativa y sus familias.

¡Lee esta guía de principio a fin, discute sus contenidos y ponlos en práctica!

1.2 LECCIONES APRENDIDAS EN LA PREVENCIÓN

A lo largo del tiempo se ha trabajado con una serie de métodos y técnicas para formar a las personas en prevención. Sin embargo, a partir de los resultados que han arrojado estos programas de prevención, es posible evidenciar que existen algunas técnicas que no tienen ningún efecto. A continuación se exponen algunas de ellas, para que al conocerlas, no las repitamos.

Utilizar términos como: "flagelo", "delincuente", "vicioso", "malo", "dañado", "drogo, "enfermo", "adicto", "codependiente", entre otros, solo refuerzan estereotipos y prejuicios.

Usar mensajes que atemorizan o imágenes que indirectamente buscan centrar nuestra atención en la droga (la sustancia), solo produce un impacto visual y no prevención.

Exponer dibujos, carteles, logos, entre otros, que infunden miedo sobre las drogas, no implica hacer prevención. Esto solo interfiere con un proceso de formación integral.

Debemos recordar que la prevención integral centra la atención en las personas y contextos, el concentrarse en las drogas (sustancias) nos aleja de nuestro objetivo. Es necesario generar alternativas preventivas desde nuestra realidad, abordando los usos de las drogas, especialmente las más usadas en nuestro medio y las que tienen mayores riesgos y daños asociados.

1.3 ¿CÓMO PREVENIR?

Enfrentar los usos de drogas no implica actualizar información sobre las drogas, sino hablar y dar lugar a aprendizajes y reflexiones más globales referidos a formas alternativas de organizar las experiencias y de enfrentar la realidad.

Prevenir es construir una cultura de autocuidado y respeto a la diferencia, la construcción progresiva de regulaciones que posibilitan una mejor calidad de vida y una convivencia armoniosa, sin transgredir los derechos humanos.

La clave se encuentra en la participación, creación, generación de lazos respetuosos que integren; transformando la ideología actual en el tema drogas desde la comunidad.

Para lograr lo mencionado es necesario:

- Interactuar con los actores de la prevención: familia, adolescentes, comunidad y docentes;
- Propiciar el diálogo y la reflexión crítica de la información en el tema drogas;
- Generar espacios de construcción de alternativas para enfrentar el fenómeno de drogas con respeto a los derechos humanos, perspectivas de género, generacional e intercultural;
- Despojarnos de prejuicios sobre el tema;
- Respetar la palabra y opinión de todos;
- Promover la integración social;
- ***Proteger de la vulneración y violación de derechos a los niños, niñas y adolescentes.***

"En conclusión decimos que la prevención integral es: un proceso que brinda espacios para el desarrollo de las capacidades del sujeto y la comunidad, principalmente de autonomía y toma de decisiones en una continua construcción individual y social" (CONSEP, 2013).

1.4 CARACTERÍSTICAS DE LA PREVENCIÓN INTEGRAL

- *Se centra en la persona, sus intereses y necesidades. No en la droga o sustancia.*

- *Reconoce la diferencia entre los varios tipos de usos: ancestral, cultural, médico, industrial, experimental, ocasional regular, frecuente e intenso, lo que permitirá tener una mirada integral, a todas las personas que por una u otra razón inicien una relación con las sustancias.*

- *Promueve el desarrollo de capacidades: toma de decisiones, autonomía, auto regulación, regulación colectiva, auto cuidado, convivencia armónica, respeto, inclusión.*

- *Las estrategias de prevención son construidas desde la participación colectiva.*

1.5 SOBRE LOS PARTICIPANTES DEL PROGRAMA

El o la Docente Facilitador

- Acompaña a las personas en el ejercicio de vivir, para que por sí mismas encuentren sus respuestas, sin imponer ni juzgar.
- Respeta la palabra e intervenciones de todos y todas las participantes.
- Genera espacios para el diálogo y reflexión crítica.
- Propone alternativas creativas para construir el proceso preventivo.
- Integra a todos y todas en la propuesta.
- Propicia espacios de protección de los derechos humanos.

El o la Estudiante inscrito en la opción.

- Es activo, dinámico, participativo y colaborador.
- Es investigador, crítico y reflexiona sobre la información encontrada.
- Respeta la palabra e intervenciones que realicen en sus equipos de trabajo o sus compañeros/as.
- Evita emitir juicios de valor o imponer sus pensamientos.
- Analiza activamente cada uno de los temas tratados.
- Genera y construye espacios para proporcionar información sobre la prevención integral de los usos y consumos de alcohol, tabaco y otras drogas.

Para desarrollar habilidades, actitudes y fortalecer conocimientos, se plantean actividades en el texto de docente y en esta guía. Con el apoyo del docente responsable del programa será posible construir más actividades que se consideren importantes para el análisis del fenómeno de usos y consumos de drogas. Recuerda que deberá destinar horas para la implementación del proyecto preventivo.

ACTIVIDAD N° 1

COLLAGE SOBRE PREVENCIÓN INTEGRAL

OBJETIVO
de la actividad:

• Informar a la comunidad educativa lo que conocemos sobre la prevención integral, mediante un collage.

TIEMPO:

• **1 hora**
(aproximadamente, tiempo flexible dependiendo del grupo)

MATERIALES:

• Cartulinas • Pinturas • Goma
• Telas, plumas, recortes de revistas, escarchas, marcadores, pinturas.

PROCEDIMIENTO:

1. Analiza y lee el capítulo con tu docente.

2. Recolecta los materiales para la elaboración del collage.

3. Organiza todos los insumos del grupo.

4. Selecciona los materiales que representen mejor lo que analizamos en este capítulo.

5. Construye, en grupo, un collage sobre prevención.

ACTIVIDAD N° 2

CONSTRUYE UN LEMA DE PREVENCIÓN INTEGRAL

OBJETIVO
de la actividad:

- *Construir un slogan de prevención integral de drogas en el cual se difunda el concepto preventivo.*

TIEMPO:

- **1 hora** (aproximadamente, tiempo flexible dependiendo del grupo)

MATERIALES:

- Hojas de papel • Esferográficos
- Cartulinas • Pinturas, marcadores

PROCEDIMIENTO:

1. En grupos de 6 personas cada uno, revisa el concepto de prevención integral

2. Escoge un/a secretario/a que registrará las ideas de todos los integrantes del equipo.

3. Propicia una lluvia de ideas para pensar sobre slogan o frase promocional sobre la prevención integral.

4. Construye en equipo el lema de prevención integral.

5. Socializa el slogan de tu equipo en tu grupo de participación estudiantil. Recuerda que debes promocionarlo de manera creativa (pueden usar música, baile, discursos, mímica, entre otros).

CAPÍTULO 2

TRABAJEMOS EN NUESTRO DESARROLLO PERSONAL Y PROYECTO DE VIDA

IDEAS CLAVE DEL CAPÍTULO

- Para poder apoyar al desarrollo colectivo es importante empezar por el desarrollo individual.

- Recuerda: nadie puede dar a otras personas lo que no tiene internamente.

- El proyecto de vida está construido por todos tus sueños, deseos y metas a largo plazo.

- Es un concepto dinámico que puede modificarse a lo largo del tiempo, orientado a cumplir tus objetivos de vida.

OBJETIVOS DEL CAPÍTULO:

- *Fortalecer capacidades personales que intervienen en el proceso de construcción del proyecto de vida.*
- *Conocer habilidades sociales que permitan llegar a acciones asertivas con el entorno y sus contextos.*
- *Construir o identificar cual es tu proyecto de vida y como este puede cambiar en el transcurso de la misma.*

2.1 ¿QUÉ ES DESARROLLO PERSONAL Y PROYECTO DE VIDA?

Destina tiempo, para investigar y analizar lo que se considera desarrollo, proyecto de vida y su importancia.

El desarrollo personal se refiere a potenciar las capacidades propias que permiten alcanzar satisfacción y realización consciente, a través del ejercicio autónomo de vivir.

El proyecto de vida responde al proceso de descubrir y construir la misión personal. Algunas preguntas que pueden guiar tu proceso son:

- ¿Qué quiero hacer con mi vida?
- ¿Cómo me veo en el futuro?
- ¿Qué necesito para alcanzarlo?
- ¿Cómo y cuándo lo puedo hacer?

Es importante recordar que no existe un solo proyecto de vida ni un tiempo definitivo para cumplirlo, puede cambiar, puedes intentarlo una y otra vez, repasarlo, y plantearte nuevas metas, pero eso no significa que no tengas tu proyecto de vida, **cree en tus sueños y objetivos.**

Todo proceso de crecimiento personal es algo que llevamos con nosotros todo el tiempo y esto permite que seamos multiplicadores de este proceso.

Para desarrollar habilidades y actitudes, es importante contribuir en la creación de un espacio de conocimiento, confianza y creatividad. Por esto, es necesario explorar los propios sentimientos y trabajar con los demás en un marco de respeto.

Para empezar con el proceso de desarrollo personal y construcción de proyecto de vida dentro del Programa de Participación Estudiantil, proponemos algunas actividades que las pueden realizar individualmente y en grupo. Siempre buscando un espacio cómodo, adecuado y que brinde confianza y respeto.

ACTIVIDAD N° 3

¿QUIÉN SOY?

OBJETIVO
de la actividad:

- *Reconocer las áreas de mi vida y como me desarrollo en cada una de ellas.*

TIEMPO:

- **1 hora**

(aproximadamente, tiempo flexible dependiendo del grupo)

MATERIALES:

- Hoja de papel • Goma
- Todos los materiales que encuentren en el entorno (hojas, plumas, piedras)

PROCEDIMIENTO:

Trabajo individual:

1. Responde para ti mismo/a: ¿Quién soy? y ¿cómo me representaría?

2. Crea un collage que muestre tus respuestas, con objetos que encuentres en el entorno.

3. Piensa en lo que creaste y analiza qué significado tiene para ti. Anota tus respuestas.

4. Responde y anota: ¿por qué lo hiciste de esa manera? Recuerda que este collage tiene que representar simbólicamente lo que eres en esencia.

5. Destina 10 minutos para buscar los materiales, 35 para la elaboración del collage y 15 para escribir sobre el collage, analizar y vincular lo realizado con la importancia del desarrollo personal.

Trabajo Grupal:

Presenta tu collage y sus significados a tu grupo.

IDEA CLAVE DE LA ACTIVIDAD

- Todas las personas tenemos características específicas que nos hacen únicos.

- No hay una palabra que nos pueda describir completamente.

- Transitamos en la vida y nos desarrollamos a cada paso, con cada experiencia y siempre existe la posibilida de fortalecernos, crecer y mejorar.

Como actores de transformación en la comunidad es valioso que nos permitamos fortalecer nuestra capacidad para tomar decisiones, la siguiente actividad está diseñada para este fin.

ACTIVIDAD N° 4

TOMAR DECISIONES

OBJETIVO
de la actividad:

- *Analizar el proceso de toma de decisiones, lo cual permite identificar las diversas soluciones ante las circunstancias de vida.*

TIEMPO:

- **1 hora**

(aproximadamente, tiempo flexible dependiendo del grupo)

MATERIALES:

- Hoja de papel
- Esferográfico

PROCEDIMIENTO:

Trabajo individual:

1.- Piensa en una situación ante la cual deseas tomar una decisión.

2.- Escribe el tema y pregúntate: ¿qué ocurrirá si lo hago?

3.- Identifica los escenarios posibles de lo que podría suceder si eliges una u otra opción.

4.- Pregúntate:

- ***¿Qué ocurrirá si no lo hago?***
  Describe todos los escenarios posibles que resultan de esta decisión.
- ***¿Qué dejará de ocurrir si lo hago?***
  En esta pregunta analiza lo que dejaría de pasar si así lo decides, es decir que evitarías (relacionado con emociones y situaciones).
- ***¿Qué dejará de ocurrir si no lo hago?***
  Al igual que en la pregunta anterior, analiza lo que dejaría de pasar si decides no realizar la acción sobre la cual estas pensando.

Las cuatro preguntas anteriores contribuyen a esclarecer los escenarios posibles y reflexionar sobre las implicaciones de las decisiones que tomamos en cada situación. Recuerda, siempre podemos analizar nuestras decisiones y emprender mejoras para nuestra vida. Tanto el decidir que lo haré, como decidir que no lo haré, implica que se está tomando una decisión. Las decisiones que consideramos equivocadas nos pueden ayudar a avanzar y fortalecer diferentes aspectos de nuestra vida.

PROCEDIMIENTO:

Trabajo grupal:

Comparte con el grupo tu decisión y cómo la abordaste. El grupo te podrá dar una retroalimentación sobre el proceso y las conclusiones, siempre y cuando así tú lo decidas. Participa para generar conclusiones en el grupo sobre la importancia de la toma de decisiones reflexiva, consciente y crítica.

IDEA CLAVE DE LA ACTIVIDAD

- Para decidir, de forma consciente, es importante analizar con detalle los resultados posibles ligados a cada opción.

- Recuerda que las decisiones que podrían considerarse como equivocadas, pueden ayudarnos a crecer y aprender. Siempre y cuando estas sean analizadas y generen nuevas ideas y compromisos personales.

Muchas veces sentimos que quisiéramos mejorar algún área de nuestra vida y no sabemos exactamente cómo hacerlo. Debemos detenernos a pensar qué es lo que deseamos, en qué medida lo necesitamos y cómo lo podríamos lograr. La siguiente actividad puede contribuir para pensar en uno mismo y en nuestro desarrollo.

ACTIVIDAD N° 5

CÍRCULO DE LA VIDA

OBJETIVO
de la actividad:

- *Analizar las diferentes áreas de la vida y generar mejoras que consideramos necesarias para nuestro crecimiento personal.*

TIEMPO:

- **1 hora**

(aproximadamente, tiempo flexible dependiendo del grupo)

MATERIALES:

- Hojas de papel • Esferográficos
- Regla • Compás

PROCEDIMIENTO:

Trabajo individual:

1. Reflexiona sobre tu vida, las cosas que son importantes para ti y lo que estás haciendo para conseguirlas.

2. Con los materiales descritos, dibuja un círculo grande que ocupe toda la hoja.

3. Piensa y selecciona los pilares de tu vida, las cosas que son lo más importante para ti (por ejemplo: amigos, familia, pareja, estudios, salud, intereses personales).

4. Traza radios dentro de la circunferencia, uno por cada pilar de tu vida.

5. Dibuja la cantidad de radios que desees, no importa si no tienen nada que ver con lo que los demás esperan de ti. Deben ser áreas importantes para ti y no tienen por qué ser siempre común en todos.

6. Divide cada radio en diez partes iguales, esto lo harás con la ayuda de la regla.

7. Cuando ya esté listo el diagrama, evalúa cada una de tus áreas de interés, según el grado de satisfacción en la misma. La valoración la realizarás del 0 al 10, ubicando un punto en el sector del radio que decidas (considerando que 0 está más cercano al centro y 10 hacia el contorno). Por ejemplo, para ti es importante hacer deporte y ser muy buen deportista, por lo que el deporte será uno de tus pilares. Tal vez no puedas entrenar todo lo que quisieras, entonces tu nivel de satisfacción podría ser 3.

8. Cuando termines de evaluar cada una de tus áreas, une los puntos de la circunferencia para ver que figura se forma. En la mayoría de los casos se forman figuras totalmente irregulares, lo óptimo es que sea una figura equilibrada en donde todos los lados. Lo contrario indica que es importante para nuestro bienestar trabajar en las áreas con menor puntaje.

9. Escoge el área que quieres comenzar a trabajar y responde estas preguntas:

- ***¿Qué deseo obtener?***
- ***¿Qué pasaría si lo logro?***
- ***¿Qué pasaría si no lo logro?***
- ***¿Qué dejaría de pasar si lo logro?***
- ***¿Qué dejaría de pasar si no lo logro?***

PROCEDIMIENTO:

10. Ahora elabora un pequeño plan para desarrollar el área seleccionada. Utiliza la guía que está a continuación para planificarlo:

¿Cuándo deseo lograr mi meta? *Se debe determinar el año, el mes y si es posible el día y la hora en que deseas lograr tu meta.*

¿Cómo lo voy a conseguir? *Determina qué necesitas para conseguir tu meta, los recursos humanos, materiales, económicos (a manera de un plan de trabajo).*

¿Depende de mí? *Esta pregunta te evitará invertir energías en cosas que no dependen de ti, como cambiar a otra persona o cosas que estén fuera de tu alcance.*

¿Es viable? *Después de la respuesta anterior podrás responder esta pregunta y se refiere a la posibilidad cierta de conseguir lo que te planteas.*

¿Qué estoy haciendo hoy para lograr mi meta? *Analiza lo que estás haciendo para conseguir lo que deseas y poder redirigir tu atención para lograr la meta.*

¿Qué actividades necesito hacer para conseguir lo que deseo? *Planifica las acciones a realizar, una a una, por fechas y en orden. Recuerda que mientras más detallado esté el plan, más fácil será conseguir la meta.*

11. Coloca el diagrama y el cuadro de análisis en un lugar donde lo puedas ver y recordar constantemente. Además, si consideras que la meta está mal planteada, corrígela e inicia de nuevo la planificación.

Trabajo grupal:

Comparte tu trabajo y participa reflexionando sobre la importancia de analizar las áreas de nuestra vida y la satisfacción que tenemos en cada ámbito. Genera conclusiones y recomendaciones junto a tus compañeros/as.

IDEA CLAVE DE LA ACTIVIDAD

- Es necesario reflexionar sobre la satisfacción que sentimos sobre nosotros/as esto nos permite reorientarnos y volver a pensarnos como personas. El crecimiento personal debe ser prioritario en nuestro proceso de desarrollo.

ACTIVIDAD N° 6

AUTO CONCEPTO

OBJETIVO
de la actividad:

- *Analizar la forma en la que nos percibimos, para reconocer el espacio en el que nos encontramos.*

TIEMPO:

- **1 hora**

(aproximadamente, tiempo flexible dependiendo del grupo)

MATERIALES:

- Hojas de papel
- Esferográficos

PROCEDIMIENTO:

1. Completa la siguiente hoja

¿Cómo soy?
.....
.....

¿Qué es lo que más me gusta de mi mismo?
.....
.....

¿Qué puedo y quiero lograr?
.....
.....

¿Cuáles son mis debilidades?
.....
.....

Las cosas que me gustan de mi son:
.....
.....

¿ Por qué me gustan estas cosas?.:
.....
.....

¿Por qué soy diferente a los demás?:
.....
.....

Yo seré:
.....
.....

2. Comparte este ejercicio con los amigos/as que desees.

3. Observa las diferencias y similitudes que tienes con tus amigos/as.

4. Reflexiona sobre qué tanto te conoces y qué conocen los demás de ti.

IDEA CLAVE DE LA ACTIVIDAD

- Toda persona es única.
- Todos tenemos fortalezas y debilidades.

2.2 ¿QUE ES LA ASERTIVIDAD?

La asertividad es una estrategia de comunicación que nos permite defender nuestros derechos y expresar nuestras opiniones, gustos e intereses, de manera libre y clara, sin agredir a otros y sin permitir que nos agredan. Una actitud asertiva nos permite hablar de nosotros mismos, aceptar cumplidos, pedir ayuda, discrepar abiertamente, pedir aclaraciones, incluir diferencias y respetar a todos y todas.

ACTIVIDAD N° 7 ASERTIVIDAD

OBJETIVO de la actividad:

- *Ejercitar la capacidad de comunicar lo que deseamos utilizando asertivamente nuestros actos y palabras.*

TIEMPO:

- **2 horas** (aproximadamente, tiempo flexible dependiendo del grupo)

MATERIALES:

- Hojas de papel
- Esferográficos

PROCEDIMIENTO:

1. Conforma un equipo.

2. Investiga y analiza en tu grupo lo que es la asertividad.

3. En tu equipo, analiza los siguientes escenarios:

• Un compañero/a le dice al resto del curso que tú estás usando drogas y no es verdad.

• Una persona te ofrece alguna droga y tú no quieres.

• Un amigo te pide ayuda porque un compañero está intoxicado con alcohol, en el baño del colegio.

• Tú has usado alguna droga y deseas conversarlo con tus padres para recibir orientación

• Tienes un problema relacionado con el consumo de drogas y deseas ayuda.

4. En tu equipo construye un diálogo y divídanse los papeles entre todos/todas.

5. Crea una breve representación de los diferentes escenarios y sus posibles soluciones, aplicando lo que investigaron sobre la asertividad.

6. Presenta tu obra al grupo y discutan sobre lo realizado y evidenciado.

IDEA CLAVE DE LA ACTIVIDAD

- Todo puede ser enfrentado de manera directa y asertiva.
- Ser asertivo/a es NO ser violento/a NI sumiso/a.

CAPÍTULO 3

ANALICEMOS LOS PREJUICIOS

IDEAS CLAVE DEL CAPÍTULO

- Los consumos de drogas no generan en sí mismos violencia.

- Los consumos de drogas no son un tema solo de adolescentes.

- El alcohol, tabaco y medicamentos son drogas.

- Cada uso de drogas tendrá efectos y riesgos diferentes para cada persona.

- Una persona que usa o consume, no necesariamente está vinculada al expendio de drogas.

OBJETIVOS DEL CAPÍTULO:

- Identificar algunos prejuicios que intervienen en la poca comprensión del fenómeno social de las drogas.

- Distinguir que sustancias socialmente aceptadas también son drogas.

Reconocer que los efectos que producen las drogas son diferentes y únicos en cada persona.

3.1 ¿QUÉ ENTENDEMOS POR PREJUICIOS?

Tomemos un tiempo para investigar y analizar qué son los prejuicios y cómo se manifiestan en la forma de relacionarnos.

Es importante que como jóvenes reflexionemos sobre los prejuicios existentes en el diario vivir y cómo estos se encuentran reflejados en el fenómeno de los usos y consumos Problemáticos de Alcohol, Tabaco y otras Drogas. Los prejuicios dificultan los procesos preventivos y en ocasiones promueven la vulneración de derechos.

Entendemos el mundo de acuerdo a lo que conocemos y experimentamos, muchas veces lo que sabemos no es del todo cierto y esto dificulta que miremos los temas con claridad. Además, esta visión alterada de la realidad, obstaculiza la implementación de procesos sociales, limita la creatividad y reitera las ideas erróneas.

Para analizar los prejuicios relacionados con este tema, es necesario tener presente la siguiente información:

1. **Las drogas son diferentes unas de otras y la relación que cada persona tenga con éstas será la que determine los riesgos en sus usos.** Cada persona se relaciona con las drogas de manera diferente, por ello los riesgos y daños relacionados son diferentes en cada persona.
2. Las drogas son objetos, no deciden sobre nosotros. Somos las personas quienes decidimos sobre las drogas.
3. Las medicinas también son drogas.
4. Las drogas de mayor consumo y con mayores daños asociados en nuestro país son el alcohol y el tabaco.
5. Los usos de drogas han acompañado a la humanidad a lo largo de toda la historia.
6. Los usos y consumos problemáticos alcohol, tabaco y otras drogas no son un problema exclusivo de los/las adolescentes.
7. Los usos de drogas no generan la violencia. La violencia es un fenómeno relacionado al poder, la cultura, aspectos sociales, políticos y económicos. **Los usos y consumos Problemáticos de Alcohol, Tabaco y otras Drogas son siempre una decisión personal que debe estar basada en la información real y científica.**

Además de revisar los prejuicios sobre drogas es importante que, como adolescentes, profundicemos el análisis de prejuicios sobre género y lo generacional. Esta concepción errónea de la realidad dificulta los procesos preventivos y de crecimiento, por eso les invitamos a realizar la siguiente actividad.

ACTIVIDAD N° 8

PARA REFLEXIONAR SOBRE LOS PREJUICIOS[4]

OBJETIVO de la actividad:

- *Informar a la comunidad educativa lo que conocemos de la prevención integral, mediante un collage.*

TIEMPO:

- **1 hora** (aproximadamente, tiempo flexible dependiendo del grupo)

MATERIALES:

- Hojas de papel
- Esferográficos

PROCEDIMIENTO:

1. Con ayuda de tu docente, analiza las reflexiones del cuadro sobre prejuicios existentes en el tema drogas.
2. Conforma uno de los 6 equipos.
3. Trabaja con tu equipo sobre el saber de las drogas que les fue asignado.
4. Escojan un secretario/a y coordinador/a.
5. Analicen el postulado sobre drogas respondiendo.
a. ¿Qué prejuicio se desmitifica con este conocimiento?
b. ¿A quién beneficiaba el desconocimiento de esto?
c. ¿Cómo podemos superar este prejuicio?
6. El/la secretario tendrá que anotar todos los comentarios y respuestas del equipo.
7. Al final, el/la coordinador/a leerá las respuestas del equipo.
8. En la plenaria, generen conclusiones generales a todos los temas.

[4] *Ministerio de Educación Argentina, (2012), Prevención del consumo problemático de drogas desde el lugar del adulto en la comunidad educativa, Argentina.*

ACTIVIDAD Nº 9

JUEGO DE ROLES SOBRE PREJUICIOS

OBJETIVO de la actividad:

- *Analizar los prejuicios en el fenómeno de los usos y consumos de drogas y sus alternativas de solución.*

TIEMPO:

- **6 horas** (aproximadamente, tiempo flexible dependiendo del grupo)

MATERIALES:

- Hojas de papel • Esferográficos
- Insumos para disfrazarse (vestuarios, accesorios, maquillaje, entre otros)

PROCEDIMIENTO:

Primer Día:

1. Formen 6 grupos.
2. Con base en el "prejuicio" sobre drogas recibido, elaboren en equipo el libreto con el que escenificarán el mito y las alternativas de solución.
3. Organicen la escenificación de su libreto y repártanse los papeles para que todo el equipo participe (máximo 20 minutos de obra).
4. Repasen su obra para afinar los detalles.

Segundo y Tercer Día:

1. Presenten, por turnos, cada una de las obras creadas por los 6 grupos (cada equipo tendrá un máximo de 20 minutos para presentarla).
2. En plenaria, generen conclusiones y recomendaciones sobre lo presentado y evidenciado.

CAPÍTULO 4

USOS, CONSUMOS PROBLEMÁTICOS Y RIESGOS ASOCIADOS INFORMACIÓN SOBRE DROGAS, DESDE LA REFLEXIÓN

IDEAS CLAVE DEL CAPÍTULO

- Hay diversos tipos de usos de drogas.
- Los usos y consumos de drogas son de especial riesgo en situaciones como: cuando se ejecutan actividades que requieren lucidez mental y destreza motriz, en el embarazo, al mezclar drogas, al no conocer la calidad de la droga y en situaciones médicas y psicológicas específicas.

OBJETIVOS DEL CAPÍTULO:

- *Conocer información basada en evidencia científica sobre drogas.*
- *Diferenciar los usos y consumos de drogas.*
- *Analizar los riesgos asociados a los usos y consumos de alcohol, tabaco y otras drogas.*

Las drogas son objetos y como todo objeto puede ser utilizado de varias formas y para diferentes fines. Cada persona da a las drogas un significado específico y por esta razón los riesgos y daños serán diferentes para cada uno/una y en cada situación.

Sabemos que los usos de drogas presentan riesgos y daños asociados, sin embargo el conocer sobre estos no debe ser una causa ni justificación para excluir a quienes las usan o consumen. Desde la igualdad se habilita el diálogo y la capacidad de construir. Nuestro rol no es el de juzgar ni culpar, sino compartir las herramientas con las que contamos para que todos y todas tengamos la oportunidad de crecer.

4.1 ¿QUÉ SON LAS DROGAS?

La Organización Mundial de la Salud, OMS, en su definición clásica, define el término droga como toda sustancia, que poco tiempo después de ser incorporada en el organismo, produce una modificación en sus funciones. El alcohol, tabaco y fármacos también son drogas. La droga, más allá del ámbito psicofísico, es una sustancia a la cual cada persona y sociedad le otorga un significado particular que responde a contextos históricos, socioculturales, simbólicos y a las necesidades y motivaciones de cada individuo.

Por otra parte, el glosario de términos de alcohol y drogas[5] de la misma OMS hace énfasis en que el significado del término varía en función del contexto, cuando nos referimos a la droga en términos médicos se refiere a "toda sustancia con potencial para prevenir o curar una enfermedad o aumentar la salud física o mental y en farmacología como toda sustancia química que modifica los procesos fisiológicos y bioquímicos de los tejidos o los organismos.

De ahí que una droga sea una sustancia que está o pueda estar incluida en la Farmacopea. En el lenguaje coloquial, el término suele referirse concretamente a las sustancias psicoactivas y, a menudo, de forma aún más concreta, a las drogas ilegales".

Por otra parte, la sociedad se ha encargado de clasificar a las drogas según las leyes del mercado e imposiciones jurídicas no propias a nuestra realidad cultural. Es así que drogas como el alcohol y tabaco que sabemos son las relacionadas a mayores daños son aceptadas y muchas veces promocionadas; mientras que otras drogas que incluso en algunas culturas son parte de la vida armónica son catalogadas como nocivas y portadoras del "mal".

Tenemos la creencia de que la legalidad de una droga define su daño, desconociendo que todo uso de droga conlleva un riesgo y éste dependerá de cuánto, cómo, dónde, con quién y en que circunstancias se las consuma. Es importante mencionar que la relación problemática con las drogas se puede desarrollar con todo tipo de drogas, pues esta no depende de su situación legal sino de los símbolos y contextos alrededor de las personas.

[5] *Organización Mundial de la Salud (1994). "Lexicon of Alcohol and Drug Terms"*

A las drogas podemos clasificarlas de diversas formas, en cada una de ellas se encontrará diferencia y el daño o uso que se de en la persona variará incluso hasta por como haya aparecido. En este contexto tenemos que las drogas se clasifican de acuerdo a su origen, en las cuales se encuentran, las drogas naturales, semisintéticas y sintéticas. Drogas por su forma de uso las cuales son sociales, ancestrales, terapeúticas y de uso industrial. Asimismo, las drogas se clasifican por sus efectos en el Sistema Nervioso Central de las personas y por su condición de legalidad. Para efectos de esta guía nos referiremos específicamente a las dos últimas clasificaciones.

- Por su efecto en el Sistema Nervioso Central las drogas se clasifican en:[6]

Depresoras:

Las drogas depresoras son sustancias que disminuyen al sistema nervioso central, lo hacen lento, provocan sensación de sedación y provocan sueño. En esta categoría tenemos al alcohol, tranquilizantes, opioides (codeína, morfina, heroína, metadona), barbitúricos, benzodiacepinas, disolventes volátiles.

Estimulantes:

Estas drogas producen la activación o estimulación al sistema nervioso central. Provocan excitación, euforia y aceleramiento, entre ellas tenemos a la coca y cocaína, pasta base, anfetaminas, nicotina (tabaco) xantinas (cafeína, teína, mateína).

Alucinógenos:

Son sustancias que producen un estado de conciencia alterado y provocan alucinaciones, pesadillas y desvaríos, algunos ejemplos de estas sustancias son: LSD (ilegal), cucumelo, peyote (plantas de crecimiento natural).

Cannabinoides:

Las drogas de la familia de los cannabinoides son sustancias que se sitúan a medio camino del efecto del alcohol y de las drogas que afectan la percepción. Ej: marihuana, hachís (ilegales).

[6] *Ministerio de Educación Argentina, (2012). Prevención del consumo problemático de drogas desde el lugar del adulto en la comunidad educativa.*

- Por su condición de legalidad:

Las drogas pueden ser clasificadas también en legales e ilegales, sin embargo esta clasificación resulta subjetiva y varía de un país a otro, e incluso de una situación a otra.

Droga ilegal[7]: Sustancia psicoactiva cuya producción, venta o consumo están prohibidos. En sentido estricto, la droga en sí no es ilegal, lo son su producción, su venta o su consumo en determinadas circunstancias y en una determinada jurisdicción.

Droga legal[8]: Droga que está legalmente disponible mediante prescripción médica o en algunas ocasiones también sin ella, en una determinada jurisdicción. Por ejemplo el alcohol, tabaco y algunos medicamentos de venta libre.

Debemos recordar y reconocer que todas las drogas independientemente que sean catalogas o clasificadas de diversa forma causan diferentes efectos en el organismo y que la relación que se establezca con ellas definirá el tipo de uso o los consumos problemáticos que pueda presentar en una persona.

Es importante resaltar que esta clasificación descuida la relación de la sustancia con el sujeto y su representación simbólica, contextos que serán los que definan a la interacción y sus efectos. Para aclarar lo anterior debemos decir que cada organismo reacciona de manera diferente ante cada situación y sustancia por lo que esta categorización es solo una descripción de la droga sin considerar la parte más importante que reside en la interacción de la persona con la droga, es decir para que se la escoge, con qué fin se la usa y cómo satisface sus necesidades y motivaciones.

Cada droga será asimilada desde la particularidad de la persona, la historia, los contextos en cada etapa de vida y sus efectos, los cuales varían según esta interacción. Esto significa que los efectos causados de una droga no solo dependerá de la sustancia si no también de la cantidad, forma de administración, expectativas, del contexto, tolerancia, calidad de la droga o si estas son mezcladas con otras sustancias. Como ejemplo podemos mencionar que a muchas personas el café les estimula y les produce insomnio mientras a otras personas la misma droga puede darles una sensación de relajación y sueño.

Son los símbolos y contextos con los que cada persona se acerca a la droga los que determinarán sus efectos y la relación que se establezca.

[7]Organización Mundial de la Salud (1994). "Lexicon of Alcohol and Drug Terms" [8]Ibid

4.2 USOS Y CONSUMOS PROBLEMÁTICOS DE ALCOHOL, TABACO Y OTRAS DROGAS

Los usos de drogas han acompañado al ser humano a lo largo de su historia y de diversas maneras. Algunos de los usos que se ha dado a estas sustancias son: para la industria, ancestrales, culturales, terapéuticos, recreativo, etc. En los usos de drogas, la posibilidad de tener mayor o menor riesgos y daños asociados está dada por el vínculo que la persona establece con la sustancia en un determinado contexto. Esto implica que depende únicamente del sujeto y las motivaciones que le llevan a tomar esta decisión, para que la relación se vuelva conflictiva o se mantenga como un uso.

El consumo problemático está marcado por la relación establecida con la droga, que en estos casos se convierte en conflictiva. El consumo genera una relación enmarcada en el malestar y deterioro de uno mismo. También existen situaciones y contextos que vuelven problemático un uso habitual o esporádico. Por ejemplo, si una persona decide consumir alcohol, por una sola ocasión, y maneja un auto después de haberlo hecho, este es un consumo problemático al ocasionar un accidente de tránsito.

4.3 SITUACIONES Y FORMAS DE CONSUMO DE ESPECIAL RIESGO

Es necesario acordar que el uso de drogas tiene riesgos y estos dependerán de la cantidad usada, frecuencia, pureza de la droga, el contexto social y cultural del uso, condiciones psicofísicas, entre otros elementos. El uso de una aspirina puede ser riesgoso si la persona es alérgica a su composición química o, por ejemplo, presenta una condición médica ante el cual su uso sería dañino. Sin embargo, existen usos que generan mayores riesgos y es necesario analizarlos.

- Mezclar drogas

El consumo de múltiples drogas, aumenta el riesgo, provocando problemas de diversa índole. Las personas que usan alcohol tienen riesgo de sufrir intoxicación, accidentes de tránsito, entre otros riesgos; si se combina con otras drogas, los riesgos se multiplican. Por lo tanto, si una persona ha decidido consumir drogas debe evitar la mezcla. Se entiende por mezcla, no sólo el consumo de dos o más drogas en un mismo acto, sino también sucesivo, o sea una y después otra.

Consumir drogas mientras se toman fármacos indicados por médicos o combinar drogas junto con ciertos medicamentos incrementan los riesgos propios de los usos de drogas, debido a que la forma en que las sustancias interactúan en nuestro organismo es incierta, está fuera de nuestro control y puede provocar reacciones especialmente negativas.

- Consumir drogas en situaciones que requieren lucidez

Cuando el consumo de drogas tiene lugar mientras se ejecutan actividades que requieren precisión, lucidez, claridad mental, coordinación psicomotriz, entre otras circunstancias, los riesgos se multiplican.

Por ejemplo, manejar autos, otros vehículos o maquinaria.
También estar bajo efectos de drogas en situaciones de aprendizaje y memorización puede acarrear dificultades debido a que la memoria y otras zonas cerebrales se encuentran afectadas aunque la persona piense que es capaz de un alto rendimiento y una buena percepción.

- Consumo de drogas en eventos masivos

Si bien cada uso tiene su propio riesgo, el uso de drogas en espacios públicos, en eventos masivos tiene un particular riesgo y es que éstos responderán ya no sólo a las particularidades individuales sino también a las sociales, con los riesgos que esto conlleva. El uso de drogas en conciertos, además de no estar permitido, puede relacionarse con impases que al estar ante un fenómeno de masas no sabemos cómo van a resultar, generando mayores riesgos como problemas legales o situaciones de violencia.

- Consumir drogas durante el embarazo y lactancia

Aunque se pueda considerar como algo conocido, no está de más recordar que cualquier droga que una mujer consuma durante el período de embarazo, es consumida por el feto, con un impacto negativo sobre su desarrollo. Los efectos en el feto pueden ser: partos prematuros, bajo peso al nacer, retraso en el desarrollo, malformaciones, síndrome de abstinencia en el bebé al nacer, entre otras situaciones médicas nocivas tanto para la salud del nuevo ser como para la madre.

Sucede lo mismo con las drogas administradas durante la lactancia materna, estas afectan de forma significativa al desarrollo del niño o niña. Todas las drogas son contraindicadas durante el período de embarazo y lactancia.[9]

[9] *http://www.upch.edu.pe/ehas/pediatria/lactancia%20materna/Clase%209%20-%2010.htm 28-08-214 18:40*

- Consumir drogas en situaciones de enfermedad

Cuando una persona se encuentra en una condición médica su organismo responderá de manera diferente y con mayor sensibilidad ante los usos de drogas, por lo que los riesgos se verán incrementados. Por ejemplo, una persona que tiene bronquitis aguda se verá más afectada al fumar 20 cigarrillos diarios que una persona sin esta situación médica. De la misma forma, usar otras drogas en medio de una condición de salud especial puede agudizar los problemas de salud.

- Consumir drogas en momentos de labilidad afectiva[10]

Es riesgoso consumir drogas cuando una persona se encuentra en un estado emocional alterado, experimentando ansiedad o formas intensas de tristeza. El riesgo de desarrollar relaciones de dependencia con la droga es más alto.
Es importante mencionar que en situaciones de exclusión, violencia y discriminación, los usos de drogas pueden estar relacionados con soportar la circunstancia de vida presente.

La combinación de estas situaciones incrementan los riesgos hasta un punto imposible de calcular. Supongamos el caso de una persona que pierde su empleo y consume alguna droga: esta persona tendrá mayores riesgos de generar una relación dependiente por encontrarse en un momento de sufrimiento emocional.

Los contextos del consumo determinan en gran parte los riesgos. Obviamente no es lo mismo consumir acompañado de alguien que no dudará en detenernos si nos ve consumiendo excesivamente, en un ambiente regulado y protegido a usarlo en lugares peligrosos con personas desconocidas. De la misma manera los riesgos de cada consumo dependerán de la velocidad del consumo (a mayor velocidad mayor riesgo), la cantidad usada (mayor cantidad mayor riesgo), calidad de la droga (la calidad desconocida de una droga genera mayor riesgo que al conocer su calidad). Todos estos elementos interactúan de manera dinámica con las motivaciones, decisiones, necesidades y símbolos de cada persona.

[10] *Labilidad afectiva significa inestabilidad en las emociones, pasiones y sentimientos, en la cual se producen alteraciones o cambios con facilidad.*

ACTIVIDAD N° 10

IDENTIFICAR EL TIPO DE USO Y SUS POSIBLES RIESGOS

OBJETIVO de la actividad:

• *Analizar los diferentes riesgos de los usos de drogas en distintas situaciones y áreas de la vida cotidiana.*

TIEMPO:

• **2 horas** (aproximadamente, tiempo flexible dependiendo del grupo)

MATERIALES:

• Hojas de papel • Esferográficos

PROCEDIMIENTO:

Entre las siguientes situaciones, determina los riesgos relacionados y la forma de reducirlos.

1. En tu equipo, lee y reflexiona sobre las siguientes frases:

- ***Amigos que salen a bailar y se emborrachan.***
- ***Embarazada que fuma en forma moderada.***
- ***Persona que no sale los fines de semana si no usa alguna droga.***
- ***Trabajador/a que tomo un vino en el almuerzo y siguió trabajando.***
- ***Profesor/a que fuma en clase.***

2. Analicen sus riesgos y ordénenlos de mayor a menor, según lo que consideren.

3. Compartan en plenaria tus reflexiones.

Es importante recordar que es muy difícil diferenciar los tipos de consumo, ya que lo que para el consumidor podría parecer ocasional, para un observador podría ser problemático. No basta con fijarse en la frecuencia ni cantidad, ya que podría haber consumos, en apariencia, no excesivos y con reacciones muy nocivas por las diferencias de cada organismo.

Analiza individualmente y discute con tu grupo:

- **¿Cómo afecta a tu comunidad y a tu vida el consumo de alcohol, tabaco y otras drogas?**
- **¿Qué podemos hacer?**

CAPÍTULO 5

¿QUÉ HACER?

IDEAS CLAVE DEL CAPÍTULO

- No tenemos todas las respuestas ni soluciones para todos los problemas.

- En caso de estar presente en la intoxicación de una persona por drogas, debemos recordar la posición de seguridad.

- Si una persona con consumo problemático nos pide ayude, podemos ser el puente para que encuentre un profesional capacitado que lo apoye.

- Siempre existen personas e instituciones que pueden ayudarnos si alguna persona nos presiona para consumir o vender drogas.

OBJETIVOS DEL CAPÍTULO:

- Informar sobre cómo actuar si alguien se encuentra en estado de intoxicación, si personas con usos problemáticos de drogas nos piden ayuda o en caso de presión de compañeros para consumir o expender drogas.

5.1 ¿QUÉ HACER CUANDO ESTAMOS CON ALGUIEN INTOXICADO?[10]

Por nuestra cercanía con la comunidad es posible que alguna persona no pida ayuda en algo específico. Por este motivo, a continuación presentamos consideraciones sobre algunos de estos temas.

Algunas situaciones de consumo de alcohol, tabaco y otras drogas exigen una acción inmediata para evitar daños críticos. La calidad de ayuda puede determinar, en muchos casos, la vida o la muerte de las personas, y en muchos casos, la vida o la muerte de personas y en otros, la calidad de vida futura.

La forma de acercarse a la persona debe ser tranquila, tratando de hablar suavemente. Valorar nuestra capacidad de manejar la situación es esencial, no tenemos que solucionar los problemas solos, siempre es posible pedir ayuda. Se debe considerar que será necesario contactar a familiares, personas especializadas que puedan hacerse cargo de la situación y permitirá que la situación, las consecuencias y riesgos no se agraven.

La atención de un equipo de emergencia es importante. Para ello, debe solicitarse que la persona intoxicada sea trasladada a un centro de atención primaria de salud. Si la persona está en un lugar que pueda resultar riesgoso (calle, balcones, piscinas, etc.) trasládela a un lugar seguro. Si la persona está inconsciente hay que colocarla en posición de seguridad hasta que la ayuda profesional llegue (colocar a la persona acostada sobre su lado izquierdo, la pierna del mismo lado extendida y por encima de ésta la otra pierna flexionada, el brazo del mismo lado debajo de la cabeza, actuando como almohada), esto es para evitar la asfixia por vómito que puede ser mortal. Es importante vigilar la respiración y temperatura corporal de la persona, no dejar que se enfríe, ya que la temperatura corporal baja es causa de muerte; abrigarla.

En todos los casos será más fácil ayudar contactando a profesionales de salud (llamar al 911).

[10] *Junta Nacional de Drogas, (2010), Guía de promotores de salud, Herramientas para promoción juvenil de salud y prevención de problemas relacionados con las drogas, Uruguay.*

5.2 ¿QUÉ HACER CUANDO UNA PERSONA QUE CONSUME DROGAS NOS PIDE AYUDA?

No se debe forzar a que la persona reciba ayuda de forma involuntaria.

Todo proceso de ayuda inicia con la voluntad y participación activa de la persona que la requiere.

Buscar profesionales capacitados en el tema; personal del DECE de la Institución Educativa, o docentes tutores que puedan ofrecer información apoyo y motivar a la persona que usa drogas, para recibir ayuda voluntariamente. La familia, amigos, docentes y otras personas que rodean al individuo que usa drogas pueden estar desbordadas por el problema, angustiadas y no ver posibles soluciones. Por ello, es importante invitarlas a trabajar sobre su situación con profesionales calificados para esto.

Siempre es importante tener presente que la persona con quién hablamos no tiene todo el problema ni nosotros toda la solución. Como facilitadores podemos escuchar y acompañar a la persona en la búsqueda de otras ayudas, estimular y reconocer la capacidad de cada uno de construir su propio camino para resolver su problema actual.

Es posible que seamos un puente para que quienes lo necesiten se acerquen a profesionales o instituciones que les puedan dar una respuesta más específica.

5.3 ¿QUÉ HACER CUANDO UNA PERSONA NOS PRESIONA PARA EL CONSUMO O VENTA DE DROGAS?

Si bien el uso de drogas es una decisión personal, en ocasiones podemos sentir presión social para usar o consumir drogas sin desearlo. Lo mismo puede suceder con la venta de alguna de ellas. Esto sucede mediante intimidación, manipulación o coerción (presión ejercida por represión, restricción o inhibición).

En el caso que un/una amigo/a éste siendo presionado para usar alguna droga, es importante recordarle su capacidad para tomar decisiones y que puede apoyarse en este texto para encontrar actividades que fomentan la toma de decisiones. Así como en la conversación con una persona adulta de confianza y capaz de guiar, como el equipo del DECE, que siempre está dispuesto a ayudar.

En caso que un compañero/a este siendo presionado para vender drogas, es importante recordarle que existen personas e instancias que lo pueden ayudar y proteger. La autoridad de la Institución Educativa, docentes y el equipo del DECE están en posición de garantizar la seguridad de los estudiantes así como también para apoyarlos y evitar que sufran daños, ellos podrán tomar contacto con instancias que ofrezcan la protección necesaria. Además, cada adolescente cuenta con una persona adulta de confianza, en su familia, o en la comunidad, que también pueden apoyar en evitar riesgos.

Existen instituciones como la fiscalía y su programa de protección a víctimas y testigos que es útil en casos como éstos, evitando que las personas que lo presionan, lastimen al adolescente.

ACTIVIDAD Nº 11

JUEGO DE ROLES SOBRE CÓMO AYUDAR

OBJETIVO de la actividad:

- *Ensayar soluciones y formas de ayudar en situaciones presentes en el diario vivir.*

TIEMPO:

- **1 hora** (aproximadamente, tiempo flexible dependiendo del grupo)

MATERIALES:

- Hojas de papel
- Esferográficos

PROCEDIMIENTO:

1. Conforma 3 equipos con tus compañeros y compañeras.

2. Preparen una escena del tema asignado y sus opciones de solución:

- *Cómo ayudar a una persona que tiene consumos problemáticos de drogas y nos pide ayuda.*
- *Qué hacer si alguien nos presiona para consumir.*
- *Qué hacer si alguien nos presiona para vender droga.*

3. Presenten cada una de las escenificaciones.

4. Describan al resto del grupo sobres su tema y asegúrense que todos y todas entiendan la situación con claridad.

5. Participa en un debate sobre lo observado.

6. Busquen, con el grupo, alternativas para abordar los diferentes temas.

7. Construyan conclusiones.

ACTIVIDAD N° 12

CONSTRUIR UNA CARTELERA

OBJETIVO de la actividad:

- *Reproducir los conocimientos revisados en este capítulo mediante la construcción de una cartelera.*

TIEMPO:

- **1 hora** (aproximadamente, tiempo flexible dependiendo del grupo)

MATERIALES:

- Hojas de papel • Esferográficos
- Cartulinas • Pinturas
- Recortes de revistas, periódicos, etc.
- Copias o textos con lo revisado en el capítulo.

PROCEDIMIENTO:

1. Revisa, en equipo, lo analizado en este capítulo.

2. Recolecta los materiales necesarios para la realización de la cartelera.

3. Selecciona, junto con el grupo, los materiales que van a colocar en la cartelera.

4. Construye, en equipo, la cartelera.

5. Coloquen la cartelera en el lugar autorizado.

CAPÍTULO 6

CONSTRUIR EL PROYECTO DE PREVENCIÓN INTEGRAL EN EQUIPO

IDEAS CLAVE DEL CAPÍTULO

- La construcción colectiva de manera planificada y respetuosa brinda oportunidades para transformar la realidad.

- Toda persona y situación es una oportunidad y un recurso valioso para la construcción y ejecución del proyecto de prevención.

OBJETIVO DEL CAPÍTULO:

- Construir el proyecto de prevención integral mediante trabajo en equipo y planificación, para aplicarlo en la opción del Programa de Participación Estudiantil.

Para la construcción del proyecto preventivo desarrollaremos actividades como grupo. Es importante que tengamos siempre presente la importancia del trabajo en equipo y verifiquemos que nuestras ideas se desarrollen como deseamos.

6.1 TRABAJAR EN EQUIPO

El trabajo en equipo nos da la oportunidad de desarrollar capacidades para la convivencia armónica y el respeto a la diversidad. Vamos a considerar equipo a la construcción que hacemos, desde el desarrollo personal, relacionándonos en lo colectivo. El equipo se genera en el vínculo de todos y todas, con metas comunes que parten de lo individual y son mediadas en lo social.

Identificar los temas que nos importan, que nos movilizan y sobre los que queremos participar como parte de la sociedad, permite trazarnos una tarea para hacer. Definir qué sabemos sobre el tema y qué queremos saber, será el inicio para continuar con la selección del tema y la integración en el equipo.

Presentamos algunas preguntas para analizar en equipo y con nuestro docente:

¿Qué es lo que ya sabemos?

_____

_____

- ¿A qué población se dirigen frecuentemente los mensajes publicitarios?

_____

_____

- ¿Qué elementos nos hacen más influenciables ante los mensajes publicitarios?

_____

_____

- ¿Qué elementos nos permiten afrontar la presión publicitaria?

_____

_____

6.2 PLANIFICAR Y ACTUAR

La planificación de actividades dentro de un proyecto nos ayuda a lograr los objetivos, caso contrario toda la intención de transformar se diluye sin llegar a lo deseado. Esta tarea la realizaremos en conjunto con nuestro docente, sin embargo es importante que podamos verificar constantemente que estemos avanzando en la vía acordada.

A partir del tema que hemos elegido podemos analizar en el grupo:

¿Cuál es la situación o problema sobre el cual queremos actuar?

Lo que vamos a hacer es...

¿Para qué?

¿A quiénes queremos dirigir nuestro aporte?

¿Con quiénes queremos actuar?

¿Qué necesitamos para hacerlo?

¿Cuándo queremos tener esto realizado?

Es vital que pensemos en todo el proceso de trabajo sobre lo que aprendimos, lo que haríamos diferente en una próxima oportunidad y pensando en sostener en el tiempo lo realizado. Además, para ordenar nuestras ideas y planificar, es importante contar con el apoyo necesario de los adultos de nuestra comunidad educativa.

Consideraciones para la ejecución del proyecto:

El proyecto lo vamos a realizar con nuestro docente y es importante:

- Identificar quiénes están en el lugar donde vamos a trabajar. (Por ejemplo, si trabajaremos en nuestro barrio, tenemos que averiguar con qué recursos u organizaciones podemos contar: centros de salud, líderes barriales).
- Identificar los recursos disponibles y de la comunidad.
- Identificar el tiempo necesario para cumplir nuestra meta.
- Determinar los espacios en donde realizaremos nuestro proyecto.
- Solicitar las autorizaciones necesarias para llevar a cabo nuestras actividades.
- Si aparecen elementos que no habíamos previsto y que merezcan trabajarse en el tiempo y no hayan sido contempladas o no estén a nuestro alcance manejar, apoyémonos en el responsable del programa en la Unidad Educativa quien nos acompañará en el proceso.
- Verificar el cumplimiento de las actividades programadas continuamente.

ACTIVIDAD Nº 13

MIREMOS LOS RECURSOS Y OPORTUNIDADES QUE TENEMOS

OBJETIVO de la actividad:

- *Reconocer los recursos humanos, materiales y oportunidades con las que cuenta el equipo para la realización del proyecto.*

TIEMPO:

- *1 hora (aproximadamente, tiempo flexible dependiendo del grupo)*

MATERIALES:

- *Hojas de papel*
- *Esferográficos*

PROCEDIMIENTO:

1. Formen 6 grupos.

2. Elijan a un/a secretario/a, quien registrará todos los aportes del equipo.

3. Con una lluvia de ideas examine todas las posibilidades, oportunidades y recursos con los que cuentan para la realización del proyecto.

4. Construyan un documento base del proyecto

5. Seleccionen a un/a vocero/a, quien explicará en plenaria todos los recursos con los que cuentan para la realización del proyecto.

6. Expongan sus aportes al grupo.

ACTIVIDAD N° 14

RECONSTRUIR UN LEMA DE PREVENCIÓN

OBJETIVO de la actividad:

- *Replantear, con todo lo aprendido, el concepto de "prevención integral" mediante un lema o slogan.*

TIEMPO:

- *1 hora (aproximadamente, tiempo flexible dependiendo del grupo)*

MATERIALES:

- *Hojas de papel • Esferográficos*
- *Cartulinas • Pinturas, marcadores*

PROCEDIMIENTO:

1. En grupos de 6 personas, discutan sobre lo que han aprendido de prevención integral y de los enfoques de drogas.

2. Recuerden el primer lema o slogan que elaboraron al inicio del Programa de Participación Estudiantil y analicen qué es válido y qué modificarían.

3. Propicien una lluvia de ideas para crear un nuevo slogan o frase promocional sobre la prevención integral de los usos y consumos de alcohol, tabaco y otras drogas.

4. Construyan el lema final del programa

5. Socialicen el slogan de su equipo en su grupo de participación estudiantil. Recuerda que debes promocionarlo de manera creativa (pueden usar música, baile, discursos, mímica, etc.).

CAPÍTULO 7

TÉCNICAS Y BANCO DE HERRAMIENTAS PARA PROYECTOS SOCIO EDUCATIVOS Y DE VINCULACIÓN CON LA COMUNIDAD

IDEAS CLAVE DEL CAPÍTULO

-Para construir procesos de prevención integral puedo utilizar varias técnicas y metodologías participativas, que ayudarán en la comprensión, análisis y reflexión del fenómeno social.

- La mejor estrategia de prevención integral es la creatividad , la cual debe ser aplicada en todo el proceso preventivo.

OBJETIVOS DEL CAPÍTULO:

- Incorporar técnicas y actividades en los proyectos educativos y de vinculación con la comunidad como es el de la opción de Educación Preventiva Integral de Usos y Consumos Problemáticos de Alcohol, Tabaco y otras Drogas.

Prevenir es propiciar espacios de desarrollo, toma de decisiones, auto cuidado, auto regulación y respeto, para alcanzar la regulación colectiva en armonía y protección a los derechos. El o la docente responsable de la opción tiene la función de crear situaciones para aprender en todo momento y lugar. Se trata de una actitud que podemos llevar a cualquier parte. Dialogar, reconociendo que lo que sabemos vale tanto como lo que otros saben y, en especial, que existen formas diferentes para resolver los problemas, son los mejores instrumentos para la prevención de fenómenos sociales.

Presentamos unas técnicas que podrían facilitar el proceso preventivo:

7.1 SIMPOSIO

Es una técnica conocida, que se utiliza para que el grupo acceda a información, saberes o conocimientos relativos a un campo determinado.

OBJETIVO de la actividad:

- *Informar sobre un tema para generar conocimiento del mismo.*

TIEMPO:

- *1 hora (aproximadamente, tiempo flexible dependiendo del grupo)*

MATERIALES:

- *Hojas de papel • Esferográficos*
- *Pizarra • Marcadores de pizarra*
- *Proyector (opcional)*

PROCEDIMIENTO:

1. Solicite al grupo que investigue sobre un tema específico.

2. Conforme grupos de 4 o 5 integrantes.

3. Divida el tema en 4 secciones y distribúyalo por grupos.

4. Solicite a cada grupo que seleccione a su ponente.

5. Explique que cada grupo tendrán 15 minutos para exponer su tema, a través de su ponente del grupo.

6. Delimite 15 minutos para cada ponencia.

7. Proporcionar una sesión posterior, más participativa, para dialogar acerca de lo aprendido, aplicaciones a la vida real y aclaración de dudas y preguntas.

En el simposio se podría tratar el tema de riesgos asociados al consumo de drogas.

7.2 MESA REDONDA

OBJETIVO de la actividad:

La mesa redonda es una técnica diseñada para que un grupo de personas genere su propio conocimiento a partir del análisis de diferentes posiciones en un tema. Se asocia a temas controvertidos, que pueden generar debate y ante los que el grupo de estudiantes puede posicionarse con argumentos a favor o en contra de cada postura.

- *Contrastar argumentaciones de diferentes oponentes en las cuales se evidencie dos propuestas distintas, para generar la reflexión y crítica frente al tema.*

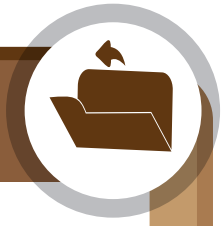
TIEMPO:

- *1 hora (aproximadamente, tiempo flexible dependiendo del grupo)*

MATERIALES:

- *Hojas de papel • Esferográficos*
- *Pizarra • Marcadores de pizarra*
- *Proyector (opcional)*

PROCEDIMIENTO:



1. Defina el tema.

2. Reúna a un grupo de personas que expongan sus ideas y puntos de vista sobre el tema. Estos ponentes serán seleccionados de acuerdo al conocimiento del tema y la defensa de posturas diferentes o contradictorias.

3. Coordine un breve encuentro previo con los ponentes para mirar el orden de las exposiciones y escuchar las diferentes posiciones del tema.

4. Realice un preámbulo al tema en el que se centrará la mesa y presente a los ponentes con un breve resumen de su biografía.

5. Inicie la mesa y busque que las diferentes posiciones se expongan de manera alternada. Cada intervención no debe superar los 10 minutos.

6. Un/a moderador/a realizará una síntesis de lo expuesto para que en la memoria de los participantes estén presentes los puntos principales de lo propuesto por cada ponente.

7. Al finalizar genere la reflexión y el debate de todo el grupo participante.

Por ejemplo, se puede trabajar una mesa redonda sobre los prejuicios en torno al consumo de drogas.

7.3 DISCUSIÓN EN GRUPO

OBJETIVO de la actividad:

La discusión en grupo es una técnica que permite la construcción de soluciones colectivas, brindando la oportunidad de propuestas que responden a las necesidades y saberes del grupo.

- *Discutir y explicar argumentos, hechos, datos y fenómenos para propiciar el análisis en los participantes.*

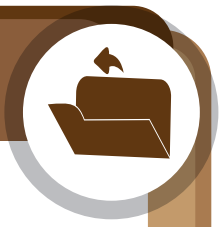
TIEMPO:

- *1 hora (aproximadamente, tiempo flexible dependiendo del grupo)*

MATERIALES:

- *Hojas de papel* • *Esferográficos*
- *Pizarra* • *Marcadores de pizarra*

PROCEDIMIENTO:



1. Elija el tema y seleccione las fuentes de información que pueden consultar los/las estudiantes, teniendo en cuenta las características personales y edades.

2. Guíe a los/las participantes en la recolección y elaboración de información, para que se logre el objetivo que cada uno descubra sus propias creencias.

3. Prepare preguntas para la animación del debate y la determinación de las diferentes perspectivas para su análisis.

4. Organice la clase, distribuya al grupo en equipos de 4 a 6 miembros.

Cada grupo estudiará el tema desde una perspectiva concreta. Es posible asignar los temas o permitir que cada equipo los defina, dependiendo de la madurez del grupo.

5. Delimite el tiempo para preparar la posición del grupo y sus argumentaciones.

6. Propicie el debate regulando los tiempos para que cada equipo puedan participar y opiniones sean respetadas y escuchadas por los demás.

Con esta técnica podemos analizar la influencia de la publicidad en los consumos de alcohol, tabaco y otras drogas.

7.4 FORO

OBJETIVO de la actividad:

Esta técnica se basa en la participación activa y espontánea en un tema escogido. Se inicia con la breve exposición introductoria de una problemática puntual y se abre el espacio para plantear las diferentes formas de mirarlo.

- *Examinar diferentes puntos de vista de un tema propuesta para conocer los argumentaciones existentes frente al contenido expuesto.*

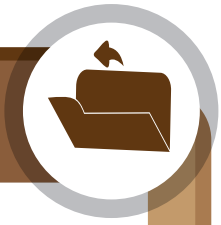
TIEMPO:

- *1 hora (aproximadamente, tiempo flexible dependiendo del grupo)*

MATERIALES:

- *Hojas de papel* • *Esferográficos*
- *Pizarra* • *Marcadores de pizarra*

PROCEDIMIENTO:



1. Defina el tema a discutir

2. Genere preguntas que propicien el planteamiento de ideas distintas dentro del respeto y la escucha (la dificultad en esta técnica reside en que los participantes pueden inhibirse si el ambiente no está preparado para la escucha o no se ha generado el respeto a todas las opiniones).

3. Regule los tiempos para que todos/todas puedan intervenir.

4. Propicie el cierre de la actividad con reflexiones generadas por el grupo en la discusión.

Con el foro podemos analizar las especiales situaciones de riesgo de los usos de drogas en espacios y situaciones protegidas.

7.5 LLUVIA DE IDEAS

OBJETIVO de la actividad:

La lluvia de ideas es una técnica en la que un grupo de personas aporta soluciones o planteamientos sobre el mismo, de forma libre y espontánea. No busca la discusión de lo planteado por cada persona.

- *Discriminar la viabilidad de distintas líneas de acción y comportamiento ante una situación problemática.*

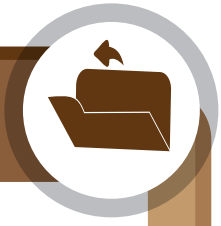
TIEMPO:

- *1 hora (aproximadamente, tiempo flexible dependiendo del grupo)*

MATERIALES:

- *Hojas de papel* • *Esferográficos*
- *Pizarra* • *Marcadores de pizarra*

PROCEDIMIENTO:



1. Defina el tema en forma de pregunta.

2. Solicite a los/las participantes que reflexionen sobre el tema, busquen ideas individualmente durante unos breves minutos (de tres a cinco) y las anote en un papel.

3. Solicite que cada uno exponga sus ideas y anótelas en un lugar visible para todos/todas.

4. A la vista de las ideas que vayan surgiendo, abra una conversación.

5. Busque generar acuerdos sobre las ideas que van a seleccionarse para responder a la pregunta planteada.

Esta técnica nos puede servir para generar temas para la construcción del proyecto socioeducativo.

7.6 JUEGO DE ROLES

OBJETIVO de la actividad:

Es una técnica de participación activa en la que se representan papeles o situaciones de la vida cotidiana con objeto de dar–obtener información que permite adquirir mayor comprensión del tema.

- *Dramatizar diversas situaciones de la vida, para evidenciar y analizar los diversos ambítos que se presentan en la cotidianidad.*

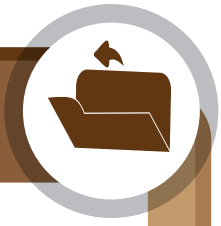
TIEMPO:

- *1 hora (aproximadamente, tiempo flexible dependiendo del grupo)*

MATERIALES:

- *Hojas de papel*
- *Esferográficos*

PROCEDIMIENTO:



1. Seleccione el tema y descríbalo con claridad para asegurar una completa comprensión de la situación planteada.

2. Propicie la representación espontánea de la situación, desde las vivencias personas y formas de entenderla.

3. Facilite la reflexión sobre lo evidenciado y vivido.

4. Medie la generación de alternativas para abordar el tema.

5. Genere conclusiones con el grupo.

Esta técnica la podemos usar para trabajar sobre los mitos relacionados a la violencia de género y usos de drogas, cómo enfrentar los usos de drogas en la Institución Educativa sin violentar derechos humano.

7.7 ESTUDIO DE CASOS

OBJETIVO de la actividad:

El estudio de casos permite analizar realidades y generar soluciones ante las problemáticas planteadas. Utilizan relatos reales o ficticios en los que queda descrita la historia de un personaje.

- *Analizar situaciones reales presentadas en la cotidianidad para fomentar la reflexión en las y los participantes.*

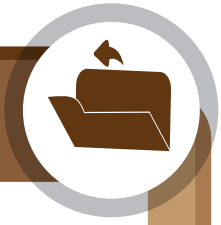
TIEMPO:

- *1 hora (aproximadamente, tiempo flexible dependiendo del grupo)*

MATERIALES:

- *Hojas de papel*
- *Esferográficos*

PROCEDIMIENTO:



1. Plantear los relatos de cada caso:

a. Debe ser un tema que representa la realidad a estudiar y al grupo que va a trabajar.

b. La situación debe ser definida de manera clara.

c. Debe estar estructurado de forma que genere posibles soluciones viables.

2. Divida al grupo en equipos.

3. Entregue los textos para analizar.

4. Delimite los tiempos de análisis y construcción de propuestas de solución.

5. Solicite a cada equipo seleccione quien expondrá lo planteado en la discusión del caso.

6. Facilite las exposiciones.

7. Genere un espacio de reflexión final.

8. Propicie la construcción de conclusiones y propuestas para resolver la situación planteada de manera más apropiada.

Esta técnica nos puede permitir abordar situaciones de exclusión social hacia personas que usan drogas.

7.8 LAS REGLAS DE JUEGO

OBJETIVO de la actividad:

Esta técnica permite analizar las normas presentes en los diferentes contextos en los cuales nos desarrollamos, permitiendo la comprensión y los acuerdos en colectivo.

- *Construir acuerdos y compromisos que faciliten la integración de los y las participantes, lo cual facilitará nuevas alternativas de solución para los problemas.*

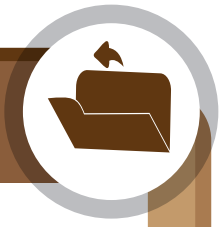
TIEMPO:

- *1 hora (aproximadamente, tiempo flexible dependiendo del grupo)*

MATERIALES:

- *Hojas de papel*
- *Esferográficos*

PROCEDIMIENTO:



1. Plantee una pregunta.

2. Divida al grupo en equipos de 6 y solicite construyan propuestas respetuosas para abordar el tema.

3. Recordar a los equipos que las normas generadas deben respetar y basarse en los derechos humanos, acuerdos de convivencia y los reglamentos internos. La meta es que las soluciones planteadas armonicen la convivencia con formas de interacción respetuosa.

4. Revisar que las opciones de cada equipo sean respetuosas y en caso de no serlo o ser excluyentes, guiar la formulación de nuevas propuestas.

5. Facilite la exposición de las opciones de cada equipo.

6.Genere el espacio para que los equipos creen acuerdos sobre la mejor opción.

Podemos utilizar esta técnica en el trabajo de temáticas como: qué se debería hacer en la Institución Educativa si un/a estudiante es encontrado con drogas.

7.9 EXPRESIÓN POR MEDIO DEL ARTE

OBJETIVO de la actividad:

Esta técnica permite la representación de diferentes situaciones y emociones del grupo de manera amplia, propiciando nuevas formas de enfrentar la vida.

- *Ilustrar la expresión de situaciones y/o emociones por medio del arte.*

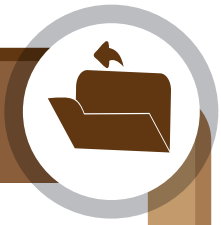
TIEMPO:

- *1 hora (aproximadamente, tiempo flexible dependiendo del grupo)*

MATERIALES:

- *Hojas de papel • Esferográficos*
- *Otros materiales como pinturas, arcilla, piedras, plumas.*

PROCEDIMIENTO:



1. Divida al grupo o realícelo de manera individual (dependiendo de la temática propuesta).

2. Plantee el tema y situación que tendrá que ser abordada.

3. Ofrezca alternativas de representación artística y solicite a cada equipo/persona que escoja la que utilizará.

4. Brinde tiempo suficiente para la creación de la representación.

5. Al iniciar las exposiciones, genere el espacio para que cada equipo/persona explique con palabras su representación.

6. Propicie la reflexión y análisis de lo expresado y la construcción de conclusiones.

Esta técnica la podemos utilizar para trabajar sobre emociones frente a situaciones de usos de drogas en la comunidad y cómo nos sentimos frente a esto.

GLOSARIO

Acompañamiento: es la forma de permitir la construcción de conocimiento propio sobre los usos y consumos de drogas, estando junto a ella para guiar y facilitar el desarrollo del mismo; propicia espacios de desarrollo para transitar por la vida desde las metas y necesidades propias.

Asertividad: estrategia de comunicación en la que se brinda a la persona el espacio propicio para que manifieste sus convicciones, respetando sus derechos, sin que esto implique vulneración de derechos de otros, violencia ni sumisión.

Auto cuidado: capacidad que cada persona tiene de cuidar de sí misma, considera la salud física, mental y la capacidad de evitar situaciones que pongan en riesgo su integridad.

Auto regulación: capacidad de cada persona de ajustarse, reglar o ponerse en orden.

Autonomía: capacidad de las personas para la construcción de un proyecto de vida individual, del lado de decisiones responsables y propias que tomen en consideración a los otros y establezcan las mejores relaciones humanas posibles.

Consumo problemático: relación establecida con la droga que se convierte en conflictiva, genera malestar y/o deterioro. Está subordinado a los aspectos socioculturales que enmarcan el consumo de dicha sustancia. Dentro de estos se reconoce a lo que se conoce como abuso de drogas y dependencia, sin embargo, es preciso considerar que el uso esporádico también podría devenir en problemático.

Contexto: entorno físico o de situación político, histórico, cultural o de cualquier otra índole, dentro del cual se analiza un hecho.

Derechos humanos: garantías jurídicas universales que protegen a las personas y los grupos contra acciones y omisiones que interfieren con las libertades, los derechos fundamentales y la dignidad humana. Definen las relaciones entre los individuos y las estructuras de poder, especialmente del Estado. Desde el punto de vista jurídico, pueden definirse como todos los derechos individuales y colectivos reconocidos por los Estados en sus constituciones y en el derecho internacional.[11]

Dimensión: aspecto o faceta de algo. Cada una de las magnitudes o variables de un fenómeno, que sirven para definirlo o estudiarlo.

Estereotipos: imagen o idea aceptada por un grupo o sociedad con carácter inmutable.

Género: todos los aspectos psicológicos, sociales y culturales de la feminidad y de la masculinidad (aquellos que le son asignados de manera diferencial a cada sexo por la cultura) y que son interiorizados por cada persona. Unas características que transcienden las diferencias entre los sexos, centradas exclusivamente en aspectos biológicos.[12]

[11] http://www.oacdhecuador.ec/index.php/acerca-oacdh/derechos-humanos, 11/01/2014, 23:30 pm.

[12] Sánchez, L, Drogas y perspectiva de género, España 2012

GLOSARIO

Integración social: proceso que mira en dos dimensiones; el sujeto y la comunidad. Ambos se acercan para su comprensión y complementación. Al sujeto se le brinda los espacios y facilidades para el desarrollo de capacidades que le permitan la integración en la comunidad, pero al mismo tiempo se generan espacios para que la comunidad desarrolle comprensiones y capacidades necesarias para acoger a todos sus miembros, reconocerlos y valorarlos.

Interculturalidad: en todas las sociedades existen diversas culturas y esta diversidad es la expresión material de las identidades. Es en el escenario de la interculturalidad donde se manifiestan, configuran, encuentran, reconocen e interactúan las identidades en la diversidad.

Participación social: iniciativas sociales en las que las personas toman parte consciente de un espacio, posicionándose y sumándose a ciertos grupos para llevar a cabo determinadas causas que dependen para la realización del manejo de estructuras sociales de poder. La participación se entiende como una posibilidad de configuración de nuevos espacios sociales o como la inclusión de actores en los movimientos sociales, en organizaciones gubernamentales y no gubernamentales, como la presencia en la esfera pública para reclamar situaciones o solicitar cambios.[13]

Perspectiva: punto de vista desde el cual se considera o se analiza un asunto. Visión, considerada como favorecida por la observación distante, espacial o temporalmente, de cualquier hecho o fenómeno.

Prejuicio: opinión previa y categórica, por lo general desfavorable, acerca de algo que se cree conocer.[14]

Reducción de Riesgos y daños: describe las políticas estratégias y programas orientados a la disminución de daños derivados de los usos y consumos de drogas, así como la política antidrogas.[15]

Sistema: conjunto de reglas, principios o unidades, relacionados entre sí.

Uso de drogas: relación que un sujeto establece con la droga en un momento determinado, guiada por motivaciones y necesidades socio-culturales, en donde el vínculo no resulta en repercusiones negativas en áreas importantes de la vida de la persona.

Usos culturales: el imaginario cultural de las drogas maneja un conjunto de procesos de apropiación de los usos de sustancias en los que el valor simbólico prevalece sobre los valores asociados. Configura una subordinación de la dimensión simbólica, en relación a experiencias, prácticas y creencias que circulan en un contexto social dado.[16]

[13]Freie Universitat Berlín, 15 /01/2014 [14]Diccionario de la lengua española, 2001
[15]CONSEP (2013). Usos, consumos de drogas y prevenciones. Quito. [16]Usos, consumos de drogas y prevenciones, (2013), CONSEP.

ANEXO 1

FICHA DE REFLEXIÓN PARA COMPARTIR INFORMACIÓN

Este instrumento te brinda la posibilidad de hacer una pequeña bitácora de los cambios que has generado en tu familia, comunidad, amigos y amigas, al conversar sobre lo desarrollado en el Programa de Participación Estudiantil.

Durante tu experiencia en el Programa de Participación Estudiantil, seguramente tendremos oportunidad de compartir aquello que hacemos y aprendemos con otras personas (familiares, amigos y amigas, docentes, miembros de la comunidad, etc.). Si no has tenido esta oportunidad, podrías generarla porque el conversar sobre la prevención integral de alcohol, tabaco y otras drogas aprenderás más, compartirás todo aquello que sabes y trabajarás para que los derechos de todas y todos se respeten.

Queremos invitarte a que en esta ficha anotes tus experiencias y percepciones sobre cada una de estas oportunidades de diálogo. Empieza por conversar con las personas más cercanas a ti y mientras más oportunidades de diálogo tengas generarás más cambios en tu entorno, a favor de la reivindicación de derechos.

INSTRUCCIONES:
Llena una copia de esta ficha por cada oportunidad que tengas para conversar sobre el tema.

FICHA:

¿Con quién tuve la oportunidad de conversar sobre la prevención integral de alcohol, tabaco y drogas?

	Familia		**Vecinos/vecinas**
	Amigos/Amigas		**Compañeros/Compañeras**
	Pareja		**Otros:**

¿Cuál fue el tema principal de la conversación?

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

¿Qué prejuicios identificaste sobre alcohol, tabaco y drogas durante la conversación?

El alcohol, tabaco y drogas causan la violencia
El alcohol, tabaco y drogas justifican la violencia de género
El alcohol y el tabaco son menos nocivos que las otras drogas
El alcohol, tabaco y drogas son un problema exclusivo de los y las adolescentes
Todos quienes están asociados a las drogas son criminales, vagos, enfermos, adictos
Las mujeres se exponen a ser violentadas si usan alcohol, tabaco y drogas
El alcohol, tabaco y drogas son el principal problema de la sociedad actual
Quienes usan o consumen alcohol, tabaco y drogas deben ser excluidos de su entorno
Todas las drogas son iguales
Quien usa o consume alcohol, tabaco y drogas debe someterse a sus efectos
Los medicamentos no son drogas
Todas las personas tienen los mismos efectos con las mismas drogas
Todas las condiciones son igual de riesgosas
Otros:

¿Qué información pude compartir durante la conversación?

_____

_____

_____

_____

_____

¿Qué sentí al conversar sobre la prevención integral de alcohol, tabaco y drogas?

	Felicidad		**Indignación**
	Miedo		**Seguridad**
	Nervios		**Orgullo**
	Inseguridad		**Confusión**
	Enojo		**Culpa**

¿Qué información y habilidades adicionales requiero para afrontar la próxima vez una conversación así?

BIBLIOGRAFÍA

• Arendt, Hannah, (2003) “Entre el pasado y el futuro. Ocho ejercicios sobre reflexión política”, Editorial Península, Barcelona, España.

• Calabrese Alberto I. y profesionales del FAT, (1976) “El Modelo Ético Social”, Boletín de la Comisión Nacional Argentina de Cooperación con la UNESCO.

• Calabrese Alberto, (1992), Una visión actual sobre los modelos preventivos en Publicación Técnica Nº 20 del Fondo de Ayuda Toxicológica. Buenos Aires, Argentina.

• Calabrese, A. y Ryan, S., (2001), “Las adicciones y su prevención, en un marco reflexivo y de derechos”. UNICEF.

• Calabrese, Alberto (1992). “Una visión actual de los modelos preventivos”, en Publicación Técnica Nº 20. Fondo de Ayuda Toxicológica, Argentina.

• Carballeda, Alfredo, (2004), La intervención en lo social y las nuevas formas de padecimiento subjetivo. Artículo publicado en la Revista Escenarios. ESTS. UNLP.

• Carballeda, Alfredo, (2005), La Intervención en lo Social. Editorial Paidós. Buenos Aires, Argentina.

• Carrión López S., (2001), “Inteligencia Emocional con PNL: Guía práctica de PNL para conseguir salud, inteligencia y bienestar emocional”, Editorial EDAF, S.A, España.

• CONACE, (2004), Mujeres y tratamiento de drogas. Consejo Nacional de Control de Estupefacientes, Mimeo, Santiago de Chile.

• CONSEP, (2013), Usos, consumos de drogas y prevenciones, Quito, Ecuador.

• COPOLAD, (2013), “Estudio para la definición de criterios de acreditación en la reducción de la demanda de drogas, España.

• Delgado, C, Sobre Enfermedades Políticas y Drogas, Asuntos del Sur, 13 de noviembre de 2013. http://www.asuntosdelsur.org/sobre-enfermedades-politicas-y-drogas/

• Delgado, C, Experiencias sobre programas de prevención de drogas para grupos vulnerables, 18 de noviembre de 2013 http://www.asuntosdelsur.org/experiencias-y-buenas-practicas-sobre-programas-de-prevencion-de-drogas-para-grupos-vulnerables/

BIBLIOGRAFÍA

• Delgado, C, Política de Guerra en Salud Internacional, 12 de diciembre de 2013 http://www.asuntosdelsur.org/politicas-de-guerra-en-salud-internacional/

• Delgado, C. Las Drogas y su imaginario social, 15 de enero 2014 http://www.asuntosdelsur.org/las-drogas-y-su-imaginario-social/

• Delgado, C. Drogas: Miedos y prevenciones, 30 de enero de 2014 http://www.asuntosdelsur.org/drogas-miedos-y-prevenciones/

• De Olmo, Rosa, (1996), "Prohibir o domesticar" Políticas drogas en América Latina. Debate en torno a la Legalización. Editorial Siglo del Hombre, Venezuela.

• FAD (2013), Curso prevención de drogodependencias y otros riesgos psico sociales, en el ámbito comunitario, Módulo 5 Técnicas para la prevención del consumo de drogas, Quito, Ecuador

• Gagliano, R, (2005), "Esferas de la experiencia adolescente. Por una nueva geometría de las representaciones intergeneracionales" en anales de la Educación Común. Tercer siglo, año 1 Nº1- 2 Adolescencia y Juventud / Septiembre. La Plata, DGCyE, Argentina.

• Generalitat V., (1990), Incidencia de los malos tratos a mujeres en la Comunidad Valenciana. Serveis Socials, Estudis, 17. Valencia, España.

• Gómez, O., Martin, J., (2012) Estudio de las campañas de prevención de drogas desde la perspectiva de género, Unión de asociaciones y Entidades de Atención al Drogodependiente (UNAD), España.

• González Zorrilla, C., (1987), "Drogas y Control Social" en Poder y Control Nº 2, Pág. 49 a 51, Barcelona, España.

• Kessler, G., (2004), Sociología del delito amateur, Buenos Aires, Paidós.

• Ministerio de Educación Argentina, (2012), Prevención del consumo problemático de drogas desde el lugar del adulto en la comunidad educativa, Argentina.

• Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD), (2004), "Informe sobre Desarrollo Humano 2004", New York-EEUU, editorial Mundi-Prensa Libros, S.A.

• Junta Nacional de Drogas, (2013), La gestión de Riesgos, Un camino hacia el abordaje de la problemática de drogas, Uruguay.

BIBLIOGRAFÍA

• Junta Nacional de Drogas, (2010), Más información menos riesgos, Problema de drogas compromiso de todos, Uruguay.

• Junta Nacional de Drogas, (2010), Guía de promotores de salud, Herramientas para promoción juvenil de salud y prevención de problemas relacionados con las drogas, Uruguay.

• Junta Nacional de Drogas, (2012), Guía para padres y madres, Uruguay.

• Konterllnik, I. (1998). "La participación de los adolescentes ¿Exorcismo o construcción de ciudadanía?". UNICEF.

• Leyton Costa M., (2006), "Eres el más grande de los motivadores", editorial óptima imprenta, Quito-Ecuador.

• Leyton Costa M., "Inteligencia Emocional", Quito-Ecuador, editorial gráficas iberia imprenta, 2006.

• Llopis, J., (2002), Informe sobre toxicomanías e identidad de género. IREFREA.

• Ministerio de Educación Argentina, (2012), Prevención del consumo problemático de drogas desde el lugar del adulto en la comunidad educativa, Argentina.

• ONUDD, (2004), Tratamiento del abuso de sustancias y atención para la mujer: Estudios monográficos y experiencia adquirida. Oficina de las Naciones Unidas Contra la Droga y el Delito. Viena.

• Orellana D., (2003), "La Salud en la Globalización", ediciones Abya-Yala, Quito-Ecuador.

• PALOP, M., (2006), Propuestas para abordar las drogodependencias desde un enfoque de género. Primer encuentro de personas expertas Mujer y Drogas. Madrid.

• Ready R., Burton K., Puche J., (2008), "Programación Neurolinguística para Dummies", grupo editorial norma, Bogotá-Colombia.

• Rossi, D. (1990). "Informe de avance: Farmacodependencia y SIDA. Análisis de los proceso de rotulación de pacientes internados en institutos de menores", Instituto de Investigaciones de la Facultad de Ciencias Sociales, UBA, Mineo.

BIBLIOGRAFÍA

• Rubio, G. y Blázquez, A. (2000). “Mujer y problemas por el alcohol”. En: Guía práctica de intervención en alcoholismo, pp: 327-336. Colegio de Médicos de Madrid, España.

• Ryan, S.; Touzé, G. y otros (1990). Marco teórico “Adicciones”. Dirección de Capacitación, Perfeccionamiento y Actualización Docente de la Secretaria de Educación. Municipalidad S. C. Wilsnack y L. J. Beckman, editors (Nueva York, Guilford Press), pp: 121-154, Estados Unidos.

• Sánchez, L. et al. (2004). Estudio Internacional sobre género, alcohol y cultura: Proyecto GENACIS. Sociedad Española de Toxicomanías. Alicante, España.

• Sánchez, L. et al. (2005b). Barreras de accesibilidad al tratamiento de pacientes drogodependientes de la Comunidad Valenciana. Fundación para el Estudio, Prevención y Asistencia a las Drogodependencias, España.

• Touzé, G. (1992). “Modelos de prevención”, tomado del Primer Programa de Capacitación No Presencial “Modalidades de Intervención en la Prevención y Disminución del Uso Indebido de Drogas”. Unidad temática: Modelos de Prevención, Fundación Convivir, Buenos Aires, Argentina.

• Touzé, G. (1992). “Prevención y alternativas de rescate del sentido de la vida” en La Calidad de Vida de la Persona: Desafío Actual del Nuevo Milenio. Editorial PUCMM, Argentina.

• Touzé, G. (2005). “Prevención de adicciones. Un enfoque educativo” Ed. Troquel. Argentina.

• UNESCO (1973). Informe de; “Seminario sobre los jóvenes y el uso de las drogas en los países industrializados”.

• UNODC, (2013), International Standars on drug User Prevention, Estados Unidos.

• Velasco, S. (2006). Evolución de los enfoques de género en salud. Intersección de teorías de la salud y teoría feminista. Material docente del Diploma de Especialización de Género y Salud Pública. Escuela Nacional de Sanidad y Observatorio de Salud de la Mujer del Ministerio de Sanidad y Consumo.

• WHO (1996). Collaborative Study of Cardiovascular Disease and Steroid Hormone Contraception.

Ministerio de Educación

Educamos para tener Patria

www.educacion.gob.ec

Información: 1800 33 82 22 o info@educacion.gob.ec

Ministerio de Educación