

Universidad de Lima

Facultad de Psicología

Carrera de Psicología



# **IMPLEMENTACIÓN DE UN PROGRAMA DE PREVENCIÓN DE CONSUMO DE DROGAS PARA ESTUDIANTES DE 4.º Y 5.º DE EDUCACIÓN SECUNDARIA EN UN COLEGIO DE LIMA**

Trabajo de suficiencia profesional para optar el título profesional de Licenciado en Psicología

**Alvaro Romero Silva**

**Código 20123074**

Lima – Perú

Febrero de 2019



**IMPLEMENTACIÓN DE UN PROGRAMA DE  
PREVENCIÓN DE CONSUMO DE DROGAS  
PARA ESTUDIANTES DE 4.º Y 5.º DE  
EDUCACIÓN SECUNDARIA EN UN COLEGIO  
DE LIMA**

## **TABLA DE CONTENIDO**

<b>INTRODUCCIÓN.....</b>	<b>6</b>
<b>CAPÍTULO I: IDENTIFICACIÓN DEL PROBLEMA.....</b>	<b>7</b>
<b>CAPÍTULO II: DESCRIPCIÓN DE LAS ACTIVIDADES REALIZADAS.....</b>	<b>11</b>
2.1.    Elaboración y reparto de material psicoeducativo.....	11
2.2.    Programación y exposición de talleres.....	13
<b>CAPÍTULO III: RESULTADOS DE LA INTERVENCIÓN.....</b>	<b>16</b>
<b>Conclusiones.....</b>	<b>21</b>
<b>Recomendaciones.....</b>	<b>22</b>
<b>Referencias.....</b>	<b>23</b>
<b>Apéndices.....</b>	<b>26</b>

# ÍNDICE DE APÉNDICES

Apéndice 1: <i>Matriz de actividades</i> .....	27
--	----

# INTRODUCCIÓN

El presente reporte tuvo como finalidad describir la implementación de un programa de prevención de consumo de drogas, dirigido a estudiantes de cuarto y quinto de secundaria, de una institución educativa en Lima. El programa desarrollado tuvo el objetivo de disminuir la cantidad de alumnos dispuestos a iniciarse en el consumo de drogas. Con este propósito en mente, se explicó y contextualizó la realidad social y política que enmarca el problema de las drogas dentro del Perú, lo cual evidenció la vulnerabilidad de la población adolescente, con respecto a este problema, y resaltó la importancia de generar nuevos y efectivos métodos que permitan informarlos y protegerlos para, así, reducir el número de consumidores y mejorar la calidad de sus vidas (Ruíz, Ortega, Belmont, Méndez y Próspero, 2016). Luego, se describió el diseño y contenido de las actividades implementadas; estas se dividieron en “entrega de material informativo” y “desarrollo de talleres” los cuales, a su vez, contaron con un enfoque psicoeducativo y de participación activa que buscaron involucrar a los jóvenes estudiantes en la búsqueda, análisis y discusión de información concerniente al consumo de drogas para, de esta manera, poder romper mitos y disipar dudas activamente. Finalmente, se presentaron los resultados del programa, los cuales muestran, tanto la eficacia, como las limitaciones del enfoque psicoeducativo, y de participación activa, para lograr la consecución de los resultados. A partir de esto se explicó la necesidad de implementar actividades adicionales que permitan cubrir las necesidades y expectativas de una mayor gama de estudiantes, con el objetivo de brindar una serie de técnicas y herramientas que puedan ser útiles para el desarrollo de nuevas competencias, habilidades personales y sociales.

# **CAPÍTULO I: IDENTIFICACIÓN DEL PROBLEMA**

El consumo de drogas genera una situación preocupante que afecta cada día a más personas. Alrededor de todo el mundo podemos presenciar como niños, jóvenes y adultos se introducen en el mundo de las drogas y se involucran, por diversos factores, en una serie de acciones que los conducen a desarrollar nuevos y peligrosos hábitos conductuales que ponen en riesgo su salud (Velasco, 2014). Al respecto, se conoce que cerca de 275 millones de personas, a nivel mundial (lo que es equivalente a un 5.6% de la población total de personas con edades que oscilan entre los 15 y 64 años), consumieron drogas, al menos una vez, durante el año 2016 (United Nations Office on Drugs and Crime [UNODC], 2018). Esta misma fuente revela que la dependencia a los psicoactivos no es ajena a la población adolescente, ya que, de los 275 millones de consumidores, cerca de 13.8 millones son jóvenes de 15 a 16 años.

De hecho, una de las etapas, del desarrollo humano, más vulnerables al fenómeno del consumo de psicoactivos es la etapa de la adolescencia. Esta es considerada como un período de transformación que conecta la etapa de niñez con la de la adultez, y la cual se estima que ocurre entre los 12 y 25 años de edad. Este período está caracterizado por una serie de cambios fisiológicos, biológicos, sociales y cognitivos que van desde el aspecto físico y los cambios hormonales hasta el desarrollo del cerebro (Caña, Michelini, Acuña y Godoy, 2015). Asimismo, Medina et al. (2015) concuerdan al afirmar que la adolescencia es un período muy importante para la madurez cerebral y, por estas razones, Ruíz et al. (2016) explican que el temprano consumo de psicoactivos puede generar cambios morfológicos en el cerebro e interferir con su adecuado desarrollo.

A pesar de esto, las encuestas siguen mostrando que el consumo de psicoactivos es mayor en la gente joven, y que el proceso de iniciación suele darse durante la adolescencia: específicamente entre los 12 y 17 años de edad (UNODC, 2018). Al respecto, algunos autores explican que la

iniciación se da en el período de la adolescencia ya que este está marcado por una serie de factores personales, propios de la etapa del ciclo de desarrollo en la que se encuentran, como lo son: la búsqueda de sensaciones y la experimentación de cosas desconocidas (Medina et al., 2015); la curiosidad, la rebeldía y la dificultad para enfrentarse a los problemas emocionales (Azorín, 2014); la toma de riesgos y la falta de control de los impulsos (Caña et al., 2015); la necesidad de enfrentarse a desafíos emergentes en el ámbito social y psicológico (UNODC, 2018) y el afrontamiento a diferentes situaciones estresantes (Muñoz y Arellanez, 2015).

Esta tendencia no es diferente en el Perú. La “IV Encuesta Nacional de Consumo de Drogas en la Población General de Perú-2010” registra un alto índice de consumo de drogas legales en todo el país: la prevalencia anual es de, aproximadamente, 54.7% en el caso del alcohol, y es de aproximadamente 21.1% en el caso del tabaco. Por otro lado, la misma encuesta registra que cerca de 180,700 peruanos consumieron al menos una vez, durante ese año, drogas ilegales, y siendo, de este total, 124, 364 el número de consumidores de marihuana (Comisión Nacional para el Desarrollo y Vida sin Drogas [DEVIDA], 2012).

Además, el “IV Estudio Nacional: Prevención y consumo de drogas en estudiantes de secundaria-2012” manifiesta que, entre los estudiantes, la marihuana es la droga ilegal con un mayor índice de consumo, siendo la edad de inicio, aproximadamente, entre los 12 y 14 años; en adición, este estudio demuestra que, para ese año, el 8.1% de los estudiantes ya había consumido alguna droga ilegal en algún momento de sus vidas. Específicamente, Lima Metropolitana registra índices de consumo, de drogas ilegales, que están por encima del promedio nacional (DEVIDA, 2013). Aparte, el “I Estudio sobre prevención y consumo de drogas en la población general de Lima Metropolitana y el Callao-2013” revela que, durante ese año, de una población representada de 5,436,338 personas, la mayor prevalencia en el consumo de drogas ilegales, con un 2.7%, recae sobre los jóvenes con edades que oscilan entre los 12 y 18 años (DEVIDA, 2014a).



Esta es la realidad social en la que se ubica esta institución. Se trata de un centro educativo de gestión no estatal que fue construido en el año 1967 con el objetivo de ofrecer un servicio educativo de calidad para los hijos del personal militar del Perú. El colegio cuenta con un total de 1340 alumnos, de los cuales 530 están en nivel secundaria, y tiene como visión lograr el reconocimiento nacional, e internacional, en materias de excelencia académica, docencia de calidad y la formación de una comunidad educativa cohesionada. Sin embargo, la realidad emocional que viven muchos de estos alumnos suele distar de ser óptima: la ausencia de la figura paterna, originada muchas veces por las necesidades del oficio militar, y los estilos de crianza, tanto autoritarios, como negligentes, son situaciones que se ven con bastante frecuencia y que pueden influir en la adopción de ciertas conductas de riesgo, por parte de los alumnos, como, por ejemplo, el consumo de drogas. Al respecto, es importante señalar que esta misma institución presenció, en el año 2018, un caso de venta y consumo de drogas dentro del mismo centro lo que, a su vez, motivó a la reestructuración del programa de prevención de drogas que el colegio venía realizando en años posteriores.

Por esta razón, para poder diseñar y ejecutar un efectivo programa de prevención, en lo referente al consumo de drogas, es importante entender y contextualizar los factores personales y ambientales, propios de esta comunidad educativa y del entorno al que pertenece, que podrían estar influyendo en el temprano inicio del uso de psicoactivos ilegales por parte de los alumnos (UNODC, 2018). Velasco (2014) concuerda al afirmar que las personas somos seres biopsicosociales y, por ende, debemos considerar el fenómeno del consumo de drogas como producto de la interacción de diversos factores personales y del contexto social.

En cuanto a los factores personales, es importante recalcar que los alumnos de las comunidades educativas se encuentran bajo la constante exposición a situaciones estresantes, y que en esta etapa de sus vidas muchos de ellos no cuentan con un adecuado desarrollo emocional (bajos niveles de autoestima, poco control de impulsos, etc.) y mucho menos con un efectivo repertorio

de estrategias para afrontar el estrés, lo cual incrementa las probabilidades de que caigan en el consumo de psicoactivos como una medida de escape temporal (Pérez et al., 2015).

Por otro lado, los factores del contexto social se pueden dividir en: el entorno familiar, el entorno amical y el entorno político-educativo. Primero, sobre el entorno familiar, resaltan ciertas variables comunes entre muchos adolescentes escolares: la incomprensión familiar, la poca comunicación con los miembros de la familia y el autoritarismo; sin embargo, una variable destaca, para los alumnos de esta institución educativa, sobre las demás y esa es la ausencia de figuras de autoridad o la ausencia de algún padre. Segundo, sobre el entorno amical, las variables que suelen influir sobre muchos estudiantes adolescentes son: la presencia de amigos consumidores, la presión grupal, la actitud favorable de los amigos con respecto al consumo y la comercialización de drogas dentro de la institución educativa o en la comunidad (DEVIDA, 2014b). Al respecto, diversas encuestas realizadas muestran que el 55.6% de los consumidores de marihuana, en Lima Metropolitana, se iniciaron con sus amigos del barrio, mientras que el 32.2% se iniciaron con sus compañeros de estudio; en adición, 27.5% de estos consumidores consideraron que es sencillo acceder a la marihuana (DEVIDA, 2014a). Por último, sobre el entorno político-educativo cabe decir que algunas de las sustancias psicoactivas ilegales, como la marihuana, son permitidas y toleradas por un buen porcentaje de la población (UNODC, 2018), por lo que falta reforzar el cumplimiento de la normatividad vigente y, de esta manera, difundir el rechazo a las drogas ilegales (Centro de Información y Educación para la Prevención del Abuso de Drogas [CEDRO], 2018). Además, es importante que esa difusión se acompañe de la transmisión de elementos psicoeducativos que cubran otro de los graves problemas que enfrenta la población adolescente: la escasa información que tienen sobre la problemática de consumir drogas y sus posibles consecuencias (DEVIDA, 2014b).

## **CAPÍTULO II: DESCRIPCIÓN DE LAS ACTIVIDADES Y TAREAS REALIZADAS**

A partir de lo expuesto, se propuso el desarrollo de un nuevo programa de prevención de drogas que actúe desde el contexto de esta institución educativa y que incida en la población estudiantil del nivel secundaria, con el objetivo de disminuir la cantidad de alumnos dispuestos a iniciarse en el consumo de drogas, y a insertarse en un ciclo adictivo que perjudicaría su adecuado desarrollo cognitivo, emocional y social. Las actividades propuestas exigieron el cumplimiento de las siguientes funciones por parte del equipo de psicología: diseñar y ejecutar talleres psicoeducativos; programar y realizar dinámicas grupales; realizar las evaluaciones del programa y elaborar reportes de los resultados del programa.

A continuación, se procederá a describir las actividades realizadas en este programa:

### **2.1 Elaboración y reparto de material psicoeducativo**

Una de las estrategias más conocidas para enfocar los programas de prevención en consumo de drogas es la estrategia centrada en la difusión de conocimientos. Este planteamiento busca esclarecer las dudas existentes sobre el consumo de psicoactivos y destacar los aspectos perjudiciales que este puede tener sobre la salud (Erraez, León y Lojano, 2016). Además, estos mismos autores señalan que, si bien el impacto de las estrategias psicoeducativas es limitado, sus efectos son positivos, por lo que estas son una herramienta valiosa.

Por esta razón, se empleó un enfoque psicoeducativo que buscó actuar específicamente sobre los padres de familia por la poderosa influencia que ejercen sobre el desarrollo de sus hijos y sobre el contexto en el que se desenvuelven. Giler y Vera (2016) concuerdan al explicar que la familia es el pilar emocional de todos

los niños y, por esta razón, constituye uno de los factores protectores más importantes para combatir el consumo de drogas.

Para estas actividades los objetivos propuestos fueron los siguientes: informar a los padres de familia sobre los efectos de las drogas legales, e ilegales, más consumidas en el Perú; concientizarlos sobre los efectos perjudiciales de fumar tabaco frente a menores de edad. Involucrarlos en la detección temprana de conductas de riesgo, de los alumnos, e informar sobre posibles medidas de acción que se pueden tomar en caso de consumo; y, por último, sensibilizarlos sobre la importancia de su rol como factor protector en el desarrollo de sus hijos. Las actividades realizadas fueron las siguientes:

Primero, se diseñaron, elaboraron y pegaron afiches informativos en los diferentes murales que están ubicados frente a los salones de secundaria. La información incluida estaba orientada a imágenes (personas tristes consumiendo cigarros o acompañados de hojas de marihuana) con datos concisos sobre los efectos negativos de consumir estas sustancias. El objetivo de esta actividad fue el de sensibilizar a la comunidad estudiantil sobre los efectos de estas drogas.

Segundo, se redactó y envió, vía correo electrónico, a los padres de familia, un documento, titulado “¿Cómo mejorar la comunicación con mi hijo?”, que contenía una serie de consejos y estrategias para adaptar los estilos de comunicación de los padres a las necesidades de sus hijos y, así, desarrollar los canales de comunicación dentro de la familia. Para esto, se utilizaron técnicas como la bidireccionalidad de la comunicación, mostrar interés por los gustos del otro, la escucha activa y la discusión de las propias emociones, sugeridas por los autores Medina, Álvarez y Hernández (2017) en su investigación “Comunicación entre padres e hijos adolescentes”.

Tercero, se diseñó, elaboró y envió, vía correo electrónico, a padres de familia, un folleto, titulado “Un hogar libre de drogas”, que informaba sobre el importante rol que tienen los padres como factor protector de sus hijos, y sobre lo vital que es estar atentos a posibles conductas de riesgo. De esta manera, el folleto expone algunos de los cambios conductuales, físicos y sociales que los adolescentes pueden vivenciar cuando se están iniciando en el consumo de psicoactivos, de modo que estos casos se puedan detectar tempranamente. Algunos de estos cambios fueron expuestos por Tamayo (2016) en su artículo “Cómo detectar si un adolescente consume drogas”.

Cuarto, se diseñó, elaboró y envió, vía correo electrónico, a padres de familia, una infografía, titulada “Motivos para dejar de fumar”, que mostraba lo siguiente: la imagen de una mujer feliz y saludable enfrentándose a un cigarro poco saludable; luego, de la imagen de la mujer se desprenden una serie de datos concisos que explicaban los efectos negativos, a largo plazo, de consumir tabaco.

Por último, se diseñó, elaboró y repartió, durante una reunión, a los padres de familia, un tríptico, titulado “Crecer sin drogas”, que contenía información relevante sobre los componentes y los efectos de las diferentes drogas legales e ilegales: el alcohol, el tabaco, la marihuana, la cocaína y el PBC. En adición, se expusieron algunos consejos sobre qué hacer en caso de que alguien conocido esté consumiendo alguna de estas sustancias.

## **2.2 Programación y exposición de talleres**

El diseño de los talleres para el programa de prevención de drogas tuvo dos enfoques principales: el psicoeducativo, por todos los beneficios, mencionados anteriormente, que expone la investigación de Erraez et al. (2016), y el de participación activa, que buscó incrementar la eficacia del programa a través del

involucramiento de los estudiantes y de su interacción, tanto con los expositores, como con la información propuesta (Ortega, 2018). Los talleres realizados fueron los siguientes:

Primero, se diseñó y elaboró una exposición en power point, de ocho diapositivas, titulada “Técnicas para el manejo del estrés”, que se dictó a todos los alumnos de cuarto y quinto de secundaria. Esta tuvo como objetivo general: reducir los niveles de estrés percibidos por los alumnos, y como objetivos específicos: brindar estrategias de afrontamiento al estrés que sean percibidas como útiles, y normalizar las emociones que los alumnos tienen frente a las situaciones estresantes. El contenido de las exposiciones estuvo orientado por el modelo de Lazarus y Folkman (1984) que explica el ciclo del estrés centrándose en los procesos cognitivos que ocurren luego de que se evalúa una situación estresante y explica las diferentes reacciones que las personas pueden tener hacia el estrés. Finalmente, se utilizó una técnica de manejo del estrés centrada en la emoción: “relaxation breathing”, explicada por Lewis et al. (2017), quienes aseguran que esta es una de las técnicas que mejor pueden detener la respuesta ante una situación estresante, ya que libera la tensión muscular.

Segundo, se diseñó y elaboró una exposición de power point, de veintinueve diapositivas, titulada “Drogas”, que se dictó a todos los alumnos de cuarto y quinto de secundaria. La exposición tuvo un enfoque psicoeducativo, que incluía información sobre las consecuencias de consumir alcohol, tabaco, marihuana y cocaína, y, también, fomentó la participación activa de los alumnos para poder dar respuesta a cualquier duda, o inquietud, que puedan tener con respecto al consumo de drogas, a través de una actividad tipo debate. El objetivo de este taller fue el de: reducir el número de alumnos que están dispuestos a consumir drogas; por otro

lado, los objetivos específicos fueron: concientizar a los alumnos sobre los riesgos de consumir drogas legales e ilegales, e involucrar activamente al alumnado en la búsqueda de información sobre las drogas.

Tercero, se diseñó y elaboró una exposición de power point, de nueve diapositivas, titulada “Las emociones”, que se dictó a todos los alumnos de cuarto y quinto de secundaria. La exposición contó con material psicoeducativo, enfocado en explicar el origen de las emociones y la importancia de reconocer nuestras emociones, y con dos actividades interactivas: el árbol de emociones y el universo de emociones. La actividad del “árbol de emociones” funcionó como una especie de “pre-test, post-test” en la que los alumnos debían identificar qué emoción estaban sintiendo, tanto antes como después del taller, y pegarlo en una cartulina al frente del salón utilizando papeles de colores (amarillo: alegría; azul: tristeza; rojo: enfado; verde: fastidio; morado: miedo). Por otra parte, la actividad del “universo de emociones” consistió en crear, grupalmente, una galaxia de emociones en las cuales pequeñas emociones se desprenden y derivan de emociones generales: el objetivo fue identificar qué emociones pueden desprenderse de las emociones básicas. Para realizar estas actividades se utilizó el material didáctico propuesto por Bisquerra (2015) y siguiendo el modelo de educación emocional, propuesto por la psicología positiva, que tiene el objetivo de desarrollar las competencias emocionales y el bienestar de las personas (Bisquerra y Hernández, 2017). Por último, el objetivo de este taller fue el de sensibilizar a los alumnos sobre la importancia de reconocer las propias emociones y de poder expresarlas asertivamente.

### **CAPÍTULO III: RESULTADOS DE LA INTERVENCIÓN**

El diseño del programa de prevención del consumo de drogas fue recibido positivamente y contó con el apoyo y el soporte de todo el personal administrativo del colegio. La necesidad de actuar y de responder ante el problema de venta y consumo de drogas, dentro de la institución, abrió las puertas a la reestructuración de un programa que, en años anteriores, solo había contado con elementos psicoeducativos orientados a las drogas; así, el nuevo programa fue diseñado con un enfoque no solo en la psicoeducación, sino también en la participación activa y en la acción sobre diferentes factores de riesgo personales y ambientales como, por ejemplo, el manejo del estrés y el control emocional.

La realización de las actividades programadas se llevó a cabo sin mayores dificultades. La administración del colegio dispuso de los materiales y de los espacios físicos necesarios para efectuar las sesiones; también, se cumplieron con los tiempos programados para cada sesión, por lo que el programa no presenció retrasos de ningún tipo. Por otra parte, si bien no hubo retrasos en el cronograma, una de las evaluaciones periódicas del programa reveló el incumplimiento de las metas propuestas para una actividad, con respecto a un grupo específico, por lo que se decidió adaptar el programa a estas necesidades insatisfechas y, así, organizar tres nuevas sesiones para trabajar con la población objetivo.

La actitud de los alumnos, con respecto a las actividades y talleres propuestos, fue, en general, positiva. Muchos de los estudiantes mostraron disposición y entusiasmo al momento de realizar las actividades interactivas como el árbol de emociones, el universo de emociones y el “relaxation breathing”; además, se mostraron respetuosos y participativos durante los debates y se vieron inclinados a realizar preguntas para resolver sus dudas.

Por otro lado, también se contó con el apoyo de los padres de familia y profesores: los talleres y las diferentes sesiones se realizaron en los horarios de tutoría y contaron con el soporte de los



maestros para poder supervisar a los estudiantes durante la ejecución de los mismos. No obstante, cabe resaltar que el apoyo brindado por los diferentes agentes de la comunidad educativa tuvo límites: muy pocas familias asistieron a las reuniones de padres de familia organizadas para discutir el tema de consumo de drogas y la supervisión de los profesores no siempre logró fomentar el orden y el silencio durante las exposiciones. Por estas razones, no se puede asegurar que la intervención realizada haya asegurado el nivel de involucramiento deseado, por parte de profesores y padres de familia.

En este sentido, las metas propuestas, con respecto a la participación de padres de familia, no pudieron alcanzarse. Para el logro de estas, los jefes del área de psicología del colegio organizaron y participaron en una reunión para las 224 familias que integran los grados de cuarto y quinto de secundaria, con el objetivo de conversar sobre el consumo de psicoactivos, recibir feedback sobre el material que se les había entregado y establecer posibles pautas de acción. La meta se fijó en recibir a 115 familias y en lograr que 80 familias perciban que los materiales, que se les fue otorgados, fueron útiles e informativos. Sin embargo, de las 224 familias invitadas solo asistieron 36, y de estas el 94% consideró que el material brindado fue útil; a pesar de esto, se consideró que este resultado no representaba a toda la población a la que se dirigió la actividad.

Con respecto a este resultado, cabe notar que las reuniones, para padres de familia, que realiza la institución suelen programarse para horarios matutinos, por lo que es posible que los padres de familia estén muy cansados, o muy ocupados con el horario de su jornada laboral, como para asistir a estas charlas. Además, la frecuencia de las inasistencias, en experiencias pasadas, ha generado que el colegio mantenga una actitud pesimista con respecto a la posibilidad de proponer una situación ideal que logre la asistencia de las familias lo cual, a su vez, pudo contribuir con el fracaso de las metas propuestas.

Por otra parte, para los talleres y las actividades enfocadas en los alumnos, las metas sí pudieron alcanzarse. En este caso las metas se dividieron en: metas de seguimiento y metas de impacto.

Primero, las metas de seguimiento estaban orientadas a definir el grado de satisfacción de los estudiantes con respecto a los talleres, las actividades presentadas y el contenido transmitido; para esto, se diseñó una breve encuesta personal, anónima, en la cual los estudiantes podían, abiertamente, criticar aspectos de los talleres, brindar consejos, resaltar aspectos que más disfrutaron y, finalmente, evaluar, utilizando una escala de tipo Likert, su nivel de satisfacción final con respecto a la actividad. Así, para cada uno de los talleres brindados por el equipo de psicología, para los grados de cuarto y quinto de secundaria, se fijó la meta de seguimiento en lograr que el 54% de los estudiantes afirme sentirse satisfecho con la exposición y con la metodología propuesta. Específicamente, el taller sobre “técnicas para el manejo del estrés” logró superar esta meta con un 65% de los alumnos afirmando sentirse satisfechos, para el taller “sobre drogas” los resultados mostraron un grado de satisfacción del 57%, mientras que el taller sobre el “control de emociones” resultó en un 63% de satisfacción total. En los aspectos cualitativos, algunos alumnos resaltaron su descontento con las actividades ya que: “les quita tiempo para estudiar” y “se dicen cosas obvias”, mientras que otros alumnos resaltaron aspectos positivos al mencionar que “las técnicas utilizadas fueron novedosas y divertidas” y que “les gustó mucho poder conversar sobre el tema”.

Segundo, las metas de impacto estaban orientadas a medir el efecto duradero que los talleres y actividades tuvieron sobre los estudiantes; para esto, se diseñaron dos encuestas personales de corta duración, anónimas.

La primera de estas encuestas se aplicó como pre-test y post-test, tanto antes de iniciar el programa, durante el primer bimestre, como después de finalizar el programa, durante el cuarto bimestre, y tuvo como objetivo medir los cambios actitudinales de los alumnos con respecto al consumo de drogas. Los resultados iniciales mostraron que, de 224 alumnos, un 79% demostró

tener actitudes de rechazo, 17% de alumnos estaban indecisos y 4% tenían actitudes orientadas al consumo de psicoactivos. La meta se fijó en lograr un 85% de alumnos con actitudes de rechazo al finalizar el programa. Esto se llegó a cumplir, ya que los resultados finales mostraron que el 90% acabó afirmando tener actitudes de rechazo hacia el consumo de drogas. Sin embargo, cabe mencionar que no se logró incidir sobre el 4% de alumnos que tenían actitudes orientadas al consumo, lo cual puede deberse a que el programa estuvo orientado a influir sobre una población de alumnos indecisos, no consumidores, para reducir el número de estudiantes dispuestos a iniciarse, en el futuro, en el consumo de psicoactivos, y no tanto a influir sobre aquellos que ya son consumidores regulares; por esta razón, se considera que este es un aspecto muy relevante para considerar en futuras intervenciones.

La segunda de las encuestas se aplicó una sola vez, al terminar el programa, y tuvo como objetivo medir el nivel de utilidad percibida, por parte de los alumnos, con respecto a las técnicas brindadas para manejar las situaciones de estrés. Fueron 224 los alumnos encuestados, la meta se fijó en lograr que el 65% use, al menos una vez, las técnicas enseñadas, y en lograr que el 45% perciba que las técnicas le hayan sido útiles. Sin embargo, en esta ocasión la meta no se alcanzó por un margen corto; los resultados muestran que el 59% afirmó haber utilizado las técnicas, mientras que el 37% mencionó que estas le fueron útiles. Esto sugiere la necesidad de abarcar una mayor variedad de técnicas que puedan adaptarse a las diferentes necesidades que tienen los estudiantes del colegio.

Es importante resaltar que se espera poder realizar nuevamente estas encuestas durante el primer bimestre del año 2019 para, así, poder medir el impacto del programa, luego de 6 meses de finalizado, y generar nuevas propuestas que aumenten la eficacia de futuras intervenciones.

De esta manera, las metas cumplidas y los resultados obtenidos indican que los alumnos disfrutaron ampliamente de la unión entre el enfoque psicoeducativo y el de participación activa que tuvieron las actividades y exposiciones. Esto concuerda con lo estipulado en las

investigaciones de Erraez et al. (2016) y Ortega (2018) quienes afirman que la estrategia de transmisión de la información es una herramienta valiosa, bien recibida y que contribuye a cambios actitudinales positivos, pero que también es importante acompañarla de otras estrategias, como el entrenamiento en habilidades de afrontamiento y la participación activa, para incrementar la eficacia de los programas y la satisfacción generada por estos. En este sentido, los enfoques psicoeducativos y de participación activa, a través de la difusión de conocimientos y la generación de espacios de debate, contribuyeron al cumplimiento de las metas propuestas: lograron el involucramiento de los alumnos y su satisfacción con respecto a las sesiones realizadas; generaron cambios actitudinales positivos, en los estudiantes, con respecto al consumo de drogas; ayudaron a despejar dudas y a romper mitos. En general, contribuyeron a reducir el número de alumnos dispuestos a consumir sustancias psicoactivas en el futuro.

Finalmente, los resultados de este programa aportan a la construcción de nuevos conocimientos sobre los enfoques y técnicas que influyen positivamente en las nuevas generaciones de estudiantes limeños. Si bien es cierto que la eficacia de los modelos psicoeducativos y de participación activa han sido estudiados y puestos a prueba en el pasado, también es cierto que, con el paso de los años, las generaciones van cambiando, y con ellas sus características y necesidades. Por esta razón, se considera importante actualizar la eficacia de los enfoques antiguos con las nuevas generaciones, para, así, poder adaptar dichos modelos a las características y necesidades de la nueva población; además, también es importante estudiar las nuevas costumbres de estas personas, para poder generar nuevas técnicas de abordaje que estén alineadas con sus estilos de vida. De esta manera, esperamos que este programa contribuya a la generación de nuevas investigaciones destinadas a proponer y estudiar la eficacia de nuevos modelos de abordaje para la realización de programas de prevención de consumo de drogas en estudiantes limeños.

## CONCLUSIONES

- La implementación de estrategias de psicoeducación y participación activa lograron el involucramiento y la satisfacción general de los alumnos, con respecto al programa propuesto, ya que estos generaron un espacio de comunicación abierta que permitió aclarar dudas y romper con algunos mitos sobre el consumo de drogas.
- La generación de espacios de debate, y de difusión de conocimientos, influyó positivamente en el cambio actitudinal de los alumnos que dudaban sobre los aspectos perjudiciales del consumo de psicoactivos. Sin embargo, se determinó que, para lograr el cambio actitudinal de aquellos alumnos que muestran conductas orientadas al consumo de drogas, se requiere de una intervención más especializada, e individual, que busque actuar sobre diferentes factores protectores y de riesgo.
- La propuesta de herramientas y técnicas no logró, en todos los casos, obtener la atención de los alumnos y lograr efectos positivos en ellos. Eso sugiere que, para aumentar la eficacia del programa de prevención, es necesario proponer técnicas y actividades que estén adaptadas a las características y necesidades de las nuevas generaciones de estudiantes, de modo que un mayor número de ellos las utilicen y las lleguen a percibir como útiles.
- La poca asistencia de las familias a la convocatoria, realizada por el colegio, no permitió generar un espacio de diálogo sobre el tema de consumo de drogas ni el material psicoeducativo brindado; por lo cual, no se pudo conocer la opinión de los padres respecto a estos, lo cual fue uno de los objetivos planteados.

## **RECOMENDACIONES**

A continuación, se presentarán sugerencias para la institución educativa:

- Proponer y ejecutar nuevas técnicas y actividades como, por ejemplo, el video foro y el desarrollo de habilidades sociales, que fomenten la participación y el involucramiento de los alumnos para, así, aumentar la eficacia del programa.
- Implementar nuevas estrategias, no presenciales, como, por ejemplo, el foro virtual, que permitan suscitar el involucramiento de las familias en la discusión abierta de ciertos temas relevantes para sus hijos.
- Desarrollar un nuevo enfoque de acción que permita abordar, de manera individual, aquellos casos en los que el consumo de sustancias psicoactivas ya está presente para intervenir sobre los factores, personales y del contexto social, que están reforzando la conducta de consumo y, así, reducir las probabilidades de que se inicie un ciclo adictivo.

## REFERENCIAS

- Azorín, C. (2014). ¡Abre los ojos! Un proyecto de mejora educativa para la prevención de drogas en adolescentes. *Revista Complutense de Educación*, 27(1), 141-159.
- Bisquerra, R. (2015). *Universo de emociones* (1ª ed.). Valencia: PalauGea.
- Bisquerra, R., y Hernández, S. (2017). Psicología positiva, educación emocional y el programa aulas felices. *Papeles del Psicólogo*, 38(1), 58-65. Recuperado de <http://diposit.ub.edu/dspace/bitstream/2445/120779/1/671127.pdf>
- Caña, M., Michelini, Y., Acuña, I., y Godoy, J. (2015). Efectos de la impulsividad y el consumo de alcohol sobre la toma de decisiones en los adolescentes. *Health and Addictions*, 15(1), 55-66. Recuperado de <http://ojs.haaj.org/index.php/haaj/article/view/231/234>
- Centro de Información y Educación para la Prevención del Abuso de Drogas (2018). *El problema de las drogas en el Perú 2018*. Recuperado de <http://www.repositorio.cedro.org.pe/handle/CEDRO/378>
- Comisión Nacional para el Desarrollo y Vida sin Drogas (2012). *IV Encuesta nacional de consumo de drogas en la población general del Perú-2010*. Recuperado de <http://www.devida.gob.pe/documents/20182/97792/Informe-Ejecutivo-Encuesta-Nacional-sobre-Consumo-de-Drogas-en-Poblaci%C3%B3n-General-Per%C3%BA-2010.pdf/529e8f42-3641-4b5d-a787-54b626de0742>
- Comisión Nacional para el Desarrollo y Vida sin Drogas (2013). *IV Estudio nacional: Prevención y consumo de drogas en estudiantes de secundaria 2012*. Recuperado de [http://www.devida.gob.pe/documents/20182/97548/Informe-Ejecutivo\\_IV-Estudio-Nacional-Preveni%C3%B3n-y-Consumo-de-Drogas-en-Estudiantes-de-Secundaria-2012.pdf/5446ffbc-39a1-4573-8f61-cd5bca027d4b](http://www.devida.gob.pe/documents/20182/97548/Informe-Ejecutivo_IV-Estudio-Nacional-Preveni%C3%B3n-y-Consumo-de-Drogas-en-Estudiantes-de-Secundaria-2012.pdf/5446ffbc-39a1-4573-8f61-cd5bca027d4b)
- Comisión Nacional para el Desarrollo y Vida sin Drogas (2014a). *I Estudio sobre prevención y consumo de drogas en la población general de Lima Metropolitana y el Callao-2013*. Recuperado de [https://devida.gob.pe/documents/20182/96750/I\\_Estudio\\_Lima\\_Callao\\_completo.pdf/339bf21c-b05a-4c01-a39c-0f87d3b2f572](https://devida.gob.pe/documents/20182/96750/I_Estudio_Lima_Callao_completo.pdf/339bf21c-b05a-4c01-a39c-0f87d3b2f572)
- Comisión Nacional para el Desarrollo y Vida sin Drogas (2014b). *Manual para la prevención del consumo de drogas*. Recuperado de <https://devida.gob.pe/documents/20182/97343/Manual-para-la-prevenci%C3%B3n-del-consumo-de-drogas.pdf/6bbbf1b-b23f-4796-8c24-5c73583be8ff>
- Erraez, A.A., León, L.A., y Lojano, J.M. (2016). *Aplicación de un programa educativo y de autoestima para la prevención del consumo de drogas en el instituto pedagógico intercultural bilingüe "Quilloac", ciudad de Cañar, 2015* (Tesis de licenciatura, Universidad de Cuenca, Ecuador). Recuperada de <http://dspace.ucuenca.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/23541/1/Tesis%20Pregrado.pdf>

- Giler, M.M., y Vera, D.A. (2016). *Rol familiar y el consumo de alcohol y drogas en adolescentes de la unidad educativa Simón Bolívar de Portoviejo período de septiembre a diciembre del 2016* (Tesis de maestría, Pontificia Universidad Católica del Ecuador, Quito). Recuperada de <http://repositorio.puce.edu.ec/bitstream/handle/22000/12893/ROL%20FAMILIAR%20Y%20EL%20CONSUMO%20DE%20ALCOHOL%20YO%20DROGAS%20EN%20ADOLESCENTES%20DE%20LA%20UNIDAD%20EDUCATIVA%20SIM%C3%93N%20BOL%C3%8DV.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Lazarus, R.S., y Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal and coping*. Manhattan, NY: Springer Publishing Company.
- Lewis, S.L., Bucher, L., Heitkemper, M.M., Harding, M.M., Kwong, J., y Roberts, D. (2017). *Medical-surgical nursing: Assessment and Management of clinical problems* (10th ed.). St. Louis, MO: Elsevier.
- Medina, M.E., Rafful, C., Villatoro, J.A., Oliva, N., Bustos, M., y Moreno, M. (2015). Diferencias sociodemográficas entre usuarios de inhalables, usuarios de otras drogas y adolescentes no consumidores en una muestra mexicana de estudiantes. *Revista Internacional de Investigación en Adicciones*, 1(1), 6-15. Recuperado de <http://riiad.org/index.php/riiad/article/view/riiad.2015.1.02/120>
- Medina, P., Álvarez, A., y Hernández, V.M. (2017). Comunicación entre padres e hijos adolescentes. *Jóvenes en la Ciencia*, 3(2), 432-437. Recuperado de <http://www.jovenesenlaciencia.ugto.mx/index.php/jovenesenlaciencia/article/view/1751/1254>
- Muñoz, A.N., y Arellanez, J.L. (2015). Estrés psicosocial, estrategias de afrontamiento y consumo de drogas en adolescentes. *Revista de Psicología y Ciencias del Comportamiento de la Unidad Académica de Ciencias Jurídicas y Sociales*, 6(2), 1-20.
- Ortega, R. (2018). *Técnicas conductuales para prevenir el consumo de drogas en los adolescentes de noveno año paralelo a, del colegio de bachillerato 27 de febrero, 2017-2018* (Tesis de licenciatura, Universidad Nacional de Loja, Ecuador). Recuperada de <http://dspace.unl.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/20719/1/Rosario%20del%20Carmen%20Ortega%20Sigcho.pdf>
- Pérez, M., Gázquez, J.J., Molero, M., Cardila, F., Martos, A., Barragán, A.B., ..., y Mercader, I. (2015). Impulsividad y consumo de alcohol y tabaco en adolescentes. *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*, 5(3), 371-382. Recuperado de <https://www.formacionasunivep.com/ejihpe/index.php/journal/article/view/139/116>
- Ruíz, A.E., Ortega, I., Belmont, O.A., Méndez, M., y Prospéro, O. (2016). Marihuana y sus efectos sobre el cerebro, la toma de decisiones y la inteligencia. Una revisión narrativa. *Revista Internacional de Investigación en Adicciones*, 2(2), 46-56. Recuperado de <http://riiad.org/index.php/riiad/article/view/riiad.2016.2.06/156>



Tamayo, T. (2016). *Cómo detectar si un adolescente consume drogas*. Recuperado de <http://aps.issis.gob.sv/familia/adolescencia/C%C3%B3mo%20detectar%20si%20un%20adolescente%20consume%20drogas>

United Nations Office on Drugs and Crime (2018). *World Drug Report 2018*. Recuperado de [https://www.unodc.org/wdr2018/prelaunch/WDR18\\_Booklet\\_4\\_YOUTH.pdf](https://www.unodc.org/wdr2018/prelaunch/WDR18_Booklet_4_YOUTH.pdf)

Velasco, R. (2014). *La escuela ante las drogas* (1ª ed.). Ciudad de México: Trillas

## **APÉNDICES**

# APÉNDICE 1: MATRIZ DE ACTIVIDADES

## MATRIZ DE ACTIVIDADES - 2018

MATERIAL	DESCRIPCIÓN	OBJETIVO	META	FECHA	DESTINATARIO	RESPONSABLE
Carteles sensibilizadores	Carteles y afiches informativos con imágenes y frases sensibilizadoras	Sensibilizar a la comunidad educativa sobre los efectos del consumo de drogas a temprana edad.	Sensibilizar comunidad educativa. Lograr que la problemática se visualice.	Primer Bimestre	Alumnos Profesores	Alvaro Kathy Andrea
"Los padres: protagonistas en la educación de sus hijos"	Artículo informativo con el fin de resaltar la importancia del rol de los padres en la educación de sus hijos	Involucrar y concientizar a los padres sobre la importancia de su función como factores protectores en el desarrollo de sus hijos	Reunión de padres a cargo de jefes de psicología. Buenos comentarios.	Primer Bimestre	Padres de familia	Kathy Andrea
"Cómo mejorar la comunicación con mi hijo"	Artículo con estrategias y consejos para mejorar la comunicación con los hijos	Brindar estrategias que permitan optimizar el vínculo comunicativo entre padres e hijos.	Reunión de padres a cargo de jefes de psicología. Buenos comentarios.	Primer Bimestre	Padres de familia	Alvaro Kathy Andrea
"Día mundial sin tabaco"	Folleto informativo sobre el día mundial sin tabaco. Efectos negativos de fumar tabaco.	Concientizar a padres de familia sobre las posibles consecuencias de fumar tabaco.	Reunión de padres a cargo de jefes de psicología. Buenos comentarios.	Segundo Bimestre	Padres de familia	Kathy

"Motivos para dejar de fumar"	Infografía sobre los beneficios de dejar de fumar.	Concientizar a padres de familia sobre los beneficios de dejar de fumar tabaco.	Reunión de padres a cargo de jefes de psicología. Buenos comentarios.	Segundo Bimestre	Padres de familia	Alvaro Andrea
"Un hogar libre sin drogas"	Folleto informativo con pautas para detectar conductas de riesgo.	Involucrar a los padres de familia en la temprana detección de posibles conductas de riesgo que puedan llevar a sus hijos al consumo de drogas.	Reunión de padres a cargo de jefes de psicología. Buenos comentarios.	Segundo Bimestre	Padres de familia	Alvaro Kathy Andrea
"Yo como profe también soy parte"	Folleto informativo con pautas para detectar conductas de riesgo dentro de la I.E. y posibles acciones a tomar	Involucrar a los profesores en la temprana detección de posibles conductas de riesgos que presenten los alumnos dentro de la institución que los puedan llevar al consumo de drogas.	Reunión con profesores a cargo de jefes de psicología. Planteamiento de planes de acción.	Segundo Bimestre	Profesores	Andrea
"Crecer sin drogas"	Tríptico informativo sobre las diferentes drogas legales e ilegales más comunes.	Concientizar a los padres de familia sobre los efectos de las diferentes drogas y las acciones que pueden tomar frente al consumo.	Reunión de padres a cargo de jefes de psicología. Buenos comentarios.	Tercer Bimestre	Padres de familia	Alvaro Lucero Rafael

TALLERES	DESCRIPCIÓN	OBJETIVO	META	FECHA	DESTINATARIO	RESPONSABLE
"Manejo de estrés"	Presentación de PPT. Contenido orientado a informar sobre el ciclo del estrés, los tipos de estrés y la influencia de los pensamientos al momento de sentir "estrés". Se finaliza con técnica de respiración para relajar músculos.	Reducir los niveles de estrés percibidos por los alumnos. <ul style="list-style-type: none"> <li>Brindar distintas estrategias de afrontamiento de estrés que les permitan actuar frente a situaciones estresantes.</li> <li>Normalizar las emociones que tienen frente a las situaciones de estrés.</li> </ul>	54% alumnos satisfechos  65% usa técnicas al menos una vez  45% percibe que técnicas utilizadas fueron útiles	Primer Bimestre	Alumnos de IV y V de secundaria (224 alumnos)	Alvaro Kathy Andrea
"Drogas"	Presentación de PPT. Contenido orientado a informar sobre los efectos negativos de consumir diferentes drogas. Actividad de debate: discutir mitos sobre el consumo de drogas y responder	Reducir el número de alumnos que están dispuestos a consumir drogas <ul style="list-style-type: none"> <li>Concientizar a los alumnos sobre los posibles riesgos, tanto corto, mediano y largo plazo del consumo de drogas, legales e ilegales.</li> <li>Involucrar activamente en la búsqueda información y</li> </ul>	54% alumnos satisfechos  80% muestra actitudes de rechazo hacia el consumo de drogas	Segundo Bimestre		Alvaro Kathy Andrea

"Drogas - CEDRO"	Presentación de PPT dictadas por CEDRO. Grados se dividirán en dos. Cada división recibirá dos exposiciones en dos sesiones diferentes. Los contenidos estarán orientados a informar y a romper mitos. Se incluirán drogas más contemporáneas como el cigarrillo electrónico.	Brindar información profesional con más detalle sobre el consumo de drogas a los alumnos de secundaria. <ul style="list-style-type: none"> <li>Romper mitos sobre el consumo de drogas</li> <li>Poner en contacto a los alumnos con especialistas para aclarar mayores dudas sobre el consumo de drogas y sus consecuencias</li> </ul>	54% alumnos satisfechos	Tercer Bimestre	Alumnos de secundaria (530 alumnos)	CEDRO  Supervisión:  Alvaro Kathy Lucero Rafael
------------------	---	--	-------------------------	-----------------	-------------------------------------	--

“Control de Emociones”	Presentación de PPT. Contenido orientado a generar, a través de dinámicas interactivas, conciencia sobre las propias emociones, a identificar nuestras emociones y la de los demás, y a conocer el origen de emociones. Actividades: árbol de emociones y Universo de emociones.	<p>Aumentar el número de alumnos capaces de gestionar sus emociones</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Brindar herramientas para el reconocimiento emocional</li> <li>• Sensibilizar sobre la importancia del manejo emocional y la expresión asertiva de las emociones</li> </ul>	<p>54% alumnos satisfechos</p> <p>65% usa técnicas al menos una vez</p> <p>45% percibe que técnicas utilizadas fueron útiles</p>	Tercer Bimestre	Alumnos de IV y V de secundaria (224 alumnos)	Alvaro Kathy Lucero
------------------------	--	--	--	-----------------	---	---------------------

“Drogas” (Apoyo al área de psicología de I, II y III de secundaria)	Presentación de PPT. Contenido orientado a informar sobre los efectos negativos de consumir diferentes drogas. Actividad de debate: discutir mitos sobre el consumo de drogas y responder preguntas de alumnos.	<p>Reducir el número de alumnos que están dispuestos a consumir drogas</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Concientizar a los alumnos sobre los posibles riesgos, tanto corto, mediano y largo plazo del consumo de drogas, legales e ilegales.</li> <li>• Involucrar activamente en la búsqueda información y disipación de dudas respecto al consumo de drogas.</li> </ul>	<p>54% alumnos satisfechos</p> <p>95% muestra actitudes de rechazo hacia el consumo de drogas</p>	Cuarto Bimestre	Alumnos de I, II y III de secundaria (306 alumnos)	Sandro Merien Kathy Rafael
--	---	---	---	-----------------	--	----------------------------