

UNIVERSIDAD CIENCIAS DE LA CULTURA FÍSICA Y EL DEPORTE.

“MANUEL FAJARDO RIVERO “

VILLA CLARA.

*Tesis en opción al grado académico de Máster en
Actividad Física en la Comunidad.*

*Título: Estrategia educativa para la prevención del consumo
de drogas legales en la Sede de Cultura Física de Camajuaní.*

Autora: Lic. Leonides Midiala Bermúdez Raimundo.

Año 2009

“Año del 50 Aniversario del Triunfo de la Revolución

UNIVERSIDAD CIENCIAS DE LA CULTURA FÍSICA Y EL DEPORTE.

“MANUEL FAJARDO RIVERO “

VILLA CLARA.



FACULTAD DE CULTURA FÍSICA
VILLA CLARA, “MANUEL FAJARDO”

*Tesis en opción al grado científico de Máster en
Actividad Física en la Comunidad.*

*Título: Estrategia educativa para la prevención del consumo
de drogas legales en la Sede de Cultura Física de Camajuaní.*

Autora: Lic. Leonides Midiala Bermúdez Raimundo.

Tutora: MSc. Maria del Carmen Menéndez Carrasco.

Consultante: MSc. Emelia Sánchez Navarro.

2009

“Año del 50 Aniversario del Triunfo de la Revolución “

“Dejar de prever es un delito público y un delito mayor, no obrar, por incapacidad o, por miedo”

José Martí



Dedicatoria:

Este trabajo se lo dedico a:

Especialmente a mis hijos Danys y Daril fuentes inagotables de energía para vencer las dificultades y reveses de la vida, por increíblemente duras que estas puedan ser. Ustedes son mis razones para continuar luchando.

A mis padres, por su cariño, dedicación y ayuda constante, han sido siempre mi gran apoyo.

A mi esposo, por su confianza en mis resultados apoyándome con su cariño y comprensión al liberarme de tareas que me dejaron tiempo para dedicarlo a este esfuerzo.

A los jóvenes estudiantes, con la aspiración de que eviten caer en la trampa de las drogas y conozcan a este enemigo en acecho antes de convertirse en sus víctimas.

A la Revolución Cubana que me ha permitido llegar hasta aquí.

A mi querido Comandante Fidel por enseñarme que solo hay un camino para vencer las dificultades. Luchar, Luchar, Luchar...

Agradecimientos:

A mi tutora: María del Carmen, que a la par de ser una guía certera, me brindó una efectiva orientación y una lección de infinita paciencia y sabiduría, resultando una gran amiga, llegue la gratitud de esta alumna que la recordará siempre.

A mi eterna amiga Ame, por su estímulo cuando decaían mis esperanzas de llegar al final. Por estar incondicionalmente a mi lado en todos estos momentos.

A Felo por su inagotable paciencia.

A mis hijos porque me estimularon, permitiéndome demostrarles que siempre hay otra meta.

A Niña por profesarme tanto cariño y estimularme en mi vida profesional y familiar.

A Claudia Díaz por dedicarme espacios de su preciado tiempo. Por compartir sus conocimientos y habilidades profesionales, sin los cuales hubiese sido imposible el exitoso desarrollo de la investigación.

A mis compañeros de trabajo que con tanta paciencia me han apoyado.

A todas las personas que me han ayudado.

ÍNDICE

PÁG.

Introducción. 1

Capítulo 1. Marco teórico referencial.

1.1. La personalidad en los jóvenes. Características psicológicas de la edad juvenil..... 10

1.2. La educación de la responsabilidad como valor regulador en la prevención del consumo de drogas legales en la Sede Universitaria de Cultura Física de Camajuaní..... 13

1.3. Las drogas. Significación en la vida familiar y mecanismos que la explican..... 15

1.4. Consideraciones generales sobre estilos y calidad de vida..... 27

1.5. La prevención. El trabajo preventivo en la Sede Universitaria..... 32

1.6. Algunas consideraciones sobre el término estrategia..... 40

Capítulo II- Marco metodológico para el diseño de una estrategia educativa de prevención para los estudiantes de la Sede de Cultura Física.

2.1. Caracterización de la población y la muestra..... 49

2.2. Métodos y/o técnicas..... 49

2.3. Diagnóstico y determinación de necesidades..... 51

Capítulo III- Fundamentación, diseño, valoración y validación de la estrategia educativa para prevenir el consumo de drogas legales, tabaco y alcohol en los estudiantes de la sede de Cultura Física.

3.1. Fundamentación y diseño de la estrategia..... 55

3.2. Valoración de la estrategia con criterio de especialistas..... 61

3.3. Validación de la estrategia..... 62

Conclusiones..... 73

Recomendaciones..... 74

Referencias Bibliográficas

Bibliografía

Anexos

Resumen:

El trabajo aborda una problemática de interés para la educación y para la sociedad en los momentos actuales, con una perspectiva preventiva y promocional relacionada con el Programa Nacional de Adicción, bajo el título: Estrategia educativa para la prevención del consumo de drogas legales en la Sede de Cultura Física de Camajuaní. Aporta como resultado significativo la estrategia educativa con actividades encaminadas a la prevención del consumo de drogas legales en los estudiantes de la sede. La investigación se enmarca en la realización de actividades dirigidas a adquirir conocimientos, hábitos saludables y habilidades que capaciten y faciliten cambios en el comportamiento de los estudiantes y fomentar estilos de vida más saludables, reflejando toda la labor que intensamente realiza la Revolución para educar a nuestros jóvenes para que sean ciudadanos más sanos, plenos y tengan una noción de la vida cualitativamente superior. Utiliza métodos teóricos y empíricos como son el histórico – lógico, analítico – sintético, inductivo – deductivo, la observación, encuesta, la entrevista, el criterio de especialistas y el pre-experimento que validan la efectividad de la estrategia. Arriba a la conclusión de que resulta significativa la incidencia del consumo de drogas legales en los estudiantes de la sede de Cultura Física y que la estrategia educativa constituye una alternativa en el trabajo de prevención que puede contribuir a disminuir o erradicar estos hábitos tóxicos. Recomienda continuar profundizando en esta línea de investigación por la incidencia del trabajo preventivo en los problemas que afectan a la comunidad.

Introducción:

Existe consenso mundial sobre la alta significación humana de los problemas vinculados a las drogas, sobre todo, de aquellas que modifican en forma relevante el comportamiento de quienes las consumen de forma irresponsable.

El consumo de drogas constituye un problema social de gran importancia. La mayoría de las drogas crean una adicción que es difícil de superar de forma individual y que en muchos casos, no es reconocida por el propio consumidor. Esa adicción origina grandes conflictos familiares, de parejas, escolares, laborales e incluso problemas legales que deterioran el entorno social de la persona. Para luchar contra las drogas se han creado organismos y centros de asistencia a drogodependientes, formados por profesionales preparados para informar orientar y apoyar a todas aquellas personas que por una u otra razón necesitan de esta sustancia.

En los últimos decenios el consumo de drogas de una u otra clase ha ido en aumento a nivel internacional, y a pesar de nuestro sistema socioeconómico que no favorece en ningún sentido su consumo, estamos abiertos al mundo a través del turismo y otras vías que nos hacen vulnerables a ese fenómeno, por lo que es inevitable la aparición de esta adicción entre los jóvenes, aunque en menor escala en comparación con otras naciones.

El enfrentamiento a las drogas en sus diferentes categorías, legales, de prescripción médica e ilegales, es por tanto una tarea de rango mundial, regional, nacional, multisectorial, institucional, familiar y personal, que exige de todos los factores el esfuerzo mancomunado para combatir por igual la producción ilícita de estas sustancias, su tráfico internacional, su expendio y su demanda, enfatizando la educación para la promoción de estilos de vida cada vez más sanos, la atención adecuada a grupos de altos riesgos y las medidas preventivas conocidas hasta hoy.

Hoy día existe un alcoholico por cada 10 personas que han consumido bebidas alcohólicas alguna vez en su vida, y la cifra de estas últimas llega aproximadamente al 70% de la población mundial, si excluimos los países islámicos.

En nuestro país se ha llevado a cabo un oportuno proceso informativo a la población y en especial a los sectores de la sociedad más vulnerables, sobre los peligros que engendra

el uso indebido de drogas y fortalecimiento del rechazo popular a tales prácticas, lo que se ha combinado con la materialización de los planes preventivos particulares de los ministerios y organizaciones de masas, que mayor incidencia tienen en la realización de este trabajo.

Entre ellos: el Ministerio de Salud Pública donde esta problemática es abordada con igual fuerza y se encuentra en el centro de sus prioridades. El país dispone de una estructura que cubre desde el nivel nacional hasta la comunidad, integrado por un Grupo Operativo Nacional de Salud Mental con grupos provinciales y coordinadores en los municipios.

El Ministerio de Educación, quien tiene entre los problemas científicos más apremiantes identificados a nivel nacional, el trabajo preventivo y atención educativa a la familia y la comunidad, ha declarado entre las fuentes de problemas y en las líneas de Maestría en Ciencias de la Educación, la efectividad del trabajo preventivo desde edades tempranas.

Es por ello que tiene gran relevancia para el Estado y son de mucho valor las intervenciones de prevención específicas, ya que estas tienen influencia en los cambios de los patrones de morbilidad y mortalidad.

Los jóvenes que se inician en el consumo de las drogas desarrollan una personalidad introvertida, cerrada e incluso violenta, bajan el nivel de comunicación en la casa, se muestran apáticos y desinteresados por las cuestiones familiares, el mal humor se convierte en algo dominante, se aprecian además otros cambios como son la depresión, la ansiedad, pérdida de la autodisciplina, desconfianza, sobre preocupación, se reduce su capacidad de memorizar y de concentrarse, las notas descienden considerablemente de forma generalizada y en un corto espacio de tiempo de una evaluación a otra.

Desde el punto de vista fisiológico existe pérdida de peso debido al agotamiento, el insomnio y la falta de apetito, dilatación de las pupilas, enrojecimiento de la piel, cara y cuello, diversos tics nerviosos y verdaderas manías que repiten de forma casi compulsiva.

En la edad juvenil, el desarrollo del joven se manifiesta dentro de un conjunto de exigencias que condicionan la necesidad de lograr su futuro lugar en la sociedad, apareciendo la inserción a múltiples grupos, incluyendo aquellos en donde su influencia incluso es negativa.

Ocurren nuevos niveles y exigencias sociales, que al incrementarse implica un mayor número de responsabilidades y también niveles de independencia, a pesar de ello, coexisten rasgos de dependencia, pues materialmente viven aún a expensas de los padres, donde muchos de ellos los liberan de responsabilidades, resolviéndoles problemas que los jóvenes pueden asumir perfectamente.

En Cuba, se concibe al hombre como elemento fundamental de la sociedad y existe gran preocupación por el gobierno y el Estado, por elevar cada día más su calidad de vida. Desde la concepción de nuestro sistema educativo están dadas las condiciones para garantizar la formación integral de la personalidad de los jóvenes, ya sea en la formación general básica, politécnica, cultural, médica y deportiva. La familia y la comunidad conjuntamente con la escuela, conforman la tríada de influencias externas que sobre el escolar dirigen y modifican su conducta.

En la juventud esta situación cobra vital importancia, las transformaciones que en ella suceden, representan un período crucial en la evolución biológica y psicológica, supone además una evolución sustancial en su relación con el medio ambiente y al adquirir comportamientos y actitudes que determinan su futura personalidad y su integración social, de ahí la necesidad de dominar las principales regularidades de la esfera conductual de los jóvenes, como son; desarrollo notable de la actividad motivacional afectiva de la personalidad, desarrollo de los intereses, específicamente los cognoscitivos relacionados con determinadas actividades, desarrollo considerable de la autoconciencia y la autovaloración, entre otras.

Los jóvenes como parte de la comunidad sobresalen entre los que más demandan de conocimientos de los efectos dañinos de las drogas más frecuentes en Cuba: el tabaco y el alcohol, por lo que en el orden motivacional estas representan en la etapa evolutiva de referencia una necesidad que se incrementa cuando son consumidores de estas sustancias.

La educación y la información sobre todo a los jóvenes, en cuanto al tipo de sustancias que existen y los riesgos inherentes a su consumo, es en muchos países la mejor forma de prevenir y evitar el uso de las drogas.

La esencia humanista del proyecto social cubano, la evolución de la economía cubana con signos sostenidos de recuperación, la existencia de oportunidades para la preparación, superación y desarrollo del potencial humano que interviene en la labor preventiva, conjuntamente con la participación de la población en todo proceso de transformación de su entorno social, son algunos de los elementos claves que posibilitan la continuidad y perfeccionamiento del trabajo social preventivo cubano.

A pesar de estas condiciones favorables existentes en el país, en los momentos actuales se aprecia en el municipio de Camajuaní un incremento con relación al consumo de las drogas legales, tabaco y alcohol.

Los factores de riesgo son características, condiciones o circunstancias detectables en un individuo o grupos de personas y el ambiente, que se asocia a una probabilidad encaminada a desarrollar o experimentar una enfermedad o desviación de salud.

Dentro de los factores de riesgo de comportamiento se encuentra el tabaquismo y el consumo de alcohol, así como la ingestión de medicamentos y el sedentarismo.

Entre los más conocidos y de mayor relevancia por su implicación en el origen de diversos problemas y su establecida relación con diferentes enfermedades se encuentra el tabaquismo.

En el municipio de Camajuaní existen dispensarizados 15 693 fumadores activos que significan el 41 % de la población mayor de 15 años, aunque se conocen fumadores menores de quince, pero en por cientos muy pequeños. Durante el año 2008 asistieron a consulta multidisciplinaria de deshabituación 139 logrando dejar el hábito 74 para un 52%. De esos 74 presentaron recaída 31 para un 22%. Un dato relevante que se conoce por otras investigaciones realizadas es que el 65% de los fumadores tenían más de 10 años de hábito y son los que en un mayor por ciento fuman más de 10 cigarrillos al día.

Se conoce que cuantos más cigarrillos se fumen diariamente y mayor sea el tiempo de exposición al hábito, el riesgo de sufrir enfermedades relacionadas con este hábito, se incrementa.

Otro de los factores de riesgo de comportamiento es el consumo de alcohol, Se encuentran dispensarizados en el área 3405 consumidores, todos mayores de 20 años lo

que representa el 8% de la población. De este total 679 son dependientes para un 19% y perjudiciales 1011 para un 29%.datos que se obtienen del Centro de Salud Mental del municipio, pues no se recoge en la ficha familiar que se lleva en el consultorio del médico de familia.

Investigaciones recientes realizadas en el territorio por Cápiro R. Vivian. (2007) y González Torres Tania. (2008) abordan la problemática del trabajo preventivo con adolescentes y jóvenes relacionados con las manifestaciones conductuales.

Estas autoras proponen estrategias educativas y de capacitación del personal docente para el manejo educativo de estudiantes, con alteraciones conductuales a partir de la escuela como institución que involucra a la familia y la comunidad.

En su trabajo de Diploma Serpa Romero Héctor (2008) propuso una estrategia de actividades físico-deportivo-recreativas para la disminución de ingestión de bebidas alcohólicas en la población del Consejo Popular 2, pero no existen antecedentes de investigaciones dirigidas específicamente a los jóvenes de la Sede de Cultura Física para prevenir el consumo de drogas legales a partir de una estrategia educativa.

En la Sede Universitaria de Cultura Física de Camajuaní se ha observado un incremento del número de jóvenes que fuman e ingieren bebidas alcohólicas: 43 estudiantes son fumadores habituales, 61 ingieren bebidas alcohólicas con carácter frecuente, se aprecian incorrectos estilos de vida, diferentes tipos de actitudes ante el consumo de drogas y desconocimiento de los efectos dañinos de estas en el organismo y de la repercusión negativa de las adicciones en la familia, lo que puede estar dado, entre otros factores por el débil trabajo preventivo que se realiza en este sentido en el centro.

Todo lo anteriormente expuesto da un panorama de la situación actual y las dificultades que en la Sede de Cultura Física de Camajuaní existen en cuanto a la labor educativa desarrollada para la prevención del consumo de drogas legales en los jóvenes estudiantes. Al comparar el estado actual con el deseado, vemos que aunque se lleva a cabo una sistemática labor educativa, no se tienen en cuenta todos los aspectos que conllevan a que los estudiantes adquieran un cúmulo de conocimientos, hábitos y habilidades necesarias con relación a la prevención y enfrentamiento al consumo de

drogas, tampoco se prevé un accionar coherente que propicie el cumplimiento de este objetivo.

Es evidente que existen dificultades en este aspecto de forma general, ya que a pesar de que el diagnóstico integral de los estudiantes contempla quienes presentan adicciones, no se elaboran acciones educativas dirigidas a la prevención, ya que se debe tener en cuenta que los hábitos tóxicos no se manifiestan de la misma forma en todas las personas, pues no se han desarrollado en un mismo entorno, ni se ha dado la misma educación en el seno familiar.

Ante esta problemática y teniendo en cuenta que el profesional que se forma en la Sede de Cultura Física debe tener una sólida preparación integral, con valores formados de patriotismo, internacionalismo, responsabilidad ciudadana, solidaridad, que le permita servir a la Revolución, luchar contra el doping y otros vicios en el deporte, se evidencia una contradicción entre los modos de actuación de los jóvenes estudiantes con relación al consumo de drogas legales y la actitud responsable que deben asumir como profesionales y ciudadanos competentes y comprometidos con el desarrollo social, por lo que se declara como **problema científico** de esta investigación:

¿Cómo contribuir a la prevención del consumo de drogas legales en los jóvenes estudiantes de primero y segundo año de la Sede de Cultura Física de Camajuaní?.

Constituye el **objeto**:

La prevención del consumo de drogas legales en estudiantes de la Sede de Cultura Física de Camajuaní.

Siendo el **campo** de nuestra investigación:

La prevención del tabaquismo y el alcoholismo en estudiantes de primero y segundo año de la Sede de Cultura Física de Camajuaní.

Para dar respuesta al problema planteado se propone el siguiente:

Objetivo General:

Diseñar una estrategia educativa para la prevención del consumo de las drogas legales, tabaco y alcohol, en los jóvenes estudiantes de 1er y 2do año de la Sede de Cultura Física de Camajuaní.

Dirigen el curso de la investigación las siguientes: **interrogantes científicas:**

- ¿Cuál es el estado actual que presentan los jóvenes estudiantes de 1er y 2do año de la Sede de Cultura Física de Camajuaní, con respecto al consumo de las drogas legales, tabaco y alcohol?
- ¿Qué características debe presentar la estrategia educativa para la prevención del consumo de las drogas legales, tabaco y alcohol, en los jóvenes estudiantes de 1er y 2do año de la Sede de Cultura Física?
- ¿Cómo valoran los especialistas la propuesta de la estrategia educativa para la prevención del consumo de drogas legales, tabaco y alcohol, en los jóvenes estudiantes de 1er y 2do año de la Sede de Cultura Física?
- ¿Qué resultados se obtienen de la aplicación de la estrategia educativa para la prevención del consumo de drogas legales, tabaco y alcohol, en los jóvenes estudiantes de 1er y 2do año de la Sede de Cultura Física?

La materialización de estas interrogantes y la consecución del objetivo propuesto se logran a través de las **tareas científicas** previstas:

- Diagnóstico de la situación actual que presentan los jóvenes estudiantes de 1er y 2do año de la Sede de Cultura Física con respecto al consumo de las drogas legales tabaco y alcohol.
- Diseño de la estrategia educativa para la prevención del consumo de las drogas legales, tabaco y alcohol, en los jóvenes estudiantes de 1er y 2do año de la Sede de Cultura Física.
- Valoración por criterio de especialistas de la estrategia educativa para la prevención del consumo de las drogas legales, tabaco y alcohol, en los jóvenes estudiantes de 1er y 2do año de la Sede de Cultura Física
- Validación de los resultados de la aplicación de la estrategia educativa diseñada.

Población y muestra.

La población la constituyen los 103 jóvenes estudiantes de 1ro y 2do año de la Sede Universitaria de Cultura Física de Camajuaní.

La muestra los 60 estudiantes consumidores de las drogas legales, tabaco y alcohol, que representan el 58,2%.

Para la solución de las tareas planteadas se seleccionan y aplican los **métodos y técnicas** siguientes:

Del nivel teórico:

- Inductivo- deductivo.
- Analítico-sintético.
- Histórico lógico.

Del nivel empírico:

- _ Observación
- _ Encuesta
- _ Entrevista .
- _ Revisión documental
- _ Pre experimento.
- _ Criterio de especialistas.

Matemático Estadístico:

- Cálculo porcentual.
- Recursos de estadística descriptiva: media aritmética, y moda.

Este trabajo **aporta** una estrategia educativa encaminada a prevenir el consumo de las drogas legales, tabaco y alcohol, en los jóvenes estudiantes de 1ro y 2do año de la Sede Universitaria de Cultura Física de Camajuaní, cuya **novedad** radica en su proyección desde la institución involucrando a los diferentes factores que pueden incidir en este desempeño.

La tesis se encuentra estructurada en tres capítulos el primero: **Marco teórico referencial**, donde se analizan las principales tendencias en torno a la prevención y la influencia de las actividades educativas en el enfrentamiento al consumo de drogas legales, se ofrece una caracterización del desarrollo de los jóvenes y se realiza el análisis de las diferentes conceptualizaciones para definir la estrategia.

El segundo capítulo **Marco metodológico** contempla la descripción de los métodos y/o técnicas que se emplean, así como los resultados de la aplicación del diagnóstico de la situación actual que presenta el comportamiento de los estudiantes de 1ro y 2do año, ante el consumo de las drogas legales, tabaco y alcohol en la Sede Universitaria de Cultura Física de Camajuaní.

El tercer capítulo bajo el título “**Fundamentación, diseño, valoración y validación de la estrategia educativa para la prevención del consumo de las drogas legales, tabaco y alcohol en los jóvenes estudiantes de la Sede de Cultura Física,**” presenta los principales argumentos teóricos sobre la fundamentación y el diseño de la estrategia, se incluyen las reflexiones sobre el carácter comunitario de la misma, se expone la estructura y el funcionamiento de sus componentes, así como el proceso de valoración de la estrategia mediante el método de criterio de especialistas, se aportan además los datos acerca de la validación con el empleo de procedimientos estadísticos.

Se ofrecen las **conclusiones** y las **recomendaciones** referidas a los principales resultados de la aplicación de la estrategia educativa para prevenir el consumo de las drogas legales, tabaco y alcohol en los jóvenes estudiantes de 1ro y 2do año de la Sede de Cultura Física de Camajuaní

CAPÍTULO I: MARCO TEÓRICO REFERENCIAL.

1.1- La personalidad en los jóvenes. Características psicológicas de la edad juvenil.

La personalidad por su contenido y forma de expresión ha sido considerada desde los inicios de su conceptualización como una unidad psicológica irrepetible, donde se expresan las características y potencialidades biológicas en interrelación con las capacidades psicológicas que el individuo desarrolla en condiciones particulares de participación y protagonismo social.

En sus estudios, la autora Castellano. D, (1995), plantea que la conducta como forma especial de la actividad humana, tiene que verse teniendo en cuenta la relación del hombre en la actividad como ser social devenido en personalidad y reconoce que la personalidad significa adaptarse al medio, actuar sobre él activamente para transformarlo y de la misma manera influir sobre sí mismo, transformándose. ⁽¹⁾

Desde esta concepción, la personalidad significa haber aprendido a actuar, conducirse con respecto a las personas y a los objetos circundantes teniendo en cuenta el desarrollo histórico social alcanzado por la humanidad. Es por tanto la personalidad, un producto tardío en el desarrollo del hombre y se manifiesta de forma completa en el adulto, aún cuando sus cualidades comiencen a formarse desde muy temprano.

En el proceso de formación de la personalidad, la estabilidad se pone de manifiesto cuando en cada una de las etapas de desarrollo que atraviesa se conservan determinadas adquisiciones que se mantienen en las etapas siguientes, mientras que la relatividad se aprecia en aquellas cualidades que desaparecen y en las transformaciones que sufren las que permanecen. La relatividad puede ser educada lográndose la supresión o transformación de cualidades negativas de la misma, desde el punto de vista social.

Si se tiene en cuenta que la personalidad del hombre es un reflejo individual del conjunto de las relaciones sociales, de la condición histórica social de vida, esta función posibilita la regulación de la actividad en el sistema de relaciones sociales en que se desarrolla. Así la personalidad constituye el nivel regulador superior de la actividad del individuo.

En la personalidad como nivel más complejo de regulación psicológica se dan los elementos más complejos de la conducta, donde se tiene en cuenta el desarrollo de los procesos psíquicos, sin romper con la interacción de lo cognitivo y lo afectivo.

La Doctora Betancourt, J. (2002) en su tesis intensifica su criterio sobre personalidad, desde una concepción del hombre como ser social, lo cual implica su posibilidad de autodeterminación, de autorregulación comportamental más compleja. (2)

La personalidad es aquel individuo humano, con características biológicas, que ha alcanzado un nivel elevado de desarrollo psíquico.

La obra de Vigotski tiene un valor tanto teórico como metodológico para el estudio de la personalidad; a partir de la unidad de lo afectivo y lo cognitivo, se desarrollan las formaciones reguladoras más complejas de la personalidad que se orientan, de forma convincente y activa a su comportamiento, o sea orientar al modo consciente activo, eleva el nivel de reflexión a actividad de fines propios.

Las características psicológicas de la edad juvenil se identifican por una mayor estabilidad y perfeccionamiento de los aspectos fundamentales de la estructura de la personalidad que se han venido formando desde edades anteriores.

Si analizamos la situación social de desarrollo del joven encontramos cambios de consideración que diferencian de manera notable a esta etapa de la anterior. Estas transformaciones determinan el desarrollo de la personalidad y las características propias de esta etapa de la vida.

La edad juvenil comprende desde los 15 ó 16 años hasta los 22 ó 23 años aproximadamente. Su culminación esta vinculada a la inserción del joven a la vida adulta y fundamentalmente a la actividad laboral, para la cual se ha preparado durante esta etapa. Con la edad juvenil culmina, en lo fundamental, el desarrollo de la personalidad, aunque esta continúa su proceso de cambios y transformaciones durante toda la vida.

La interrelación entre las condiciones internas y externas del desarrollo psíquico se expresan en la nueva posición social del joven: se encuentra en el umbral de la vida

adulta y en la actitud que asume ante esta posición social: se preocupa por el futuro y necesita determinar su lugar en la vida.

Surgen nuevas necesidades y motivaciones profesionales, éticas y de carácter político-ideológico. El joven se interesa por los fenómenos sociales y de la realidad en que viven. Va formando su concepción del mundo la que va a permitir todos sus análisis e interpretaciones de la naturaleza, las demás personas y de sí mismo.

Se produce un desarrollo de la autoconciencia, la autovaloración, los intereses y los ideales que le va colocando cada vez más cerca del modo de pensar y actuar de los adultos.

Se amplía su vida afectiva y la esfera de sus intereses. También el ámbito de sus relaciones interpersonales. La amistad se profundiza y consolida y las relaciones de pareja adquieren un carácter más estable y maduro.

Las relaciones con los adultos se establecen sobre la base de las normas de interacción adultas, lo que disminuye los conflictos intergeneracionales.

El joven va logrando cada vez más un nivel de autodeterminación que le permite enfrentar de un modo más adecuado las exigencias de la sociedad. Comienza a gozar de derechos que antes no tenía, pero que a su vez le plantean responsabilidad e independencia.

A lo largo de la etapa va generando seguridad en sí mismo y autoafirmación. Se vuelve capaz de valorar de modo flexible, reflexivo y objetivo las situaciones en que se encuentra inmerso, lo que a su vez le garantiza una estructuración y reestructuración de su campo de acción más efectiva.

No solo desarrolla su proyección futura, sino que se esfuerza de manera consciente-volitiva para alcanzar las metas u objetivos trazados.

En esta etapa se amplía el círculo de relaciones sociales del joven, que participa en un mayor número de organizaciones políticas y de masas, tanto dentro como fuera del

ámbito escolar, los que como ya se ha dicho, son más autónomos que en la etapa anterior. Esto hace que la vida social del joven sea más intensa e independiente. El papel de padres y maestros sigue siendo esencial para el joven, ya que necesita sus consejos, valoraciones y orientaciones para aprender a ser adulto y actuar consecuentemente como ellos.

1.2. La educación de la responsabilidad como valor regulador en la prevención del consumo de drogas legales en la Sede Universitaria de Cultura Física de Camajuaní.

A partir de las ideas desarrolladas por Fidel acerca de la necesidad de un nuevo cambio en la concepción de la universidad acorde con las exigencias de la sociedad del siglo XXI, surge en 2002 la idea de la Universalización de la Educación Superior Cubana y de concebir un nuevo modelo desconcentrado territorialmente, para acercar la docencia a los lugares de residencia y trabajo de los estudiantes, permitirle a las universidades la asimilación de una matrícula masiva y no dar cabida al desaliento, ni al fracaso.

Desde este momento comienza una nueva etapa y una gran transformación se desarrolla en la formación de los profesionales de la Cultura Física. Se inicia la creación en todo el país de manera progresiva, de las Sedes Universitarias Municipales de distintas carreras, entre ellas, la de Cultura Física, hasta llegar a contar hoy día, con sedes creadas en las 14 provincias y los 169 municipios del país.

Es importante en cualquier actividad que desarrolle el estudiante utilizar métodos que contribuyan a la autorreflexión constante, que se haga consciente acerca de lo que se espera de él, lo que ha logrado y a partir de allí buscar las alternativas para llegar a la meta: que el estudiante se convenza que es él mismo, el máximo responsable de su formación.

Si se considera el contexto formativo del joven como medio para el acercamiento a las soluciones de los problemas sociales, en el que se prepara al alumno a través del proceso formativo- educativo para resolver tales dificultades, entonces este proceso debe ser verdaderamente interactivo y dialógico, donde se les dote de conocimiento sobre los cuales se sustente su juicio crítico acerca de la realidad social en la que vive como primera condición para transformarla.

Es preciso que se les motive hacia el desarrollo de los valores humanos y sobre todo la responsabilidad y el compromiso como herramientas fundamentales para su crecimiento profesional y humano. Por tanto, la responsabilidad se manifiesta en tanto el joven sea capaz de mantener estilos de vida saludables.

Es necesario tener en cuenta que es mediante la actividad unido a lo interno, que se produce un aprendizaje duradero; para la apropiación de los conocimientos históricos, los valores, y las convicciones; el proceso de enseñanza aprendizaje debe tener un carácter activo.

Ya desde el siglo XIX, Félix Varela, José de la Luz y Caballero y José Martí, abogaron por ello; decía de la Luz “El objeto primordial en cada género de instrucción es inducir a los jóvenes a pensar y a juzgar por sí mismos. Nosotros somos enemigos declarados de todo estudio mecánico y Martí advertía... “la primera libertad base de todas, es la mente: el profesor no ha de ser un molde donde los alumnos echan la inteligencia y el carácter, para salir con sus lobanillos y jorobas, sino un guía honrado, que enseña de buena fe lo que hay que ver, y explica su pro lo mismo que el de sus enemigos, para que se le fortalezca el carácter de hombre al alumno, que es la flor que no se ha de secar en el herbario de las universidades. (3)

El compromiso social se desarrolla cuando el alumno realiza diferentes actividades en la escuela, con la finalidad de cambiar sus actitudes en función del valor responsabilidad.

Actitud social: esta configuración se define como el proceso por el cual el individuo responde por los actos y elecciones, y es el equilibrio entre los derechos y las obligaciones. Concebida como un principio básico de la cultura dentro del cual supone dirigir todas las decisiones que se tomen, acciones y comportamientos de una manera competitiva, pero también responsable y sostenida.

La responsabilidad como valor regulador de la actuación en la prevención del consumo de drogas en la Sede Universitaria, implica tanto la toma de conciencia de los motivos que originan la conducta de los jóvenes, así como el asumir sus consecuencias, es por ello que su desarrollo está asociado al desarrollo de la perseverancia, de la reflexión crítica y comprometida con la calidad de actuación, se manifiesta a través de la autonomía moral. En este sentido, Escamez (2001) expresa:

“La responsabilidad es aquella cualidad de la acción que hace posible que a las personas se les pueda demandar que actúen moralmente. Puesto que los hombres y las mujeres son responsables de sus actos, se les puede pedir cuentas de por qué lo hacen y también de los efectos que de esas acciones se derivan, para otras personas o para la naturaleza”. (4)

La educación de valores en general y de la responsabilidad, en particular, deviene en elementos esenciales en la formación integral de los estudiantes en las universidades. Por tanto, la educación de la responsabilidad como valor constituye hoy día una necesidad insoslayable si tenemos en cuenta, que la sociedad del siglo XXI exige un profesional que se desempeñe con autonomía, competencia y flexibilidad en escenarios laborales complejos y diversos. Varias son las vías que pueden garantizar la interacción de los estudiantes de la sede universitaria de Cultura Física en el contexto escolar, familiar, y comunitario.

La utilización de la estrategia que se ofrece en este trabajo no es la única, pero puede servir de guía a quienes se involucren en la solución de problemas, de forma conjunta en aras de la formación del ser humano al cual aspira nuestra sociedad. Establece acciones preventivas para el enfrentamiento a manifestaciones de consumo de drogas legales, tabaco y alcohol y reducir la gravedad y/o duración de las adicciones.

La autora considera, que en la labor de prevención en la Sede Universitaria se deben proyectar acciones que lleven a los estudiantes a la conciencia sobre lo dañino de este fenómeno y la necesidad de alejarse de él. Continuar insertando el tema en los turnos de reflexión en las aulas, en los espacios divulgativos e informativos, contribuir al desarrollo de conocimientos, habilidades, hábitos y conductas saludables, para que sean capaces de asumir una actitud responsable ante la salud personal y colectiva, en fin combatir con mayor fuerza el consumo del cigarro y alcohol, pues a pesar de ser de los vicios más combatidos por los medios de difusión, son los que más encontramos como manifestación en esta institución.

1.3. Las drogas. Significación en la vida familiar y mecanismos que la explican.

El uso de drogas constituye un obstáculo serio para el desarrollo intelectual y social de los jóvenes, que impide su evolución natural hacia la edad adulta madura al prolongar la dependencia e inmadurez, además de ser un peligro para la salud de estos. Por tanto se

hace urgente adoptar las medidas necesarias para su profilaxis o una vez ya establecido su consumo, su tratamiento efectivo y precoz.

En su acepción más amplia **droga** es cualquier sustancia capaz de determinar algún cambio en el organismo cuando es incorporada por este. Dicho así, el concepto abarcaría todos los medicamentos – incluidos antibióticos, cardiotónicos y antidiarreicos – y además cualquier otra sustancia de acción beneficiosa o perjudicial.

Se definen las drogas como sustancias naturales o artificiales, de carácter legal o ilegal e indistintamente médicas o no médicas, que tienen efectos sobre las funciones psíquicas, que determinan tolerancia (característica de las drogas consistentes en la necesidad progresiva de incrementar las dosis para lograr los efectos iniciales), y dependencia (grado progresivo de pérdida de la libertad para decidir el consumo de la droga que puede llegar un grado importante de esclavitud según la sustancia y los patrones de consumo) así como grandes tragedias para el adicto, sus convivientes y la sociedad en general.

Es de interés destacar este concepto restringido que es precisamente el relacionado con esta investigación.

La droga sería en dicho marco, una sustancia natural o sintética, médica o no médica, legal o ilegal de efecto psicoactivo y cuyo consumo excesivo y/o prolongado determina tolerancia y dependencia, así como diversas afectaciones biológicas, psicológicas, sociales o espirituales.

Si valoramos en detalle esta definición, podremos establecer que las drogas pueden ser **naturales** como el tabaco, **sintéticas** como las anfetaminas, **médicas** como los tranquilizantes, **no médicas** como la cocaína, **legales** como el alcohol o **ilegales** como la marihuana.

Constituye punto de partida y reflexión para el desarrollo de este trabajo la revisión de conceptos editados del término, la autora considera poseer los elementos suficientes y necesarios para una clara comprensión de esta problemática. Define droga como sustancia química, natural o sintética con efectos sobre el Sistema Nervioso Central que se consume para obtener una alteración del estado de ánimo que resulta placentera y que puede producir fenómenos de tolerancia y dependencia.

El consumo excesivo (por encima de los patrones culturales de normalidad) y/o prolongado (por el tiempo necesario para que se produzca su efecto nocivo) determinan tolerancia (la que hace necesario el aumento progresivo de dosis) y dependencia (necesidad del producto para evitar la abstinencia) y que producen diversas afectaciones biológicas como la bronquitis del fumador; psicológicas como la depresión culpable del alcohólico; sociales como las reiteradas pérdidas de empleo del cocainómano y espirituales como la notable reducción de intereses morales, artísticos, filosóficos y culturales del consumidor de heroína.

➤ **Posibles comportamientos ante el alcohol y otras drogas legales.**

Los comportamientos anormales ante las drogas legales, como tabaco y alcohol, se establecen cuando:

- a)- Se sobrepasa la norma de consumo habitual en un medio determinado (consumo de riesgo como periodo de tránsito)
- b)- Existen junto al abuso del tóxico efectos dañinos, tanto en el organismo como en los aspectos psíquicos, sociales y espirituales (consumo perjudicial)
- c)- Existe un nivel de esclavitud tal, que el sujeto a pesar de conocer dichos efectos por experiencia propia no es capaz de detener el consumo (dependencia del tóxico o droga).

La persona que no consume alcohol por diferentes razones y mantiene este comportamiento, de por vida o por más de un año, se le llama conducta **abstinente**; el que bebe sin violar las normas sociales de cantidad y frecuencia, es el **consumidor social**, quien supera estas normas, pero aún no ha sufrido los daños del consumo excesivo ni perdido su libertad ante el tóxico, es el **consumidor de riesgo**, cuando se instalan los efectos dañinos se convierte en **consumidor perjudicial o dañino**, y cuando se instala la esclavitud estamos en presencia del **dependiente**.

Después aparecen las complicaciones y hablamos de dependiente complicado, y finalmente si no se detiene el proceso estaremos en presencia del dependiente en fase final de deterioro (todas estas últimas son formas anormales de comportamiento ante el alcohol).

➤ **Repercusión de las adicciones en la familia.**

Aunque, como resulta fácil imaginar, la repercusión en la familia varía según la posición jerárquica dentro del núcleo familiar del afectado por la drogadicción, y la edad de quienes reciben los daños fundamentales. Creemos conveniente comentar algunos elementos esenciales:

- Las drogas que modifican la conducta cambian a la persona y siempre lo hacen para mal, lo que crea gran angustia, puesto que, en general, se trata de comportamientos diametralmente opuestos a los que caracterizan a los adictos cuando están sobrios.
 - La apreciación de que el adicto le interesa más el consumo de las sustancias que el bienestar y la tranquilidad de sus seres queridos. Dicho en otros términos, los padres, los hijos y los cónyuges sienten que están perdiendo frente a un rival que no es un ser humano, sino una botella, las ramas y flores de una planta, o una simple bolsita de polvo, y esto es realmente trágico, hasta el momento en que se reconoce que no es una conducta de elección, sino una nefasta esclavitud.
 - El resentimiento ante los reiterados engaños. Serían menos dolorosos si se reconociera que el primero en engañarse es el adicto y que sus falsedades no son más que un “rebote de su engaño”.
 - La desesperación ante las repetidas promesas de dejar el consumo, compromisos que esbozan alguna esperanza, hasta que una vez más, se incumplen, desafortunadamente.
 - La hostilidad derivada de la apreciación de la nefasta influencia de los compañeros de consumo que “arrastran”, literalmente, al drogadicto a la perdición, y cuya catastrófica compañía busca pese a todas las recomendaciones familiares.
 - La incertidumbre constante, que se agrava cuando el adicto sale a la calle, lo que trae consigo una terrible espera para los familiares.
- **Incidencia de los hábitos tóxicos más frecuentes, tabaco y alcohol en los jóvenes.**

El tabaco fue utilizado desde tiempos muy remotos con diferentes finalidades y es hoy la causa de diferentes enfermedades. La nicotina constituye el veneno fundamental, junto con otras sustancias que provocan diferentes afecciones en el aparato cardiovascular, respiratorio, digestivo, así como en el sistema nervioso. Numerosos estudios han demostrado que el cáncer de pulmón, de boca, de laringe y faringe, es provocado en su mayoría por la acción del tabaco, la persona que fuma pone en riesgo su salud, pero también la de las personas que se encuentran a su alrededor convirtiéndolos en fumadores pasivos. Fumar constituye un hábito nocivo para la salud.

➤ **Mecanismos de acción del tabaco.**

Hay estudios en adictos a múltiples drogas donde el 57% de los entrevistados consideró su necesidad de tabaco como más fuerte que la de otras drogas. Pero es bueno aclarar que pese a ello la gran mayoría de los que dejan de fumar lo hacen sin ayuda médica o por consejos médicos dados en no más de 2 minutos de consulta. (Cummings, 1989.) ⁽⁵⁾

El tabaco actúa también elevando la cantidad de neurotransmisores, en forma similar al café, pero al mismo tiempo disminuye la circulación de la sangre por el cerebro y el corazón y bloquea los impulsos nerviosos de la médula espinal. Todos estos efectos se determinan por la nicotina que se encuentra en proporción aproximada al 1 ó 2,5% del peso del tabaco. Existen también otros mecanismos ajenos a los químicos, relacionados con los diferentes rituales (comportamientos rutinarios al manipular el cigarrillo o tabaco - cigarro en otros medios).

Investigaciones efectuadas, demuestran que la mayoría de los fumadores, cuando se apagan su cigarrillo, siguen exhalando humo (esta vez por acción) y no se percatan que realmente no fuman en ese momento. Debe también recordarse que aunque los indios norteamericanos usaban el tabaco en ceremonias de paz (fumar pipa de la paz), en épocas anteriores, el simbolismo fundamental de exhalar humo de cualquier tipo era expresar ira.

Además de los efectos esperados por los mecanismos de acción referidos, debemos tener en cuenta que existen muchos otros mecanismos que explican precisamente los efectos *inesperados* o al menos no deseados de este tóxico, que por la cantidad de fallecimientos que determina podría denominarse como *asesino con cara de ángel*.

➤ **Efectos del tabaco sobre la salud**

Estudios científicos muy serios permiten establecer que cada cigarrillo consumido por un fumador habitual reduce en 9 minutos su vida, ya que los fumadores como promedio viven 15 años menos que los que logran alcanzar las personas no fumadoras.

Antes de referirnos a los efectos dañinos que explican esta reducción de la esperanza de vida, consideramos conveniente comentar algunos aspectos generales entre los que se cuenta el hecho de que además de la nicotina, que constituye sin lugar a dudas el veneno fundamental del tabaco, existen otros factores dañinos como:

- El alquitrán, de alto significado como causante de cáncer pulmonar y de la garganta.
- El monóxido de carbono, que se libera durante la combustión del tabaco (este el mismo tóxico del escape de los motores de combustión, con el que ocurren en todo el mundo accidentes mortales).
- La alta temperatura de humo que se inhala. Debe conocerse que en la zona de combustión del cigarrillo la temperatura pasa de 1000 grados, este calor es también un factor que predispone al cáncer de las vías respiratorias. (Leedham, W., 1987).⁽⁶⁾

El tabaco es el único producto de consumo masivo legalmente vendido, que mata a la mitad de sus consumidores crónicos. Muchas de estas muertes ocurren entre los 30 y 69 años.

En Cuba la escuela sigue siendo un punto focal en la producción de actividades para jóvenes de acuerdo a las capacidades y disposiciones al cambio y a la incorporación de valores y actitudes con estilos de vida sana en los que hoy se enfrasca la revolución educacional con el papel fundamental del individuo sobre todo en las actividades de extensión en las que interactúa la familia por poseer ciertas flexibilidades como punto focal y transformador.

➤ **Mecanismos de acción del alcohol.**

El alcohol, del árabe *alkuhl* (esencia o espíritu), es el producto de la fermentación de sustancias vegetales. Su utilización por el hombre, en forma de brebaje, se supone que data de los albores de la humanidad cuando nuestros más remotos antepasados tuvieron

la experiencia de beber el líquido resultante de la colección de agua de lluvia en alguna irregularidad del tronco de un árbol, luego de haber caído en dicho depósito natural alguna fruta desprendida, que sufriera posteriormente el proceso de fermentación.

El alcohol es un tóxico totalmente soluble en agua, que en su forma más frecuente – alcohol etílico – se encuentra en las bebidas alcohólicas en proporciones que varían entre el 5 y el 55% en relación con la cantidad de agua. La cerveza contiene el 5%, el vino el 10% y las bebidas fuertes entre el 40 y el 55%.

Está demostrado que el alcoholismo como enfermedad disminuye en 12 años la esperanza promedio de vida de la población.

Debemos resaltar que la ingestión de más de un trago por hora determina que progresivamente se acumule en la sangre una cantidad mayor de alcohol que producirá paso a paso la inhibición o depresión del sistema nervioso, que comienza por el estado de embriaguez ligero y después pasa por grados mayores de profundidad hasta llevar al estado de coma y la muerte si la ingestión fuera excesiva.

Esto es lo referente a la intoxicación aguda, pero cuando se produce con frecuencia esta ingestión más rápida de lo que puede eliminar el organismo, el alcohol va determinando efectos diseminados por todo el organismo y modifica, además, el comportamiento para dar lugar al cuadro conocido como alcoholismo crónico, con el cual, a la larga, lo único que llega a ser importante para la persona es la botella.

La acción enzimática va degradando el tóxico en los tejidos y esa degradación lo lleva primero a acetaldehído (todavía más tóxico que el alcohol) y después a acetilcoenzima A y ácido acético. En un paso siguiente, este último se convierte en colesterol, lo que explica la acumulación de grasa en las arterias y la arteriosclerosis precoz del alcohólico, que de la misma manera que el fumador es frecuentemente víctima de infartos al miocardio y accidentes vasculares encefálicos.

El alcohol actúa también sobre las glándulas suprarrenales y hace que estas produzcan sustancias que determinan un notable aumento de la presión arterial. A diferencia del café y el tabaco, el alcohol modifica la personalidad de quien lo consume en exceso y afecta de manera importante su conciencia, que es en definitiva la función psíquica

exclusiva del ser humano y que le permite darse cuenta de lo que ocurre en cada momento de su vida (mientras está despierto) y comportarse en forma adecuada ante cada situación.

➤ **Mitos populares sobre el alcohol**

Algunas de estas apreciaciones falsas presentes en diferentes culturas son las siguientes:

- **Primer mito:** El alcohol mejora la actividad sexual.

Lo que realmente ocurre es todo lo contrario, hasta el punto de que una pregunta obligada para los médicos que atienden disfunciones eréctiles antes erróneamente llamadas impotencias es: ¿tomó usted bebidas alcohólicas antes del encuentro sexual? La explicación de esta acción está en el efecto inhibitor o depresor del alcohol sobre el cerebro y la médula espinal, y fue destacado 400 años atrás en una obra de Shakespeare, *Macbeth*, donde un personaje comenta: "el alcohol provoca el deseo, pero dificulta la ejecución".

- **Segundo mito:** El alcohol sirve para enfrentar el frío.

Quien así se exprese debe saber que los soldados de Napoleón que murieron congelados durante la invasión a Rusia fueron precisamente aquellos que ingerían bebidas alcohólicas, ya que el efecto verdadero del alcohol es producir dilatación de los vasos sanguíneos de la piel y, de esa forma, el cuerpo se comporta como un radiador de un automóvil cuyo efecto es, precisamente, la pérdida de la temperatura corporal al poner en contacto el calor de la sangre con el frío que actúa sobre la piel.

- **Tercer mito:** El alcohol es un alimento.

El criterio de los entendidos en nutrición es justamente el opuesto, es decir que el alcohol es un *antialimento*, pues sólo aporta calorías vacías que no pueden utilizarse por el organismo y, además, por su acción irritante sobre el estómago e intestino dificulta la absorción de alimentos.

- **Cuarto mito:** El alcohol es bueno para combatir la hipertensión y el infarto al miocardio.

En realidad la aparición de hipertensión e infarto, así como accidentes vasculares encefálicos es seis veces mayor en los que abusan del alcohol que en aquellos que no lo hacen. La acción sobre la presión arterial (de elevarla considerablemente) no depende de la cantidad del líquido ingerido (como piensan algunos que recomiendan evitar la cerveza y tomar ron, sino de la acción directa del alcohol sobre las glándulas suprarrenales, lo cual determina la liberación de cortisona, que eleva de forma notable la presión arterial. El infarto cardíaco es actualmente la más frecuente causa de muerte en el alcohólico y la cirrosis hepática la segunda.

- **Quinto mito:** El alcohol es un estimulante.

Realmente el alcohol pertenece al grupo farmacológico de los anestésicos y sedantes y, como vimos antes, sus efectos son inhibitorios y depresores hasta el punto de que su consumo masivo lleva al coma y la muerte. Es bueno recordar el frecuente llanto de las personas en estado de embriaguez profunda y también que en muchos países el 30% de los alcohólicos termina sus vidas por medio del suicidio.

- **Sexto mito:** Sólo se convierten en alcohólicas las personas débiles de carácter o carentes de moral.

Este es uno de los disparates mayores de todos los valorados, ya que uno de los aspectos más dolorosos del alcoholismo es que afecta por igual a toda persona que por alguna razón consume bebidas alcohólicas habitualmente. Esto explica la alta frecuencia de alcoholismo en trabajadores de licorerías, cervecerías y lugares de expendio como bares y clubes, *con total independencia de su nivel escolar, socioeconómico o característica de su personalidad.*

El peligro del alcoholismo está presente por igual en todas las personas, aunque el conocimiento de este tóxico puede contribuir a evitar que se caiga en sus redes.

- ***Diferentes etapas del consumo anormal de alcohol.***

Las acciones dañinas determinadas por estos factores se van produciendo en forma progresiva según se aumenta el consumo de alcohol con el decursar del tiempo, de manera que una persona pasa por diferentes etapas que actualmente son llamadas:

1. Etapa de consumo de riesgo.
2. Etapa de consumo perjudicial de alcohol
3. Etapa de dependencia alcohólica.

La autora considera necesario explicar estos conceptos, ya que uno de los aspectos más frecuentes en la atención de los pacientes alcohólicos es que estos generalmente llegan al médico muchos años después de ser alcohólicos, como producto del desconocimiento de esta enfermedad tanto por parte del paciente como de su familia.

González R. (1986) En su libro "la Epidemiología del Alcoholismo: Sus Objetivos y Obstáculos" plantea que la apreciación popular de lo que es un alcohólico, por lo general se corresponde con lo que en realidad son los casos más avanzados de alcoholismo, en los que existen muchas de las complicaciones que veremos después, pero es bueno destacar que cuando aparecen complicaciones psiquiátricas o corporales importantes, la persona ha sido alcohólica (sin saberlo) desde varios años atrás. (7)

➤ **Consumo de riesgo.**

Es cuando la cantidad y frecuencia de la ingestión supera la norma establecida por la sociedad. Aunque dicha norma no esté bien precisada; es lo que todos valoramos como lo que consume alguien que bebe normalmente y que a nivel internacional se describe como alguien que ingiera no más de dos veces a la semana una cantidad de alcohol que no supera el equivalente de un cuarto de botella de ron, o una botella de vino, o cinco medias botellas de cerveza por cada día de consumo.

También se le llama consumo de riesgo a la *embriaguez ligera* (algún grado de euforia, disminución de la crítica fina y cierto grado de incoordinación motora suficiente para hacer peligrosa la conducción de un vehículo) que ocurre más de una vez al mes, es decir más de doce veces al año.

➤ **Consumo perjudicial de alcohol.**

Es el estado que sigue en severidad progresiva al consumo de riesgo, cuando esto no resulta superado. Se establece cuando aparece algún daño inicial físico (como gastritis,

diarreas) o psíquico (cuadros de depresión o ansiedad) y también cuando se evidencia un daño social reiterado como pérdidas repetidas de trabajo o parejas amorosas, accidentes o dificultades judiciales.

➤ ***Dependencia alcohólica.***

Cuevas J. J. Gisbert; A. Betancourt. (1996). En su artículo de la revista española de Drogodependencia considera que cuando a los pasos anteriores (consumo de riesgo y consumo dañino) se agrega la esclavitud progresiva ante las bebidas alcohólicas, de manera que estas poco a poco se van convirtiendo en el interés principal de la persona hasta el punto de que cada vez necesita más el consumo, ya que al interrumpirlo manifiesta diferentes tipos de trastornos.

Como puede apreciarse, el consumo de riesgo es el llamado de alerta de que se evoluciona hacia un alcoholismo y que de mantener dicho patrón de consumo el sujeto caerá en las garras de esta toxicomanía. El consumo dañino es realmente la forma inicial y benigna del alcoholismo, y la dependencia alcohólica es ya el alcoholismo avanzado que después presentará graves complicaciones y llegará a su estado final de deterioro en el que el sujeto prácticamente se convierte en un vagabundo.

La esclavitud ante el tóxico, puede manifestarse, fundamentalmente, por una o más de estas variantes de comportamiento:

1. La persona no puede controlar el consumo cuando comienza a beber.
2. La persona no puede estar más de dos días sin beber.
3. La persona necesita el alcohol para hacerle frente a las actividades cotidianas.

➤ ***Efectos del alcohol sobre la salud.***

Varios factores explican la acción tóxica del alcohol; entre ellos están:

- *Es absolutamente soluble en agua*, por lo que puede circular libremente por todo el organismo.

- *Tiene un efecto irritante directo*, que es tanto mayor cuanto más concentrada sea la bebida que afecta los tejidos que contacta
- *Demanda la energía para su neutralización en el organismo*, que deja de ser utilizada en la oxidación y eliminación de las grasas que, por eso también, se acumulan en las arterias y órganos como el hígado.
- *Consume en su neutralización prácticamente todas las vitaminas disponibles en el organismo*, sobre todo las relacionadas con el complejo B y, por otra parte, los trastornos digestivos que produce disminuye el aprovechamiento de las vitaminas que se ingieren en la alimentación normal.
- *Tiene una acción reductora del apetito*, por lo que conduce a la desnutrición.
- *Actúa como disolvente de las sustancias que predisponen al cáncer (carcinógenas)*, por tanto, determina que estas circulen por todo el organismo.
- *Transforma en acetaldehído*, una sustancia más tóxica que el propio alcohol.
- *Existen otras sustancias tóxicas acompañantes*, que están presentes en las bebidas que se ofrecen para el consumo y todavía más en el alcohol desnaturalizado, conocido en nuestro medio como el alcohol de bodega.

Es preciso recordar que el alcohol por ser disolvente de las sustancias que predisponen al cáncer, facilita la aparición de éste. El consumo excesivo de alcohol hace que el cáncer de esófago sea 19 veces más frecuente que en los que beben normalmente, y cuando se combina el consumo excesivo de tabaco y alcohol, el sujeto tiene 44 veces más frecuencia de cáncer de dicho órgano que los no bebedores ni fumadores.

➤ ***Criterios operativos para identificar los comportamientos anormales ante el alcohol.***

Como principio general debe establecerse que la valoración de los diferentes comportamientos ante el alcohol tomará siempre en cuenta que el mismo sea consistente y que en cierta forma, integre en el estilo de vida de la persona evaluada, pues los patrones de consumo coyunturales, que duran menos de dos meses y que responden a situaciones desfavorables, no son válidos.

➤ **Criterio de cantidad y frecuencia.**

Este criterio se cumple en nuestro medio cuando el sujeto consume tres o más veces a la semana el equivalente a un cuarto de botella bebida fuerte (ron, coñac, vodka) o una botella de vino, o cinco medias botellas de cerveza, cantidades que representan aproximadamente unos 99 a 100 gramos de alcohol en cada día de consumo, o cuando excede 12 estados de embriaguez ligera en el transcurso de un año.

➤ **Criterio de nocividad.**

También llamado criterio tóxico, se cumple cuando se establecen los efectos dañinos del alcohol, tanto a nivel biológico (gastritis, hepatitis, pancreatitis, polineuritis), como el psicológico (depresión ansiedad, culpabilidad, disforia), o en el social (pérdida reiterada de empleos, separaciones, divorcios o arrestos).

➤ **Criterio de esclavitud.**

Se cumple cuando el sujeto pierde progresivamente su libertad de decidir ante el consumo de alcohol, es decir, si lo ingiere o no, y en el caso de hacerlo, hasta cuándo y cuánto tomar. En la práctica, la pérdida de libertad ante el alcohol se manifiesta en tres formas básicas:

- ✓ Pérdida de control. El sujeto no puede detenerse una vez que inicia el consumo.
- ✓ Incapacidad de abstenerse. El sujeto no puede pasar más de dos días sin beber.
- ✓ Necesidad cotidiana de alcohol. El sujeto necesita la ingestión del tóxico para desarrollar sus diferentes actividades y responsabilidades.

➤ **Criterio de etiquetado.**

Este criterio puede ser de escasa utilidad clínica cuando expresa juicios de valor distorsionados por factores subjetivos. Tiene en la práctica dos modalidades:

- ✓ El alo etiquetado. Que expresa la valoración de amigos y familiares sobre el patrón de consumo.
- ✓ El auto etiquetado. De mucho mayor valor, por expresar crítica de enfermedad, aspecto excepcional en las primeras etapas de la toxicomanía.

1.4- Consideraciones generales sobre estilos y calidad de vida.

Estilo de vida: Aunque el interés por el estudio de los estilos de vida saludables ha tenido su punto más álgido en la década de los 80 del siglo pasado, el concepto de estilo de vida no constituye un ámbito de estudio nuevo. Por el contrario, desde hace ya mucho tiempo este concepto ha sido un tema de estudio abordado por disciplinas como la sociología y el psicoanálisis y desde hace ya relativamente menos por la antropología, la medicina y la psicología de la salud. En general, desde todas estas orientaciones se entiende el estilo de vida como "la forma de vida de las personas o de los grupos" (Pastor, 1999) ⁽⁸⁾

En el enfoque sociológico se consideraba que las variables sociales eran los principales determinantes de la adopción y del mantenimiento de un estilo de vida determinado, mientras que desde el psicoanálisis los determinantes se desplazaron desde la sociedad al individuo y a su personalidad. A mediados del siglo XX, la antropología abordó el estudio de los estilos de vida desde un enfoque cultural y la medicina desde un enfoque biologicista, defendiendo que las personas tienen estilos de vida sanos o insanos por su propia voluntad, recayendo por lo tanto la responsabilidad sobre las personas y no sobre las instituciones,

A pesar de no existir una definición unánime, la mayoría de los autores definen los estilos de vida saludables como un "conjunto de patrones conductuales que poseen repercusiones para la salud de las personas". En lo que ya no todos coinciden es si estos patrones conductuales son elegidos voluntaria o involuntariamente por las personas. Mientras que el modelo médico ha defendido el carácter exclusivamente voluntario de tal elección, los autores de orientación psicosocial entienden la elección como involuntaria en cierta medida ya que reconocen la influencia de las variables psicológicas.

En resumen, desde los modelos psicosociales podemos definir el estilo de vida saludable como un "conjunto de patrones conductuales o hábitos que guardan una

estrecha relación con la salud". Por patrones conductuales entendemos formas recurrentes de comportamiento que se ejecutan de forma estructurada y que se pueden entender como hábito cuando constituyen el modo habitual de responder a diferentes situaciones (Rodríguez-Marín y García, 1995). ⁽⁹⁾

Estos hábitos se aprenden a lo largo del proceso de socialización del individuo y una vez adquiridos son difíciles de modificar.

La socialización del estilo de vida puede ser considerada como un proceso por el cual las personas adquieren los patrones de conductas y de hábitos que constituyen su estilo de vida, así como las actitudes, los valores y las normas relacionadas con el mismo. Este proceso implica el aprendizaje de roles relacionados con los estilos de vida y las conductas de salud específicos de una sociedad (Wold, 1989). ⁽¹⁰⁾

Calidad de vida. El interés por la calidad de vida ha existido desde tiempos inmemorables. Sin embargo, la aparición del concepto como tal y la preocupación por la evaluación sistemática y científica del mismo es relativamente reciente. La idea comienza a popularizarse en la década de los 60 hasta convertirse hoy en un concepto utilizado en ámbitos muy diversos, como son la salud, la salud mental, la educación, la economía, la política y el mundo de los servicios en general.

La expresión "calidad de vida" comienza a definirse, como concepto integrador que comprende todas las áreas de la vida (carácter multidimensional), a mediados de los 70 y comienzos de los 80. Transcurridos 25 años, aún existe una falta de consenso sobre la definición del constructo y su evaluación.

Así, aunque históricamente han existido dos aproximaciones básicas: aquella que lo concibe como una entidad unitaria y la que lo considera un constructo compuesto por una serie de dominios, todavía en 1995, Felce Y Perry encontraron diversos modelos conceptuales de calidad de vida. A las tres conceptualizaciones que ya había propuesto Borthwick-Duffy en 1992, añadieron una cuarta.

Según éstas, la calidad de vida ha sido definida como "la calidad de las condiciones de vida de una persona, como la satisfacción experimentada por la persona con dichas condiciones vitales, como la combinación de componentes objetivos y subjetivos, es decir, calidad de vida es definida como la calidad de las condiciones de vida de una persona junto a la satisfacción que ésta experimenta y, por último, como la combinación de las

condiciones de vida y la satisfacción personal ponderadas por la escala de valores, aspiraciones y expectativas".

Calidad y estilos de vida. Es un hecho que el ser humano es un ser social y que en sus dimensiones física, mental, espiritual, económica y emocional está presente este aspecto.

La calidad de vida es un concepto que va más allá de lo físico pues implica valores y actitudes mentales. Su búsqueda es una constante en la vida del hombre desde el comienzo de los tiempos. Poetas y filósofos han intentado definir, explicar y analizar lo que verdaderamente hace feliz al hombre.

La calidad de vida es un estado positivo desde todos los puntos de vista. Es estar en la plenitud, es poder funcionar al ciento por ciento. Físicamente, significa encontrarse en buenas condiciones, fuerte, resistente a las enfermedades o poder sobreponerse rápidamente a ellas. Desde el punto de vista psíquico, es poder disfrutar, hacerse cargo de las responsabilidades, combatir la tensión nerviosa y el estrés. Desde el punto de vista emocional, es estar en paz. La persona que mantiene su calidad de vida es una persona que se siente bien, vigorosa, entusiasmada, con la sonrisa propia del que se siente bien en todas sus dimensiones.

El modelo actual de calidad de vida es un modelo que integra las condiciones objetivas de vida, la satisfacción del individuo con sus condiciones de vida y los valores personales. De esta manera la calidad de vida, al igual que la salud, la oponemos al envejecimiento entendido como deterioro. Las intervenciones que se realicen y, particularmente, los programas de actividad física para los mayores, tendrán como objetivo promover los marcadores citados de calidad de vida y contrarrestar los efectos negativos del envejecimiento en todos los planos.

La intervención en el ámbito de los estilos de vida saludables siempre ha estado relacionada con el desarrollo de dos amplias disciplinas como son:

a. Educación para la salud. La educación para la salud es la disciplina encargada de comunicar a las personas de lo que es la salud, considerando las tres facetas que la conforman: biológica, psicológica y social, así como de transmitir información sobre los comportamientos específicos que suponen un riesgo para la salud y aquellos otros que por el contrario ensalzan la salud. Podemos hablar de tres grandes áreas de intervención:

- La educación para la salud en la escuela: tiene como meta mejorar la salud biopsicosocial de los niños y adolescentes. Entre los principales objetivos están: la salud comunitaria, la salud de consumo, la salud ambiental, la vida familiar, el crecimiento y el desarrollo, la salud nutricional, la prevención y el control de enfermedades, la prevención de accidentes y la seguridad, el uso y abuso de sustancias (Heaven, 1996).⁽¹¹⁾

.Esta disciplina se ha introducido en la educación primaria y secundaria como un contenido transversal que debe ser instruido desde todas las asignaturas del currículo escolar. Sin embargo, la gran cantidad de problemas y obstáculos que encuentran los profesores para llevar a cabo esta labor tan compleja y diversa hace que se esté dejando a un lado y que se dedique poco tiempo a esta ardua labor.

Como consecuencia, Heaven considera que dadas las carencias que se están produciendo es recomendable introducir esta disciplina en el sistema escolar como una asignatura independiente, recibiendo el mismo peso que el resto.

- En la comunidad: en contraste con la escuela no existe un contexto específico ni unos objetivos claros. Se trata de programas que se realizan para prevenir y mejorar los problemas de salud que presenta la comunidad en general. Ejemplos de este tipo de programas puede ser una campaña antitabaco o un programa de planificación familiar.

b. Promoción de la salud. Más que una disciplina, la promoción de la salud es un planteamiento filosófico global sobre la salud y la calidad de vida de las personas. La promoción de la salud se diferencia de la educación para la salud en que ésta última trata de cambiar comportamientos concretos en una población específica, sin embargo la promoción de la salud es un planteamiento holista de intervención. Si bien, la mayoría de los autores consideran la educación para la salud como parte de la promoción de la salud.

La promoción de la salud designa un movimiento hacia un estado positivo de salud y bienestar. Se ocupa de las personas y su bienestar desde la perspectiva de esas mismas personas. Como participantes, las personas necesitan tener tanto control como sea posible para alcanzar la salud y un estado de bienestar. Lejos de culpabilizar a la víctima, la búsqueda de la salud y el bienestar es una responsabilidad tanto del individuo como de la sociedad en general. De hecho, los componentes conductuales juegan un rol

importante, pero también los contextos ecológicos, económicos y sociales son especialmente relevantes.

En resumen, la promoción de la salud es un ámbito de intervención multisectorial, requiriendo una conceptualización de la salud amplia y holista y un cuidado de la salud tanto por sus consumidores como por sus proveedores. Por consiguiente, la principal función de la promoción de la salud consiste en crear las condiciones que promuevan la salud ocasionando cambios en política local, nacional e internacional. En definitiva, la promoción de la salud puede ser considerada como una responsabilidad moral. En este sentido cabe señalar que los educadores son los principales responsables de la educación de los adolescentes y que por lo tanto su responsabilidad debería motivarles a estar informados de los aspectos de salud que hay que promover y enfatizar, así como el papel que ellos juegan y las estrategias a seguir para conseguir entre todos el objetivo perseguido, esto es lograr que los adolescentes adquieran estilos de vida saludables.

c. Recomendaciones en la Promoción de estilos de vida saludables. Aunque la educación y la promoción de la salud pueden llevarse a cabo en grupos de todas las edades (niños, adolescentes, adultos, tercera edad), posee mucha más relevancia en la infancia y en la adolescencia. Esto es así debido a que en estas edades se adquieren los hábitos de estilo de vida, que serán más difíciles de modificar en la vida adulta (Sinha, 1993). ⁽¹²⁾

La importancia de combinar las estrategias que fomenten comportamientos saludables junto a otras que traten de modificar los comportamientos insanos, debido a que los comportamientos saludables pueden ser incompatibles con estilos de vida insanos. Se sabe que las personas físicamente activas se comprometen con más frecuencia con comportamientos saludables y con menor frecuencia con conductas de riesgo para la salud, en comparación con las personas sedentarias.

No existe duda alguna con respecto a que los esfuerzos más significativos en la lucha contra las sustancias tóxicas deben dirigirse a la prevención, es decir a evitar que se establezca la mala costumbre de su consumo; como puede fácilmente apreciarse, esto, en gran parte, tiene que ver con el estilo de vida.

1.5- La prevención. El trabajo preventivo en la sede Universitaria.

La prevención no es un proceso espontáneo, ni improvisado. Es un proceso planificado, dirigido y controlado en función de desarrollar en los sujetos cualidades positivas desde

el mismo momento de su nacimiento, es necesario que sus actividades se organicen de modo tal que se desarrollen en los jóvenes, la creatividad, la independencia y la actitud crítica y reflexiva ante la realidad circundante, que les posibilite controlar y autorregular su conducta. La prevención no comienza cuando aparecen las primeras manifestaciones de conducta, sino desde el mismo momento de la concepción de este nuevo ser. Etimológicamente el vocablo prevención proviene del latín *preventio* indica acción o efecto, de disponer, organizar y prever para evitar riesgos.

El proceso preventivo para su mejor entendimiento e implementación hay que comenzarlo a estudiar desde la semántica misma de la palabra que lo denomina.

Al iniciar el estudio de la prevención social lo primero que se hace necesario es conocer qué se entiende por prevención. Existen diversas posiciones ante el concepto de prevención y su clasificación en dependencia no solo de la ciencia social desde la cual se construye, sino también en correspondencia con los presupuestos teóricos que asumen los autores, pero hay coincidencia al señalar que la prevención de los problemas sociales es un propósito esencial de las intervenciones comunitarias.

Según Laousse, prevención es la acción y el efecto de prevenir, y prevenir es la acción de impedir, anticipadamente, un daño, peligro o enfermedad.

Lofquist (1983), la define como "... un proceso activo y asertivo de crear condiciones y/o atributos personales que promueven el bienestar de las personas". (13)

Prevención: Es la adopción de medidas encaminadas a impedir que se produzcan deficiencias en el desarrollo psíquico o para cuando ocurran, no tengan consecuencias físicas y sociales negativas.

También se define como la preparación y disposición que se hace anticipadamente para evitar un riesgo o ejecutar algo.

En general, las definiciones apuntan a la conformación del concepto de prevención social, como un proceso que se elabora conscientemente desde la política social y cuyo desarrollo comporta el compromiso de accionar transformadoramente sobre la realidad.

La prevención social abarca las grandes directrices de la sociedad para elevar el bienestar material y espiritual del pueblo, la difusión de la cultura y la educación. El

término prevención cobra significado como una función social de toda intervención comunitaria, y su contenido queda determinado por los problemas concretos a identificar y revertir o modificar.

El Ministerio de Educación Superior (MES) ha venido trabajando en los últimos años en la labor de prevención a través de los diferentes programas nacionales aprobados referidos a crear hábitos saludables de vida.

En la nueva etapa de trabajo de la Comisión del MES se propone los siguientes lineamientos:

- Pone en función todo su potencial para apoyar el cumplimiento de las cuatro prioridades que estableció la Comisión Nacional del Sistema de Atención y Prevención Social para el presente año.
- Atiende con su potencial académico y científico técnico todas las solicitudes que hacen las Comisiones Nacionales, Provinciales y Municipales en las Sedes Centrales y en las SUM de capacitación a investigación.

En el documento publicado con motivo del V Seminario-Taller para Educadores del Ministerio de Educación, en noviembre de 2004, el tema desarrollado por el MSc. Pedro J. Pascual Betancourt titulado, "El enfoque del trabajo preventivo como elemento facilitador para elevar la calidad del proceso de aprendizaje", se define el trabajo preventivo como: actuar para que un problema, no aparezca o disminuya sus efectos. Es ajustarse de forma creativa a los problemas constantes y cambiantes en búsqueda de soluciones y/o alternativas a los mismos. Implica investigación, conocimiento de la realidad, reflexión, planificación, trabajo en equipo, evaluación y visión de conjunto. Es estar capacitados para actuar y dispuestos a evitar los riesgos o las consecuencias que un problema pueda producir.

Después de analizadas las diversas posiciones asumidas por los autores relacionados con el término, la autora lo define como la admisión de medidas orientadas a disuadir, que ocasionen privaciones físicas, psicológicas y sociales negativas, es la acción de impedir, anticipadamente, un daño, peligro o enfermedad.

Diversos son los instrumentos elaborados por Naciones Unidas donde se formulan recomendaciones, algunas de ellas son:

- Los principios rectores en materia de prevención del delito y justicia plena en el contexto del desarrollo y de un nuevo orden económico internacional (1985).
- Directrices para prevención de la delincuencia juvenil (1990).
- Directrices para la prevención de la delincuencia urbana (1996).
- La Convención de los Derechos del Niño (1989).

Las tesis esenciales contenidas en los documentos internacionales citados, se encuentran reflejadas en la obra de la Revolución Cubana desde su triunfo. El impacto que tuvo el primero de enero en todas las esferas de nuestra sociedad, sentó las pautas de la praxis preventiva comunitaria.

Innumerables fueron las medidas adoptadas por el gobierno con el objetivo de atender las problemáticas sociales más urgentes y desarrollar una orientación preventiva, la asistencia y rehabilitación de los individuos y grupos más vulnerables para erradicar los males heredados del pasado: eliminación de barrios insalubres, conductas delictivas en niños y jóvenes, etc.

Las normas jurídicas establecen y organizan el sistema desde el punto de vista funcional y estructural, regulan las vías, medios y métodos preventivos y estipulan los derechos y obligaciones de los sujetos de la sociedad.

Hoy en Cuba la prevención descansa en los logros y ventajas socioeconómicas, político - ideológicas de nuestro proyecto social, el sistema de gobierno, de educación y salud, la fortaleza de nuestra ideología, la política de empleo, seguridad y asistencia social.

Las normas jurídicas establecen y organizan el sistema desde el punto de vista funcional y estructural, regulan las vías, medios y métodos preventivos y estipulan los derechos y obligaciones de los sujetos de la sociedad.

En el rango de estas normativas jurídicas operan: desde la Constitución, leyes, decretos, hasta resoluciones, circulares y reglamentos para un sector económico o un ministerio determinado.

La **Constitución de la República de Cuba** (24 de febrero de 1976), cuyos principios fundamentan nuestra política y proyecto social, puede considerarse un documento legal donde se establecen principios rectores en materia de prevención social. El artículo 40 destaca la particular protección que el Estado y la sociedad ofrecen a la niñez y la juventud. La educación, el empleo, la salud y la participación en toda la vida política del país y en las esferas de la vida social constituyen principios rectores de la labor de prevención, por lo que constituye un documento de obligada consulta en materia de prevención social.

Ley 1289 o Código de Familia fue promulgada el 4 de febrero de 1975 para regular jurídicamente la institución de familia. Entre sus objetivos se encuentran: fortalecer la familia y contribuir al cumplimiento por los padres, de las obligaciones con respecto a la protección, formación moral y educación de los hijos.

Código de la Niñez y la Juventud (28 de junio de 1978). Regula los deberes y derechos de la joven generación y las obligaciones de las personas, organismos e instituciones que intervienen en su formación integral, constituyéndose en un valioso instrumento educativo al contener un conjunto de normas y principios morales que deben servir de guía en su conducta social.

Decreto Ley 95 de 1986. Crea las comisiones de prevención y atención social a instancias nacional, provincial y municipal. Como direcciones fundamentales de trabajo establece la prevención de conductas en menores, jóvenes, adultos y familiares que lo ameriten.

Existen también otras normas jurídicas para la regulación del trabajo de prevención, emitidas por diferentes ministerios como son: educación, cultura, trabajo y seguridad social y Ministerio del Interior, que a través de resoluciones, circulares y convenios de trabajo trazan políticas internas y lineamientos para la colaboración entre las entidades en materia de prevención y atención social.

La verdadera medicina, sentenció nuestro Héroe Nacional, en el siglo XIX, no es la que cura, sino la que precave, la higiene es la verdadera medicina, y apuntaba que más que

recomponer los huesos desechos del que cae rebotando por un despeñadero, vale la manera de indicar cómo apartarse de él.

Interpretando a José Martí, los pueblos, han de preferir, prever las enfermedades o curarlas desde sus raíces antes que esta se fortalezca en toda su magnitud, para combatir el mal.

La prevención comienza con una amenaza, una enfermedad o un riesgo ambiental y busca la protección de cuantas personas sea posible, y, además, sus dañinas consecuencias. La atención estará dirigida a mantener bien o minimizar las incapacidades de los consumidores.

Atendiendo a los estadios clínicos en que se separen las enfermedades, la prevención se divide en tres niveles básicos

- 1- Primario o de ocurrencia.
- 2- Secundario o de progresión.
- 3- Terciario o de rehabilitación.

➤ *Prevención primaria o de ocurrencia*

Su objetivo es evitar la aparición de enfermedad y, desde el punto de vista conceptual, incluye acciones de prevención de salud y protección específica.

Dentro de la prevención primaria y como parte de la promoción de salud, se habla de la prevención primordial, que tiene como objetivo evitar la ocurrencia no ya de la enfermedad, sino de los llamados factores de riesgo determinantes.

Este concepto se utiliza en poblaciones donde el factor de riesgo se manifiesta con baja frecuencia, pero su incremento pudiera convertirse en un importante contribuyente de la patógena de un desorden específico.

En la estrategia cubana para la salud pública hasta el año 2003, la prevención primaria esta representada por dos objetivos:

- 1-Cambios de estilos de vida perjudiciales (promoción de salud)
- 2- Control de los factores de riesgo y del medio ambiente (prevención)

➤ *Prevención secundaria o de progresión.*

Su objetivo es evitar la progresión de la enfermedad a estadios más avanzados, mediante la identificación de personas enfermas en fases tempranas, y ofrecer atención oportuna y eficaz para restaurar la salud del individuo o evitar, al menos, la aparición de secuelas que lo invalide.

➤ *Prevención terciaria o rehabilitación.*

Persigue recuperar las capacidades perdidas con secuelas que invalidan al logro de nuevas y más eficientes capacidades, a partir de las residuales, así como la restauración de la salud mental y social. Comprende la provisión de un apoyo apropiado y un servicio de rehabilitación que minimicen la morbilidad y maximicen la calidad de vida, al lograr una reincorporación integral - física mental y social- a la sociedad.

Se puede hablar de diferentes problemas sociales a los cuales la prevención presta atención. Uno de ellos es el consumo de drogas, las especificidades del tema son las coordenadas esenciales del trabajo a desarrollar.

La presente investigación centra su atención en la prevención primaria, pues la estrategia educativa está dirigida a los jóvenes estudiantes de la sede de Cultura Física, por lo que a partir del diagnóstico se establecen acciones para dar tratamiento a los problemas detectados y reducir la gravedad y/o duración de las adicciones.

El contenido de las medidas preventivas depende de los niveles de su instrumentación, ya que en cada una de ellos deberán estructurarse las acciones apropiadas y las tareas de trabajo que se le ajusten.

Los niveles de la prevención, desde la perspectiva del trabajo social, pueden ser identificados como:

- Nivel social.
- Nivel comunitario.
- Nivel grupal.
- Nivel individual.

Estos niveles no son excluyentes, por el contrario, se complementan uno al otro y deben ser vistos como un sistema, lo cual significa que difícilmente una estrategia de prevención deba desarrollarse a uno solo de estos niveles.

Factores que inciden en el trabajo preventivo.

La familia: La familia es donde se inicia el proceso de socialización del niño, constituye la célula básica de la sociedad, de la cual dependen en gran medida la salud física y psíquica de las personas. Cumple diversas funciones: biosocial, económica, espiritual - cultural y como función general; la educativa o formativa.

Por su implicación con el tema que nos ocupa se hace referencia a estas dos últimas funciones:

- Función espiritual – cultural.

Está presente en las actividades recreativas y de tiempo libre de la familia, actividades educativas, de superación, en general todas aquellas que contribuyen a la elevación cultural de sus miembros que garantizan el desarrollo de la personalidad y a nivel de toda la sociedad la conservación y reproducción de los valores culturales y morales.

- Función educativa formativa.

Cada función permite que los miembros de la familia se involucren en acciones educativas, en cada actividad se plantean normas, formas de actuación que favorecen la formación de patrones de conducta y en tal sentido la función educativa formativa está presente y es consecuencia de las restantes. Muchos son los factores que pueden facilitar o entorpecer el funcionamiento de la familia, tales como:

- ❖ Nivel cultural e ideológico.
- ❖ Tamaño y estructura de la familia.
- ❖ Tiempo que los miembros utilizan para cumplir sus funciones.
- ❖ Régimen de vida.
- ❖ Relaciones interpersonales entre sus miembros y con otros grupos.

La escuela: Como institución que centra las influencias educativas debe además de caracterizar las relaciones que se establecen con el resto de los grupos que conforman la

comunidad, coordinar las relaciones sociales que se generan en los grupos que se conforman en su entorno.

La comunidad: En el contexto cubano la importancia de la comunidad se ha multiplicado, ya que permite con el sostén solidario de su red de apoyo y su fuerte capacidad de aglutinamiento en torno a tradiciones y valores, saltar más de un obstáculo en la lucha por sobrevivir y desarrollarse del pueblo. Como puede apreciarse resulta de vital importancia el aprovechamiento de las potencialidades de las comunidades par fortalecer el trabajo preventivo comunitario.

- **Relación comunidad – escuela.**

Sobre la relación comunidad - escuela existen diferentes criterios, algunos piensan que el elemento rector es la escuela, por ser quien posee los medios de conocimiento, e influye en la educación, la formación de los miembros de la comunidad y otros ubican a la comunidad, al gobierno de la localidad. La interacción es reciproca y el elemento rector puede intercambiarse de lugar en dependencia del papel que desempeñe el individuo, el nivel de desarrollo, la visión, la proyección del líder de cada una de las partes, de su carácter activo.

La escuela es la encargada, por excelencia, de transmitir todo el sistema de conocimientos generales acumulados por la sociedad, correspondientes a cada nivel escolar, así como las habilidades necesarias para continuar obteniendo conocimientos y desenvolverse en la vida social.

El rol de la escuela y el maestro realmente es vital en el desarrollo comunitario, ya que participan activamente en la formación de valores, ideales y normas de conducta, influye en el establecimiento de aspiraciones y proyecciones de futuro, etc.

Para trabajar la relación comunidad-escuela Medina y A. Álvarez proponen el concepto Comunidad pedagógica, el cual definen como:

... el entorno físico formado a partir del lugar de procedencia de sus estudiantes-dentro del que están las instituciones y organizaciones sociales, la familia, centros de trabajo de diversos tipos –con los que la escuela deberá hacer todas las coordinaciones pertinentes para cumplir su función educativa. Incluye además aquellas instituciones que –sin estar

en el radio de acción de la escuela-tienen entre sus funciones la educación de esta y otras áreas como pueden ser, museos, círculos sociales y casa de la cultura.

Esta puede ser una variante importante en la relación comunidad-escuela, y sería la fundamental en aquellos lugares donde no existan los consejos populares; pero donde estos han sido creados, consideramos más favorable aprovechar todas las posibilidades que brinda esta estructura para el trabajo con la comunidad, la atención a la escuela y la solución conjunta de las dificultades.

1.6 Algunas consideraciones generales sobre el término estrategia.

Muchos autores han abordado el término estrategia para establecer sus conceptos:

*En el Diccionario de la Lengua Española se precisa que es el arte de proyectar y dirigir las operaciones militares.

*Jairo E. Borges Andrade, (1998) define la estrategia como una combinación lógica de actores, factores, acciones, seleccionadas entre otras alternativas de combinación, para lograr un determinado objetivo

* Storner, (1999) especifica que es el programa general para alcanzar los objetivos de la organización y poner en práctica su misión.

* Smith, (2000) declara que es la fórmula para obtener el éxito.

* Morales. A., (2000) describe es la concepción lógica y racional del empleo del arsenal técnico en función de lograr la victoria.

En Dirección. Es cómo obtengo el objetivo. Es un patrón o plan que integra las principales metas y políticas de una organización y a la vez establece la secuencia coherente de las acciones a realizar.

Estrategia es la habilidad para dirigir un asunto. Se aplica desde hace muchos años en el mundo de los negocios producto a la alta competitividad de los mercados. La estrategia es, como la parte sumergida de un iceberg, no se ve, pero sustenta lo que emerge a la superficie (Minizberg. H. D.)

El concepto de estrategia, es utilizado en la Pedagogía y en la investigación pedagógica para facilitar el trabajo de los que se desempeñan en estos campos. De igual forma se proponen aquellos elementos básicos que la conforman. Por otra parte, se resumen las vías más utilizadas en la elaboración de estrategias, algunas de ellas dependientes de los fenómenos que son objeto de estudio.

El término estrategia comenzó a invadir el ámbito de las Ciencias Pedagógicas aproximadamente en la década de los años sesenta del siglo XX y coincidiendo con el comienzo del desarrollo de investigaciones dirigidas a describir indicadores relacionados con la calidad de la educación. A propósito la Dra. C. María Antonia Rodríguez del Castillo en el documento "La estrategia como resultado científico de la educación educativa" refiere que estrategia proviene de la voz griega *stratégos* (general) y que, aunque en su surgimiento sirvió para designar el arte de dirigir las operaciones militares, luego, por extensión, se utilizó para nombrar la "habilidad, destreza, pericia para dirigir un asunto"

Compartiendo con la autora se asume el criterio de que en el contexto concreto de la pedagogía: "La estrategia establece la dirección inteligente y desde una perspectiva amplia y global, de las acciones encaminadas a resolver los problemas detectados en un determinado segmento de la vida humana..." La estrategia que en este particular se diseña está dirigida a la prevención del consumo de drogas legales en los jóvenes estudiantes de la Sede de Cultura Física, donde sobre la base de las potencialidades y las carencias, se diseñan acciones de trabajo y desde el puesto de trabajo, que permiten contribuir en la solución del problema objeto de la investigación.

Casávola (1999) entiende por estrategia cierto ordenamiento de las acciones en el curso de la resolución de un problema en el cual cada paso es necesario para el siguiente. Estas secuencias de acciones están fuertemente orientadas hacia el fin a alcanzar la persistencia en un procedimiento o su cambio, está también relacionado con el éxito logrado en la consecución de un fin. Que exista un encadenamiento de acciones orientadas hacia un fin no implica un único curso de los procedimientos sino que las repeticiones, marchas y contramarchas atestiguan las múltiples decisiones que el sujeto adopta en el intento de resolver el problema. Frente al mismo objetivo es posible desarrollar diferentes estrategias". (14)

De ahí que pueda deducirse que las estrategias:

- ❖ Se diseñan para resolver problemas de la práctica y vencer dificultades con optimización de tiempo y recursos
- ❖ Permiten proyectar un cambio cualitativo en el sistema a partir de eliminar las contradicciones entre el estado actual y el deseado
- ❖ Implican un proceso de planificación en el que se produce el establecimiento de secuencias de acciones orientadas hacia el fin a alcanzar; lo cual no significa un único curso de las mismas.
- ❖ Interrelacionan dialécticamente en un plan global los objetivos o fines que se persiguen y la metodología para alcanzarlos.

Rasgos generales de una estrategia:

- Concepción con enfoque sistémico: en el que predominan las relaciones de coordinación, aunque no dejan de estar presentes las relaciones de subordinación y dependencia.
- Una estructuración a partir de fases o etapas: relacionadas con las acciones de orientación, ejecución y control, independientemente de la disímil nomenclatura que se utiliza para su denominación.
- El hecho de responder a una contradicción entre el estado actual y el deseado de un objeto concreto, ubicado en el espacio y en el tiempo que se resuelve mediante la utilización programada de determinados recursos y medios.
- Un carácter dialéctico que viene dado por la búsqueda del cambio cualitativo que se producirá en el objeto (estado real o estado deseado), por las constantes adecuaciones y readecuaciones que puede sufrir su accionar y por la articulación entre los objetivos (metas perseguida) y la metodología (vías instrumentadas para alcanzarlas), entre otras.

- La adaptación de una tipología específica que viene delimitada a partir de la que se constituye en objeto de transformación.
- Su irrepetibilidad, está dada por ser las estrategias casuísticas y válidas en su totalidad, solo en un momento y contexto específico, por ello su universo de aplicación es más reducido que el de otros resultados científicos.
- Su carácter de aporte eminentemente práctico debido a sus persistentes grados de tangibilidad y utilidad.

Elementos que deben estar presentes en una estrategia:

1. Existencia de insatisfacciones respecto a los fenómenos, objetos o procesos educativos en un contexto o ámbito determinado.
2. Diagnóstico de la situación.
3. Planteamiento de objetivos y metas a alcanzar en determinados plazos de tiempo.
4. Definición de actividades y acciones que respondan a los objetivos trazados y entidades responsables.
5. Planificación de recursos y métodos para viabilizar la ejecución.
6. Evaluación de los resultados.

Organización que debe tener una estrategia en los marcos de un trabajo científico.

La metodología para aplicar el enfoque estratégico a la solución de un problema debe incluir los siguientes pasos:

1. Esclarecer el problema.
2. Determinación del fin y las áreas que intervienen en la realización del conjunto de actividades.
3. Diagnóstico de la realidad y de las posibilidades de los sujetos de la educación.
4. Determinación de las alternativas o variantes a utilizar.
5. Selección y planificación de la alternativa.

Los pasos de esta metodología constituyen puntos de referencia obligados para definir la organización que debe tener una estrategia, en los marcos de un trabajo científico.

En este sentido algunos autores asumen el criterio que considera tomar en cuenta los aspectos siguientes:

Introducción- Fundamentación: Se establece el contexto y ubicación de la problemática a resolver. Ideas y puntos de partida que fundamentan la estrategia.

Diagnóstico: Indica el estado real del objeto y evidencia el problema en torno al cual gira y se desarrolla la estrategia

Planteamiento del objetivo general.

1 **Planeación estratégica:** Se definen metas u objetivos a corto y mediano plazo que permitan la transformación del objeto desde su estado deseado. Planificación por etapas de las acciones, recursos, medios y métodos que corresponden a estos objetivos.

2 **Instrumentación:** Explicar cómo se aplica, bajo qué condiciones, durante qué tiempo, responsables, participantes.

3 **Evaluación:** Definición de los logros obstáculos que se han ido venciendo, valoración de la aproximación lograda al estado deseado. (De Armas Ramírez /y/ otros, 2001).

No obstante lo apuntado es necesario precisar que, independiente de los elementos manejados, los cuales constituyen una orientación de marcado carácter metodológico que permite organizar el proyecto estratégico, este resultado se caracteriza por la existencia de tres fases en las cuales están contenidas las cuestiones que han sido mencionadas, a saber:

1- Fase de obtención de la información o diagnóstica.

2- Fase de caracterización del momento deseado, de programación-implementación, o de ejecución.

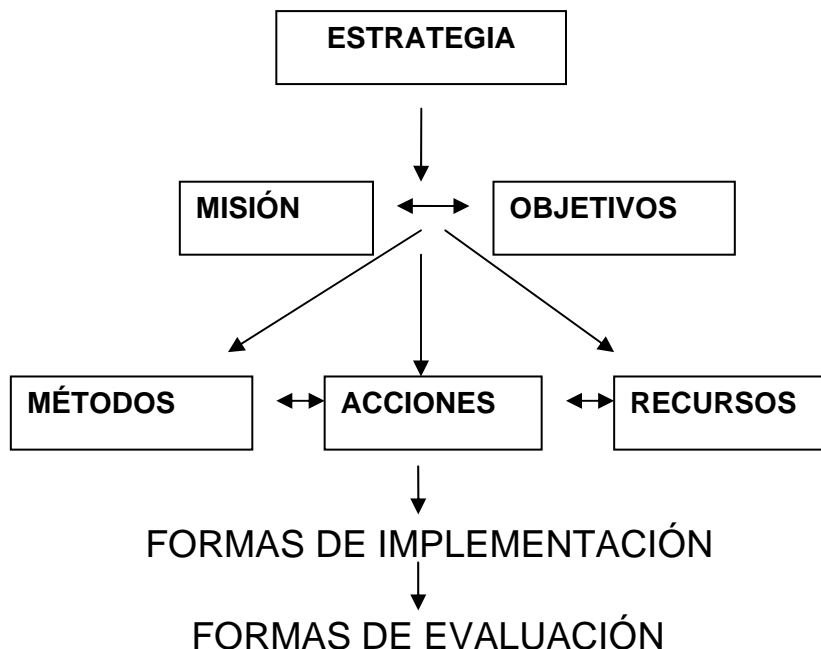
3- Fase de evaluación.

Toda estrategia transita por una fase de obtención de información (puede tener carácter diagnóstico), una fase de utilización de información y una fase de evaluación de esa información, además como su nombre lo indica, debe tener un margen para ir redirigiendo las acciones.

Las acciones son aquellas tareas que se deben realizar para dar cumplimiento a los objetivos trazados. Ellas responden siempre a la pregunta ¿Qué tenemos que hacer? En las acciones ocupan un lugar destacado el análisis de los métodos y procedimientos, que están vinculados siempre al cómo lograr la realización de las acciones. La pregunta clave aquí sería ¿Cómo podemos hacerlo? De igual forma, los métodos que se elijan para realizar las acciones deben tener en cuenta los recursos disponibles. Estos pueden ser de dos tipos los humanos y los materiales.

Por último dentro de las acciones se deben considerar los responsables, que son aquellas personas que son designadas para dirigir las o en su defecto realizarlas. Todo ello tiene que estar establecido en tiempo, para lograr los objetivos propuestos.

Las formas de implementación son aquellas acciones que van dirigidas a poner en práctica la estrategia que se propone y las de evaluación tienen como fin esencial analizar ésta, para emitir juicios de valor sobre el desarrollo de la aplicación y sus resultados.



1-Estructura de la estrategia

Existen diferentes tipos de estrategias, pero se hace alusión a la educativa por ser la que se utiliza en la presente investigación.

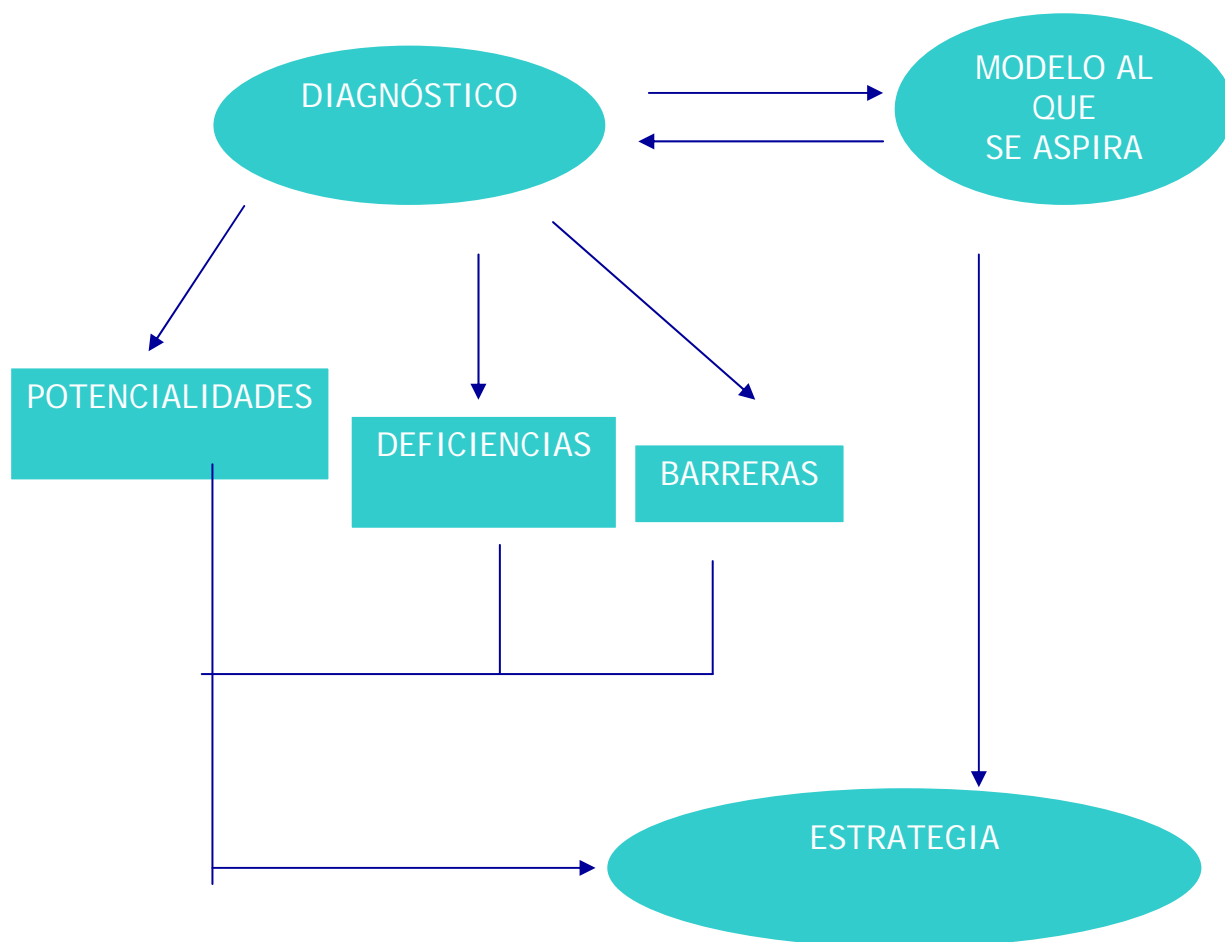
Estrategia educativa: Es el conjunto de acciones secuenciales e interrelacionadas que partiendo de un estado inicial permiten dirigir la formación del hombre hacia determinados objetivos en un plano social general.

Según el criterio de la Dra. .C. María Antonia Rodríguez del Castillo. del Centro de Ciencias e Investigaciones Pedagógicas. Universidad Pedagógica "Félix Varela". Villa Clara; la **estrategia educativa**, es la proyección de un sistema de acciones a corto, mediano y largo plazo, que permite la transformación de los modos de actuación de los escolares para alcanzar en un tiempo concreto, los objetivos comprometidos con la formación, desarrollo y perfeccionamiento de sus facultades morales e intelectuales.

Para la autora la estrategia educativa consiste en acciones secuenciales diseñadas para resolver problemas y vencer dificultades con optimización de tiempo y recursos, que permiten proyectar un cambio cualitativo a partir de eliminar la contradicción entre el estado actual y el deseado.

Modelos para elaborar las estrategias.

Entre los modelos que más se utilizan para la elaboración de estrategias se encuentra el siguiente, que se puede encontrar en casi toda la literatura de dirección.



2-Modelo para la elaboración de la estrategia:

En este modelo se hace necesario realizar un diagnóstico del fenómeno que se estudia, ya sea una institución o un proceso que en el plano pedagógico puede ser una escuela o la formación de los estudiantes que en ella tiene lugar.

Dentro de este diagnóstico es necesario determinar las potencialidades que pueden ser asumidas como aquellas posibilidades reales que tiene la institución para llegar a un nivel de desarrollo superior. Las deficiencias son aquellos errores o aspectos negativos que caracterizan la institución y las barreras son aquellas características de índole subjetiva u objetiva que impiden el desarrollo del trabajo o pueden hacerlo.

Una vez con estos resultados en la mano se pueden comparar con el modelo al que se aspira, que viene siendo una representación ideal del fenómeno en estudio, caracterizada por su nivel de objetividad. Del resultado de esta comparación se puede elaborar una estrategia que debe ajustarse a los componentes descritos en el epígrafe anterior.

CAPITULO II: “MARCO METODOLÓGICO DEL DISEÑO DE UNA ESTRATEGIA EDUCATIVA PARA LOS ESTUDIANTES DE LA SEDE UNIVERSITARIA DE CULTURA FÍSICA”.

2.1- Caracterización de la población y muestra.

La sede de Cultura Física está ubicada en el casco urbano del municipio de Camajuaní, específicamente en la Escuela Comunitaria “Raúl Torres Acosta” enclavada en el Consejo Popular 1 de dicho municipio. Cuenta con una matrícula de 229 estudiantes distribuidos de la siguiente forma: primer año 44, segundo 59, tercero 39, cuarto 48 y quinto 39. Para la organización del proceso están ubicados en 13 grupos clases.

La población de la presente investigación la constituyen los 103 jóvenes estudiantes de 1ro y 2do año de la Sede Universitaria de Cultura Física de Camajuaní.

La muestra en estudio son los 60 estudiantes consumidores de drogas legales, tabaco y alcohol, de ellos 16 son hembras y 44 varones que representan el 58,2%.

2.2- Métodos y /o técnicas.

La base metodológica para la selección de las tareas de investigación está dada por los postulados de la Teoría Marxista Leninista y la Ética Martiana reflejada en los documentos rectores y normativos del Ministerio de Enseñanza Superior (MES) y el Instituto Nacional de Deportes Educación Física y Recreación (INDER), que establecen y orientan el trabajo preventivo comunitario.

En la realización del trabajo se emplean los siguientes métodos:

Del nivel teórico:

Analítico-sintético: permite la descomposición del fenómeno que se estudia, de los principales elementos que lo conforman, para determinar sus particularidades, mediante la síntesis se integran permitiendo descubrir relaciones y características generales emplea a través de toda la investigación en la medida que se van analizando y sintetizando los aspectos teóricos que sustentan la problemática, cuando se procesa la información obtenida a través de los métodos empíricos para diseñar la estrategia.

Inductivo –deductivo: se caracteriza porque en él se combina el movimiento de lo particular a lo general (inductivo) que posibilita establecer generalizaciones del movimiento de lo general a lo particular (deductivo). Sirve como guía de razonamiento, en el tránsito de precisiones de situaciones particulares a la realización de inferencias generalizadoras relacionadas con las insuficiencias detectadas en la preparación de los jóvenes estudiantes de la Sede de Cultura Física para prevenir el consumo de drogas.

Histórico-lógico: se aplica en el estudio de los antecedentes de la problemática abordada, y en la medida en que se especifique el porqué fue tomado como objeto de investigación puntualizando las leyes que lo sustentan.

Métodos del nivel empírico.

Pre-experimento: El trabajo utiliza como método fundamental el pre-experimento con el objetivo de demostrar la efectividad de la estrategia educativa dirigida a la prevención del consumo de drogas, el cual se proyecta en tres etapas:

Constatativa: Se aplica el pre-test (encuesta, entrevista) para constatar el estado inicial de los estudiantes con relación al consumo de drogas legales.

Formativa: Se aplica la estrategia educativa y se realiza la observación de actividades. Se ofrece asesoramiento en caso necesario.

Control: Se aplica el pos - test y se establecen comparaciones con los resultados del pre - test con vistas a validar la efectividad de la estrategia educativa.

Observación: Se emplea la observación participante durante la aplicación de la estrategia educativa para comprobar su efectividad.

Encuesta: se aplica en la etapa constatativa para constatar la situación que presentan los jóvenes estudiantes de 1er y 2do año de la Sede de Cultura Física con respecto al consumo de drogas legales y en la etapa de control para comprobar la efectividad de la estrategia educativa.

Entrevista: se aplica a tutores pedagógicos para constatar la situación que presentan los jóvenes estudiantes de 1er y 2do año de la Sede de Cultura Física con respecto al consumo de drogas legales.

Análisis documental: se revisa el diagnóstico psicopedagógico integral de los estudiantes para constatar si poseen hábitos tóxicos (consumo de tabaco, y/o alcohol), y si se registran alteraciones en la conducta asociadas al consumo de alcohol. Se muestra la estrategia educativa de la Sede Universitaria de Cultura Física de Camajuaní, para comprobar si se proyectan acciones encaminadas a la prevención del consumo de drogas legales por parte de los estudiantes.

Criterio de especialistas: se emplea para valorar la calidad y pertinencia de la estrategia educativa.

Del nivel matemático y estadístico.

El análisis porcentual de los datos y los recursos de estadística descriptiva (tablas, moda y media aritmética) se utilizan para procesar la información, facilitar el análisis y evaluar los resultados.

2.3- Diagnóstico y determinación de necesidades.

Esta etapa de la investigación permite el estudio de los principales factores que de una forma u otra están asociados al consumo de drogas legales en los jóvenes estudiantes de 1ro y 2do año de la Sede de Cultura Física de Camajuaní.

Con la finalidad de constatar de forma práctica la situación existente con relación a la prevención del consumo de drogas legales en la Sede Universitaria de Cultura Física, se revisa el diagnóstico psicopedagógico integral de los estudiantes de 1ro y 2do año para constatar si poseen hábitos tóxicos (consumo de tabaco, y/o alcohol), y si se registran alteraciones en la conducta asociadas al consumo de alcohol.

En este documento se refleja que 25 estudiantes que representan el 24,2% consumen tabaco, 35 para un 34% ingieren alcohol.

En el diagnóstico psicopedagógico de 1ro y 2do año, de los 35 que ingieren alcohol se registran con relación a las particularidades del carácter que 18 de ellos, son irritables e impulsivos, que representan el 51.4%, que en 8 predomina el mal humor para un 22,8%, 7 son introvertidos, que representa un 20% y 2 poseen baja autoestima e inseguridad, que representan el 5,7%.

Con relación al grado de funcionamiento familiar, 22 conviven en familias disfuncionales para un 62.2%. En 9 hogares hay manifestaciones de violencia intrafamiliar y falta de cohesión, en 9 algún familiar ingiere bebidas alcohólicas para un 40,9% y en 4 de ellos muestran desinterés por los problemas familiares lo que representa el 18%.

En relación a los que consumen tabaco estas particularidades del carácter se manifiestan de la siguiente forma, de los 25 consumidores 9 de ellos, son irritables e impulsivos, que representan el 36.%, que en 7 predomina el mal humor para un 28,%, 5 son introvertidos, que representa un 20% y 4 poseen baja autoestima e inseguridad, que representan el 16%.

Con relación al grado de funcionamiento familiar, 14 conviven en familias disfuncionales para un 56. %. En 8 hogares hay manifestaciones de violencia intrafamiliar y falta de cohesión, para un 57 %, en 3 de ellos, los padres son consumidores de tabaco y 3 muestran desinterés por los problemas familiares lo que representa el 21 % respectivamente.

Aspectos a evaluar	Alcohol		Tabaco	
	Cantidad	%	Cantidad	%
1- Particularidades del carácter				
▪ Irritables e impulsivos	18	51,4	9	36
▪ Mal humor	8	22,8	7	28
▪ Introvertidos	7	20	5	20
▪ Baja autoestima	2	5,7	4	16
2- Funcionamiento familiar	//////////	//////	//////////	//////
▪ Familias disfuncionales	22	62,2	14	56
▪ Manifestaciones de violencia en el hogar	9	40,9	8	57
▪ Familiares consumidores	9	40,9	3	21
▪ Desinterés por problemas familiares	4	18	3	21

Se muestrea la estrategia educativa de la Sede Universitaria de Cultura Física de Camajuaní, para comprobar si se proyectan acciones encaminadas a la prevención del consumo de drogas legales por parte de los estudiantes (anexo 2).

En la caracterización de los estudiantes no se refleja lo relacionado con la presencia de hábitos tóxicos (tabaco y alcohol), no se proyectan acciones para la prevención del consumo de drogas legales.

Se aplica una entrevista a tutores pedagógicos para constatar la situación que presentan los jóvenes estudiantes de 1er y 2do año de la Sede de Cultura Física con respecto al consumo de drogas legales. (anexo3)

El 75% de los tutores señalan como características personales que sobresalen en los estudiantes que consumen drogas legales las siguientes irritabilidad, desorganización, inquietud, inseguridad, timidez, intranquilidad e irresponsabilidad.

El 80% coincide en que estas características están asociadas al consumo de drogas legales. El 100% le concede mucha importancia al trabajo preventivo que se puede desarrollar en función del consumo de drogas legales en la sede. Reconocen que no se han emprendido todas las acciones posibles para prevenir el consumo de drogas, solo se han limitado al intercambio y la conversación. Dentro de las sugerencias que proponen están los cine debates, las actividades deportivo- recreativas, proyección de filmes.

El 100% de los entrevistados consideran primordial e indispensable el trabajo conjunto de la familia la escuela y la comunidad y reconocen que es preciso aumentar los esfuerzos y realizar acciones conjuntas para poder lograr resultados satisfactorios en la prevención del consumo de drogas legales en los estudiantes de la sede.

El 83% de los entrevistados coinciden en que la planificación de las actividades que realizan no está acorde con las necesidades e intereses de los estudiantes.

Plantean que su comportamiento no es adecuado, desvían fácilmente su atención y se alteran e irritan con facilidad.

El análisis de los resultados obtenidos, a partir de la aplicación de los instrumentos permite determinar como necesidades y potencialidades las siguientes:

- Existe un por ciento considerable de estudiantes que consumen drogas legales.
- Se aprecian manifestaciones conductuales. asociadas al consumo de drogas legales, dificultades en el funcionamiento familiar, bajo rendimiento docente Incorrectos estilos de vida de los estudiantes, pobre participación de los estudiantes en las actividades planificadas y falta de protagonismo en las mismas.

Potencialidades:

- Reconocimiento por parte de los docentes de la importancia del trabajo preventivo.
- Existe conciencia de que las actividades no se corresponden con las necesidades e intereses de los estudiantes.
- Existen condiciones en la sede que permiten desarrollar el trabajo preventivo.

Teniendo en cuenta las necesidades y las potencialidades se diseña la estrategia educativa para la prevención del consumo de drogas legales en la Sede de Cultura Física de Camajuaní.

CAPÍTULO III: “Fundamentación, diseño, valoración y validación de la estrategia educativa para la prevención del consumo de drogas legales en la Sede de Cultura Física de Camajuaní.

3.1- Fundamentación y diseño de la estrategia.

La utilización de la estrategia educativa que se propone responde al problema: ¿Cómo contribuir a la prevención del consumo de drogas legales en los jóvenes estudiantes de primero y segundo año de la Sede de Cultura Física de Camajuaní?

Se toma como base y se apoya en la Filosofía Marxista Leninista cuya base es el materialismo dialéctico, en este caso las acciones contenidas en la estrategia proporcionan nuevos conocimientos colocando a la práctica como núcleo de la actividad, lo que permite el paso a un nivel superior en la preparación de los estudiantes.

El enfoque sociológico que se asume en la presente investigación está en correspondencia con los postulados de la filosofía marxista y del método materialista-dialéctico.

La estrategia educativa se sustenta en fuentes pedagógicas y psicológicas, avaladas por teorías contemporáneas sobre cómo educar. Concibe el enfoque histórico cultural de L.S. Vigotski. Este constituye el basamento que promueve la presente investigación ya que tiene en cuenta que el ser humano no solo es producto del medio, sino que contribuye a transformar el mismo con su participación activa y creadora, que al transformarlo se transforma a sí mismo.

Es importante señalar dos aspectos fundamentales en relación con la actividad:

En la relación sujeto-objeto, el elemento activo lo juega el sujeto, mientras que el objeto recibe pasivamente la acción. Este papel activo del sujeto se muestra no solo en que reduce una transformación del objeto sino también en el hecho de que, el lograrlo, provoca también un cambio, una transformación en sí mismo: el sujeto, durante la interrelación forma una imagen, tanto del objeto como de las variaciones que sufre hasta llegar al resultado final, y forma de este modo conceptos, conocimientos, habilidades, etc., que pasan a formar parte de su personalidad, la cual resulta, ahora, distinta de cuando se inició la interacción.

La interrelación ocurre tanto de manera externa, con operaciones físicas reales, con objetos reales, como de forma interna, con operaciones ideales (mentales) con objetos ideales (conceptos, símbolos e imágenes).

La estrategia incluye variadas actividades que se deben aplicar según resultados del diagnóstico de los estudiantes implicados en la investigación. Para su aplicación se tienen en cuenta los elementos internos como los externos de la situación que se analiza. En el diagnóstico de los estudiantes se analizan tanto los aspectos positivos como los negativos identificando además los factores internos como las necesidades y potencialidades.

Tiene en cuenta el pensamiento pedagógico martiano que sirve de base a las actuales transformaciones de la Educación Superior, donde la preparación de los estudiantes alcanza una extraordinaria importancia.

Las acciones están diseñadas a partir del diagnóstico de la muestra, lo que permite preparar a cada estudiante según su individualidad, teniendo en cuenta la unidad de lo afectivo y lo cognitivo. Se asume la necesaria interacción de la instrucción, la educación y el desarrollo para lograr la preparación del hombre en su actuación ante la vida.

Los temas fueron seleccionados teniendo en cuenta su importancia. Tiene fundamentos sociológicos al asumir la concepción de la educación como un fenómeno social, basada en la preparación del ser humano para la vida para poder interactuar con el medio, transformándolo y transformándose a sí mismo.

Por tal motivo consideramos pertinente el diseño de una estrategia educativa que conciba acciones dirigidas a la prevención del consumo de drogas legales, en los jóvenes estudiantes de 1ro y 2do año de la Sede de Cultura Física de Camajuaní con la participación conjunta de todos los factores de la comunidad de residencia de los investigados.

La propuesta de estrategia se caracteriza por ser:

- Diferenciadora porque responde a características grupales e individuales de los estudiantes según diagnóstico.
- Sistemática por su inserción armónica en el sistema de trabajo de la sede atendiendo a las necesidades de la misma.
- Contextualizada por el diseño de acciones que se puede adecuar a cada estudiante en dependencia de sus necesidades.
- Operativa porque se proyecta y controla sobre la base de las potencialidades de cada docente.
- Se caracteriza además por ser preventiva, correctiva, formativa y ejecutable.
- La estrategia es susceptible de ser modificada, precisada, delimitada constantemente a partir de los cambios que se van operando derivados de su aplicación.
- La funcionabilidad de la estrategia está dada por la capacidad de los implicados de hacer uso de su creatividad para aplicar en la práctica las acciones con que cuenta.

La estrategia educativa que se diseña ha sido planificada teniendo en cuenta las siguientes interrogantes:

1-¿Qué tenemos que hacer?

2-¿Cómo podemos hacerlo?

3-¿Cuáles son los recursos con que contamos?

4-¿Cuándo se realizan las acciones?

5-¿Quién será el responsable?

6-¿Cuándo se evalúa?

Dentro de los principales recursos con que contamos para la estrategia, están:

- Recursos Humanos: en el sistema educativo son los alumnos, los profesores, los padres, miembros de la comunidad etc.
- Recursos Materiales: van desde la consideración de las características del edificio escolar hasta los medios de enseñanza necesarios para el proceso docente educativo, etc.

La estrategia educativa propuesta cuenta con acciones de cumplimiento a mediano plazo, desde el mes de septiembre del año 2008 hasta el mes de julio del mismo año y se realizan cortes evaluativos de los resultados bimensualmente, en los cuales se van adecuando las actividades de acuerdo a las circunstancias existentes y modificaciones ocurridas en el plazo establecido.

Estrategia educativa para los estudiantes de la Sede Universitaria de Cultura Física de Camajuaní.

Nro	Actividades	Objetivos	Resp	Ejecutor	Lugar y fecha	Recursos	Cump. Si----No
1	Los estudiantes consumidores enfrentan su realidad.	Informar los resultados del diagnóstico a los estudiantes consumidores	Investigadora	Investigadora	Sede universitaria Sep.	Hojas de papel	si
2	Charla educativa	Valorar los mecanismos fundamentales de acción del tabaco y el alcohol, reflexionando acerca de su repercusión social y familiar.	Investigadora	Investigadora	Sede Universitaria Oct.	Láminas ilustrativas, Mensajes educativos impresos	si
3	Debate dirigido. Título: Salud vs. Drogas.	Definir los efectos nocivos que produce el consumo de las drogas legales tabaco y alcohol sobre el organismo, a partir del estudio y análisis del material de apoyo.	Investigadora	Investigadora	Sede Universitaria Nov	Material de apoyo	si
4	Taller. Vida sana y ordenada, hábitos tóxicos nada.	Argumentar por qué debemos desarrollar un estilo de vida donde el alcohol desempeñe un papel cada vez menos importante.	Investigadora	Investigadora	Sede Universitaria Nov	Revista "Muchacha". Artículo: La respuesta está en ti.	si
5	Realización de actividades deportivo-recreativas que propicien estilos de vida sanos. 1- Peñas de dominó 2-Festivales deportivos-recreativos. 3- Proyección de videos musicales. 4- Celebración de fechas conmemorativas. 5- Competencias deportivas.	Practicar ejercicios físicos y deportivos las actividades para los estudiantes de modo que participen los factores que intervienen en su formación	Investigadora	Investigadora, estudiantes, familia y comunidad	Áreas deportivas y recreativas. Feb	(Familia, escuela y comunidad)	si
6-	Reflexión sobre pensamientos martianos ,mensajes ,afiches ,etc.	Elevar la capacidad reflexiva de los estudiantes a partir de la obra martiana	Investigadora	Profesora de Español	Sede Enero Mayo	T. martianos, afiches, mensajes.	si

7-	Debate de mini videos que tratan la temática del consumo de drogas legales.	Contribuir a la preparación de los estudiantes para prevenir el uso de las drogas	Investigadora	Profesores y estudiantes	Sede Marzo-junio	Computadora	si
8-	Proyección de filmes cubanos donde se ponga de manifiesto actitudes sociales o consecuencias negativas ante el consumo de drogas.	Valorar las actitudes adoptadas por los personajes	Investigadora	Metod. de relaciones y propaganda	Cine Teatro Mayo	sala de Video	si
9-	Realización del concurso: "Deja de fumar y gana." --Divulgación y propaganda. - Premiación de los resultados.	Evaluar resultados de la estrategia.	Investigadora	Estudiantes.	Sede		si
10-	Recopilación de información sobre la aplicación de la estrategia. - Opiniones de estudiantes y personal implicado. - Análisis de los resultados de la encuesta. - Observación de los modos de actuación de los estudiantes con relación al consumo de drogas legales en el desarrollo de las actividades.	Evaluar resultados de la estrategia.	Investigadora	Estudiantes profesores, comunidad, familia.	Sede		si

3.2. Valoración de la estrategia educativa con criterios de especialistas.

La estrategia se sometió al criterio de diez especialistas para conocer sus opiniones y cómo la valoran, utilizando para ello una escala valorativa. (Anexo No.6)

Este método se aplica en forma escrita e individual a una muestra de 10 sujetos entre ellos: 1 Doctor en Ciencias Pedagógicas, 2 psicólogas de Salud Mental, el Presidente y Vice-presidente de la Comisión de Prevención y Atención Social del municipio 2 Master en Ciencias de la Educación, 1 psicopedagoga, 2 profesores de la sede Master y con categoría docente de auxiliar (Anexo No.7).

Para el procesamiento de la información obtenida se emplea una matriz de valoraciones (Anexo No.8) Como puede apreciarse resulta significativo el alto por ciento de coincidencia de opiniones con respecto a la valoración de la propuesta comportándose la media en 4.8.y la moda en 5, lo que habla a favor de la estrategia educativa para la prevención del consumo de drogas legales en la Sede de Cultura Física de Camajuaní.

Los criterios más generalizados expresados por los especialistas son:

- Resulta interesante y novedosa para prevenir el consumo de drogas legales en los estudiantes de la Sede Universitaria de Cultura Física de Camajuaní.
- Constituye una alternativa de trabajo comunitario que permite la prevención del consumo de drogas legales.
- Se puede generalizar a otras Sedes Universitarias con características similares.
- Es aplicable porque no requiere de cuantiosos recursos materiales.

3.3. Validación de la estrategia educativa.

Para dar cumplimiento a la estrategia educativa se proyecta un pre-experimento que se aplica en diferentes fases o etapas.

Primera etapa (septiembre del 2007) incluye el diagnóstico individual de los estudiantes, el análisis documental, entrevista a los tutores pedagógicos, para determinar las necesidades y potencialidades.

Segunda etapa (noviembre del 2007a mayo del 2008) durante esta etapa se realizan acciones dirigidas a la organización, ejecución de la propuesta, para la cual se aseguran las condiciones de índole material, así como aquellas que se relacionan con el empleo de recursos técnicos, materiales y humanos de modo que se garantice la realización continua de la estrategia.

Tercera etapa (mayo a julio del 2008) se caracteriza por la evaluación de los resultados obtenidos mediante la aplicación de la estrategia educativa.

Teniendo en cuenta las etapas, plazos y características del pre- experimento explicado se concibe la aplicación de la estrategia partiendo de la etapa de diagnóstico, cuyos resultados permiten determinar las regularidades que se traducen en necesidades, así como identificar las existentes.

Durante la fase de aplicación de las actividades (ejecución) se parte de un diagnóstico inicial mediante un pre-test, se realiza una encuesta para dar comienzo a la aplicación de la propuesta, con el objetivo de comprobar el nivel de conocimiento y comportamiento que poseen los estudiantes en cuanto a los hábitos tóxicos (anexos 4 y 5).

Como otro elemento importante se realiza la observación a 6 actividades de la estrategia. Se hace necesario elaborar una escala para poder evaluar los indicadores de la variable dependiente en correspondencia con los resultados obtenidos para analizar el diagnóstico inicial.

Conocimiento:

Bajo (menos de 60 hasta 69%) cuando no reconocen ningún planteamiento correctamente.

Medio (del 70 al 79%) identifican al menos tres de los planteamientos correctamente.

Alto (80 y el 89 o más) Cuando identifican correctamente los planteamientos posibles.

Comportamiento

Bajo (menos de 60 hasta 69% si disminuye en cantidad y frecuencia y/o cambió su comportamiento)

Medio (70 al 79% menos de 60 hasta 69% si disminuye en cantidad y frecuencia y/o cambió su comportamiento)

Alto (80 al 89% menos de 60 hasta 69% si disminuye en cantidad y frecuencia y/o cambió su comportamiento)

Para dar inicio al pre-experimento se procede a la aplicación del pre – test.

Se realiza la encuesta, (anexos 4 y 5), cuyos resultados se muestran a continuación en las siguientes tablas:

Resultados de la encuesta primer corte: Tabaco.

INDICADORES													
Consideraciones sobre el hábito			Cantidad				Prob. de salud asociados al consumo.			Reconoc. como droga		Concepto	Deseo
Placer	Recrearse	Mal hábito	+ de 20	16 a 20	10 a 15	5 a 9	Cáncer	Neum.	Bronquitis	SI	NO	NO	SI
18	15	5	13	6	4	2	19	15	20	20	5	25	10
72 %	60 %	20%	52%	24%	16%	8%	76%	60%	80%	80%	20%	100%	40%

Con respecto a la dimensión de conocimientos en la tabla se ilustra que un por ciento significativo de estudiantes tiene concepciones erróneas sobre el consumo del tabaco, mientras que solo el 20% lo considera un mal hábito.

La mayoría de los encuestados (entre el 60 y el 80%) demuestran conocimiento de algunos problemas de salud asociados al consumo del tabaco.

El 80% de los estudiantes reconocen que el tabaco es una droga, pero ninguno es capaz de explicar por qué., lo que evidencia desconocimiento del concepto.

Teniendo en cuenta la escala valorativa los resultados obtenidos a partir de la primera encuesta permiten evaluar la dimensión, conocimiento como se expresa en la siguiente tabla.

Antes (pre test) Tabaco						
Ind.	Bajo	%	Medio	%	Alto	%
1	12	48				
2			18	72		
3	13	52				
4	-	0				

Como puede observarse de los cuatro indicadores, tres se encuentran en el nivel bajo y solo uno que es el relacionado con el reconocimiento del tabaco como droga se evalúa en el nivel medio, aunque carecen de conocimiento para fundamentarlo, lo que permite ubicar la dimensión conocimiento en un nivel bajo.

Con relación a la dimensión de comportamiento se puede constatar que el 24,2% de los estudiantes fuman, 12 de los estudiantes encuestados comienzan a fumar desde la adolescencia, (48%), y el resto oscila entre los 16 a 18 años, (52%).

El 86% consume de 16 a 20 cigarrillos, o más, lo que representa una cifra alta, pues promedia más de una unidad por hora. Solo el 40% expresa el deseo de abandonar el hábito.

La dimensión comportamiento se evalúa en este primer momento de anormal porque todos son consumidores de riesgo, al violar las normas sociales de cantidad y frecuencia.

Resultados de la encuesta del primer corte: Alcohol

INDICADORES																
Considerac. sobre el hábito.		Problemas de salud asociados al consumo			Reconoc. como droga	Concepto	Frecuencia			Cantidad		Embrag en los últimos 12 meses		Grado de embriaguez		
1	2	3	4	5	Si	NO	1	2	3	1	2	1	2	1	2	
21	17	6	16	12	30	23	15	10	10	12	25	28	7	13	15	
%	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%	
60	48	40	45	34	85	65	43	28,5	28,5	34	68	80	20	37	42	

Aspectos a evaluar	Frecuencia	Cantidad	Grado
1- Mejora la act. Sexual	1- Tres veces a la semana	1- 1/2 Botella	1- Ligero
2- Enfrentar el frío	2- Menos de 3 veces	2- + de 1/2 Botella	2- Moderado
3- Reduce el apetito	3- Doce veces en el año		
4- Modifica la personalidad			
5- Puede ocasionar la muerte			

Con relación a la dimensión conocimiento la valoración que realizan sobre el alcohol se manifiesta como sigue: 21 consideran que mejora la actividad sexual que representa el 60%, 6 entienden que reduce el apetito, (14%), 17 que sirve para enfrentar el frío, (48,5%) y 16 coinciden en que modifica la personalidad, (45,7%) y 12 plantean que puede ocasionar la muerte, (34,2%).

Solo 5 estudiantes no reconocen el alcohol como una droga lo que representa el 14,2%, pero 23 para un 65%, no saben expresar el porqué.

Teniendo en cuenta la escala valorativa los resultados obtenidos a partir de la primera encuesta permiten evaluar la dimensión, conocimiento como se expresa en la siguiente tabla.

Antes (pre test) Alcohol						
Ind.	Bajo	%	Medio	%	Alto	%
1	19	54				
2	13	37				
3					30	85
4	23	65				

Como puede observarse de los cuatro indicadores, tres se encuentran en el nivel bajo y solo uno que es el relacionado con el reconocimiento del alcohol como droga se evalúa en el nivel alto, aunque carecen de elementos suficientes para argumentarlo, lo que permite ubicar la dimensión conocimiento en un nivel bajo.

Con relación a la dimensión comportamiento como resultado de la encuesta aplicada a los consumidores de alcohol se aprecia lo siguiente: comienzan la ingestión de bebidas alcohólicas 8 menores de 15 años lo que representa un 22.8 %, 9 de 15 a 17 años para un 25.7%, 13 de 18 a 20 años para un 37% y solo 5 plantean que comienzan el consumo a los 20 años que representa un 14,2%.

Con relación a la frecuencia con que ingieren bebidas alcohólicas 15 plantean que lo realizan tres veces a la semana para un 43%, 10 menos de tres veces a la semana y 10 lo realizan doce veces en el año para un 28,5%.

En cuanto a la cantidad que consumen en cada ocasión 12 se refieren a media botella de bebida fuerte lo que representa un 34%, 25 toman más de media botella de bebida fuerte para un 68%.

Se han embriagado en los últimos 12 meses 28 que representa un 80%, y solamente 7 no lo han hecho para un 20%. Este estado fue considerado por 13 como ligero y por 15 moderado lo que significa un 37 y 42% respectivamente.

La dimensión comportamiento se evalúa en este primer momento de anormal porque todos son consumidores de riesgo, al violar las normas sociales de cantidad, frecuencia y estado de embriaguez.

Durante la etapa formativa se aplica la estrategia educativa se realiza la observación de actividades. Se ofrece asesoramiento en caso necesario (anexo 1).

La parte inicial de la estrategia en la práctica parte de los propios basamentos que la sustentaron puesto que es necesario que esta se reciba en un clima activo, positivo, de seguridad y confianza, donde predomine la comunicación e implicación de los estudiantes que constituyen la muestra.

Se aprovechan los espacios e intercambios para introducir la misma y alcanzar la modificación deseada.

A través de la observación participante, donde la autora incide de manera directa en los estudiantes y utilizando el diario de campo, realiza anotaciones sistemáticas y minuciosas que le permiten comprobar la efectividad de la estrategia e ir rediseñando la misma en correspondencia con los resultados que se van obteniendo y las necesidades que van surgiendo en los estudiantes.

Durante la aplicación de las actividades de la estrategia se puede apreciar la responsabilidad de los estudiantes en el cumplimiento de cada una de las tareas asignadas, su actitud positiva ante la preparación y la localización de los materiales que hicieron posible el desarrollo de las mismas, atendiendo a la organización prevista.

Los estudiantes, en la medida en que se realizan las actividades, demuestran dominio de los contenidos teóricos relacionados con las drogas. Su mayor interés se puede apreciar cuando se ponen en contacto con los contenidos a partir de experiencias personales, donde han sufrido las consecuencias del consumo de las drogas.

Demuestran desarrollo de habilidades comunicativas expresando sus criterios abiertamente, son reflexivos ante el análisis de las diferentes situaciones planteadas, demostrando seguridad en sus criterios y profundidad en los mismos, así como un adecuado nivel de creatividad, siempre aplicando los contenidos teóricos referentes al consumo de drogas y sus efectos dañinos para la salud. En todo momento manifiestan un estado de opinión favorable hacia las actividades contenidas en la estrategia y fueron muy respetuosos y solidarios con sus compañeros durante el desarrollo de las mismas.

Con el objetivo de comprobar la efectividad de la estrategia educativa a partir de la participación, nivel de implicación en las actividades, nivel de conocimiento y nivel de satisfacción demostrados por los estudiantes a través de las actividades se realiza la observación a 6 actividades de la estrategia educativa.

Las actividades observadas de la estrategia educativa fueron: charla educativa, taller, debate y reflexión del pensamiento martiano, dos mini videos, y un cine debate, como vía de preparación de los estudiantes que contribuye a la prevención del consumo de las drogas legales tabaco y alcohol. Los resultados de estas se describen a continuación:

Tabla 3 Observación a actividades.

Indicadores	1	%	2	%	3	%	4	%	5	%	6	%
Participación	50	83	52	86	54	90	56	93	55	91	57	95
Nivel de satisfacción	40	80	48	92	50	92	56	100	55	100	57	100
Nivel de implicación	45	90	50	96	53	98	56	100	55	100	57	100
Nivel de conocimiento	40	80	48	92	44	91	52	92	51	99	54	94

1-Charla Educativa. 2-Taller. 3- Debate y Reflexión de pensamiento martiano. 4-5- Mini videos. 6-Cine Debate

Como se puede apreciar la efectividad de la estrategia de acuerdo con la escala valorativa es alta ya que todos los indicadores están evaluados por encima del 90%

Con vistas a validación de la efectividad de la estrategia educativa para la prevención del consumo de drogas legales, tabaco y alcohol en la Sede de Cultura Física se realiza un el post- test, a través de encuestas (anexos 4 y 5) cuyos resultados se muestran en la siguiente tabla:

Resultados del segundo corte (Pos –test) Tabaco.

INDICADORES													
Consideraciones sobre el hábito			Cantidad			Prob. de salud asociados al consumo				Reconoc. como droga		Conc.	Deseos
Placer	Recrearse	Mal hábito	16 a 20	10 a 15	5 a 9	Cán- cer	Neum	Bron- quitis.	Enf. Buc.	SI	NO		
15	11	25	6	5	9	25	25	25	18	25	-	25	-
60%	44%	100%	30%	25%	45%	100%	100%	100%	72%	100%	-	100%	-

Con respecto a la dimensión conocimiento aunque el 15 (60%) reconoce que fumar es un placer y el 11 (44%) lo aprecia como una forma de recrearse, los 25 lo identifican como un mal hábito, lo que representa un 100%.

Con relación a los problemas de salud causados por el hábito de fumar identifican el cáncer, la neumonía y la bronquitis 25 para un 100%, 18 de los estudiantes asocian las enfermedades bucales como otros de los problemas de salud causados por el hábito de

fumar lo que representa el 72%, el 100% lo identifican como una droga y conocen el porqué.

El nivel de conocimiento de los estudiantes se ubica de acuerdo con la siguiente tabla:

Después (post test) Tabaco						
Indic.	Bajo	%	Medio	%	Alto	%
1					25	100
2					25	100
3					23	93
4					25	100

Como se puede apreciar en la dimensión conocimiento, en el primer corte (pre- test) los indicadores uno, tres y cuatro se evalúan de bajo, y el dos de medio, mientras que en el post test todos los indicadores se ubican en el nivel alto.

Para ilustrar los resultados relacionados con el comportamiento se muestra la siguiente tabla comparativa:

Tabaco

Antes						Después					
Cantidad				Deseos de abandonar el hábito		Cantidad				Deseos de abandonar el hábito	
+ de 20	16-20	10-15	5-9	Si	No	+ de 20	16-20	10-15	5-9	Si	No
13	6	4	2	10	15		6	5	9	25	
52%	24%	16%	8%	40%	60%		24%	20%	45%	100%	

Con relación a la dimensión comportamiento se puede apreciar que el 19,4% de los estudiantes fuman. El consumo diario de cigarrillos se comporta de la siguiente forma, 6 estudiantes fuman de 16 a 20 cigarrillos diarios, lo que representa un 30%, 5 consumen de 10 a 15 cigarrillos para un 25%, 9 consumen de 5 a 9 para un 45%. Ningún estudiante consume más 20 cigarrillos, mientras que en el pre – test, consumían esta cantidad 13 para un 52%. El 100% expresa su deseo de abandonar el hábito.

En correspondencia con la escala valorativa los indicadores de comportamiento se reflejan en la tabla.

Indicadores	Alto		Medio		Bajo	
Cantidad	20	80%				
Deseo de abandonar. el hábito	25	100%				

Los indicadores se expresan en un nivel alto (si el 50 % disminuye en cantidad y frecuencia y/o cambió su comportamiento). Con relación a la cantidad el 80% disminuye el número de cigarrillos que consume y expresa el deseo de abandonar el hábito, mientras que el 20% lo logra, lo que habla a favor de la efectividad de la estrategia aplicada.

Con respecto al consumo de alcohol los resultados se comportan como muestra la siguiente tabla:

Resultados del segundo corte (pos –test) Alcohol.

INDICADORES																	
Considerac. sobre el hábito.		Problemas de salud asociados al consumo			Reconoc. como droga	Concepto	Frecuencia			Cantidad				Emb. 12 meses		Grado	
1	2	3	4	5			1	2	3	1	2	3	4	1	2	1	2
-	-	35	35	35	35	35	6	6	18	12	5	4	9	17	13	12	5
-	-	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%
-	-	100	100	100	100	100	20	20	60	40	17	13	30	57	43	40	17

Con relación a la dimensión conocimiento en la valoración que realizan no se manifiestan consideraciones erróneas o mitos sobre el alcohol. El 100% coincide en que provoca daños o consecuencias negativas a la salud física y mental.

La totalidad de los estudiantes reconocen el alcohol como una droga y fundamentan su respuesta con argumentos sólidos, lo que representa el 100%,

El nivel de conocimiento de los estudiantes según la escala valorativa se ubica de acuerdo con la siguiente tabla:

Después (post test) Alcohol						
Ind.	Bajo	%	Medio	%	Alto	%
1					35	100
2					35	100
3					35	100
4					35	100

Como se puede apreciar en la dimensión conocimiento en el primer corte (pre- test) el indicador uno, dos y cuatro se evalúan de bajo, y el tres de alto, que se relacionan con el reconocimiento de la sustancia como droga. En el post test todos los indicadores se ubican en el nivel alto, comportándose al 100%.

Para ilustrar los resultados relacionados con el comportamiento se muestra la siguiente tabla comparativa:

Alcohol

Antes					Después						
Frecuencia			Cantidad		Frecuencia			Cantidad			
1	2	3	1	2	1	2	3	1	2	3	4
35	28	35	12	25	6	6	18	12	5	4	9
100%	80%	100%	34%	68%	20%	20%	60%	40%	17%	13%	30%

Antes				Después			
Emb. últ 12 meses.		Grado emb		Emb. últ 12 meses.		Grado emb	
1	2	1	2	1	2	1	2
28	7	13	15	17	13	12	5
80%	20%	37%	42%	57%	43%	40%	17%

Con respecto a la dimensión comportamiento se puede constatar que un 29% ingieren bebidas alcohólicas. Con relación a la frecuencia, 6 plantean que la consumen tres veces o menos a la semana para un 20% y 18 lo realizan doce veces en el año para un 60%.

En cuanto a la cantidad que consumen en cada ocasión 12 se refieren a media botella de bebida fuerte lo que representa un 40%, 5 toman más de media botella de bebida fuerte para un 17%, 4 ingieren más de una botella de vino para un 13% y 9 más de 3 cervezas para un 30%.

Se han embriagado en los últimos 12 meses 17 y 13 no lo han hecho lo que representa un 65,7 y 37,1% respectivamente. Este estado fue considerado por 12 como ligero y por 5 como moderado, lo que significa un 40% y un 17% respectivamente.

En correspondencia con la escala valorativa los indicadores de comportamiento se reflejan en la tabla:

Indicadores	Alto		Medio		Bajo	
Frecuencia	35	100%				
Cantidad			13	43%		
Estado de embriaguez	16	53%				
Grado de embriaguez	16	53%				

Como puede apreciarse en todos los indicadores los resultados han sido satisfactorios, siendo evaluados tres de alto y uno en el nivel medio, pues se han producido cambios en los modos de actuación de los estudiantes con respecto a la frecuencia, cantidad, estados de embriaguez y grados de estos, lo que permite hacer una valoración positiva de los resultados de la estrategia educativa aplicada.

Con la aplicación de la estrategia educativa la situación se transforma elevándose el nivel de conocimientos sobre las temáticas abordadas y modificándose el comportamiento de los estudiantes produciéndose un salto de calidad, lo que evidencia la efectividad de la estrategia aplicada.

Este análisis permite arribar a las siguientes conclusiones:

Conclusiones:

1. La determinación de necesidades demostró que existen insuficiencias en la preparación de los estudiantes de la sede de Cultura Física para la prevención del consumo de drogas legales, tabaco y alcohol.
2. La estrategia educativa para los estudiantes de la sede de Cultura Física constituye una alternativa en el trabajo de prevención para el consumo de drogas legales.
3. Los especialistas consultados confirman la pertinencia y factibilidad de la estrategia diseñada para prevenir el consumo de drogas legales, tabaco y alcohol en los jóvenes de la Sede Universitaria de Cultura Física de Camajuaní.
4. La estrategia educativa resulta efectiva al incidir positivamente en la prevención del consumo de drogas legales, tabaco y alcohol en los estudiantes de la Sede Universitaria de Cultura Física.

Recomendaciones:

- 1- Realizar actividades que contribuyan a divulgar los resultados de la presente investigación entre los diferentes factores que inciden en el trabajo preventivo con los jóvenes de la sede universitaria de Camajuaní.

- 2- Continuar profundizando en esta línea de investigación por la incidencia de estos hábitos tóxicos en los jóvenes.

BIBLIOGRAFÍA

1. Acosta Sánchez María Elisa y García González Matilde Psicología General y del desarrollo. Ciudad Habana. Editorial Deporte. 2004.
2. Acosta Sánchez María, E y García González Matilde, Psicología General y del desarrollo. Editorial Deportes, 2004.
3. Aguilar de Armas Camila, Atención a las Adicciones en la Comunidad. Ministerio de Salud Pública, Ciudad de la Habana.2002.
4. Arroyo Mendoza Margarita, Cecilia González Ferry y Migdalia Estévez Cullell. La Investigación científica en la actividad física: su metodología. La Habana. Editorial Deporte. 2004.
5. Arias Herrera, Héctor. La Comunidad y su Estudio. Editorial pueblo y Educación.1995.
6. Augier Escalona, Alejandro (2000): Metodología para la elaboración e implementación de la estrategia escolar. Tesis de Maestría, Instituto Pedagógico Latinoamericano y Caribeño: Instituto Superior Pedagógico José de la Luz y Caballero de Holguín.
7. Burque Beltrán, María T.- De quién es la responsabilidad de la escuela o la familia.- Editorial Pueblo y Educación.- La Habana. 1998.
8. Cueto Torres Maria, A y Otros. Programa Director de Promoción y Educación para la Salud en el Sistema Nacional de Educación. Ministerio de Educación, 2007.
9. Cullell Estévez, Migdalia, Mendoza Arroyo, Margarita y Terry González, Cecilia. Editorial Deportes. Ciudad de la Habana, 2004.
10. Curbelo Toledo, Grabiél, Fundamentos de salud publica 2. Editorial Ciencias Médicas. La Habana.2007.
11. Curbelo Toledo Grabiél, Fundamentos de salud publica 2. Editorial Ciencias Médicas. La Habana. 2007.
12. De Armas Ramírez, Nerelys y otros. Caracterización y diseño de los resultados científicos como aportes de la investigación educativa, Evento Internacional Pedagogía, La Habana. 2003.
13. Gutiérrez Muños, Teresa y Otros. Selección de lecturas sobre Sociología y trabajo social. Editorial Deportes. La Habana, 2006.
14. LLantada Martínez Marta, y Otros. Reflexiones teórico prácticas desde las ciencias de la Educación. Editorial Pueblo y Educación, 2004.

15. Llivina, Miguel; Beatriz Castellanos; Doris Castellanos Y María Elena Sánchez. Los proyectos educativos: una estrategia para transformar la escuela. Colección Proyectos, Centro de Estudios Educativos, Universidad Pedagógica Enrique José Varona, La Habana, 2001.
16. López Hurtado, Josefina y Otros. Temas de psicología pedagógica para maestros1. Editorial Pueblo y Educación, La Habana. 2001.
17. Menéndez González Ricardo, Cómo Enfrentar el Peligro de las Drogas. Editorial Política. La Habana,2006.
18. Menéndez González, Ricardo, Alcoholismo. Abordaje integral. Editorial Oriente, Santiago de Cuba, 2004.
19. Menéndez González, Ricardo, Usted Puede...Prevenir Detectar Y Vencer las Adicciones. Editorial Científico Técnica. Ciudad de la Habana, 2005.
20. Mesa Villavicencio, Paulina y otros. El Trabajo de los centros de diagnóstico
21. Rodríguez del Castillo María Antonia. Estrategias y estrategia: un breve recorrido para caracterizar la presencia del término en la literatura pedagógica y una aproximación a sus peculiaridades como resultado científico de la investigación educativa. Universidad Pedagógica "Félix Varela". Villa Clara, 2007.
22. Rodríguez del Castillo, María Antonia. Aproximaciones al campo semántico de la palabra estrategia,Santa Clara, Villa Clara, Centro de Ciencias e Investigaciones Pedagógicas, Universidad Pedagógica "Félix Varela". (Material en soporte digital.). 2004.
23. Rodríguez Portal, Edelmira. Metodología para la educación en valores del estudio universitario. Conocimiento, educación y valores. 2007.
24. Ruiz Iglesias, Magalys (2001): La competencia investigadora. Entrevista sobre tutoría a investigaciones educativas. México. Editorial Independiente.
25. Pastor Y, Balaguer I. Una revisión sobre las variables de estilos de vida saludables. Revista de Psicología de la salud 1998; 10 (1): 15-52.
26. Pozo, J. J (1989): Teorías cognitivas del aprendizaje, Madrid, Ediciones Morata, S.A.
27. Vigotsky, L.S Obras Completas. Tomo 5. Editorial Pueblo y Educación, La Habana. 1982.

Referencias Bibliográficas.

1. Castellanos, D. Hacia una concepción del aprendizaje desarrollador ISP. "Enrique José Varona", colección progreso, pág.32-39, 2001.
2. Betancourt Torres, Juana V. Dificultades en el aprendizaje y trastornos emocionales y de la conducta. Editorial Pueblo y Educación. La habana, pág. 40-46, 2003.
3. Martí Pérez José. Obras completas. Tomo 6, pág. 298.
4. Escamez Sánchez, Juan. La enseñanza de la actividad, y valores, Valencia. Editorial NAU libres, pág. 148-1149. 1995.
5. Cummings, S.S, Stein. Smokincunselin and preventive medicine:A survey of internistin privatepracticesand Health Maintenance Organization",Archives int. Med., 261:75-79, 1989.
6. Leedham, W. Alcohol, Tabaco and Public Opinión, British Journal of Addition, pág. 935-940, 1987.
7. González, R. La Epidemiología del Alcoholismo: Sus Objetivos y Obstáculos, pág. 236-242, 1986.
8. Pastor, Y. Un estudio de la influencia del autoconcepto multidimensional sobre el estilo de vida saludable en la adolescencia media. Tesis doctoral no publicada. Universidad de Valencia, pág. 61-63, 1999.
9. Rodríguez-Marín. Estilo de vida y salud. En: Latorre, JM, editor. Ciencias psicosociales aplicadas II. Madrid, Síntesis, pág. 78-81, 1995.
10. Wold B. Lifestyles and physical activity. Unpublished doctoral dissertation. University of Bergen, Norway. y Orientación. Concepciones básicas de Actualidad, pag. 79, 1989.
11. Heaven PCL. Adolescent health: The role individual diferencias. Routledge, London, pág. 125-128, 1996.
12. SINHA PD. Developing positive health lifestyle in schoolchildren. Project Lifestyle.Jamaica: Caribbean Food & Nutrition Institute - Regional Office of the World H Organization, pág. 231-236, 1998.
13. Lofquis. Intervención psicosocial y servicios sociales. Un enfoque participativo. Prevención en intervención social, pág. 15-20, 1983.
14. Cásavola, Horacio /y/ otros. El rol constructivo de los errores en la adquisición de los conocimientos, En CD-Room 25 años contigo, 1975-2000, Revista Cuadernos de Pedagogía N° 108, diciembre, Madrid, España, Editorial Praxis. 1983.

Anexo 1-

Guía de Observación

Tipo de observación: participante

Objetivo: Comprobar la efectividad de la estrategia educativa a partir de la participación, nivel de satisfacción, nivel de implicación en las actividades y nivel de conocimiento demostrados por los estudiantes a través de las actividades.

Actividad observada. -----

Aspectos a valorar:

1- Participación en las actividades

2- Satisfacción de los estudiantes

3- Nivel de implicación en las actividades

4-. Nivel de conocimiento

La escala valorativa se utiliza con los siguientes criterios operativos:

Alta (si el aspecto a valorar se comporta entre el 90 y el 100%)

Medio (si el aspecto a valorar se comporta entre el 80 y el 89)

Baja (si el aspecto a valorar se comporta por debajo del 60%)

Anexo: 2

Análisis de documentos.

Documento a analizar: Caracterización psicopedagógica de los estudiantes.

Objetivo. Constatar la existencia del consumo de drogas legales en los estudiantes de la muestra seleccionada.

Aspectos a tener en cuenta.

- ✓ Consumo de tabaco
- ✓ Ingestión de bebidas alcohólicas.
- ✓ Características personales y modos de actuación asociados al consumo de drogas legales.

Anexo 3-

Entrevista

Objetivo: Constatar la situación que presentan los jóvenes estudiantes de 1er y 2do año de la Sede de Cultura Física con respecto al consumo de drogas legales.

Tipo: Individual, directiva, por plan.

Aspectos:

- ✓ Consumo de tabaco.
 - ✓ Ingestión de bebidas alcohólicas.
 - ✓ Características personales.
 - ✓ Modos de actuación asociados al consumo de drogas legales.
 - En la institución.
 - En la vida familiar.
 - En la vida social.
 - Importancia del trabajo preventivo dirigido a la prevención del consumo de drogas
- Actividades planificadas en la sede
 - Criterios o sugerencias para desarrollar una adecuada labor preventiva.

Anexo: 4-

Encuesta

Objetivo: Constatar la situación que presentan los jóvenes estudiantes de 1er y 2do año de la Sede de Cultura Física con respecto al consumo de tabaco (etapa constatativa)
Comprobar la efectividad de la estrategia educativa (etapa de control)

Estudiante:

La Sede Universitaria de Cultura Física se encuentra realizando una investigación relacionada con el consumo de tabaco por parte de los estudiantes con vistas a perfeccionar el trabajo preventivo que se desarrolla en la institución, por lo que solicitamos de usted su colaboración respondiendo con sinceridad las preguntas que le formulamos. Sus respuestas serán confidenciales y solo para uso exclusivo de esta investigación. Muchas gracias.

Cuestionario:

1- ¿Fuma actualmente? Sí _____ No _____

2- ¿A qué edad comenzó a fumar? _____ Años. No recuerda----

3- Considera que fumar:

- _____ es un placer
- _____ es una forma de recrearse
- _____ es un mal hábito
- _____ alivia tensiones
- _____ mejora el estado de ánimo
- _____ da personalidad

4- ¿Cuánto fuma usted diariamente? _____ cigarrillos _____ tabacos

5- ¿Desea dejar de fumar? Sí _____ No _____

6- ¿Ha intentado dejar de fumar? Sí _____ No _____ ¿Por qué?

10- Marque con una cruz cuáles de los siguientes problemas de salud son causados por fumar.

- _____ Infección urinaria
- _____ Cáncer
- _____ Enfermedades cerebro-vasculares (trombosis, hemorragia cerebral, derrame)
- _____ Neumonía

- _____ Bronquitis crónica
- _____ Enfisema pulmonar
- _____ Enfermedades bucales
- _____ Enfermedades circulatorias.

7- ¿Considera que el tabaco es una droga? _____ Sí _____ No ¿ Por qué?

8-¿A través de qué vías ha obtenido conocimientos sobre el hábito de fumar?

- _____ Programas televisivos y radiales
- _____ Libros, revistas, periódicos
- _____ Clases
- _____ Videos, computadoras
- _____ Propaganda gráfica
- _____ Conversaciones, debates con el médico de la familia u organizaciones de masas
- _____ Otras ¿cuál?

Anexo: 5-

Encuesta

Objetivo: Constatar la situación que presentan los jóvenes estudiantes de 1ro y 2do año de la Sede de Cultura Física con respecto al consumo de alcohol (etapa constatativa)

Comprobar la efectividad de la estrategia educativa (etapa de control)

Estudiante:

La Sede Universitaria de Cultura Física se encuentra realizando una investigación relacionada con el consumo de alcohol por parte de los estudiantes con vistas a perfeccionar el trabajo preventivo que se desarrolla en la institución, por lo que solicitamos de usted su colaboración respondiendo con sinceridad las preguntas que le formulamos. Sus respuestas serán confidenciales y solo para uso exclusivo de esta investigación. Muchas gracias.

Cuestionario:

1- ¿Alguna vez ha consumido bebidas alcohólicas? Si___ No___

2- ¿A qué edad comenzó a ingerir bebidas alcohólicas?

- ___ Menos de 15 Años
- ___ Entre los 15-17 Años
- ___ Entre 18-20 Años
- ___ Más de 20 Años
- ___ No sabe

3- ¿Con qué frecuencia acostumbra a ingerir bebidas alcohólicas?

- _____ Todos los días
- _____ Tres veces a la semana
- _____ Más de tres veces a la semana
- _____ Menos de tres veces a la semana
- _____ De una a tres veces al mes
- _____ Doce veces en el año
- _____ Cuando hay fiestas populares
- _____ No sabe

4- Generalmente consume en cada ocasión:

- _____ Un cuarto de botella de bebida fuerte
- _____ Media botella de bebida fuerte
- _____ Más de media botella
- _____ Una botella de vino
- _____ Más de una botella de vino
- _____ Menos de una botella de vino
- _____ Tres cervezas

_____ Más de tres cervezas

5-¿En los últimos 12 meses ha llegado a embriagarse? Si___ No___

a) ¿Cuántas veces?

b)- En caso afirmativo el estado de embriaguez ha sido:

_____ Ligero_____ Moderado _____ Severo

6- Escriba verdadero (V) o falso (F) según considere los siguientes planteamientos sobre el alcohol:

_____ Mejora la actividad sexual

_____ Reduce el apetito

_____ Sirve para enfrentar el frío

_____ Aumenta la presión arterial

_____ Facilita la aparición del cáncer y la cirrosis hepática

_____ Es un estimulante

_____ Evita el infarto del miocardio

_____ Modifica la personalidad

_____ Puede ocasionar la muerte (coma, suicidio)

7¿Considera que el alcohol es una droga? Sí_____ No_____ ¿Por qué?

8¿A través de qué vías ha obtenido conocimientos sobre el hábito de ingerir bebidas alcohólicas?

_____ Programas televisivos y radiales

_____ Libros, revistas, periódicos

_____ Clases

_____ Videos, computadoras

_____ Propaganda gráfica

_____ Conversaciones, debates con el médico de la familia u organizaciones de masas

_____ Otras ¿cuál?

Anexo 6

Entrevista a Especialistas:

Objetivo: Valorar la calidad de la propuesta de una estrategia comunitaria para mejorar el comportamiento social de los adolescentes a partir del criterio de especialistas.

Compañero(a): Teniendo en cuenta su experiencia, su preparación profesional y su sentido de responsabilidad, solicitamos de usted que analice la propuesta que sometemos a su consideración para su valoración. Sus criterios serán muy valiosos para poder aplicarla en la práctica, Agradecemos su colaboración.

Instrucciones:

Valore cada uno de los aspectos que se señalan a continuación utilizando para ello la escala siguiente:

Excelente	5
Muy Bien	4
Bien	3
Regular	2
Mal	1

<u>Aspectos a evaluar</u>	<u>Valor Otorgado</u>
Correspondencia a las necesidades y objetivos.	
Importancia	
Aplicabilidad	
Calidad	
Novedad	

Expresa cualquier opinión o sugerencia que considere necesaria: _____

Anexo 7

Datos de los especialistas que valoraran la propuesta:

Nombre(s) y Apellidos	Cargo	Años de Experiencia	Especialidad	Cat. Docente	Categoría Científica	Centro donde procede
Claudia Díaz Pérez	Coordinadora de E.T.P.	35	Psicología-Pedagogía	Auxiliar	Licenciada	Sede Pedagógica
Eva Catoira Loyola	Profesora	38	Matemática	Auxiliar	Máster	I.P.E: "Francisco Concepción. Educación
Pablo Lázaro Valdez	Profesor	40	Metodología de Investigación.	Auxiliar	Máster	Educación
Sandra Balberena Pérez	Doctora	30	Psiquiatría	Auxiliar	Doctora	Salud Mental
Susana Arteaga Carrera	Profesora	3	Español	Auxiliar	Doctora	Sede Universit. MES
Milaxis Menéndez	Psicóloga	15	Psicología	Asistente	Máster	Salud Mental
Osmany Manso Valdés	Vice- Pdte Comis. de Prevención	15	Cultura Física	-----	Lic.	AMPP
Leonel Rodríguez Rojas	Pdte Comis. de Prevención	16	Ingeniero eléctrico	-----	-----	AMPP
Pedro B. Rodríguez	Profesor	28	Teoría Sociopolítica	Auxiliar	Máster	SUM
Sara González Santos	Profesora	25	Pedagogía	Asist.	Máster	SUM
Yoel	Pdte C. de Drogas.	8	Lic. en Inglés	Asist.	Lic.	PCC Mcipal

Anexo 8

Matriz de valoración de los criterios de especialistas:

Especialistas	Aspectos a Valorar					Media
	1	2	3	4	5	
1	5	5	5	4	5	4,8
2	5	5	5	4	4	4,6
3	5	5	5	4	4	4,6
4	5	5	5	5	4	4,8
5	5	5	5	4	4	4,6
6	5	5	5	5	4	4,8
7	5	5	5	5	5	5
8	5	5	5	4	4	4,6
9	5	5	5	5	4	4,8
10	5	5	5	5	5	5
MEDIA	5	5	5	4.5	4.7	4.8

Anexo 9

DEFINICIÓN DE VARIABLES:

- **Variable independiente:**

Estrategia educativa para la prevención del consumo de las drogas legales.

Aspectos a valorar:

1- Participación en las actividades.

2- Satisfacción de los estudiantes.

3- Nivel de implicación en las actividades.

4-. Nivel de conocimiento.

La escala valorativa se utiliza con los siguientes criterios operativos:

4- Alto (si el aspecto a valorar se comporta entre el 90 y el 100%)

3-Medio (si el aspecto a valorar se comporta entre el 80y el 89%)

2- Bajo (si el aspecto a valorar se comporta entre el 70 y el 69%)

Variable dependiente:

- Consumo de drogas legales tabaco y alcohol en los estudiantes de 1ro y 2do año de la sede de Cultura Física.

Dimensiones:

Indicadores

Conocimiento

Concepción acerca del hábito

.

Consecuencias negativas del hábito

Reconocimiento de la sustancia como droga

Concepto de droga

Comportamiento

Normal (abstinente, consumidor social)

Individual

Anormal (consumidor de riesgo, perjudicial o dañino y dependiente.)

Índices

Conocimiento:

4- Alto (si entre el 80 y el 89%(identifican correctamente los planteamientos)

3-Medio (si entre el 70 y el 79% (Identifican al menos tres de los planteamientos correctamente)

2- Bajo (si entre el 60 y el 69% (si no identifican ninguno correctamente)

Comportamiento:

4- Alto: Si el 50 % disminuye en cantidad y frecuencia y/o cambió su comportamiento. .

3-Medio: Si el 40% disminuye en cantidad y frecuencia y/o cambió su comportamiento. .

2- Bajo: Si el 30% disminuye en cantidad y frecuencia y/o cambió su comportamiento. .

Variables ajenas:

- Relación con los sujetos — edad, sexo, nivel de escolaridad, condiciones de vida. (se controla a través del mantenimiento de constantes y en la selección de la muestra)- la aleatoriedad

- Aplicación de instrumentos -- empleo de instrumentos, selección muestral, instrumentación.

Anexo 10

Concurso “Deja de fumar y gana”

Justificación: La necesidad de reducción de la prevalencia de fumadores en la Sede Universitaria a expensas de un incremento en la tasa de cesación y el mantenimiento de estos resultados que contribuirán con la evolución satisfactoria de la morbilidad y mortalidad por enfermedades no transmisibles.

Objetivo: Estimular la cesación tabáquica en los estudiantes de la Sede de Cultura Física de Camajuaní.

Límite de tiempo: 1ro de Abril al 31 de Mayo del 2008 (Día Mundial sin fumar)

Etapas:

- 1- Planificación: Enero/ Febrero de 2008.
- 2- Coordinación: Abril de 2008.
- 3- Ejecución: Mayo 2008.
- 4- Evaluación: Junio/Julio 2008.

Bases Generales:

- 1- Criterios de participación.
 - a) - Ser estudiante de la Sede de Cultura Física de Camajuaní.
 - b) - Fumar diariamente.
 - c) – Los trabajos responderán a diferentes manifestaciones culturales.
 - d) – Comprometerse a dejar de fumar durante dos semanas, del 15 al 29 de mayo de 2008.
 - e) – Ser testigo de aquellos fumadores que participan en el concurso.

- 2- Los estudiantes deberán de informar su deseo de participar en dicho concurso en el periodo comprendido entre el 1ro de abril y el 30 de abril al coordinador del mismo, refiriendo nombre, número de carne de identidad, dirección particular, número de veces que fuma al día.

- 3- Se establecerá un registro de participantes con los datos antes referidos a partir de lo informado.
- 4- El 29 de mayo se hará la verificación de con el testigo, si la persona se mantuvo sin fumar.
- 5- La sede preparara los premios, al menos uno por grupo más un premio principal.

Indicadores de Evaluación.

➤ Por ciento de participantes = $\frac{\text{No de participantes}}{\text{No. de fumadores}}$

➤ Por ciento de cesación = $\frac{\text{No de positivos (sin fumar)}}{\text{No de participantes}}$

Anexo 11

Charla educativa

Objetivo:

Valorar los mecanismos fundamentales de acción del tabaco y el alcohol, reflexionando acerca de su repercusión social y familiar.

Introducción:

Para iniciar la charla se dialoga con los estudiantes sobre la temática a abordar y se orientan tareas para arribar a conclusiones sobre la base del análisis realizado.

Se comunica el objetivo de la actividad y se orienta cómo proceder en su realización. Para ello se utilizara como material de apoyo el folleto confeccionado con el objetivo de facilitar los contenidos relacionados con las adicciones.

Desarrollo:

Se organizan en equipos unos trabajarán el tabaco y otros el alcohol para socializar los resultados del análisis realizado e intervenir sobre los aspectos orientados.

Se descubre el pizarrón el cual se encuentra dividido en tres partes:

Mecanismos fundamentales de acción	Repercusión social	Repercusión familiar

Según intervienen los equipos se van haciendo anotaciones y se realiza el análisis de cada aspecto.

Con relación al primer aspecto: mecanismos fundamentales de acción del tabaco y el alcohol los estudiantes expresan el estado actual del problema al señalar de manera muy puntual los principales componentes de acción de ambos tóxicos.

En cuanto al segundo aspecto: - Repercusión social, los estudiantes hacen alusión a la misma, teniendo en cuenta los problemas que ha consecuencia de estos hábitos han sufrido graves tragedias tanto producto de penosas enfermedades como la pérdida de familiares queridos.

En el tercer aspecto se hace referencia a los cambios que se producen en las personas lo que crea gran angustia, ya que se trata de comportamientos opuestos a los que normalmente caracterizan a las personas cuando están sobrias, la aparición del interés por el consumo que el bienestar y la tranquilidad de sus seres queridos, el resentimiento

y la desesperación ante los reiterados engaños y las repetidas promesas de dejar el consumo.

Conclusiones

Se dirige la atención para destacar de manera sintetizada cada uno de los aspectos, entre los que se encuentra la necesidad de profundizar en aspectos teóricos que permitan a cada estudiante poder enfrentar con mejor preparación y responsabilidad el consumo de las drogas legales tabaco y alcohol.

Anexo 12

Debate dirigido

Título: Salud vs. Drogas

Objetivo: Definir los efectos nocivos que produce el consumo de las drogas legales tabaco y alcohol sobre el organismo, a partir del estudio y análisis del material de apoyo.

Temáticas:

- Significado como productor de cáncer de pulmón, seguido del de la laringe en la lengua, la faringe, el esófago y el estómago,
- Tiene un efecto irritante directo.
- Demanda energía para su neutralización en el organismo, deja de ser utilizada en la oxidación y eliminación de las grasas, por lo que, se acumula en las arterias y órganos como el hígado.
- Acción reductora del apetito, por lo que conduce a la desnutrición.
- Actúa como disolvente de las sustancias predisponentes al cáncer (carcinógenas)
- Se transforma en acetaldehído, una sustancia más tóxica que el propio alcohol.

En la **introducción** del taller se dialoga con los estudiantes explicando brevemente los aspectos que trataremos y la forma en que se desarrollarán los mismos propiciando el intercambio sobre aspectos importantes como resultado de la búsqueda de información al respecto, cómo desarrollaron la actividad, en qué medida se sienten preparados para el taller. Se divide el grupo en subgrupos de cuatro para que intervengan en cada uno de los aspectos a desarrollar.

Se orientan los objetivos y se explica cómo se procederá en el mismo.

Conclusiones:

Teniendo en cuenta lo aprendido en el taller ¿qué pudiera añadir?

A partir de las interrogantes ¿la adquisición de los conocimientos favorece la prevención del consumo de las drogas legales, tabaco y alcohol?

Se orientan las actividades independientes previas para la realización de la próxima actividad correspondiente al taller.

Se organizan en cuatro equipos de 5 integrantes para el estudio y análisis de:

- Consecuencias para la salud del hábito de fumar y del consumo excesivo de alcohol.
- Cómo se establece el hábito de fumar y de beber. Papel del ejemplo.

- Definición de fumador pasivo. Riesgos para la salud. Derecho al reclamo de no agresión a la salud.
- Métodos para dejar de fumar y de beber.
- Relación entre tabaquismo, alcoholismo, sexo y sexualidad.

-

Para la valoración se utiliza la técnica **PNS** (positivo- negativo- sugerencia)

Se entrega una hoja de papel y los participantes escriben lo que consideren positivo, negativo y lo que sugieren.

Anexo 13

Taller 3

Título: Vida sana y ordenada, hábitos tóxicos nada.

Objetivos: Argumentar por qué debemos desarrollar un estilo de vida donde el tabaco y el alcohol desempeñen un papel cada vez menos importante.

Los recursos más efectivos a nivel mundial han sido la elevación del precio del tabaco y la continua campaña de información y persuasión a la población, aquí señalamos la importancia del ejercicio físico, lugares y actividades con prohibición de fumar, el esfuerzo personal, reconocer que no existe tóxico alguno más fuerte que la decisión firme de un ser humano, consumir sustancias tóxicas es, a fin de cuentas una conducta a la que debe oponerse nuestro sentido de responsabilidad

Desarrollo

➤ Se pide a los estudiantes que se organicen en equipos. Uno hará referencia al análisis realizado, (será el ponente), mientras que el otro que será el oponente, hará alusión a aquellos elementos que considere necesario y que no fueron tratados por los miembros del otro equipo. El conductor del taller precisa elementos esenciales y los proyecta en diapositivas en la computadora.

➤ Preguntarles: Según el análisis realizado de los ejemplos consultados ¿a qué conclusiones pueden arribar?

➤ ¿Pueden utilizarse los conocimientos adquiridos como una vía para prevenir el consumo de las drogas legales, tabaco y alcohol? ¿Cuál o cuáles pueden emplearse además?

Al concluir cada equipo socializa los resultados, se establecen comparaciones y se arriba a conclusiones que deben estar dirigidas en lo fundamental a identificar las vías fundamentales para prevenir el consumo de las drogas legales, tabaco y alcohol.

Conclusiones:

¿Qué potencialidades y qué limitaciones tienen para la utilización de las vías que se le han ofrecido para la prevención del consumo de las drogas legales, tabaco y alcohol?

Para la valoración se utiliza la siguiente técnica. Marca con una x la carita que se corresponda con el nivel de satisfacción en el desarrollo del taller.



Insatisfecho Satisfecho Muy Satisfecho

Anexo 14

▪ Debate y reflexión del pensamiento martiano:

A partir del criterio que resulta imposible la rehabilitación de un consumidor, sin lograr el renacimiento de su espiritualidad, nos pareció muy acertada la recomendación de incluir dentro de las actividades de la estrategia las reflexiones sobre el pensamiento de Nuestro Héroe Nacional José Martí.

El pensamiento valorado fue: “Las palabras deshonran cuando no llevan detrás un corazón limpio y entero. Las palabras están de más cuando no fundan, cuando no esclarecen, cuando no añaden”.

Ese pensamiento fue asociado por los estudiantes con el aforismo de “haz lo que yo digo y no lo que yo hago” aplicado a las exigencias para dejar las drogas, expresado en el alto significado perjudicial de no prevenir los malos ejemplos en el ámbito familiar. Consideran que desde que están en las drogas mienten con frecuencia cuando en ocasiones niegan el consumo, razonando que no juegan limpio, pues, muchas veces, sin proponérselo, transmiten modelos de comportamiento nada recomendables. También fueron frecuentes las reflexiones sobre la culpa derivada de las mentiras.

Anexo 15

Proyección de los mini videos:

Se realiza una breve rememoración de aspectos esenciales que sirvan de base para la conducción de las actividades donde se apliquen los conocimientos adquiridos y que guarden estrecha relación con el video observado, el cual se desarrolla a partir de una introducción donde se produce un acercamiento al tema, posteriormente la escucha de testimonios y consejos de jóvenes consumidores relacionados con actitudes, comportamientos, sufrimientos ocasionados por el abuso del consumo de drogas y finalmente se propicia el debate a partir de una frase del Comandante en jefe que guarda estrecha relación con el tema.

“...el daño que nos ocasiona, que nos empieza a ocasionar, ya no es solo una cuestión de prestigio, sino la introducción de un mortífero veneno para nuestra juventud y para nuestro pueblo.”

El segundo mini video se relaciona con la vida de la cantante Estadounidense Whitney Houston, una historia real sobre los males que provocan las drogas, quien en apenas 10 años, este mundo se convirtió en su centro y en su compañía, su belleza física, su juventud o su sonrisa cedieron lugar, hoy vive encerrada en su mansión de Atlanta rodeada de basura y sobres de drogas. Esto permitió que a través del debate se arribaran a conclusiones importantes sobre las consecuencias que pueden traer el consumo de las llamadas drogas porteras.

Anexo16

- **Actividades de cine debates.**

Filmes: “El Beni” y “Locura Azul”

Para la presentación de las películas se abordaron elementos importantes como: el director, año de realización, metraje, formato, país, la producción, el guión, los intérpretes y sinopsis. Posteriormente a partir de la elaboración de un cuestionario desarrolla el debate.

Preguntas para el debate:

- 1- ¿Cuáles fueron las intenciones del director?
- 2- ¿Qué quiso representar el autor de esta cinta?
- 3- ¿Cómo le pareció a usted la actuación de los intérpretes de cada uno de los personajes?
- 4- ¿Qué opina usted acerca del guión de este filme?
- 5- ¿Qué le enseñó o le transmitió este filme?

El debate se centró fundamentalmente en resaltar las excelentes cualidades del conocido cantante y compositor Beni Moré quien de forma empírica logra alcanzar un lugar privilegiado en la cultura cubana. Se arriba a conclusiones relacionadas con el deterioro irreversible que puede causar el uso de bebidas alcohólicas en el ser humano.

Anexo 17

▪ Concurso: "Deja de fumar y gana"

Se realiza con el objetivo de estimular la cesación tabáquica en los estudiantes de la Sede de Cultura Física de Camajuaní. El mismo se desarrolló en correspondencia con sus bases generales, premiándose los mejores trabajos por cada manifestación cultural. Los indicadores de evaluación se comportaron de la siguiente forma:

- Por ciento de participantes = 24,2
- Por ciento de cesación = 15

El beneficio mayor y más importante del concurso fue que movilizó a los estudiantes a partir de la premisa de que al dejar de fumar vencen al tabaquismo y por ende todo el daño que causa. Todos los que dejaron de fumar resultaron ganadores. Tuvo la particularidad que se incorporaron al concurso los testigos de aquellos fumadores que participaron en el mismo.

Con relación a su impacto se pudo comprobar que algunos de los participantes se convirtieron en exfumadores.