



**UNIVERSIDAD
DE SOTAVENTO A.C.**



ESTUDIOS INCORPORADOS A LA UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

FACULTAD DE PEDAGOGÍA

**LA IMPORTANCIA QUE TIENE LA PREVENCIÓN DE ADICCIONES EN LOS
ALUMNOS DEL 6to. AÑO DE EDUCACIÓN PRIMARIA**

**TESIS PROFESIONAL
QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADA EN PEDAGOGÍA**

PRESENTA:
IVONNE YAZMIN VILLATORO OSORIO
ASESOR DE TESIS:
LIC. ROSA ALAMILLA PÉREZ

Villahermosa, Tabasco

Agosto de 2014



Universidad Nacional
Autónoma de México



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

INDICE

CONTENIDO

AGRADECIMIENTO Y	5
DEDICATORIA.....	5
INTRODUCCIÓN	6
1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.	9
1.2 DELIMITACIÓN DEL TEMA.....	10
1.3 JUSTIFICACIÓN	11
1.4 OBJETIVO GENERAL	12
1.4 OBJETIVOS ESPECIFICOS	12
1.5 HIPOTESIS.....	13
1.5.1 VARIABLE INDEPENDIENTE	13
1.5.2 VARIABLE DEPENDIENTE	13
2.1 PREVENIR ADICCIONES DESDE LA PRIMARIA.....	15
2.2 COMO ENTENDER EL FENOMENO ADICTIVO.....	17
2.3 SITUACIÓN ACTUAL DEL CONSUMO DE DROGAS.....	21
2.4 LOS FACTORES DE RIESGO EN EL CONSUMO DE DROGAS	24
2.5 LOS FACTORES DE PROTECCIÓN	28
2.6 FACTORES DE PROTECCION EN EL CONTEXTO AMBIENTAL DE LOS ALUMNOS.	29
2.7 CARACTERISTICAS GENERALES DE LOS PROGRAMAS PREVENTIVOS	32
2.8 EL PAPEL DEL DOCENTE COMO AGENTE PREVENTIVO	34
2.9 EL CURRÍCULO DE LA EDUCACIÓN BÁSICA Y LA PREVENCIÓN DE ADICCIONES	36
2. 10 LOS EJES PREVENTIVOS DEL MODELO DE PREVENCIÓN DE ADICCIONES	38
2. 11 ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS PARA LA PREVENCIÓN DE ADICCIONES EN LA ESCUELA PRIMARIA	47
2. 12 EL SIGNIFICADO DE SER PADRES.....	49
2. 13 PERMANECIENDO ALERTA PARA VIVIR SIN DROGAS	54
2.14 COMO PROTEGER A LA FAMILIA CONTRA EL USO DE DROGAS	55
2. 15 ACTUEMOS DE ACUERDO CON LA EDAD DE LOS HIJOS.....	63
3.1 ENFOQUE DE INVESTIGACIÓN.....	69
3.2. TIPOS DE INVESTIGACION	69

3.3 DISEÑO DE LA INVESTIGACION	69
3.4 POBLACIÓN Y MUESTRA.....	70
3.5. INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN	70
ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS	72
CONCLUSIÓN	82
SUGERENCIAS	84
BIBLIOGRAFIA	85
ANEXOS	87

TEMA
LA IMPORTANCIA QUE TIENE LA
PREVENCIÓN DE ADICCIONES
EN LOS ALUMNOS DEL SEXTO
AÑO DE EDUCACIÓN PRIMARIA

AGRADECIMIENTO Y

DEDICATORIA

A ti DIOS mío, por darme la oportunidad de existir así, aquí y ahora por mi vida que la he vivido junto a ti gracias por iluminarme y darme fuerzas para caminar por tus senderos.

A ti papi por tu incondicional apoyo tanto al inicio como el final de mi carrera por estar pendiente de mi a cada momento. Gracias padre por ser el ejemplo de arduo trabajo y tenaz lucha en la vida

A ti mami, que tienes algo de Dios con la inmensidad de tu amor, y mucho de ángel por ser mi guardia y por tus incansable cuidados. Porque si hay alguien que está detrás de todo este trabajo, eres tu mi negra que asido y eres el pilar de mi vida. Porque más que mi compañera te has convertido en mi amiga gracias por aceptarme como soy por soportarme; porque juntas hemos hecho realidad este sueño.

A la universidad de sotavento y a mis maestros que, a lo largo de mi carrera me han transmitido sus amplios conocimientos y sus sabios consejo., especialmente a la Lic. Rosa Pérez Alamilla, que muy acertada mente, dirigió nuestra tesis

INTRODUCCIÓN

Las adicciones generan una gran violencia en el interior de cada persona que es víctima, sus efectos se reflejan en el entorno familiar y en la sociedad. Atacar frontalmente el problema de las drogas lleva consigo necesariamente, una lucha franca para alcanzar la paz individual y colectiva.

Pensar por un momento en aquella madre de familia que sabe de la adicción de su hijo; empieza a percibir cambios en su carácter. El cansancio, la evasión y la mirada dispersa van siendo el reflejo de los estragos que en su cuerpo y en su espíritu produce la droga.

No es fácil para ella, ni para el resto de la familia; mucho menos para ese adolescente que vive en el vértigo y la dependencia de alguna sustancia que lo va consumiendo lentamente. Nadie es ajeno a este problema, nadie puede decir que sus seres queridos están exentos de ser atrapados por alguna adicción.

Los adolescentes están constantemente en riesgo, expuestos y vulnerables. El creciente índice en el consumo de drogas, alcohol y tabaco se ha convertido en un serio problema de salud pública que pone en peligro el desarrollo pleno de las mujeres y los hombres del mañana.

El trabajo de investigación está integrado por cuatro capítulos que a continuación se detallan:

Capítulo I, se integra con el tema, el planteamiento del problema, delimitación, justificación, objetivos, hipótesis con sus respectivas variables.

Capítulo II, con el marco teórico que fundamenta el trabajo de investigación.

Capítulo III, la metodología, enfocada en describir el tipo de investigación, los instrumentos utilizados, así como la población y muestra.

Capítulo IV, el análisis e interpretación de los resultados, conclusión, sugerencias, bibliografía y los anexos.

CAPITULO I
PLANTEAMIENTO DEL
PROBLEMA

1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.

Las adicciones generan una gran violencia en el interior de cada persona que es víctima, sus efectos se reflejan en el entorno familiar y en la sociedad. Atacar frontalmente el problema de las drogas lleva consigo, necesariamente, una lucha franca para alcanzar la paz individual y colectiva.

El uso y abuso de drogas es un fenómeno social, dinámico y en evolución. Desde un punto de vista médico, se considera al consumo de drogas como una enfermedad que, al igual que en otras, existe la posibilidad de que entre mayor sea el número de personas adictas, mayor será el riesgo de que otros la “padezcan”; es decir, como cualquier otra enfermedad, prevalece el riesgo de propagación.

Por tal motivo, se justifica que evitar o prevenir el consumo de drogas requiera del interés y participación de todos, ya que se trata de un asunto de Salud Pública. Además, aun cuando dentro del núcleo familiar no se presente este problema, se deben tomar medidas preventivas a nivel familiar y social, pues el consumo de drogas se asocia a conductas antisociales.

1.2 DELIMITACIÓN DEL TEMA

La presente investigación se realiza desde el área pedagogía, la importancia de esta investigación es para prevenir y guiar a los alumnos en el desarrollo de habilidades que les permitan evitar el consumo experimental de la droga. Probarla no los convierte en adictos, pero puede ser el primer paso de un consumo continuo.

“La importancia que tiene la prevención de adicciones en los alumnos del sexto año de educación primaria”. De la Escuela Primaria: “Lic. Ramón Mendoza Herrera” con C.C.T. 27DPR0076T, perteneciente a la Zona Escolar No. 14, adscrita al Sector No. 02. Ubicada en Mártires de Cananea s/n. Col. Indeco, Cd. Industrial, Centro, Tabasco.

1.3 JUSTIFICACIÓN

Diversos estudios han demostrado que el interés por la escuela y las actividades relacionadas con las tareas, deportes y otras actividades complementarias, promueven la protección contra el consumo de drogas.

Sin embargo, también es necesario considerar que en la escuela los niños y adolescentes están en contacto con compañeros que consumen drogas y con la disponibilidad de sustancias tóxicas; por ello, es de suma importancia que los padres, maestros y otros adultos que conviven con los alumnos estén atentos a su desarrollo y actividades dentro de y fuera de la escuela.

El objetivo central de la escuela es promover la adquisición de conocimientos formales; además, en ella se transmiten valores, costumbres, hábitos y conceptos que repercuten en la forma de actuar y de pensar de los estudiantes.

1.4 OBJETIVO GENERAL

Conocer la importancia que tiene la prevención de adicciones en los alumnos del sexto año de educación primaria.

1.4 OBJETIVOS ESPECIFICOS

- Analizar que la población más vulnerable para iniciar el uso de drogas son los niños o adolescentes varones, por lo que los padres deben apoyar a sus hijos en su paso por estas etapas.
- Conocer que la institución que cuenta con la participación organizada de alumnos, padres y maestros son una alternativa importante para prevenir que los alumnos usen sustancias tóxicas.
- Diseñar actividades para coadyuvar a la prevención de adicciones en los alumnos.

1.5 HIPOTESIS

A mayor orientación para la prevención de adicciones en escuelas de educación primaria, mayor desarrollo de habilidades tendrían los alumnos para evitar el consumo experimental de drogas.

1.5.1 VARIABLE INDEPENDIENTE

Mayor orientación para la prevención de adicciones en escuelas de educación primaria.

1.5.2 VARIABLE DEPENDIENTE

Mayor desarrollo de habilidades tendrán los alumnos para evitar el consumo experimental de drogas.

CAPITULO II

MARCO TEÓRICO

2.1 PREVENIR ADICCIONES DESDE LA PRIMARIA

La escuela tiene la encomienda de desarrollar armónicamente todas las facultades del ser humano, es decir, de formar integralmente a las y los alumnos mediante la promoción del pleno desarrollo de su personalidad, del enriquecimiento de su acervo cultural y del desarrollo de competencias que les permitan enfrentarse a un mundo cada vez más complejo. La educación, por tanto, debe proveer herramientas para aprender a tomar decisiones y a resolver problemas, tanto en lo individual como en lo colectivo¹.

Es crucial el papel que juega la educación primaria en el logro de esos propósitos, tanto por la integralidad de las nociones que se desarrollan en cada asignatura como por la oportunidad de continuidad que brinda su extensión temporal. Las niñas y los niños fortalecen la construcción de su identidad durante los años de curso de la escuela primaria; ahí se asumen como integrantes de grupos distintos a la familia, a la vez que aprenden a ser, a conocer y a convivir.

La escuela, al igual que la familia, son los grupos sociales con mayor potencial para convertirse en ambientes protectores, donde sus integrantes pueden encontrar un estado de confort y tranquilidad, en espacios controlados que alejen los riesgos que puedan atentar contra su integridad física, emocional y social. Sin embargo, no es posible mantener a niñas, niños y adolescentes acuartelados en casa o en la escuela para que no corran riesgos, por lo que es

¹F. Feldman Fine, *Escuela y Prevención de las adicciones*. Antología, México, 2006 págs. 119-121.

indispensable formarlos, instruirlos y prepararlos para que estén alertas en los momentos en que se vean expuestos a una situación de riesgo.

Indudablemente, la educación familiar sienta las bases para el desarrollo de habilidades y destrezas que permitan a niñas y niños relacionarse con otras personas fuera de casa. La escuela, por su parte, además de favorecer la asimilación de conocimientos, fortalece el desarrollo físico, emocional y social de las y los alumnos, a través de las actividades en el aula, del abordaje de los contenidos de las asignaturas y de la convivencia.

El tratar desde la escuela primaria los temas relativos a las adicciones es un reto que parte de la necesidad de enfrentar un problema social y de salud pública, desde todos los flancos y aprovechando las fortalezas de cada persona y cada institución comprometida con la seguridad de sus integrantes. La tarea se centra en la anticipación, en la idea de ganarle tiempo y espacio a la oferta de sustancias y a su consumo, preparando a los alumnos para que sean capaces de identificar riesgos, tomar decisiones, responder asertivamente y, sobre todo, para cuidar de sí mismos.

Los docentes, como adultos significativos para las y los alumnos, tenemos la posibilidad de influir en la construcción de la identidad personal y de los ambientes en que se desarrollan nuestros alumnos. Por lo tanto, el papel del menor es fundamental en la transformación y prevención de adicciones, pues es un facilitador del desarrollo integral de sus alumnos. Para ellos, el maestro debe mirar a todos los alumnos como sujetos capaces de un proceso de transformación constante.

Los alumnos de primaria pueden tener experiencias relacionadas con el consumo de alcohol, tabaco y drogas, a través de observar personas de la comunidad y la familia. Es posible, además, que hayan presenciado sus efectos;

así como pueden haberse formado una valoración sobre el consumo y sus consecuencias, de acuerdo a quienes les rodean. Estos elementos, experiencias y actitudes entre las drogas y su consumo, constituye la materia prima del trabajo de prevención que requiere desarrollarse en este nivel. Desde esta perspectiva, el modelo preventivo en el que se basa este material, busca fortalecer el logro del perfil de egreso y los fines de la educación.

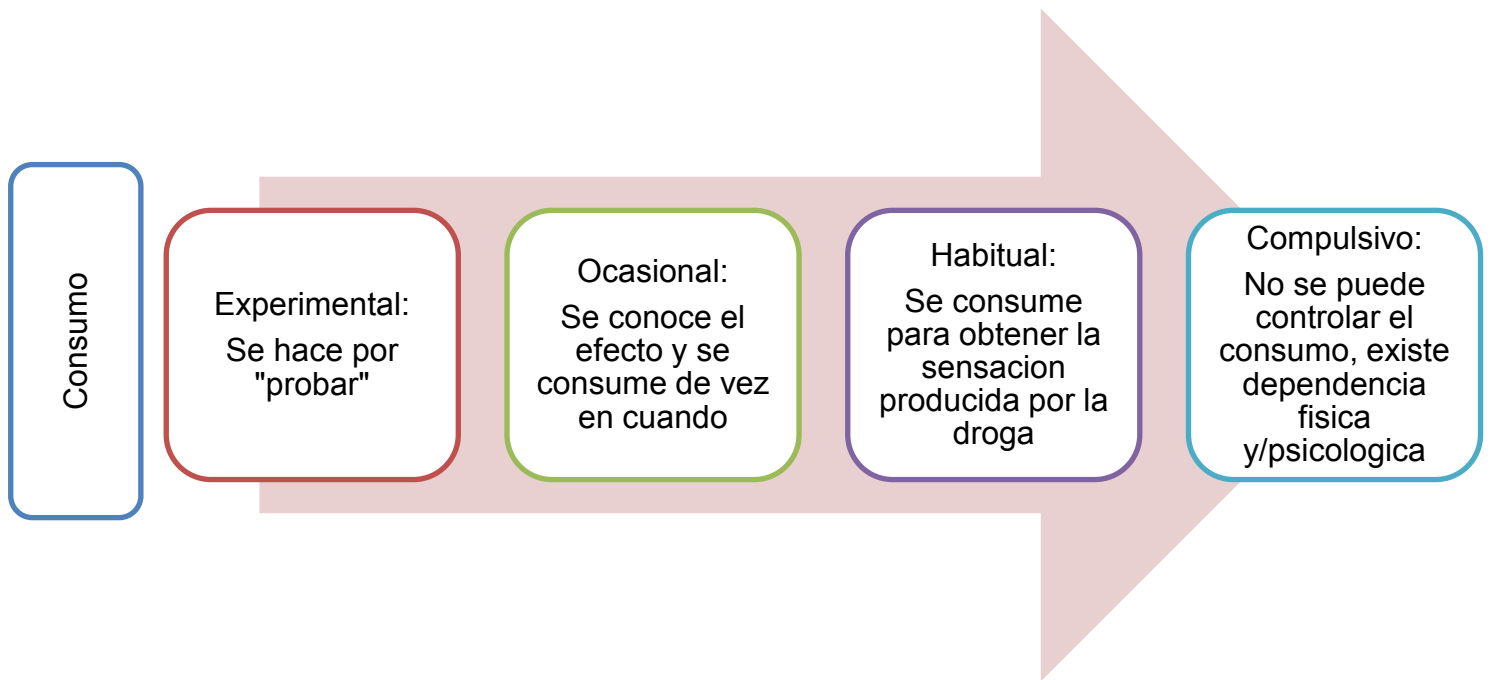
2.2 COMO ENTENDER EL FENOMENO ADICTIVO

Para comprender, desde una perspectiva amplia, que son las adicciones y como desde la escuela se puede contribuir a evitar que cada día más niños y jóvenes se inicien en el consumo de tabaco, alcohol y otras drogas, es importante describir los conceptos generales del fenómeno, a partir de los cuales como docentes de educación básica podremos tomar mejores decisiones a favor de la salud de los alumnos y del mantenimiento de la escuela como ambiente seguro, protector y, ante todo, favorecedor del desarrollo integral².

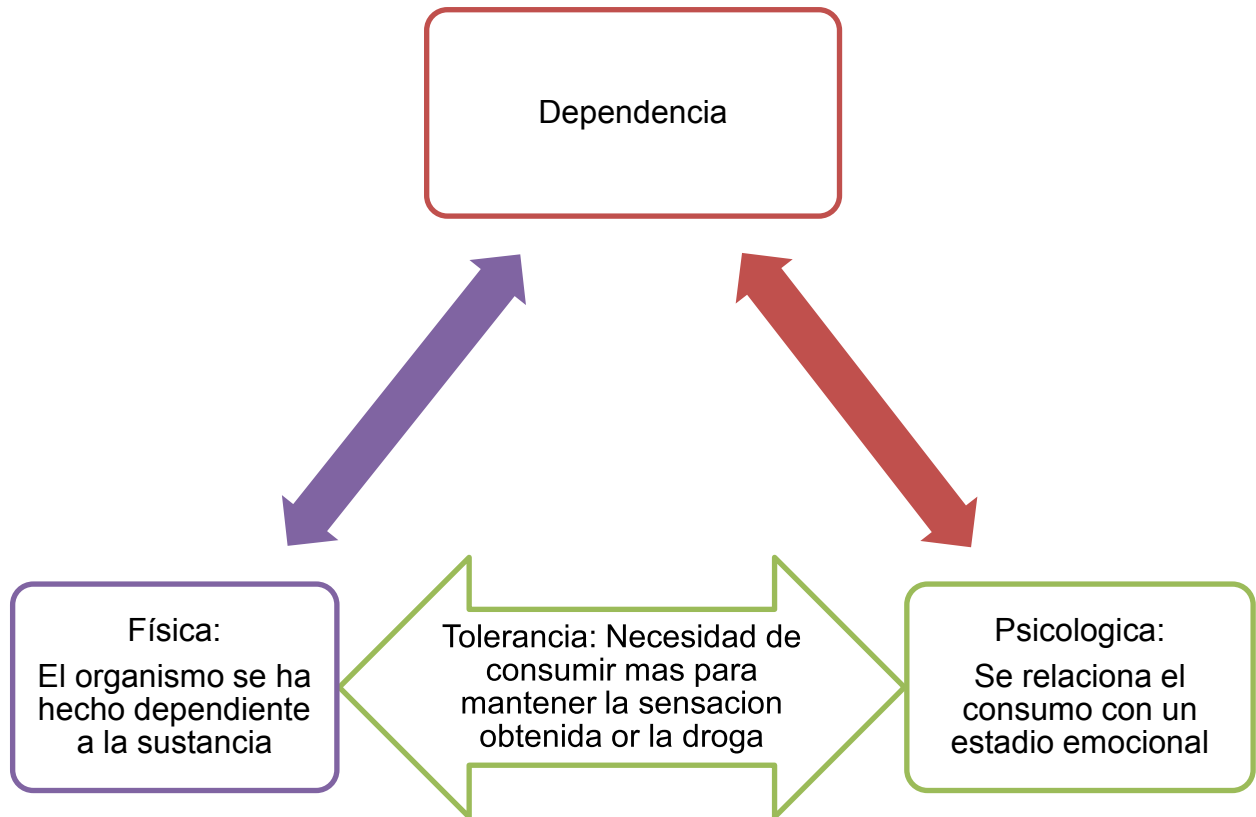
La Organización Mundial de la Salud (OMS 1999), establece que una droga es toda sustancia que, al ser introducida en un organismo vivo y actuar sobre su sistema nervioso central, puede modificar una o varias de sus funciones físicas o psíquicas; por ejemplo: su percepción, estado de ánimo, cognición, conducta y/o sus funciones motoras.

²Nida, *Como prevenir el uso de Drogas en los niños y los adolescentes*. Editorial Praxis, 2004 págs. 34-35.

El nivel de modificación o alteración de las funciones orgánicas por el influjo de una droga depende en gran medida de la frecuencia e intensidad (cantidad) de su consumo:



Las persona que consumen drogas lo hacen por diferentes motivos: prescripción médica para aliviar el dolor o el tratamiento de una enfermedad; para cambiar su estado de ánimo; para "olvidar" circunstancias adversas o para alterar su estado de conciencia y experimentar distintas sensaciones. El efecto adictivo de las drogas consiste en que, quienes las usan, se sienten impulsados a repetir su consumo por los efectos placenteros que generan, ignorando los daños a la salud que les ocasionan, entre los que se incluyen la dependencia.



Además de las diferencias en la forma de consumirse y en el tipo de dependencia que generan, para su estudio las drogas han sido catalogadas por:

- ☞ Los efectos que producen.
- ☞ Su origen natural o sintético.
- ☞ Su carácter legal: sin licitas o ilícitas.

Es necesario resaltar que, sea cual sea el tipo de droga de la que estemos hablando, el consumidor corre un alto riesgo de daño a su salud física, emocional

y social. Por eso es imprescindible que participemos en la formación de niñas, niños y adolescentes, para que sean capaces de responder ante la oferta del consumo de drogas de una manera consciente y favorable para la salud.

Como sabemos, el carácter legal de algunas drogas como el tabaco y el alcohol fomenta tolerancia social hacia su consumo, disminuyen la percepción de los riesgos que tienen para la salud. El estatus de ilegalidad de otras drogas como la marihuana, la cocaína o las metanfetamina, genera una alerta mayor en la sociedad.

Una adicción es una enfermedad cuyo proceso de desarrollo se compone de³:

- 1) Dependencia psicológica. La persona cree necesitar la sustancia para poder desarrollar alguna actividad.
- 2) Tolerancia. El consumidor necesita aumentar la cantidad de dosis para experimentar los efectos iniciales.
- 3) Dependencia física. El organismo se ha acostumbrado a la sustancia, la necesita para seguir funcionando y para evitar el malestar por no consumirla.
- 4) Síndrome de Abstinencia. El adicto manifiesta signos y síntomas de malestar al suspender el consumo de la sustancia.

A nivel internacional se ha establecido criterios estandarizados que permiten determinar cuando ya existe una adicción en la persona, en función de: la cantidad (cuanto consume), la frecuencia (cada cuando consume) y las consecuencias de

³ J. A. Diego, *Educación para la Salud: droga, dependencias: Madrid*. Editorial Ccs. 1995 pág. 204.

consumo. Con base en estos criterios, la Norma Oficial Mexicana para la prevención, el tratamiento y control de las adicciones (NOM-028-SSA2-2009) define el tabaquismo como dependencia o adicción al tabaco, y al alcoholismo, como el síndrome de sumisión o adicción al alcohol etílico.

La farmacodependencia se defina como dependencia a una o más sustancias psicoactivas. De acuerdo con el tipo de sustancia y los patrones y problemas asociados al consumo, los criterios diagnósticos de dependencia o adicción, establecen que tres o más de los siguientes signos y síntomas estarán presentes en el individuo durante más de un mes o en forma repetitiva:

- ☞ Deseo dominante de continuar tomando la droga y obtenerla por cualquier medio.
- ☞ Tendencia a incrementar la dosis.
- ☞ Dependencia con síndrome de abstinencia si se retira la droga.
- ☞ Efectos nocivos para el individuo y la sociedad.

2.3 SITUACIÓN ACTUAL DEL CONSUMO DE DROGAS

En la actualidad, en forma general, el consumo de sustancias adictivas se ha incrementado en términos de frecuencia de uso y de cantidades consumidas. Y, paulatinamente, va disminuyendo la edad de inicio de los consumidores⁴.

⁴E. Begoña Iglesias, *Bases teóricas que sustentan los programas de prevención de drogas*. Madrid, 1999 págs. 110-114.

De acuerdo con la Encuesta Nacional de Adicciones 2008 (SSA; 2009), en lo que respecta al tabaco, la población adolescente consume por primera vez entre los 13 y 14 años, en promedio; lo hacen principalmente por curiosidad y por influencia de familiares, amigos o compañeros fumadores.

Sobre el consumo del alcohol, el mismo estudio reporta:

“...el consumo diario se mantiene como un practica poco frecuente en el país. Beber grandes cantidades de alcohol por ocasión de consumo continuo siendo común en nuestra población. Todo indica que los adolescentes están copiando los modelos de los adultos y que una proporción importante presentan problemas con su manera de beber. Sobresale el aumento del consumo en las mujeres adolescentes”. Por otro lado, el consumo de drogas en nuestro país ha aumentado en general, destacando la marihuana como la sustancia más consumida.

Al respecto, en la encuesta se destacan aspectos determinantes para la prevención, como la disponibilidad y el uso de drogas en el entorno de la persona, por lo que indican que:

Se encontró que una proporción importante notifico problemas de consumo de alcohol en el padre (22%), y de consumo de drogas en el mejor amigo (12.9%) y en algún miembro de la familia (6.5%); dos de cada 100 notificaron sobre un problema de consumo de alcohol en la madre. El consumo en la familia y en el entorno inmediato, particularmente de alcohol, dada su frecuencia, constituye un factor de riesgo importante, para la oportunidad de usar y para el uso.

Es importante que los programas de prevención incluyan a la familia y que se refuercen los programas encaminados a lograr que las personas con problemas

en el consumo de alcohol se acerquen a tratamiento. Para que un adolescente o joven se involucre con drogas debe encontrar una oportunidad para usarlas.

Entender como se la progresión desde que se le ofrece al individuo la oportunidad de uso hasta que desarrolla la adicción es crucial para el diseño de programas de intervención que permitan incidir en cada una de las etapas y así reducir la probabilidad de ocurrencia. Sabemos que muchos de los factores que se han asociado con el riesgo de usar drogas, como la falta de supervisión de los padres o el género, pueden relacionarse con el uso de drogas solamente si los jóvenes tienen acceso a ellas”.

Además de la Encuesta Nacional de Adicciones, otros estudios aplicados a estudiantes de secundaria y preparatoria, bachillerato o su equivalente, realizados en planteles de la Ciudad de México (1993, 1997, 2000, 2003 y 2006), revelan que existen variaciones importantes en el consumo de alcohol, tabaco y otras drogas. De igual manera, los diagnósticos permiten apreciar las diferentes tendencias en el consumo vinculadas con este fenómeno, como son: el género, los grupos de edad, la edad de inicio, factores sociodemográficos y hasta la salud mental.

Estas fuentes nos ayudan a ubicar como el consumo de drogas, junto con el del alcohol y tabaco, se incrementan en la población estudiantil, aunque los índices de consumo en la población que se mantiene escolarizada son menores cuando se les compara con otros grupos, pero que se registran cifras de consumo mayores entre los estudiantes que dejan de estudiar por algún tiempo. De ahí la importancia de conocer el problema e instrumentar medidas de prevención adecuadas para la población escolar/estudiantil.

Según la encuesta más reciente realizada en el Distrito Federal sobre consumo de drogas en estudiantes de secundaria, bachillerato y bachillerato

técnico (Villatoro y otros; 2007): 35.3% de los jóvenes de secundaria ha consumido tabaco; 57.1% ya ingirió bebidas con alcohol y 13.3% ha probado cualquier droga "alguna vez en la vida" (consumo experimental). En cuanto a las preferencias del uso de drogas en los estudiantes de secundaria, el primer lugar lo ocupan los inhalables (7%), seguidos de la marihuana (4.1%); los tranquilizantes (3.9%) y las anfetaminas (2.5%).

De todos los resultados de este estudio, llama la atención que más de la mitad de adolescentes de 17 años ha bebido alcohol en el último mes, aun cuando son menores de edad y legalmente no puede adquirir esta sustancia. En este sentido, 42.9% de hombres y 37.7% de mujeres entrevistadas, mencionaron que es fácil, o muy fácil, conseguir las drogas, mientras que 18.8% refirió que su mejor amigo consume drogas.

Además de contar con estos datos que de por sí son clarificadores, la experiencia cotidiana nos dota de una gran cantidad de datos y casos que hacen evidente la gravedad del problema de las adicciones en la población joven.

2.4 LOS FACTORES DE RIESGO EN EL CONSUMO DE DROGAS

El consumo de drogas es un fenómeno multifactorial, pues para que se presente, se incremente o se agrave, intervienen diversas situaciones que se identifican como factores de riesgo, como aquellas condiciones personales o sociales que se viven en lo cotidiano y que influyen en la conducta y en las

decisiones de las personas, haciendo que la persona se encuentre en mayor riesgo de consumo de drogas⁵.

Por ejemplo, son factores de riesgo: la tolerancia social, por el hecho de que la sociedad ve como normal el consumo de sustancias legales (alcohol y tabaco), por asociarlas con la convivencia y los momentos de diversión, lo que conlleva a una mayor permisibilidad hacia estas drogas. Hay que contar con la ilegalidad de situaciones en que, a pesar de la prohibición expresa, algunos establecimientos venden tabaco y alcohol a menores.

Otros factores que colocan en situación de riesgo a la población estudiantil son: la injusticia social que se traduce en la falta de oportunidades de desarrollo, la falta de espacios de expresión y diversión para niños y adolescentes, así como la delincuencia y la transculturación por migración.

Si bien cada persona reacciona de manera distinta ante un factor de riesgo, en general se pueden enlistar los elementos que se presentan con mayor frecuencia, como detonantes de consumo de drogas y de una potencial adicción. Estos factores se agrupan en tres ámbitos: el individual, el familiar y el social, ya que los acontecimientos que cada uno vive, le afectan directamente a su decisión de involucrarse en el consumo de drogas.

Ejemplos de factores de riesgo:

Ámbito Individual:

- ✎ Una autoestima baja o inestable.
- ✎ Un Autoconcepto empobrecido.

⁵F.Feldman Fine, *Escuela y Prevención de las adicciones*. Antología, México, 2006 págs. 130-134.

- ☒ Baja tolerancia a la frustración.
- ☒ Sentimientos de soledad profunda y constante.
- ☒ Percepción minimalista del riesgo.
- ☒ Depresión desatendida.
- ☒ Curiosidad.
- ☒ Necesidad de aceptación.
- ☒ Deseo de experimentar sensaciones intensas.
- ☒ Fracaso escolar.
- ☒ Pérdida del sentido de la vida.
- ☒ Carencia de un proyecto de vida.
- ☒ Desocupación por deserción escolar o mal uso del tiempo libre.

Ámbito interpersonal: Familia, grupo de pares:

- ☒ Ausencia física o emocional de los padres.
- ☒ Ambiente familiar violento.
- ☒ Relaciones familiares disfuncionales.
- ☒ Expectativas extremas (demasiado altas o muy bajas) o poco realistas sobre los hijos.
- ☒ Altos niveles de tensión y malestar familiar.
- ☒ Incapacidad familiar para manejar emociones.
- ☒ Ausencia de respeto en la relación familiar.
- ☒ Permisividad y nula supervisión por parte de los padres.
- ☒ Falta de límites o límites difusos.
- ☒ Inconsistencia en pautas de autoridad.
- ☒ Consumo de tabaco, alcohol u otra droga en la familia.
- ☒ Presión de los pares en torno al consumo.

Ámbito social:

- ☞ Estrés psicosocial.
- ☞ Tolerancia social de conductas de riesgo.
- ☞ Difusión de estereotipos de modelos de éxito fácil en los medios de comunicación.
- ☞ Ausencia de redes de apoyo en los jóvenes.
- ☞ Disponibilidad de drogas.
- ☞ Falta de alternativas para el uso del tiempo libre.
- ☞ Problemática social.
- ☞ Rapidez de los cambios sociales.
- ☞ Consumo de alguna droga en los integrantes de la comunidad.

La presencia de uno o la confluencia de varios factores de riesgo en la vida de una niña o un niño, detonan una situación de vulnerabilidad ante el consumo y, potencialmente, hacia el abuso de cualquier sustancia adictiva.

Tomando en cuenta que nuestra estrategia de prevención se focaliza en el ambiente escolar, es importante identificar aquellos factores en los que se puede incidir directamente desde la práctica académica y aquellos en los que la experiencia escolar impactará de manera indirecta y en ocasiones poco visible como en el caso de los factores que tienen que ver con prácticas muy arraigadas, socialmente aceptadas, como la tolerancia ante el consumo de sustancias legales.

Los esfuerzos derivados del compromiso de los colectivos escolares con esta estrategia de prevención, se deberán focalizar en aquellos factores de riesgo relacionados directamente con la práctica docente, como por ejemplo: bajo apego escolar, rezago o fracaso académico; la falta de dedicación y el abandono escolar, que pueden provocar una sensación de fracaso propicio para el consumo.

De acuerdo con un estudio realizado por el Instituto Nacional de Psiquiatría, como parte de la Encuesta Nacional del Uso de Drogas entre la Comunidad Escolar (López Lugo y otros; 1996), se concluyó que hay una relación clara entre la ausencia escolar y el consumo de drogas y que, a medida que aumentan las inasistencias a la escuela, el uso experimental se convierte en consumo recurrente, por lo que los consumidores presentan mayor índice de deserción de la escuela que los no usuarios de drogas.

2.5 LOS FACTORES DE PROTECCIÓN

Ahora bien, existen también factores de protección que son aquellos que propician que la persona pueda y sepa reaccionar ante el riesgo, con lo que disminuyen las posibilidades de uso o consumo de sustancias. Estos factores de protección se relacionan directamente con capacidades como: auto cuidarse, tomar decisiones responsables y hacer conciencia de las consecuencias de los actos⁶.

⁶F. Feldman Fine, *Escuela y Prevención de las adicciones*. Antología, México, 2006 pág. 121.

Para un exitoso desarrollo de estas capacidades que a la postre se convierten en factores de protección, es necesario tomar en cuenta que los sitios en los que se desarrollan las niñas, los niños y los adolescentes, pueden ser ambientes de riesgo o bien de protección, según la dinámica social que se genere en cada lugar, de las relaciones entre las personas y del nivel de compromiso que se establezca para con el cuidado, educación y protección de las y los menores.

Por ende, el hogar y la escuela cuentan con un amplio potencial protector por el apego que producen y porque el establecimiento de relaciones familiares y escolares, centradas en la atención de los menores ya sea en su rol de hijos o de alumnos, favorece la generación de ambientes de prevención.

2.6 FACTORES DE PROTECCION EN EL CONTEXTO AMBIENTAL DE LOS ALUMNOS.

En la familia

- ☞ Involucramiento de los padres.
- ☞ Relaciones familiares armónicas.
- ☞ Disciplina coherente centrada en normas claras.
- ☞ Participación de todos los miembros de la familia en la toma de decisiones.
- ☞ Comunicación continúa.
- ☞ Apoyo recíproco
- ☞ Realización de actividades conjuntas.
- ☞ Establecimiento de pactos y acuerdos centrados en el diálogo y la confianza.

En la escuela:

- ☞ Aprovechamiento del horario escolar en actividades de aprendizaje cooperativo centradas en el desarrollo integral.
- ☞ Aplicación de estrategias didácticas productivas, interesantes y significativas para los alumnos.
- ☞ Reconocimiento del logro.
- ☞ Apoyo y acompañamiento continuo de los docentes a los alumnos.
- ☞ Establecimiento conjunto de normas.
- ☞ Mantenimiento del orden y la disciplina.
- ☞ Relaciones de convivencia basadas en el respeto mutuo.
- ☞ Fomento de la participación de los alumnos en la solución de problemas comunes.

En tanto el ambiente protector, la escuela juega un papel importante en la formación de niños y adolescentes desde la educación preescolar y primaria porque, después de su casa, es el lugar en donde pasan más tiempo y ese solo hecho abre la posibilidad de que se generen contextos de convivencia y aprendizaje que les permitan desarrollar plenamente sus habilidades para afrontar los factores de riesgo que se les presente⁷.

La permanencia en la escuela es un factor de protección del cual debe valerse la sociedad en su conjunto para frenar y evitar que los niños, las niñas y los adolescentes se inicien en el consumo de drogas; así mismos, permite reconsiderar a los actores educativos que, aun en caso de que los alumnos presenten conductas negativas, deben insistir en la permanencia de los más jóvenes en el los más jóvenes en el contexto escolar.

⁷Ma. Aguilera García, *Violencia y Consumo de sustancias nocivas a la Salud en escuelas primarias y secundarias*. México, INEE, Sep. 2007 págs. 22-23.

En torno a los factores de riesgo y los factores de protección es importante considerar que:

- ☞ A menor edad en mayor la influencia de los factores de protección; con el aumento de la edad se incrementan los factores de riesgo, cuando los niños y las niñas amplían la relación con sus pares.

- ☞ Los factores de riesgo que existen dentro del grupo familiar impactan especialmente cuando el niño tiene más edad y necesidad de autonomía.

- ☞ Una intervención temprana en los factores de riesgo tiene mayor impacto que cuando las situaciones de riesgo ya implican el uso de una sustancia adictiva, como tabaco o alcohol.

- ☞ Las situaciones de riesgo se presentan en la mayoría de los grupos sociales; sin embargo, estos factores pueden tener un efecto diferente, dependiendo de la edad, sexo, raza, cultura y ambiente en el que se desenvuelven los sujetos.

- ☞ Es preferible iniciar la prevención temprana, desde el nivel preescolar, a fin de atender factores de riesgo como conductas agresivas, antisociales y dificultades para el aprendizaje en la escuela.

Ubicados en que nos estamos enfrentando a un problema de salud pública cada vez más grave, y conscientes del potencial que cada docente, directivo, personal de apoyo y colaboradores de la escuela, tenemos para incidir en la formación de las niñas, niños y adolescentes que cursan la educación básica, se

propone un modelo de prevención para evitar o retrasar al máximo el consumo de sustancias adictivas, aprovechando el carácter formativo de currículo de educación básica.

2.7 CARACTERISTICAS GENERALES DE LOS PROGRAMAS PREVENTIVOS

Ante la gravedad de la situación actual en cuanto a consumo de sustancias adictivas, es indispensable el diseño y aplicación de programas preventivos en los que participe la mayor cantidad posible de personas, organizaciones e instituciones. El Instituto Nacional sobre el Abuso de Drogas en los Estados Unidos (NIDA, por sus siglas en inglés), plantea la necesidad de planificar e introducir programas con bases científicas para la prevención del abuso de drogas a nivel personal, familiar, escolar y comunitario, indicando que para el caso concreto del nivel escolar. “Los programas de prevención en las escuelas se concentran en las habilidades sociales y académicas de los niños, incluyendo el mejoramiento de las relaciones con los compañeros, el auto-control, el poder manejar los problemas y las habilidades para rehusar las drogas⁸.”

De ser posible, los programas de prevención basados en la escuela deben ser integrados al programa académico escolar, ya que el fracaso escolar está fuertemente asociado con el abuso de drogas. Los programas integrados fortalecen los lazos de los estudiantes con la escuela y reducen la probabilidad de que abandonen la escuela” (Nida; 2004).

⁸CONADIC. *Guía para el promotor de Nueva Vida, Estrategias para la prevención de las adicciones*. México, 2008 122-123.

Los modelos de prevención de adicciones han evolucionado a partir de la propuesta de Leavell y Clark, quienes en 1965 propusieron dividir la prevención en tres niveles: primaria, secundaria y terciaria. Esta propuesta fue bien aceptada, pero el fenómeno de las adicciones rápidamente se hizo complejo por lo que el trabajo de especialistas e investigadores no se detiene. Como resultado se tienen avances, como por ejemplo, en la consideración de que una persona que sufre adicción por alguna sustancia no es un vicioso o un delincuente sino alguien que está enfermo y que, por lo tanto, necesita atención. Hacia 1994, se propone un nuevo modelo que toma como criterios: la prevención, el tratamiento y mantenimiento. En lo que respecta a la prevención, esta se clasifica en: universal, selectiva e indicada.

Prevención universal.- Los esfuerzos se dirigen a toda la población con o sin riesgo para el consumo de sustancias. Su finalidad principal es evitar que la persona se inicie en el uso o retrasar lo más posible la edad de inicio. Comprende las campañas en medios masivos de comunicación y promueve la información, orientación y capacitación, sobre la problemática de las adicciones y de temas relacionados con el mejoramiento de las condiciones de vida, como: educación, sexual, higiene mental y ecología; así como alternativas para el uso adecuado del tiempo libre: recreación, talleres de artes, música, teatro y deportes, entre otros, además de que se dirigió a los diferentes grupos de la población. La escuela adopta este nivel de prevención, porque entre sus deberes se encuentra la formación integral de los alumnos que asisten a las escuelas de educación básica, lo que incluye mantener a las niñas y niños en la categoría de no-usuarios de drogas.

Prevención selectiva. Se concentra, por ejemplo, en hijos de personas que padecen alcoholismo; en niñas y niños que empiezan a experimentar o que presentan trastornos afectivos; estudiantes que abandonan la escuela o reprueban; niños con hermanos consumidores o que viven en sitios donde existe

la prevalencia y disponibilidad para el consumo de sustancias, entre otros. El riesgo individual se evalúa con base en instrumentos de tamizaje o en el uso de criterios de agrupación que permitan identificar los atributos de los sujetos a quienes se intervendrá. En estos casos es insuficiente la presunción a partir de la filiación de la persona a un subgrupo de alto riesgo sea el mismo para los participantes de una intervención de prevención selectiva.

Prevención indicada.- Se concentra en las personas que ya han experimentado como drogas con el propósito de evitar que progrese el consumo de sustancias y disminuir los problemas asociados con el mismo. Se dirige a grupos que ya consumen tabaco, alcohol u otras drogas y que por ello ya padecen consecuencias negativas. Está diseñada para prevenir la instauración del abuso de sustancias en los individuos que no cumplen los criterios diagnósticos para dependencia a sustancias, pero que ya muestran efectos tempranos asociados con el uso experimental, como la reprobación o problemas relacionados con la conducta.

2.8 EL PAPEL DEL DOCENTE COMO AGENTE PREVENTIVO

Muchos maestros reconocen que uno de los deberes de la educación es brindar a los educandos y por tanto a la sociedad, un mundo mejor en contraste con las adversidades del medio, porque la formación escolarizada abre posibilidades de desarrollo que niños y niñas pondrán en práctica en su comunidad, en forma imperceptible o impactando de modo sustancial⁹.

⁹SEP. S.S.A. *Lineamientos para la prevención del consumo de drogas en la escuela mexicana*. México, 2008.

En este sentido, el papel de los docentes, en el marco del Modelo de Prevención de Adicciones, es de vital importancia en lo que respecta a la prevención universal, ya que puede incidir como agente de contención desde el momento en que inicia la jornada de clases. Participar en la prevención no implica mayor carga laboral ni mucho menos administrativa; es decir activar el compromiso como formador y como autoridad, en términos de: dirección, guía, acompañamiento, confianza y compromiso, con lo que no solo se convierte en ejecutor de un programa de prevención sino en un observador atento a las situaciones de riesgo que viven sus alumnos desde temprana edad.

Es por eso que, para poder acompañar a las y los alumnos en su proceso formativo encaminado al no consumo de sustancias adictivas, es necesario que los docentes:

- ☞ Estemos convencidos de los principios educativos que plantean las Orientaciones para la prevención de adicciones en escuelas de educación primaria.
- ☞ Reconozcamos que somos un modelo permanente para el grupo de alumnos.
- ☞ Manejemos información actualizada y conceptos básicos sobre el consumo de drogas que nos permitan guiar y responder a las necesidades del grupo.
- ☞ Fomentemos en los alumnos actitudes que promueven la confianza en su capacidad de aprender.

- ✎ Generemos un ambiente educativo de confianza, con sentido de grupo y solidaridad, que ayude a los alumnos aprender con tranquilidad.

- ✎ Desarrollemos una planeación flexible que nos permita aplicar estrategias didácticas que tomen como punto de partida el desarrollo de competencias, los ejes preventivos y los propósitos fundamentales.

- ✎ Favorezcamos el desarrollo de los alumnos a partir de la colaboración y el conocimiento mutuo entre la escuela y la familia.

- ✎ Conozcamos las características de los alumnos y sus procesos de aprendizaje los conocimientos previos y las capacidades que han desarrollado hasta el momento; para fomentarles el deseo de conocer; el interés y la motivación por aprender.

- ✎ Reconozcamos que los educandos aprenden en interacción con sus pares y que las actividades creativamente diseñadas potencian el desarrollo y el aprendizaje.

2.9 EL CURRÍCULO DE LA EDUCACIÓN BÁSICA Y LA PREVENCIÓN DE ADICCIONES

El currículo de la educación primaria brinda la posibilidad de impulsar en los alumnos el desarrollo de herramientas para prevenir y hacer frente a situaciones

que propician el consumo de sustancias adictivas. Para ello, es preciso reconocer que, al promover el desarrollo de habilidades para la vida así como competencias específicas en cada asignatura, el currículo sienta las bases de una cultura de la prevención¹⁰.

A fin de aprovechar estas condiciones, en el presente material se presentan estrategias didácticas para la prevención de adicciones que consideran aprendizajes y competencias que los alumnos adquieren, de manera transversal, a través del currículo de educación básica. Como esta tarea corresponde al docente, las sugerencias pueden brindarle la orientación que requiere para desarrollar en los alumnos competencias que les permitan resistirse al uso de sustancias adictivas desde edades tempranas e impedir que lleguen a consumirlas en el futuro.

Los menores generan y procesan ideas, explicaciones y representaciones que los hacen ser activos, con distintos niveles de dominio de competencias y diversas formas de acercarse a la realidad; lo que indica que cada sujeto tiene su propio estilo de aprender por lo que mantendrá su peculiar forma de acercarse al conocimiento, que complementara al participar en actividades de grupo. Se esperaría que desarrolle su capacidad de trasladar lo aprendido a la familia, la comunidad y la sociedad.

El desarrollo de competencias requiere de la movilización de todos los conocimientos hacia la consecución de objetivos concretos. Poseer solo conocimientos o habilidades no significa ser competente: pueden conocerse los efectos nocivos de las drogas y ser incapaz de resistirse a la influencia de los

¹⁰D. Pérez Bodeguero, *Prevención educativo de drogodependencias en el ámbito escolar*. Edit. Praxis, España, 1999 217-218.

pares para consumirlas; es posible enumerar las situaciones de riesgo y negarse a modificar conductas perjudiciales.

La movilización de saberes (saber hacer con saber y con conciencia del efecto de ese hacer) se expresa tanto en situaciones comunes de la vida diaria como en escenarios complejos; ayuda a visualizar los problemas, emplear los conocimientos pertinentes para resolverlos, reestructurarlos en función de la situación, así como extrapolar o prever los que hacen falta. Algunos ejemplos de estas situaciones son: establecer normas para mejorar la convivencia en los diferentes grupos sociales a los que pertenece; organizar una actividad que refleje las habilidades desarrolladas para la vida, en función de los aprendizajes esperados y escribir un texto que represente la reflexión sobre las experiencias vividas.

De estas experiencias se puede esperar la adquisición de ciertas prácticas sociales y comprender, por ejemplo, que la prevención de adicciones no es solo cuestión de conocer o dar un nombre al problema sino desarrollar una conciencia que permita vislumbrar los peligros que conlleva el consumo de drogas, negarse a participar en su consumo, además de planear acciones que permitan promover estilos de vida saludables y formular un proyecto de vida libre de adicciones.

2. 10 LOS EJES PREVENTIVOS DEL MODELO DE PREVENCIÓN DE ADICCIONES

1.- Resiliencia.

2.- Habilidades para la vida.

3.- Estilos de vida saludables.

4.- Ambientes protectores.

5.- Proyecto de vida.

A) Resiliencia

La resiliencia es la capacidad de enfrentarse a situaciones adversas, superándolas y aprendiendo de ellas. A través de ella, una persona puede protegerse, reponerse ante una crisis y vislumbrar la posibilidad de lograr mejores condiciones de vida. Se entiende como un proceso dinámico de adaptación que se da cuando se pasa por momentos difíciles como el divorcio de los padres, el abandono, el abuso y la violencia.

Implica la interacción entre los factores de protección y de riesgo presentes en la cotidianidad del ser humano, lo que significa que niños y niñas deben aprender a saber arreglárselas por sí mismos, a hacer frente a las situaciones estresantes, a no abatirse ante la adversidad, a aceptar las modificaciones necesarias que implica la adaptación; es decir, la resiliencia, en tanto habilidad que desarrolla el individuo, constituye un elemento protector ante diversos riesgos como el consumo de tabaco, alcohol y otras drogas¹¹.

La resiliencia ofrece la posibilidad de enfrentar un riesgo pues es una vía de salida ante una experiencia traumática que se presenta, con posibilidad de ser utilizada gracias al desarrollo de habilidades sociales y afectivas que permiten el

¹¹CONADIC. *Guía para el promotor de Nueva Vida, Estrategias para la prevención de las adicciones*. México, 2008.

manejo de emociones y el fortalecimiento de capacidades de autoevaluación, autovaloración y de adquisición de nuevos aprendizajes. Representa una reacción positiva de efecto duradero ante una situación desfavorable.

A fin de lograr que las y los niños desarrollen la resiliencia, es necesario ofrecerles mecanismos cognitivos, emocionales y socioculturales, que apoyen su desarrollo integral. Esto implica que los docentes, mediante acciones guiadas, ofrezcan a sus alumnos la adquisición de la noción de adaptación positiva en contextos de adversidad, desarrollando su autoconfianza, el reconocimiento de sus necesidades y de su capacidad para comprender y actuar ante situaciones que les producen temor, desconfianza o intranquilidad.

Asimismo, conlleva el fomentar y valorar el respeto que merecen por parte de otras personas; enseñarles cuáles son sus derechos y poner en marcha medidas a su alcance para protegerlos y, con esa base, abonar a la prevención de las adicciones.

B) Habilidades para la vida

Se trata de una serie de capacidades o destrezas que permiten a la persona enfrentarse a los retos cotidianos y también estar en posibilidad de saber cómo actuar ante una potencial o eminente situación de riesgo. Las habilidades para la vida se dividen en: cognitivas, afectivas y sociales.

Desarrollar habilidades cognitivas en los alumnos favorece el hecho que sean capaces de solucionar, constructivamente, los problemas que les presenta la vida; tomar decisiones en relación con su salud, evaluando distintas opciones bajo la consideración de las consecuencias que cada una puede tener; explorar alternativas y efectos de sus acciones y sus no-acciones, para adaptarse y responder con flexibilidad ante situaciones cotidianas, así como prepararse para analizar informaciones y experiencias de manera objetiva. El pensamiento crítico les ayudara a reconocer y evaluar los factores que influyen en las actitudes y la conducta, como son los valores, la presión de los pares y de los medios de comunicación.

Las habilidades sociales expresan la importancia de fomentar la comunicación asertiva; la capacidad para expresar los deseos o las necesidades propias; la posibilidad de relacionarse de forma positiva con las personas con que interactúan, así como identificar la presión de los iguales, de hermanos, padres, de otros adultos y de la publicidad, para resistirse al uso de sustancias adictivas. Estas habilidades también le deben impulsar a colaborar de manera coordinada en la ejecución de un proyecto a fin de alcanzar un objetivo común.

En su caso, las habilidades afectivas requieren de tener un conocimiento de sí mismo; de imaginar cómo es la vida para otras personas aun en situaciones con las que no está familiarizado, manejar diferentes emociones y niveles de estrés; así como generar sentimientos individuales de autoconfianza y valía.

Hay autores (Mangrulkar y otros; 2001) que señalan que es preciso desarrollar destrezas para que los adolescentes adquieran las aptitudes necesarias para el desarrollo humano y para enfrentar en forma efectiva los retos de la vida diaria, identificando:

☞ Habilidades sociales e interpersonales: comunicación, negociación/rechazo, afirmación, cooperación y empatía.

☞ Habilidades cognitivas: toma de decisiones, soluciones alternativas, pensamiento crítico, autoevaluación y clarificación de valores.

☞ Habilidades para manejar emociones: control de estrés y de sentimientos; aumento interno de un centro de control.

El desarrollo de las habilidades para la vida puede retrasar el inicio del uso de drogas, prevenir conductas sexuales de alto riesgo, enseñar a controlar la ira, mejorar el desempeño académico y fomentar el ajuste social positivo.

C) Estilos de vida saludable

Los estilos de vida son un conjunto de rasgos estables, pero no estáticos, que caracterizan una manera de vivir. Son resultado de condiciones sociales, culturales y económicas, donde las personas desarrollan un conjunto de prácticas que van dando forma a estilos de vida. Existe una relación recíproca entre la acción de individuos y grupos que son parte de tales condiciones, por lo que pueden ser transformadas y originar ciertos cambios en los comportamientos.

Una colectividad asume un estilo de vida a través de los usos y las prácticas que se desarrollan en lo cotidiano dentro de los grupos donde se nace y se crece.

El consumo de sustancias adictivas puede formar parte de algunos estilos de vida fomentados por la cultura familiar y comunitaria. En el seno de una cultura específica, las prácticas que involucran el consumo tienen un sentido particular para quienes participan en ellas: la convivencia, la celebración, los vínculos efectivos. Por lo mismo, el abuso del consumo de ciertas sustancias puede reconocerse como un rasgo cultural vinculado a algunos estereotipos.

Por solo citar unos ejemplo: los hombres suelen emborracharse, acude al alcohol quien sufre un problema, una decepción o pierde a un ser querido. O los jóvenes deben experimentar la ingesta de todo tipo de sustancias como parte de su descubrimiento de la vida. Si bien existen datos duros que apoyan estas afirmaciones, también es cierto que el consumo de sustancias se circunscribe a ciertos grupos y a ciertas edades.

Es posible que, mediante un esfuerzo reflexivo, los integrantes de una comunidad reconozcan los malos hábitos, las costumbres y tradiciones que tienen graves repercusiones en su salud y bienestar; además de invitarlos al análisis de los vínculos afectivos y los sentimientos que se involucran en el ejercicio de ciertas prácticas; por ejemplo, el tipo de convivencia y compañía que se brinda al beber y celebrar con los demás.

Es evidente que esto requiere de un intento deliberado que puede propiciarse a través de agentes como la escuela, para transitar hacia la conformación de estilos de vida saludables. Para encaminarse hacia esos logros, se sugiere:

- ☞ Identificar los hábitos y las costumbres que tienen efectos particulares en la salud y el bienestar personal y colectivo.

- ☞ Reconocer prácticas que contribuyen a la salud y al bienestar.

- ☞ Ajustar las condiciones que permitan la incorporación de prácticas identificadas con estilos de vida saludables.

- ☞ Poner en marcha y probar la efectividad de estilos de vida saludables para el logro del bienestar personal y colectivo.

D) Ambientes protectores

Los factores protectores son característicos del ambiente que reduce el impacto negativo de las situaciones y condiciones estresantes; las escuelas, las familias y las comunidades pueden aportar factores protectores ambientales y condiciones que fomenten los factores protectores individuales. Para atenuar los factores de riesgo que se encuentran presentes en el ambiente, la sugerencia es enriquecer los vínculos afectivos, determinar límites claros y firmes en la relación; establecer y transmitir expectativas en las actividades de convivencia escolar. Los ambientes protectores permiten desarrollar competencias relacionadas con el autocuidado que fortalecen la prevención del consumo de drogas, al ser un medio facilitador y de apoyo a las necesidades del niño.

Las características de los ambientes protectores es que cumplen con condiciones estructurales adecuadas para la seguridad, fomentan el reconocimiento de riesgos y el trabajo para prevenirlos, a partir de la búsqueda de información y la reflexión sobre ella, tanto en relación con uno mismo como con los demás.

Para conformar ambientes protectores a través de la intervención docente será factible generar acciones dirigidas a los padres de familia, que incluyan la supervisión de actividades de los niños, el establecimiento de reglas claras, de metas y que se caractericen por la negociación y comunicación.

En cuanto al papel que el docente puede jugar en la creación de un ambiente protector, se plantea que modere las conductas disruptivas en el salón de clases y en el patio de recreo; promueva el mejoramiento del rendimiento académico del niño; diseñe situaciones didácticas que atiendan las inquietudes de todos sus alumnos, así como respete los ritmos individuales y estilos de aprendizaje; este atento a la manifestación de sus emociones y propicie las habilidades sociales, de negociación y solución de problemas.

En la escuela se alienta a que los alumnos reconozcan situaciones que producen agrado y bienestar, junto con otras que generan temor, desconfianza o intranquilidad; pero también se les debe animar a que pongan en práctica medidas básicas preventivas y de seguridad a fin de preservar su salud y eviten accidentes.

La identificación de factores de riesgo y protección, permite tener en cuenta la relevancia y pertinencia de desarrollar intervenciones específicas que no solo

busquen reducir los factores de riesgo sino que promuevan el desarrollo de factores protectores en la familia.

E) Proyecto de vida

En términos generales, un proyecto de vida le da sentido y rumbo a la existencia humana; por lo cual adoptar uno, como modelo de prevención, permitirá considerar temas del ámbito personal y social; por ejemplo, el abuso del consumo de bebidas con alcohol. El proyecto de vida ayuda al individuo a saber quién es, como es y plantearse metas a corto, mediano y largo plazo, en los diferentes ámbitos de su vida. El proyecto de vida sirve para organizar, de manera paulatina, el mundo interior y exterior del individuo.

La formulación de un proyecto de vida representa la puesta en práctica de diversas competencias, pues conjuga una perspectiva de futuro y de confianza de que se llegara a una meta con el reconocimiento de la historia personal y social, parte fundamental para la construcción de la personalidad del individuo. Una visión de vida fomenta el manejo eficiente de los recursos cognitivos, sociales y afectivos; permite reducir la incertidumbre y estructurar imaginativamente la realidad, además de reestructurar y conservar las pautas culturales y los valores tradicionales del modo de vida cotidiano que comprometen el sentido de identidad personal, social y nacional.

2. 11 ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS PARA LA PREVENCIÓN DE ADICCIONES EN LA ESCUELA PRIMARIA

El currículo de la educación primaria ofrece elementos para propiciar una estrategia consistente y sistemática. Para cada grado, las estrategias son ejemplos de propuestas de trabajo para la prevención de adicciones y se han diseñado para usarlas en más de una asignatura, tomando en cuenta¹²:

- ✎ Las características del desarrollo cognitivo, afectivo y social de los alumnos.

- ✎ Los contenidos, competencias y aprendizajes esperados, en torno a los cuales se desarrolla el trabajo en cada grado.

- ✎ Las necesidades y los intereses identificados por el docente en sus alumnos.

De este modo la prevención de adicciones, lejos de ser un proceso añadido a la tarea de la escuela, se convierte en parte del conjunto de las actividades que grado a grado contribuyen al desarrollo integral de los alumnos.

Al contribuir a desarrollo de las competencias previstas en los programas de estudio, la prevención de adicciones enriquece el sentido de los aprendizajes que los alumnos logran en cada asignatura. Los conocimientos, habilidades, actitudes y valores relativos al lenguaje, el razonamiento matemático, el conocimiento del

¹²Ma. Aguilera García, *Violencia y Consumo de sustancias nocivas a la Salud en escuelas primarias y secundarias*. México, INEE, Sep. 2007 págs. 46-48.

mundo natural y social; la reflexión ética y el logro de competencias motrices y artísticas; sientan las bases para que niñas y niños se desarrollen integralmente.

Las estrategias didácticas como el conjunto de acciones que lleva a cabo el docente con una clara intención pedagógica dejan bien abierta la posibilidad de que maestras y maestros incorporen su estilo y sensibilidad presentes en el trato diario con sus alumnos. Es explotar y dinamizar una de las virtudes que suele cultivar a través de su experiencia: su actitud atenta, observadora y reflexiva, así como una postura empática con las situaciones de vida de los alumnos, lo cual es la base para determinar el carácter de las estrategias didácticas.

A la par, es importante reflexionar acerca de lo que sucede con los niños en el trayecto de la educación primaria y de las metas a cumplir en esa etapa, como parte de la necesaria cultura de prevención y salud. Al verificar los avances de los alumnos en el logro de los aprendizajes esperados, los maestros también necesitan considerar aspectos a desarrollar en los menores, como la autoestima, la capacidad para convivir armónicamente, la posibilidad de plantearse metas viables y responsabilizarse del cuidado de su persona.

Para desarrollar estrategias didácticas dirigidas a la formación integral de los alumnos de educación primaria y fortalecer las competencias para la vida, la convivencia, la vida en sociedad y manejo de situaciones, apoyadas por los ejes preventivos, se puede plantear una gran cantidad de actividades, entre las que se encuentran representaciones con juego de roles, análisis de casos, diálogo en grupos pequeños, debates, ensayos individuales; mapeo de decisiones o arboles de problemas, análisis de contenido literario, dinámicas de relajación y desarrollo de confianza, así como juegos que permitan a los alumnos identificar, representar,

nombrar y reflexionar sobre los sentimientos, conceptos, valores y procesos que les afectan y en los que se encuentran inmersos.

Se espera que el docente valore estas estrategias presentadas a manera de fichas, que las enriquezca de forma creativa y, en especial, que le sirvan como ejemplos para diseñar sus propias estrategias de acuerdo con las características de su grupo, el contexto social en el que se ubica la escuela y las particulares de la dinámica escolar, teniendo como base el Plan y Programas de educación primaria 2009.

2. 12 EL SIGNIFICADO DE SER PADRES

Por lo regular los padres protegen a sus hijos de todo peligro, por ejemplo cuando son pequeños, evitan que se metan en medio del tránsito, los apartan del marco de una ventana, de escaleras muy largas y de la orilla de la alberca, porque son un peligro evidente. Las drogas también lo constituyen, por lo que los padres tienen el compromiso de brindar protección ante ellas¹³.

La familia es el grupo en que los seres humanos se desarrollan desde el momento del nacimiento hasta la muerte, en ella se aprende todo lo necesario para poder tener una buena calidad de vida. En el núcleo familiar conviven distintas personas con características físicas, emocionales y sociales diferentes. Lo físico se refiere a todo aquello que está relacionado con el cuerpo, lo emocional tiene que ver con la manera de reaccionar ante diversas situaciones, mientras que lo social está constituido por todos los contactos que se tienen con otros seres humanos.

¹³Conyers, B. *La adicción en la familia*. México PROMEXA, 2006 págs. 66 – 74.

Cada persona tiene cualidades que la hacen única e irrepetible y todas, absolutamente todas las personas son valiosas, independientemente de lo que las hace diferente. De acuerdo con las características y la forma de relacionarse, cada uno de los integrantes de la familia ocupa un rol diferente, este papel hace que se tengan obligaciones y derechos dentro del grupo familiar.

Como ya se ha mencionado, las funciones de los padres son muy importantes, ya que el cumplimiento responsable de ellas permite proteger a los hijos contra el consumo de drogas. La madre juega un papel decisivo en el desarrollo de los niños, pues es la figura central en la unidad familiar. Al nacer, el primer contacto que tienen es con su madre; de ella reciben en los primeros años de vida calor, caricias, afecto, lenguaje y alimento.

Generalmente pasa más tiempo con ellos que el padre, hay estudios que señalan que la calidad del vínculo madre-hijos parece relacionarse con una serie de conductas como:

- ☞ Lograr un sentimiento de seguridad en el niño.
- ☞ Capacidad intelectual.
- ☞ Motivación para alcanzar el éxito.
- ☞ Desarrollo del lenguaje.
- ☞ Autonomía.
- ☞ Imagen y amor que se tiene por uno mismo.
- ☞ Socialización.
- ☞ Agresividad o comunicación clara y directa.
- ☞ Sentido de bienestar.

Las funciones de la madre varían dependiendo de las condiciones sociales, ideológicas y culturales en que se encuentre, algunos autores han señalado la importancia del papel de la madre en el desarrollo tanto físico como emocional de los niños durante los primeros años de vida, dejando un nivel secundario la función del padre. Hoy en día es más frecuente que el padre se involucre en la crianza de los hijos desde que están en el vientre materno.

En la actualidad, cada vez un mayor número de mujeres incursiona en el ámbito laboral, por lo que se desempeñan diferentes papeles: esposa, madre y trabajadora, el hombre desempeña el mismo número de roles, pero en muchas familiar no realiza actividades domésticas.

El padre tiene funciones muy importantes: en muchos casos es el principal sostén económico y sirve como modelo para los hijos, él es una figura que representa protección, interviene en las decisiones en cuanto a premios y sanciones, brinda apoyo y consejos a sus hijos, etc.

Regularmente al padre no se le atribuye tanta responsabilidad en la educación de sus hijos, la forma más usual que tiene para relacionarse con ellos es por medio del juego, aunque ocasionalmente los cuida, alimenta, etc. Algunas tradicionalmente asignadas al padre son las siguientes:

- ☞ Servir como modelo para la diferenciación de papeles entre hombre y mujer.

- ☞ Brindar protección a la familia.

- ☞ Aportar el dinero para la manutención.

☞ Poner límites y normas al funcionamiento familiar, cuidando su cumplimiento.

☞ Apoyar la integración de la personalidad, el desarrollo emocional y la salud psicológica de los hijos.

☞ Cuidar que en el desarrollo de los hijos exista un buen Autoconcepto y autoestima.

Los estudiosos afirman que los padres son los encargados de transmitir a sus hijos normas sociales, costumbres, creencias, formas de vida, estilos de comunicación, hábitos, actitudes, mecanismos de solución de conflictos, forma de vestir y gustos, a través de los cuales los niños se van adaptando a la sociedad.

El papel de los padres en el cuidado de los hijos es indudable, si se toma en cuenta que los pequeños y las pequeñas no pueden valerse por sí mismos y necesitan de alguien para cubrir sus necesidades físicas básicas. En cuanto a las necesidades psicológicas de los hijos, los padres brindan afecto y protección, indispensables en el desarrollo emocional.

El afecto es un sentimiento que los padres desean transmitir a sus hijos a través de los diferentes cuidados que les brindan. El amor hacia ellos es lo que lleva los padres a educar de determinada manera, y toda decisión que toman en relación con los hijos se piensa en su beneficio, aun cuando se trate de castigos.

El afecto y la seguridad dan las bases para que exista confianza recíproca en la relación; es decir, los hijos saben que pueden acudir a sus padres ante cualquier situación para buscar apoyo, orientación, consuelo, etcétera. Los padres confían en que sus hijos vendrán a ellos cuando les necesiten.

El que exista confianza en una relación también se refiere que los padres no necesitan estar presentes para que los hijos realicen o no determinadas tareas, la única manera de desarrollar este tipo de confianza en los hijos es observándolos y conociéndolos lo más completamente posible.

La mayoría de los padres conocen las habilidades de sus hijos, sus intereses y el tipo de temperamento que tienen; pueden, por ejemplo, describir que son buenos para las ciencias, que les gustan los juegos de equipo y que son alegres. Sin embargo, no siempre conocen sus preocupaciones, sus temores, las características de sus amistades, que es lo más importante para ellos, cuáles son sus metas, que piensan de ellos mismos o cuáles son sus sentimientos.

Los aspectos relacionados con afecto y confianza están ligados con la comprensión. Para algunos padres es difícil comprender a los hijos, ya que consideran que no tienen problemas ni preocupaciones, o que sus conflictos son transitorios o sin importancia. Pero este es el punto de vista de los padres, no de los hijos. Para los hijos puede ser angustiante no encontrar un juguete, terminar con su pareja, acercarse a alguien desconocido y darle un beso porque los papas le dicen “es tu tío”, o tener miedo de algo que no pueden describir. Realmente los hijos pueden sentirse angustiados, tristes o incomprendidos cuando no son tomados en cuenta o no se les atiende con la misma importancia con la que se escucha a un adulto.

Los padres pueden ponerse en el lugar de sus hijos, regresarse a su edad y pensar lo que significa para ellos alguna situación; entender que sus razonamientos son diferentes y que en ocasiones sus pensamientos son más lógicos y claros.

Para algunas personas ser padre o madre es la experiencia más importante que han tenido en su vida y encuentran una gran satisfacción y felicidad al desempeñar sus funciones. Para otras, es una constante preocupación y una limitación en su desarrollo personal; otras más, consideran que es un gran reto o una gran responsabilidad. Algunas piensan que es una manera de ir creciendo junto con los hijos; otras lo consideran una dependencia exagerada y desean que los hijos crezcan rápidamente. Hay quienes viven la maternidad y la paternidad como un constante conflicto entre su realización como padres o madres, lo cual les genera sentimientos de culpa.

La misión de la maternidad y la paternidad tiene objetivos diferentes para las personas. La mayoría dese que sus hijos sean felices, honrados, autosuficientes, independientes, sanos. También desean que se comparta amor, pero lo anterior solo se logra a través del involucramiento positivo y real entre los padres con los hijos.

2. 13 PERMANECIENDO ALERTA PARA VIVIR SIN DROGAS

Los padres pueden detectar algunos signos, rasgos o actos que están relacionados con un riesgo para iniciar el consumo de sustancias. A estos se les

denomina Factores de Riesgo y son definidos como ciertas características que existen en la comunidad, familia, escuela e individuo previo al consumo de drogas, que aumentan la probabilidad de que este fenómeno ocurra durante el desarrollo de la persona¹⁴.

Estas circunstancias pueden estar relacionadas con algún (os) miembro (s) de la familia, por lo que su detección es importante, ya que a través de su identificación y de los esfuerzos que se hagan por desaparecerlas o disminuirlas, se protege a la familia.

2.14 COMO PROTEGER A LA FAMILIA CONTRA EL USO DE DROGAS

Existen situaciones y condiciones que protegen a la familia contra el consumo de drogas, incrementan la resistencia y disminuye el riesgo de uso, es importante que en nuestro hogar se identifiquen y fortalezcan estos elementos protectores. A continuación se presenta una serie de factores que deben favorecer y reforzarse dentro del núcleo familiar, para evitar que sus miembros recurran a las drogas¹⁵.

Recuerden que su participación es fundamental. Platiquen en familia sobre las alternativas que aquí se presentan y la forma como pueden llevarse a la practica en su vida diaria. El cambio está en tus manos, si cuentan con

¹⁴Moreno, M. *Drogas: las 100 preguntas más frecuentes*. Editorial Centro de Integración Juvenil, 2003 pág. 189.

¹⁵Méndez, F. *Drogadicción y prevención familiar*. Editorial Paidós, 1999 págs. 136-137.

información y protección ante el consumo de drogas pueden prevenir este grave problema.

Nuestra Fortaleza ante las Adicciones.

A través de diversas investigaciones, se ha demostrado que existen situaciones que protegen a las personas ante el consumo de drogas y que se denominan Factores de Protección. A continuación se presentan estos factores, estúdielos con atención y recuerde que sirven como escudo ante el fenómeno de la drogadicción.

Enseñar valores.

En las familias se espera que los hijos se comporten o sean de determinada forma; se establecen principios y normas de acción a través de valores, en algunos casos, los hijos que deciden no usar drogas, lo hacen porque tienen una fuerte convicción de que su uso puede ser perjudicial; están convencidos porque tienen un sistema de valores, los valores familiares proporcionan razones para que los hijos digan que NO y para ayudarles a mantener esta decisión.

Cómo hacerlo.

- ☞ Comunique abiertamente los valores, hable de la importancia de ciertos valores, como la confianza en sí mismo, la responsabilidad, la honestidad, entre otros. Señale la forma en que los valores ayudan a tomar decisiones

acertadas. Enseñe a sus hijos que cada decisión se basa en anteriores y que una decisión acertada facilita las siguientes:

Tarea: Por ejemplo, si va a hablar de responsabilidad, muestre como lo que hacemos tiene una consecuencia, por lo que antes de tomar decisiones debemos pensar en ella (“si faltas tan seguido a la escuela es muy probable que repruebes el año”).

- ✎ Reconozca que las acciones de los padres afectan el desarrollo de los valores de los hijos, los niños imitan el comportamiento de los padres, por ejemplo cuando los padres fuman, es más probable que los hijos lo hagan. Evalúe el uso que hace usted del tabaco, alcohol, los medicamentos y otras drogas.

Tarea: Si usted acostumbra tomar vino en la cena o beber ocasionalmente una cerveza, no significa que deba suspenderlo, los hijos pueden comprender y aceptar que existan diferencias entre lo que los adultos pueden hacer legítimamente y lo que es apropiado para los niños, cuando usted beba no mande a su hijo al refrigerador por su cerveza, ni le invite pequeños tragos de esta, no envíe a sus hijos a comprar bebidas alcohólicas a la tienda.

- ✎ Procure que sus actos coincidan con sus palabras, los hijos se dan cuenta cuando un comportamiento de los padres indica que pueden mentir y hacer lo contrario, por lo que es recomendable que sea congruente entre lo que dice y lo que hace.

Tarea: No de órdenes para que sus hijos digan que usted no está en casa cuando alguien llama por teléfono; esto es enseñarles a mentir.

☞ Asegúrese de que su hijo comprenda realmente los valores familiares, los padres suponen, a veces erróneamente, que los hijos han absorbido los valores, aun cuando nunca se ha hablado de ellos. Usted debe verificar que estos formen parte de la vida de los hijos.

Tarea: Para evaluar la comprensión de su hijo puede hacerle preguntas acerca de algunas situaciones cotidianas, por ejemplo ¿Qué harías si el señor de la tienda te regresa dos pesos más de cambio del que te corresponde?

Establecer y aplicar normas contra el uso de drogas.

Los padres tienen la responsabilidad de señalar las normas que los hijos deben seguir, en el caso del uso de alcohol y otras drogas estas deben ser estrictas para proteger el bienestar de la familia, si las reglas no son cumplidas deben estar preparados para imponer sanciones.

Como hacerlo.

☞ Sea específico, explique las razones en las que se basan las normas, dígame cuáles son y que espera de ellos, platique sobre las consecuencias que habrá si no se cumplen; cuáles serían las sanciones, en qué forma se aplicarían, cuánto tiempo representarían y cuál es el propósito del castigo.

Tarea: Por ejemplo si prohíbe beber cerveza, puede decirles que el castigo será no darles dinero durante quince días, por lo que no deben solicitarlo durante este periodo como lo hacen regularmente, explicándoles que necesitan sancionarlos para evitar que corran riesgos de salud como el alcoholismo.

- ☞ Sea consistente, aclare a sus hijos que la norma de no consumir drogas permanece vigente en todo momento: en casa, en reuniones con amigos, en bares y discotecas, etcétera.

Tarea: Por ejemplo, si uno de los hijos experimento con marihuana en casa de algún amigo, aplique la sanción correspondiente (evitar las salidas nocturnas de fin de semana), no minimice lo que hizo y recuerde que en todo momento y lugar la regla es válida; si lo hace en otro espacio (calle, escuela, casa de algún familiar, etcétera) la regla será vigente y la sanción se aplicara.

- ☞ Sea razonable no agregue nuevas consecuencias que no hayan sido convenidas antes de haberse infringido la norma, evite amenazas irreales “tu padre te va a matar cuando te vea en ese estado”, reaccione con calma y aplique el castigo que el hijo espera.

Tarea: Por ejemplo si el chico o la chica uso tabaco y la sanción convenida era prohibir ver la televisión durante un semana, no cambie la sanción solicitando que realice labores domésticas durante un mes.

Fortalecer la autoestima.

Ayudar a los hijos a desarrollar una fuerte autoestima es una tarea importante de la paternidad, los niños con una alta autoestima tiene grandes posibilidades de ser adultos sanos, exitosos y felices.

Desarrollar la autoestima del hijo no significa aprobar todo lo que hace, sino mostrar cariño y aceptación de su persona tanto cuando lo elogia como cuando lo corrige.

Como hacerlo.

- ☞ Exprese sentimientos, la comunicación de sentimientos permite señalar al otro lo que estamos sintiendo en ese momento, esta tarea puede ser gratificante si se hace de forma honesta y sin dañar.

Tarea: Si se va a elogiar muestre su aprecio, deleite o agradecimiento con entusiasmo y amabilidad; si se va a corregir exprese su desaprobación, enojo o disgusto sin herir al otro, pero con firmeza.

- ☞ Describa de forma concreta y precisa lo que ha observado en la conducta de sus hijos y como afecta a los demás.

Tarea: Si va a elogiar a su hijo utilice frases como “Has llegado a tiempo”; en caso de desaprobar puede corregir diciendo la causa de descontento claramente: “No has limpiado tu cuarto”.

- ☞ Evite juzgar, comparar, negar sus sentimiento, ridiculizarlo, elogiar excesivamente, adularle al mismo tiempo que se recuerden sus fracasos, hacer generalizaciones, atacar, insultar, amenazar.

Tarea: No utilice frases como “Eres una porquería”, “Lo que te pasa es una estupidez”, “Porque no eres como tu hermana”, “Así de ridículo vas a salir a la calle”, “No hay nadie mejor que tú en toda la escuela”, “Tu si eres un niño listo, no como los tontos de tus amigos”, “Pasaste de año, pero por pura suerte”, “Siempre cometes el mismo error”, “Eres tan imbécil”.

✎ Reconozca los sentimientos de sus hijos, ellos desarrollan ciertas emociones al enfrentarse al mundo, algunas son muy claras, otras son muy difíciles de describir, en algunas etapas de su desarrollo los cambios a los que tienen que enfrentarse hacen que estén emotivos, por lo que debemos entender y respetar sus sentimientos.

Tarea: Reconozca los esfuerzos que hace, tanto si tiene éxito como si no consigue lo deseado: “Que bueno que lo intentaste, estoy orgulloso de ti”, “Hiciste tu máximo esfuerzo, te felicito”, cuando los niños realizan algo que a usted le incomode intente comprender los motivos de su comportamiento y respete el enojo que experimentan a partir de la corrección: “No me gusta que veas televisión después de media noche, a pesar de que sé que te encanta mirar caricaturas, existe un tiempo para dormir”.

✎ Formule claramente lo que espera de ellos, al solicitar algo que se debe expresar de manera sencilla y directa.

Tarea: Pida sin rodeos y con cortesía: “La próxima vez avísame”, “Espero que cumplas tu compromiso de lavar tu ropa”, “Necesito que vayas de compras”.

- ☞ Fomente la autonomía, enseñar a los hijos los conocimientos y habilidades que necesitan para “dejar el nido”, es una tarea básica de los padres y supone lo siguiente: fomentar la confianza, fortalecer el sentido de éxito y reforzar las capacidades sociales. Fomentar la confianza significa darles la oportunidad de ser ellos mismos, creer en sus habilidades, reforzar una imagen positiva de sí misma.

El sentido de éxito se refiere al deseo por realizar las cosas bien y la puesta en marcha de todas sus posibilidades para llegar a una meta. Por último, el reforzamiento de capacidades sociales está relacionado con el fortalecimiento de habilidades para relacionarse con otros, poder entablar conversaciones, expresar lo que se siente y quiere sin experimentar ansiedad, etcétera.

Tareas:

- ☞ Enseñe habilidades necesarias para la independencia (tomar decisiones, autonomía en su caso y preparación de alimentos, entre otras).
- ☞ Registre el progreso de sus hijos; recuérdelos que son hábiles, capaces y/o comprensivos que el año pasado.
- ☞ Permita que sus hijos tengan responsabilidades en el hogar de acuerdo con su edad (levantar los trastos sucios de la mesa, tirar la basura, proteger a los hermanos pequeños, etcétera).
- ☞ Prepare a sus hijos para cambios y acontecimientos futuros (háblele sobre las transformaciones que se presentan en la pubertad).

- ☞ Deje que practiquen las habilidades necesarias para que aprendan explorando el medio (si son pequeños permítales llevarse juguetes a la boca que no puedan tragar).
- ☞ Sea paciente, de a sus hijos tiempo para avanzar (no los presione en cuanto a lo que deben lograr, respete su proceso de desarrollo; no puede pedirle a un niño de dos años que recite un poema de Sor Juana Inés de la Cruz).
- ☞ No presione a sus hijos para que hagan algo bien la primera vez que lo intentan (los niños no pueden manejar bicicleta la primera vez que se montan; el aprendizaje de esta habilidad se logra a través de varios ejercicios).
- ☞ Deje que los hijos pasen tiempo con otros niños para que aprendan a compartir, cooperar y negociar (“Paquito, préstame tus juguetes”, “lolita, yo soy mano y tu tras”, “Pepe, tu juegas primero con la pelota y después yo”).
- ☞ Acoja a los amigos de sus hijos en la casa.

2. 15 ACTUEMOS DE ACUERDO CON LA EDAD DE LOS HIJOS

Como vimos en el capítulo dos, lo hijos van cambiando de acuerdo con su edad, es sorprendente ver los logros que ha tenido un niño de 3 años con respecto a un bebe recién nacido, durante su desarrollo escolar, el estudiante de secundaria se diferencia mucho del universitario¹⁶.

Con el fin de estar más cercano a cada hijo de acuerdo con su edad, se presentan algunas recomendaciones que protegen a los hijos contra el consumo de drogas:

¹⁶Cánovas, G., *Adolescentes y alcohol*. Editorial Mensajero, 1994 págs. 300-303.

Preescolares

- ✂ Destine cierto momento donde pueda usted dedicarle completa atención a sus hijos, jueguen juntos, lean un libro, construyan un papalote.
- ✂ Señale que sustancias de la casa son toxicas y perjudiciales, mantenga lejos de ellos gasolina, pegamentos etc.
- ✂ Dígales que las medicinas pueden ser dañinas si no se utilizan como se deben, enséñeles a no tomarlas si usted no se las ofrece, lo pequeños deben entender que los medicamentos son para curar pero si no se administran adecuadamente pueden ser peligrosos.
- ✂ Explique porque los niños necesitan una alimentación nutritiva y balanceada, haga que sus pequeños nombren varios alimentos sanos que comen con regularidad y explíqueles en que forma esa comida los hace fuertes y saludables.

De los 6 a los 8 años.

- ✂ Explique la necesidad del establecimiento de normas, una manera de hacerlo es refiriendo las reglas de seguridad para cruzar una calle.
- ✂ Destaque la importancia de una buena salud hablando de lo que la gente hace para mantenerse sano, como cepillarse los dientes después de cada alimento, lavarse las manos con jabón antes de comer, alimentarse nutritivamente, hacer ejercicio, dormir y descansar lo suficiente.
- ✂ Analice y comente a sus hijos la forma en que los anunciantes procuran persuadir a los niños a comprar sus productos como papas fritas, cereales y juguetes con nombres de personajes de las caricaturas.

☞ Hábleles sobre las enfermedades que conocen y para las cuales se necesitan medicamentos recetados por un doctor; muchos niños han sufrido infecciones de garganta, oídos, tos, gripa. Hablar sobre tales enfermedades puede ayudarlos a comprender que solo cuando están enfermos deben tomar medicamentos.

De los 9 a los 11 años.

☞ Dedique momentos para conversar con sus hijos, procure darles atención completa, el dialogo puede hacerse en la habitación del hijo, una visita a un restaurante, entre otros.

☞ Estimule a su hijo para participar en actividades sanas que le permitan conocer a nuevos amiguitos y divertirse, los deportes y los grupos auspiciados por la iglesia o la comunidad constituyen excelentes medios para que conozcan a otros niños de su misma edad.

☞ Enséñeles a conocer las formas sutiles en las que se promueve el uso del alcohol y tabaco, analice la forma en que los niños se ven bombardeados con mensajes en la televisión, las letras de las canciones, carteleras, anuncios en lo que el uso de estas sustancias es atractivo.

☞ Practique con sus hijos las formas de decir NO, recalando maneras de rechazar el alcohol y otras drogas, es común que a los niños de sexto grado de primaria se les ofrezca cerveza y cigarrillos y que conozcan a otros niños que lo consumen.

En la secundaria (12 a 14 años).

☞ Continúe practicando con sus hijos las formas de decir que No, enséñeles a reconocer las situaciones que pueden ocasionar problemas, tales como ir a

casas donde no haya adultos y donde los jóvenes fumen o beban alcohol, presente una situación donde usted les pide a sus hijos que prueben alcohol o drogas y deje que practiquen la forma de decir que No.

- ☞ Ayúdeles a desarrollar una imagen positiva de sí mismos, asegurándose de que luzcan bien y se sientan sanos, Además, proporcíóneles alimentos balanceados.
- ☞ Revise y actualice las normas de la casa y las responsabilidades de los hijos con respecto a las labores del hogar, las horas para ver la televisión y el horario de regreso durante los días de clases y los fines de semana.
- ☞ Hable con sus hijos acerca de la amistad, indique que los verdaderos amigos no les pide que hagan cosas sabiendo que están mal y que pueden ser peligrosas.

La preparatoria (15 a 17 años).

- ☞ Siga hablando con sus hijos sobre el uso de alcohol, tabaco y otras drogas, es muy posible que tengan amigos que consumen o que conozcan a personas que lo hacen, explíqueles acerca de la forma en que el uso de sustancias amenaza la vida y limita oportunidades en el futuro.
- ☞ Planifique estrategias para limitar horas no supervisadas que sus hijos pasan en casa mientras usted trabaja.
- ☞ Estimule a sus hijos a que se integren, como voluntarios en una institución dedicada a la prevención de la drogadicción, como centros de integración juvenil.

☞ Invítelos a que consideren la posibilidad de asociarse a un club deportivo, teatro, artesanías, danza. Cuanto más ocupados estén, menos probable será que se aburran y que busquen escape en el alcohol y otras drogas.

CAPITULO III

METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

3.1 ENFOQUE DE INVESTIGACIÓN

La siguiente investigación la realice en base al enfoque mixto, ya que este representa una integración o combinación entre los enfoques cualitativo y cuantitativo; el enfoque cualitativo estuvo basado en las observaciones registrados en la práctica de campo y en los datos documentales y en el enfoque cuantitativo por los resultados obtenidos en las encuestas plasmados a manera de números mediante gráficas.

3.2. TIPOS DE INVESTIGACION

La metodología para fundamentar la siguiente investigación es documental y de campo, las cuales se conformaron de un conjunto de actividades en métodos y técnicas de recopilación, por medio de libros y revistas, así como de la observación en el aula.

3.3 DISEÑO DE LA INVESTIGACION

Se recurrió al trabajo descriptivo, ya que trata de recoger información de manera independiente o conjunto de los sujetos estudiados, así como de la problemática que se presenta como variable dependiente; y es correlacional ya que tiene como el propósito evaluar la relación que existe entre las dos variables.

3.4 POBLACIÓN Y MUESTRA

La muestra de investigación se llevó a cabo con un total de 20 alumnos del sexto grado, grupo "A", de un total de 450 alumnos de la Escuela Primaria: "Lic. Ramón Mendoza Herrera". Con clave del Centro de trabajo, 27DPR0076T, perteneciente a la zona escolar No. 14, adscrita al Sector No. 02, ubicada en Av. Mártires de Cananea s/n, Col. Indeco, Cd. Industrial, Centro, Tabasco.

3.5. INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN

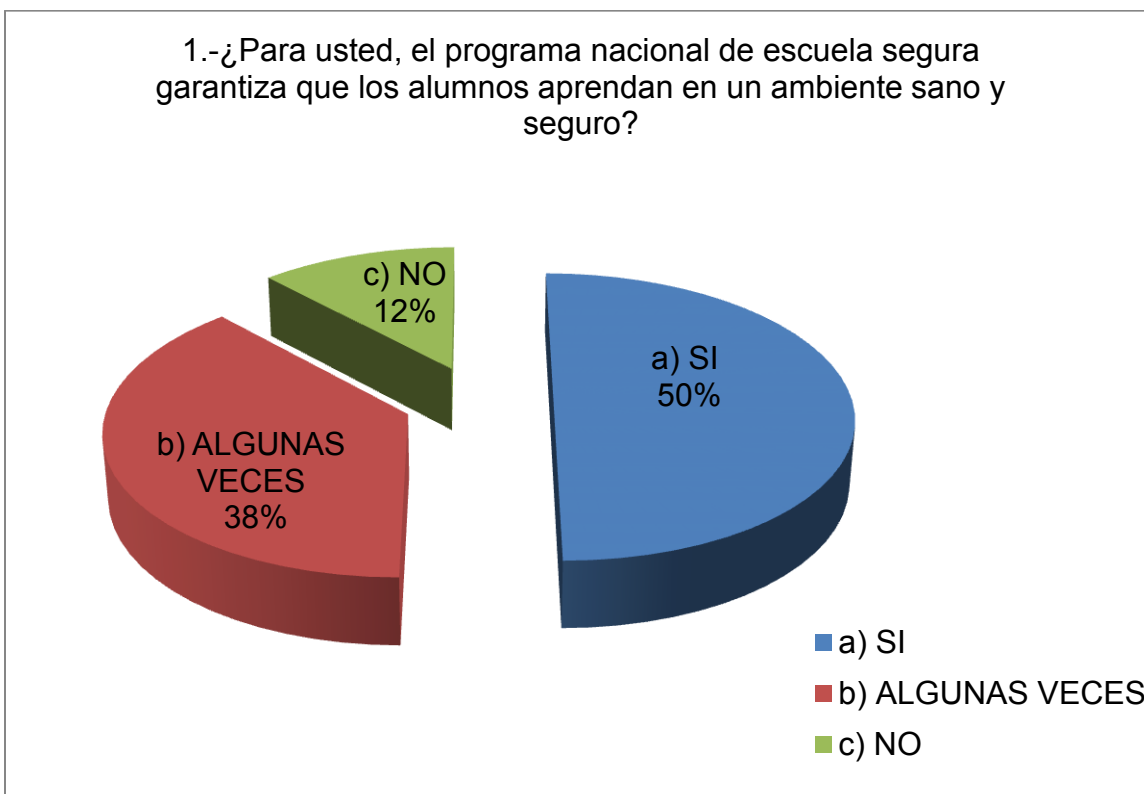
Para la observación sistemática, los instrumentos más comunes para esta investigación fueron:

- a) La observación.- Es un proceso que detecta y asimila los rasgos de un elemento utilizando los sentidos como instrumentos principales.
- b) La entrevista.- Es un acto de comunicación oral que se establece entre dos o más personas, con el fin de obtener una información o una opinión.
- c) El cuestionario.- Es el documento básico para obtener la información en la gran mayoría de las investigaciones. También es el documento formado por un conjunto de preguntas que deben estar redactadas de forma coherente, y organizada.

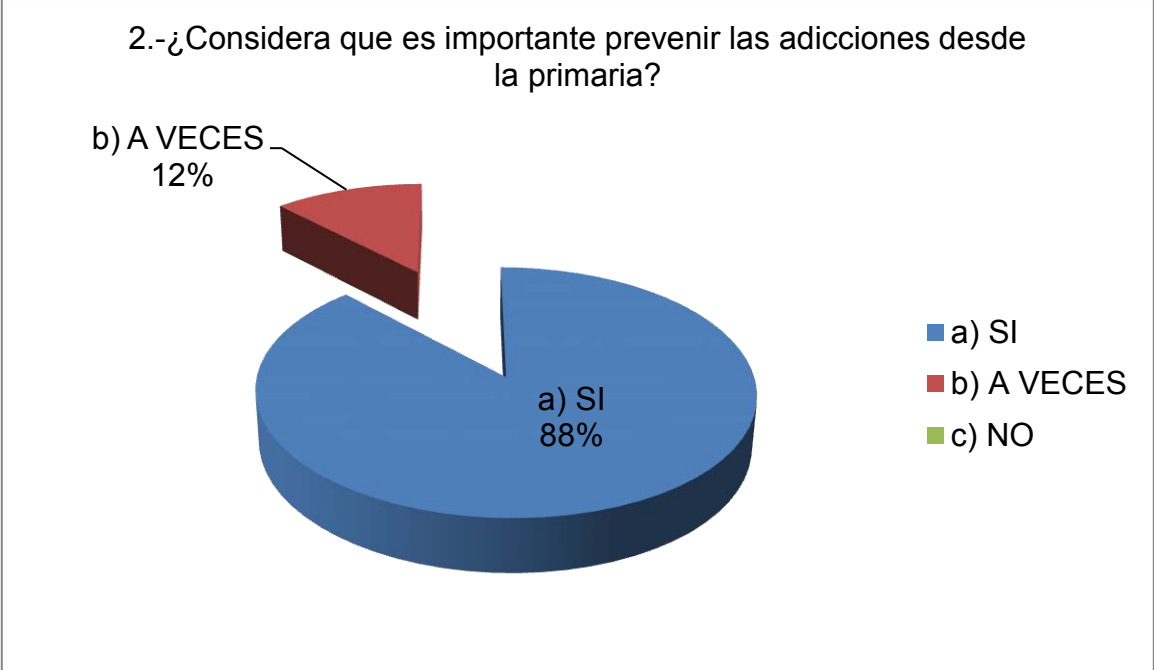
CAPITULO IV
ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN
DE LOS RESULTADOS

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS

Cuestionario para docentes

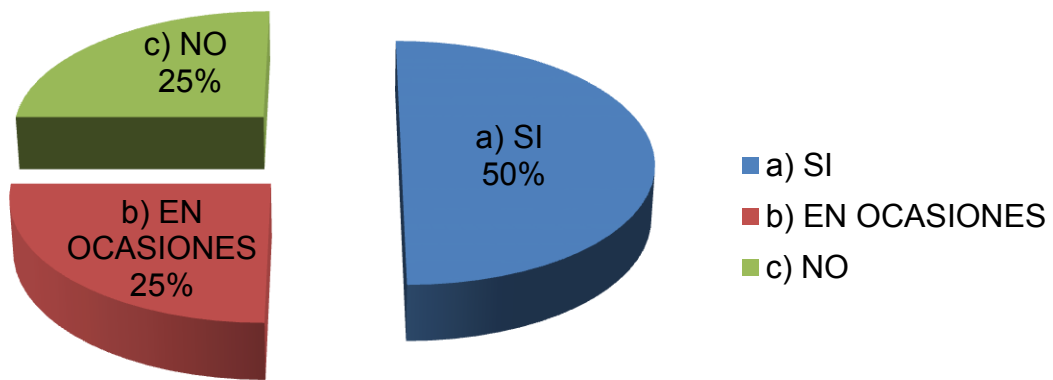


De acuerdo con los datos de la gráfica se tiene que el 50% de los maestros encuestados contestaron que si es importante el programa nacional de escuela segura, pues garantiza que los alumnos están en un ambiente sano y seguro, y el 38% contestaron que algunas veces se garantiza el programa de escuela segura y el 12% restante opinaron que no.



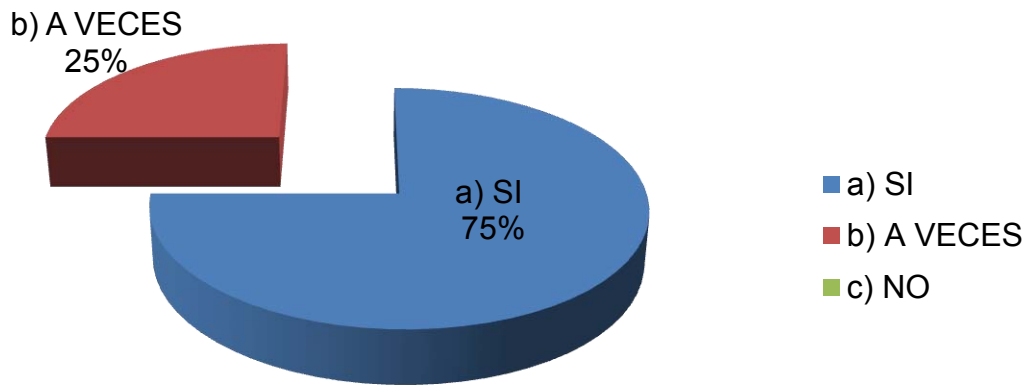
Como se observa en la gráfica el 88% de los maestros encuestados contestaron que si, es importante prevenir las adicciones desde la primaria y el 12% de los maestros contestaron que a veces es importante prevenir las adicciones.

3.-¿Usted emplea estrategias didácticas para la prevención de adicciones en la escuela primaria



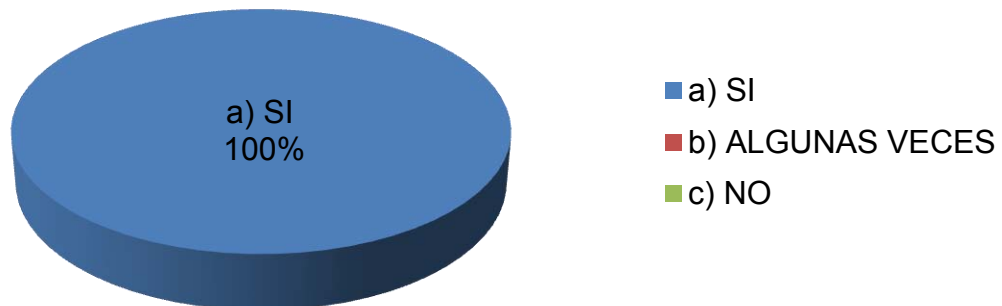
En la gráfica se observa que el 50% de los maestros encuestados contestaron que si emplean estrategias didácticas para la prevención de adicciones en la escuela primaria, el 25% de los encuestados contestaron que en ocasiones y el 25% restante opinaron que no emplean estrategias.

4.-¿Considera importante dar a conocer a los alumnos los factores de riesgo en el consumo de drogas?



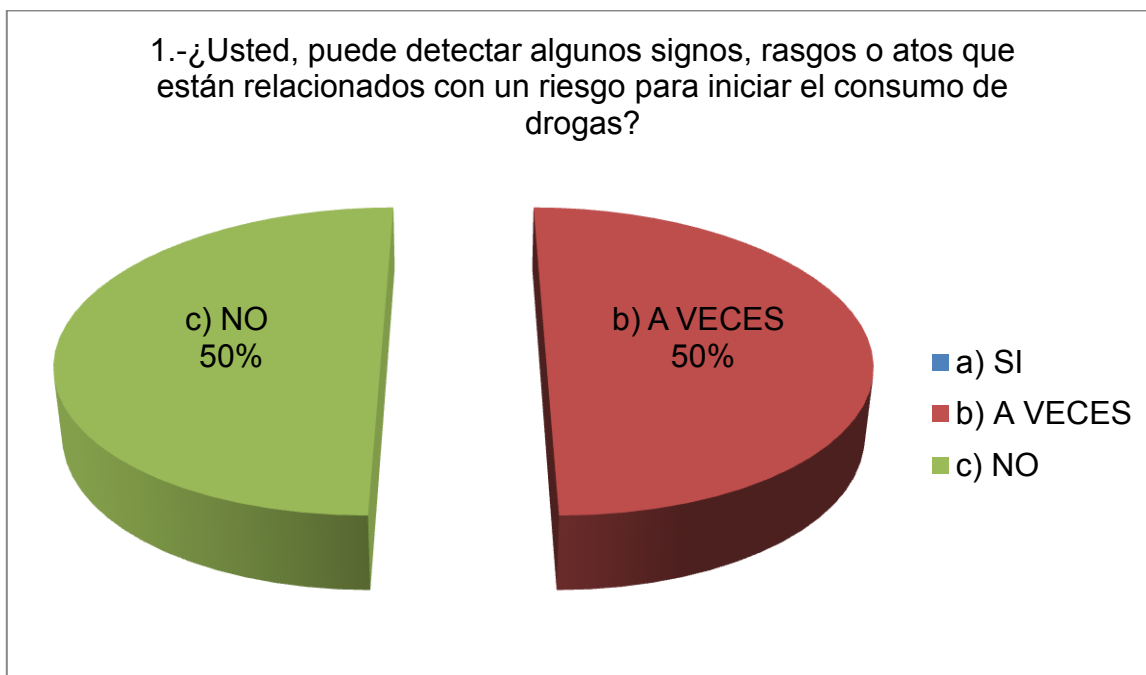
De acuerdo con los datos obtenidos se observa en la gráfica que el 75% de los docentes encuestados contestaron que si consideran importante explicarle a los alumnos los factores de riesgo que propicia el consumo de drogas y el 25% restante opinaron que a veces.

5.-¿Usted, considera que el problema de las adicciones es hoy un tema obligado y representa uno de los mayores retos de salud pública que enfrenta la sociedad?



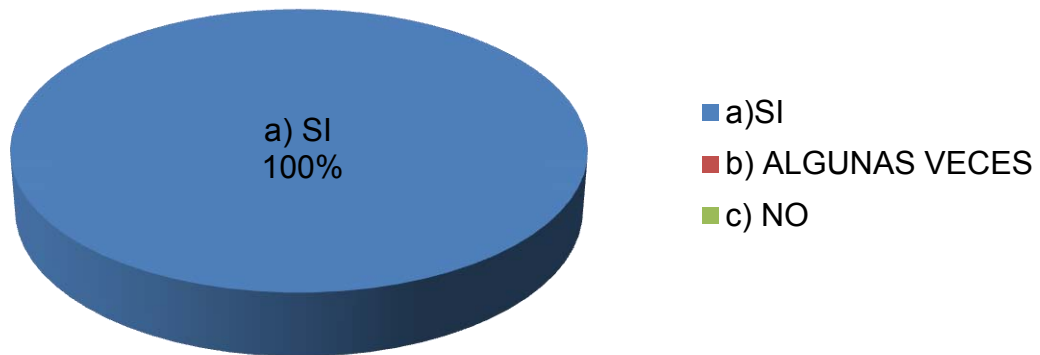
Como se observa en la gráfica el 100% de los maestros encuestados contestaron que si consideran que el problema de las adicciones representa uno de los mayores retos de salud pública que enfrenta la Sociedad.

Cuestionario para los padres de familia



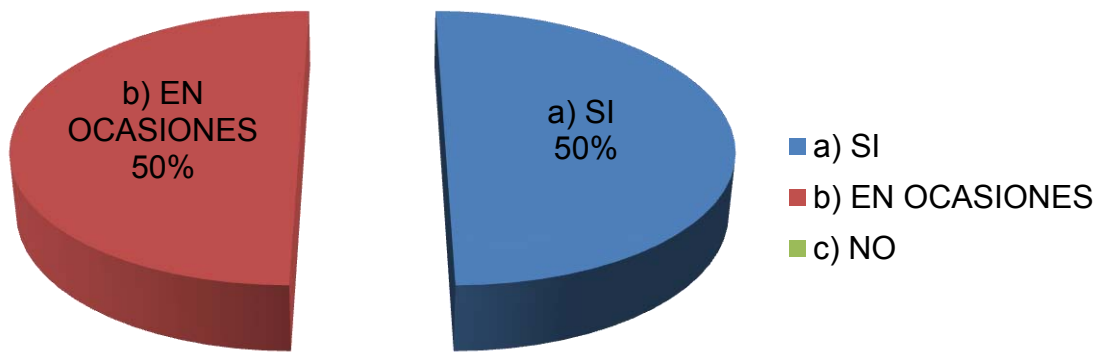
En la gráfica se observa que el 50% de los padres de familia encuestados contestaron que si pueden detectar algunos signos y rasgos para iniciar el consumo de drogas y el 50% de los padres restantes opinaron que no pueden detectar algunos rasgos para iniciar el consumo de drogas.

2.-¿Es importante que los padres esten pendientes de las alternativas que tienen al alcance sus hijos para divertirse?



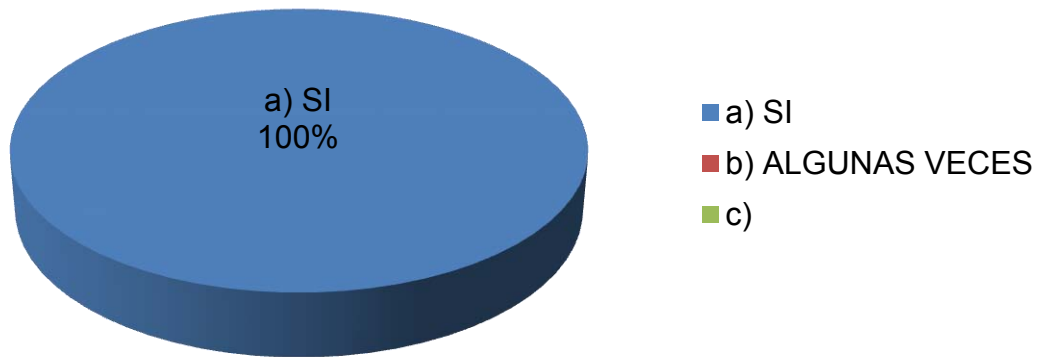
Como se observa en la gráfica el 100% de los padres de familia encuestados contestaron que sí, es importante estar pendientes de las alternativas que tienen sus hijos para divertirse.

3.-¿Considera que es un problema, que los hijos perciban a los padres como ajenos o lejanos, que sientan que no forman parte de sus actividades o proyecto de vida?



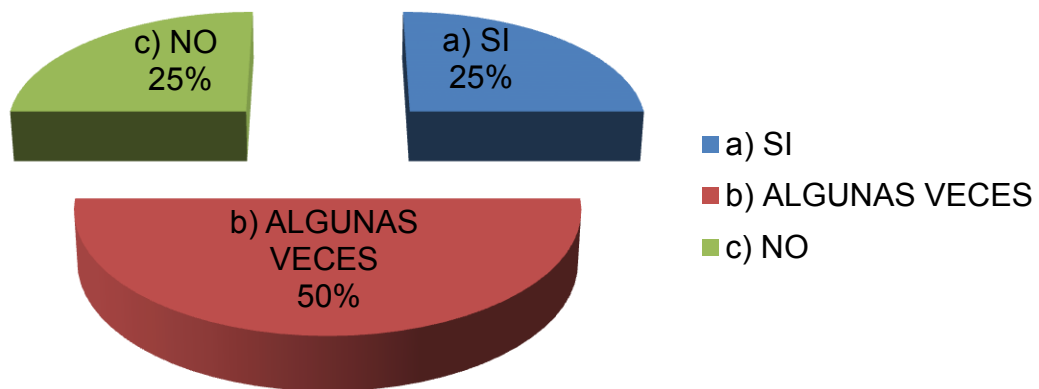
En la presente grafica se observa que el 50% de los encuestados contestaron que sí, es un problema que los hijos perciban a los padres como ajenos o lejanos en sus actividades o proyecto de vida.

4.-¿Considera que el consumo de drogas en edades tempranas con frecuencia conduce a problemas serios de salud?



Como se observa en la gráfica el 100% de los padres de familia encuestados contestaron que si consideran que el consumo de drogas en edades tempranas conduce a problemas de salud.

5.-¿Usted, se considera como un modelo de aprendizaje para sus hijos, pues en gran parte del aprendizaje es por imitación?



De acuerdo con los datos de la gráfica se tienen que el 50% de los padres de familia encuestados contestaron que algunas veces se consideran como un modelo de aprendizaje para sus hijos, y el 25% de los padres opinaron que si son modelos de aprendizaje para sus hijos, pues ellos imitan lo que viven en el hogar y el 25% restante opinaron que no se consideran como modelo de aprendizaje.

CONCLUSIÓN

Después de haber realizado la investigación, he llegado a concluir, que los padres de familia son quienes tienen a su cargo la responsabilidad de velar por el sano desarrollo de sus hijos; sin embargo, no siempre se cuenta con fuentes de información que les apoyen en su tarea como educadores y formadores de seres felices.

La familia es el grupo donde los seres humanos se desarrollan desde el nacimiento hasta el fin de su vida. Las etapas por las que va pasando representan cambios ante los cuales, es importante que todos sus miembros tengan posibilidades de ajustarse.

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

Dependiendo de la etapa de vida en la que se encuentren los hijos, la participación de los padres es diferente en cuanto a tiempo y apoyo, debido a que de acuerdo con su edad tienen diversas necesidades, forma de ser, gustos, intereses entre otras características.

Los factores de riesgo para el consumo de drogas son variados e implican algunas formas de relación entre padres e hijos. En familiares donde los padres consumen drogas, existe violencia, hay poco contacto afectivo o se presentan problemas escolares, aumentan los peligros para que sus integrantes usen drogas.

Los padres tienen el deber de hacer algo para proteger a sus hijos. Diversas investigaciones han demostrado que en familias donde se brinda amor, se enseñan valores, se promueven normas y límites, se establece una comunicación adecuada y se fortalece el apego de los hijos a la escuela, se cuenta con defensas ante el problema de la drogadicción.

El objetivo y la hipótesis planteada se probaron y comprobaron con gráficas como evidencia de la investigación.

SUGERENCIAS

Después de haber realizado el trabajo de investigación se dan las siguientes sugerencias para establecer una comunicación más cercana con los padres de familia, alumnos y docentes.

- a) En las familias se espera que los hijos se comporten o sean de determinada forma; se establecen principios y normas de acción a través de valores.

- b) Ayudar a los hijos a desarrollar una fuerte autoestima es una tarea importante de la paternidad. Los niños con alta autoestima tienen grandes posibilidades de ser adultos sanos, exitosos y felices.

- c) Muchos padres tienen dificultades para conservar con sus hijos. Un buen nivel de comunicación es una herramienta que fortalece a la familia contra el consumo de drogas.

- d) Toda persona, sea niño, joven o adulto, tiene derecho a expresar el cariño que siente por su familia. El amor es un escudo contra el consumo de drogas; se ha demostrado que la expresión del afecto a través de diversas formas, puede favorecer un ambiente de felicidad.

BIBLIOGRAFIA

- Aguilera García, Ma., *Violencia y Consumo de sustancias nocivas a la Salud en escuelas primarias y secundarias*. México, INEE, Sep. 2007.
- Begoña Iglesias, E., *Bases teóricas que sustentan los programas de prevención de drogas*. Madrid, 1999.
- Cánovas, G., *Adolescentes y alcohol*. Editorial Mensajero, 1994.
- CONADIC. *Guía para el promotor de Nueva Vida, Estrategias para la prevención de las adicciones*. México, 2008.
- SEP. S.S.A. *Lineamientos para la prevención del consumo de drogas en la escuela mexicana*. México, 2008.
- Conyers, B. *La adicción en la familia*. México PROMEXA, 2006.
- Diego J. A. *Educar para la Salud: droga, dependencias: Madrid*. Editorial Ccs. 1995.
- Feldman-Fine, F. *Escuela y Prevención de las adicciones*. Antología, México, 2006.
- Méndez, F. *Drogadicción y prevención familiar*. Editorial Paidós, 1999.
- Moreno, M. *Drogas: las 100 preguntas más frecuentes*. Editorial Centro de Integración Juvenil, 2003.
- Nida, *Como prevenir el uso de Drogas en los niños y los adolescentes*. Editorial Praxis, 2004.
- Pérez Bodeguero, D. *Prevención educativo de drogodependencias en el ámbito escolar*. Edit. Praxis, España, 1999.

ANEXOS

ANEXOS

ANTECEDENTES HISTORICOS DE LA INSTITUCION EDUCATIVA

La presente investigación se realizó en la Escuela Primaria “Ramón Mendoza Herrera” con clave del Centro de Trabajo 27DPR0076T, ubicada en la colonia Indeco, Avenida Mártires de Cananea s/n.

Esta institución fue fundada el 3 de abril de 1982, siendo Presidente de la República Mexicana el Lic. José López Portillo y como Gobernador del Estado el Ingeniero Leandro Roviroza Wade, con turno: Vespertino, esta escuela surge con la necesidad de la población estudiantil.

No obstante a la buena decisión del Secretario de Educación de ese periodo que le dio todo el apoyo requerido para la infraestructura de la Institución Educativa.

Al dar inicio nada más se impartiría tres grados: el primer grado era impartido por la Maestra: Rosa Aurora Melo Aguilar, el segundo grado por el profesor Elien Zurita Carpio y el tercer grado por el Profesor Luis Deard.

Actualmente cuenta con un director, 12 maestros frente a grupo, 1 maestro de educación física, 1 maestro de educación Artística y 2 de educación Especial. Esta institución cuenta con 12 aulas donde se imparten clases, 1 biblioteca, 1 dirección, 1 aula de educación especial, 2 baños uno de niñas y uno de niños, 1 cafetería, 1 plaza cívica y sus áreas verde

CUESTIONARIO PARA DOCENTES

Se aplica con la finalidad de conocer su punto de vista acerca del tema de la prevención de adicciones en los alumnos del Sexto año de educación primaria.

Instrucciones: Subraya la respuesta que consideres correcta.

1.- ¿Para Usted, el programa nacional de escuela segura garantiza que los alumnos aprendan en un ambiente sano y seguro?

- a) Si b) Algunas veces c) No

2.- ¿Considera que es importante prevenir las adicciones desde la primaria?

- a) Si b) Algunas veces c) No

3.- ¿Usted emplea estrategias didácticas para la prevención de adicciones en la escuela primaria?

- a) Si b) Algunas veces c) No

4.- ¿Considera importante dar a conocer a los alumnos los factores de riesgo en el consumo de drogas?

- a) Si b) Algunas veces c) No

5.- ¿Usted, considera que el problema de las adicciones es hoy un tema obligado y representa uno de los mayores retos de salud pública que enfrenta la sociedad?

- a) Si b) Algunas veces c) No

CUESTIONARIO PARA LOS PADRES DE FAMILIA

Instrucciones: Subraya la respuesta que consideres correcta.

1.- ¿Usted, puede detectar algunos signos, rasgos o actos que están relacionados con un riesgo para iniciar el consumo de drogas?

b) Si b) Algunas veces c) No

2.- ¿Es importante que los padres estén pendientes de las alternativas que tienen al alcance sus hijos para divertirse?

b) Si b) Algunas veces c) No

3.- ¿Considera que es un problema, que los hijos perciban a los padres como ajenos o lejanos, que sientan que no forman parte de sus actividades o proyecto de vida?

b) Si b) En ocasiones c) No

4.- ¿Considera que el consumo de drogas en edades tempranas con frecuencia conduce a problemas serios de salud?

b) Si b) Algunas veces c) No

5.- ¿Usted, se considera como un modelo de aprendizaje para sus hijos, pues en gran parte del aprendizaje es por imitación?

b) Si b) Algunas veces c) No