

**Universidad Central “Marta Abreu” de Las Villas**

**Trabajo de diploma**



**ESTILOS DE VIDA ADECUADOS SIN CONSUMO DE  
DROGAS**

**Autora: Aleydi Gómez Montes de Oca**

**Tutora: Dayly García García, Profesor Auxiliar**

**2017**



*“Educar es poner corazón contra los males de la vida”*

*José Martí Pérez*

## *Dedicatoria*

*A mi abuela y abuelo que siempre han estado presentes apoyándome y ayudándome en todo momento para que llegara al final con éxitos.*

*A mi mamá, por ser mi asiento e impulso para seguir adelante siempre a pesar de los obstáculos que nos pone la vida.*

*A mi tía que es como mi mamá y siempre está presente.*

## *Agradecimientos*

*A mi tutora Daysy García García por su ayuda esfuerzo y dedicación en todo momento sin cansancio.*

*A mi guía la profe Silvia por el cariño, dedicación y voluntad.*

*A toda mi familia que es especial y siempre está presente en todo momento, motores impulsores para llegar al final*

*A todos los profesores que de una manera u otra han contribuido a mi formación como profesional.*

*A mi novio Félix Fabelo Fernández que fue de gran ayuda y consuelo en los momentos de angustia y preocupación siempre apoyándome en todo.*

*A todos mis amigos y compañeros que de una manera u otra me han ayudado para que llegara al final de este camino.*

## **Resumen**

El trabajo se dirige a resolver el problema de cómo fomentar estilos de vida adecuados sin consumo de drogas en los estudiantes del décimo grado en el preuniversitario "Capitán Roberto Rodríguez", al conocer los riesgos a los que se someten si consumen cualquier tipo de droga y así transformar sus modos de actuación. En relación con esto se propone en la investigación, un programa de Sociedad Científica relacionada con estilos de vida adecuados sin consumo de drogas que permita dar solución a las dificultades detectadas. Para la búsqueda y análisis de la información referente al tema, la determinación de necesidades y potencialidades, así como para la elaboración de la propuesta se utilizaron métodos del nivel teórico, empírico y matemático-estadístico. El análisis de los documentos teóricos-metodológicos consultados, permitieron valorar la importancia del conocimiento acerca de las drogas, las consecuencias de su consumo y la necesidad de adoptar estilos de vida adecuados.

La valoración realizada por los evaluadores externos posibilitó conocer sus criterios y perfeccionar aquellos aspectos sobre los cuales se formularon planteamientos. En sentido general consideraron la importancia, pertinencia y posibilidades de la puesta en práctica de la propuesta.

## **Abstract**

The work is directed to solve the problem of how to promote adequate lifestyles without drug consumption in the students of the tenth grade in the "Capitan Roberto Rodríguez" preuniversity, when knowing the risks to which they are subject if they consume any type of drug and thus transforming their modes of action. In relation to this, a research society program related to adequate lifestyles without drug use is proposed in the research, which allows solving the detected difficulties. For the search and analysis of the information regarding the subject, the determination of needs and potentialities, as well as for the elaboration of the proposal were used methods of theoretical, empirical and mathematical-statistical level. The analysis of the theoretical and methodological documents consulted allowed us to assess the importance of knowledge about drugs, the consequences of their consumption and the need to adopt adequate lifestyles.

The evaluation made by the external evaluators made it possible to know their criteria and to refine those aspects on which they were formulated. In a general sense, they considered the importance, relevance and possibilities of putting the proposal into practice.

## **INDICE**

<b>Introducción.....</b>	<b>1</b>
<b>Desarrollo.....</b>	<b>5</b>
I-Fundamentación teórica metodológica.....	5
1.1- Consideraciones generales acerca de la educación para la salud y estilos de vida.	5
1.2-Consideraciones generales sobre las drogas y su consumo.....	8
1.3- Generalidades sobre las Sociedades Científicas.....	10
<b>II- Propuesta de una Sociedad Científica para contribuir a estilos de vida adecuados sin consumo de drogas.....</b>	<b>12</b>
2.1- Diagnóstico y determinación de las necesidades .....	12
2.2-Fundamentación de la propuesta.....	14
2.3- Diseño de la propuesta de solución.....	16
<b>III-Valoración y aplicación de la propuesta.....</b>	<b>24</b>
3.1 Valoración de la propuesta mediante el criterio de evaluadores externos.....	24
3.2- Análisis de los resultados de la aplicación práctica de la propuesta.....	25
<b>Conclusiones.....</b>	<b>26</b>
<b>Recomendaciones.....</b>	<b>27</b>
<b>Referencias bibliográficas.</b>	
<b>Bibliografía.</b>	

## **Introducción**

La educación tiene que responder a las demandas existentes en la sociedad a la cual el individuo tiene que insertarse y para ello debe brindarle todas las herramientas que le permitan su desarrollo individual y colectivo.

Es importante educar en cada una de las aristas de la personalidad que enriquecen "la cultura general integral a través de sus dimensiones: ética, jurídica, política, medioambiental, la sexualidad y la salud (Pino y Asencio, 2008)".

En las estrategias educativas la dimensión de la educación para la salud está presente. " Y persigue analizar, reflexionar sobre los factores que influyen en la salud individual y colectiva como son los factores naturales, los factores económicos y sociales, los factores biológicos, la estructura y funcionamiento de la atención médica y el estilo de vida" (Carvajal, Castellanos, Cortés, González, Rodríguez, Sanabria, Sánchez, Valdespino, Valdés y Zulueta, 2000).

El estilo de vida está considerado como factor de riesgo común de diversas enfermedades principalmente de las crónicas no trasmisibles aunque no son las únicas. Del estilo de vida inadecuado se deriva un alto porcentaje de muerte. Por esta razón los educadores deben encaminar su trabajo a desarrollar en los estudiantes hábitos y costumbres que fomenten un estilo de vida adecuado.

Los educadores deben saber identificar los estilos de vida de sus estudiantes para orientarlos al respecto y lograr transformaciones en aquellos con estilos de vida inadecuados para reducir al mínimo, la influencia negativa que en determinadas circunstancias estos ejercen sobre la salud. Convirtiéndose en promotores de salud, por su ejemplo y por los conocimientos que imparten.

La droga es un flagelo incompatible con los principios de nuestra revolución socialista por lo que se requiere de acciones de prevención en nuestros centros estudiantiles.

En los adolescentes y jóvenes el consumo de drogas es en muchas ocasiones un estilo de vida común, las edades en las cuales se inicia el consumo de las drogas legales es cada vez menor, resultando cotidiano ver a niños y adolescentes entre los 10 y los 15 años fumando y tomando en lugares públicos, muchas veces con el consentimiento de personas mayores. Por ello este tema resulta de gran importancia y constituye una prioridad en todo nivel de enseñanza en Cuba.

Al realizar el componente laboral sistemático en el preuniversitario “Capitán Roberto Rodríguez” se pudo comprobar en los estudiantes estilos de vida inadecuados por el consumo de diversas drogas, como el cigarro, el alcohol, café y algunos medicamentos, la asistencia frecuente a lugares públicos que incentivan al consumo de café, cigarro y bebidas alcohólicas.

Si bien es cierto que la cifra no es significativa con respecto a la matrícula general, es importante prestarle atención a cada uno de los estudiantes que manifiestan estilos de vida inadecuados sobre todo en relación con el consumo de diversas drogas, pues pueden convertirse en un modelo a imitar por el resto.

En las entrevistas realizadas a los estudiantes y docentes se constata la falta de información sobre los estilos de vida y las drogas. La situación descrita se contradice con uno de los objetivos generales de la enseñanza preuniversitaria que plantea que los estudiantes de ese nivel deben: “Demostrar estilos de vida saludables con la adopción de correctos hábitos (...), una conducta responsable (...) en, el rechazo al consumo del tabaco, el alcohol y otras drogas, que lo ayuden a enfrentar éxitos y fracasos ante problemáticas de la vida y en las diferentes actividades en las que participe y como parte de su preparación para la vida individual y como futuros padres de familia”. (Ministerio de Educación [MINED], 2014, p.1)

Para contribuir a la solución de dicha problemática es que se declara el siguiente

**Problema científico:**

¿Cómo contribuir a estilos de vida adecuados sin consumo de drogas en los estudiantes del décimo dos del preuniversitario “Capitán Roberto Rodríguez”?

**Objeto de investigación:** Estilos de vida adecuados sin consumo de drogas en los estudiantes del preuniversitario.

**Objetivo:** Proponer una Sociedad Científica para contribuir a estilos de vida adecuados, sin consumo de drogas en los estudiantes del décimo dos del preuniversitario “Capitán Roberto Rodríguez”.

Para el logro del objetivo se proponen las siguientes interrogantes científicas:

- 1- ¿Cuáles son los fundamentos teóricos-metodológicos necesarios para abordar los estilos de vida adecuados sin consumo de droga en el preuniversitario “Capitán Roberto Rodríguez”?

- 2- ¿Cuáles son las necesidades y potencialidades educativas del décimo dos del preuniversitario “Capitán Roberto Rodríguez”, para contribuir a estilos de vida adecuados sin consumo de drogas?
- 3- ¿Cuál debe ser la estructura del programa de la Sociedad Científica para contribuir a estilos de vida adecuados sin consumo de drogas en los estudiantes del décimo dos del preuniversitario “Capitán Roberto Rodríguez”?
- 4- ¿Cuál es el criterio de los evaluadores externos seleccionados, acerca del programa de la Sociedad Científica?
- 5- ¿Qué resultados se obtienen con la aplicación práctica de la Sociedad Científica para contribuir a estilos de vida adecuados sin consumo de drogas en los estudiantes?

Para dar respuesta a las interrogantes se proponen las siguientes tareas científicas:

- 1- Determinación de los fundamentos teóricos-metodológicos necesarios para abordar los estilos de vida adecuados sin consumo de drogas.
- 2- Determinación de necesidades y potencialidades educativas de los estudiantes del décimo dos del preuniversitario “Capitán Roberto Rodríguez”.
- 3- Elaboración de una Sociedad Científica para contribuir a estilos de vida adecuados sin consumo de drogas en el décimo dos del preuniversitario “Capitán Roberto Rodríguez”.
- 4- Valoración de la propuesta del programa de la Sociedad Científica mediante el criterio de los evaluadores externos.
- 5- Aplicación práctica de la Sociedad Científica para contribuir a estilos de vida adecuados sin consumo de drogas.

Durante la investigación se utilizaron diferentes métodos, dentro del nivel teórico están:

**Analítico-Sintético:** para analizar el estado actual de la educación para la salud, los estilos de vida inadecuados y adecuados (sin consumo de drogas) en las diversas fuentes utilizadas, los resultados obtenidos en la fase de diagnóstico y fundamentación del tema.

**Inductivo-Deductivo:** para determinar los fundamentos teóricos –metodológicos del tema investigado.

**Histórico-lógico:** para evaluar el desarrollo histórico del objeto de investigación, sistematizar la información teórica sobre el tema, que posibilita reformular

presupuestos teóricos y sistematizar concepciones didácticas para aplicar la propuesta.

**Sistémico-estructural:** para la confección del programa de la Sociedad Científica.

En el nivel empírico:

**Observación:** para evaluar el comportamiento de los estudiantes del grupo décimo dos en relación con estilos de vida inadecuados y adecuados (sin consumo de drogas). Para determinar las necesidades educativas, comprobar la efectividad de la propuesta, y los avances logrados en los estudiantes.

**Encuesta:** para determinar las necesidades y potencialidades, en la etapa de acercamiento al problema.

**Análisis de documentos:** para consultar la bibliografía relacionada con el tema de investigación. Verificar la atención que se le ofrece a la educación para la salud específicamente lo relacionado con estilos de vida inadecuados y adecuados (sin consumo de drogas).

En el nivel matemático- estadístico:

**Análisis porcentual:** para procesar los datos obtenidos en cada etapa y cuantificar la información recogida mediante la aplicación de los diferentes instrumentos.

**Estadística descriptiva:** para evaluar y analizar la información recopilada, mediante tablas y gráficos.

**Población:** está constituida por 40 estudiantes de décimo dos del preuniversitario “Capitán Roberto Rodríguez”, Santa Clara.

**Muestra:** 15 estudiantes del décimo dos. Esta muestra es intencional no probabilística.

**Aporte práctico:** Programa de Sociedad Científica para contribuir a estilos de vida adecuados sin consumo de drogas en los estudiantes del preuniversitario.

**Novedad científica:** En el preuniversitario “Capitán Roberto Rodríguez” no existe ningún precedente de Sociedad Científica, sobre estilos de vida adecuados sin consumo de drogas. Por lo que se propone un Programa de Sociedad Científica para contribuir a estilos de vida adecuados sin consumo de drogas en los estudiantes para transformar sus modos de actuación, al conocer los riesgos a los que se someten si consumen cualquier tipo de droga.

## **Desarrollo**

### **I-Fundamentación teórica metodológica**

#### **1.1- Consideraciones generales acerca de la educación para la salud y estilos de vida**

El término salud ha estado sometido a múltiples criterios pues resulta difícil sintetizar todos los elementos que deben estar contenidos en ella, en esta investigación asumimos la definición dada por la Organización Mundial para la Salud (OMS) “El estado de completo bienestar físico, mental y social y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades” (Carvajal et al., 2000, p. 1).

La salud está indisolublemente ligada a la educación y son muchas las definiciones dadas sobre educación para la salud, en esta investigación se asume, como:

Las oportunidades de aprendizaje creadas conscientemente con vista a facilitar cambios de conducta encaminados hacia una meta predeterminada, están estrechamente ligada a la prevención de la enfermedad, como medio susceptible para modificar los comportamientos identificados como factores de riesgo de determinadas enfermedades. Se trata de una actividad educativa diseñada para ampliar el conocimiento de la población en relación con la salud y desarrollar la comprensión y las habilidades personales que promuevan la salud (Carvajal y Torres, 2006, p. 46).

La educación para la salud tiene un vasto campo de acción y para llevarla a la práctica resulta imprescindible la colaboración de múltiples instituciones, medios, materiales e individuos.

Esta forma parte de la educación de la personalidad porque influye en los conocimientos, motivos, criterios, convicciones y actitudes del hombre con relación a la salud y las enfermedades. Por lo que se considera un componente de la formación general y parte inseparable del proceso educativo.

Podemos afirmar que la Educación para la Salud:

- Es un elemento en la concepción del mundo porque incide en el sistema de puntos de vista acerca del mundo: en la actitud ante los fenómenos de la naturaleza que se relacionan con la salud.
- Forma parte de la educación moral porque contribuye a preparar al hombre para cumplir obligaciones sociales tales como: proteger el ambiente, a sus semejantes y así mismo.

- Está presente en la Educación Física porque se propone el fortalecimiento del cuerpo, “mente sana en cuerpo sano”, es decir, un bienestar físico con reconocida influencia en el equilibrio psíquico.
- Influye en la educación estética, pues contribuye a la belleza del ambiente, de las relaciones sociales, del cuerpo y de la vida.
- Contribuye a la educación laboral de varias formas, particularmente en lo relacionado con la protección e higiene del trabajo y el mantenimiento de una larga vida activa (Carvajal et al., 2000, p. 14).

Los educadores quienes ejercen su labor en la escuela y cuyo propósito educativo es el de desarrollar generaciones de hombres sanos, aptos para vivir y desarrollarse positivamente en el mundo. Deben tener en consideración aspectos como:

- Participación activa del individuo en el proceso de aprendizaje.
- Condicionamiento del entendimiento de la teoría y el dominio de las técnicas de la comunicación.
- Desarrollo de las acciones sobre el individuo en el proceso o grupos de ellos, así como sobre los factores externos, para favorecer el desarrollo de conductas positivas relacionadas con la salud (Carvajal et al., 2000, p. 11).

Después de haber analizado aspectos importantes sobre salud y educación para la salud podemos entender la Educación para la Salud como un concepto pedagógico encaminado a mejorar el estilo de vida, factor de gran actualidad en la sociedad.

Los estilos de vida están relacionados con los patrones individuales y colectivos asumidos, por lo que el patrón elegido es determinante según Carvajal y Torres (2006).

Patrón de elección comportamental construido a partir de las alternativas que están disponibles a las personas de acuerdo a sus circunstancias socioeconómicas y a la facilidad con que ellos son capaces de elegir algunos sobre otros, socialmente condicionado, culturalmente determinado y económicamente limitado ( p. 46).

Los estilos de vida se analizan desde dos puntos de vista el epidemiológico y el sociológico. En epidemiología, el estilo de vida, hábito de vida o forma de vida es un conjunto de comportamientos o actitudes que desarrollan las personas, que a veces son saludables y otras veces son nocivas para la salud. En los países desarrollados los estilos de vida poco saludables causan numerosas enfermedades. Dentro del triángulo epidemiológico causante de enfermedad, estaría incluido dentro del factor huésped:

- Consumo de sustancias tóxicas: tabaco, alcohol y otras drogas.

- Ejercicio físico.
- Sueño nocturno.
- Conducción de vehículos.
- Estrés.
- Dieta.
- Higiene personal.
- Manipulación de los alimentos.
- Actividades de ocio o aficiones.
- Relaciones interpersonales.
- Medio ambiente.
- Comportamiento sexual.

Los estilos de vida en la población son causantes de múltiples enfermedades tanto físicas y mentales por lo que resulta necesario el trabajo en las escuelas para la promoción de la salud y prevención de las enfermedades.

En sociología, un estilo de vida es la manera en que vive una persona (o un grupo de personas). Esto incluye la forma de las relaciones personales, del consumo, de la hospitalidad y la forma de vestir. Una forma de vida típicamente también refleja las actitudes, los valores o la visión del mundo de un individuo. Tener una "forma de vida específica" implica una opción consciente o inconsciente entre un sistema de comportamientos y de algunos otros sistemas de comportamientos.

Al hablar de estilos de vida nos referimos:

A la conducta individual de los hombres ante determinado hecho cotidiano. Incluye los hábitos alimentarios, el consumo de tabacos y bebidas alcohólicas, la práctica de ejercicios, el sueño, el descanso, la recreación, la actitud ante el estrés y el consumo de drogas (Carvajal et al., 2000, p. 7).

Igualmente los estilos de vida dependen del lugar donde el individuo se desarrolla cotidianamente, sea un ambiente rural o urbano pues no son iguales sus hábitos, costumbres, y formas de ver la vida.

Al analizar la sociedad en la cual vivimos y a la cual debemos integrar a nuestros estudiantes es necesario tratar temas que hasta hace algunos años atrás no eran tratados. Entre ellos están los relacionados con los estilos de vida, para lograr el desarrollo integral y armónico de la personalidad.

## **1.2-Consideraciones generales sobre las drogas y su consumo**

Uno de los flagelos de las sociedades actuales son las adicciones a las drogas las cuales provocan daños tanto a nivel individual como colectivo afectando el pleno desarrollo de las sociedades. La educación no puede estar aislada de la sociedad pues ella tiene que preparar a los individuos para su inserción plena por tanto el fenómeno de las drogas no le puede ser ajeno.

El consumo de drogas modifica los estilos de vida de las personas y grupos humanos y es considerado un fenómeno multifactorial, dinámico y, por ende, cambiante en sus formas, así como en la diversidad de sus factores etiológicos. Si bien es cierto que no todo consumo de drogas es sinónimo de adicción, es un hecho también que toda adicción se inició con un consumo, y es por ello que nuestros esfuerzos en prevención, detección y formación deben estar dirigidos a brindar atención a los grupos más vulnerables, así como a la capacitación y actualización de profesionistas a fin de unir esfuerzos con fundamentos basados en evidencias sólidas que permitan ganar el tiempo ante el creciente uso de drogas en la población (Ministerio de educación superior [MES], 2014, p.6 ).

La droga es, en el sentido amplio del término, una sustancia química que tiene efectos biológicos conocidos en humanos o animales. Los alimentos son excluidos de esta definición a pesar de sus efectos fisiológicos conocidos en la mayoría de las especies animales.

Ricardo González Menéndez define como droga:

Toda sustancia natural o sintética, médica o no médica, y de carácter legal o ilegal, capaz de producir efectos psicoactivos (estimulantes, depresivos o distorsionantes), y cuyo uso consistente determina tolerancia y dependencia, así como relevantes efectos nocivos de carácter biológico, psicológico o social (MES, 2014, p.9)

Las drogas crean adicción y diversos estudios demuestran que el consumo de las mismas comienza en la gran mayoría de los casos en edades tempranas como la adolescencia, sin distinción de sexo, raza o condición social. Tornándose este grupo etario más vulnerable. Debido a la relación entre el consumo de sustancias psicoactivas y la percepción de riesgo que los adolescentes y jóvenes tienen con respecto a ellas.

A su vez el consumo de drogas puede verse afectado por la diferencia existente entre las sustancias como consecuencia de la legalización de algunas; siendo las drogas legales como el alcohol y el tabaco las de mayor incidencia en la actualidad en nuestro contexto cubano.

Es importante reconocer que si bien el consumo de drogas en sí es un riesgo para la salud, lo son también las conductas que se llevan a cabo bajo los efectos de estas, por los conflictos que conllevan.

Entre los principales riesgos se identifican: problemas de salud, dificultades académicas, tendencias a asumir comportamientos violentos, los accidentes de tráfico, y los problemas económicos, entre otros y todos ellos están relacionados con estilos de vida inadecuados.

Estudios actuales demuestran que las drogas psicoactivas más consumidas en el mundo son el alcohol, la nicotina y la cafeína, sustancias legales en la gran mayoría de países. Se usan para obtener sensaciones de placer y no con fines medicinales; además de otras sustancias generalmente ilegales como derivados de los opiáceos y las anfetaminas.

Algunas drogas pueden causar, en mayor o menor intensidad, adicción y efectos secundarios. Muchas drogas recreativas son ilegales, prohibiéndose su uso incluso para ensayos clínicos u otras aplicaciones médicas; existen tratados internacionales, como la Convención Única sobre Estupefacientes, que prohíben ciertas sustancias de forma global.

La prevención del consumo de drogas implica del esfuerzo conjunto de numerosos agentes como la escuela, la familia y la comunidad. Entre todos se deben planificar y llevar a cabo acciones que permitan reducir de forma razonable la probabilidad de que en los adolescentes y jóvenes aparezcan problemas relacionados con el consumo de estas sustancias psicoactivas. Se debe considerar la prevención como un proceso, cuyo objetivo es mejorar la comprensión de las causas mediatas e inmediatas que inducen al consumo de drogas y sus consecuencias.

En el ámbito de las drogas y los problemas relacionados con su uso, la prevención puede definirse como la acción y el efecto de las estrategias, programas e intervenciones diseñados con el objetivo de cambiar los determinantes individuales, sociales y ambientales que promueven el uso de drogas tanto legales como ilegales, así como los problemas y daños relacionados con dicho uso que se experimentan, ya sea en el ámbito individual, familiar, escolar, comunitario. (MES, 2014, p.19).

El sistema educativo no puede permanecer pasivo ante la posibilidad de aportar desde su propio espacio, elementos que contribuyan al bienestar actual y futuro de la población, de manera particular en el enfrentamiento a los efectos nocivos de las drogas.

"Es necesario declarar la escuela como la institución que asume un papel activo para el enfrentamiento a las adicciones, enfatizar desde el currículo acciones que permitan a los escolares conocer acerca de los efectos negativos que producen" (Llopiz, 2012, p.12)

Se reconoce que las instituciones educativas constituyen un contexto idóneo para la prevención a través de programas y acciones de promoción y educación para la salud que sean capaces de poner en práctica, y le permita convertirse en un eslabón integrador entre la familia y la comunidad donde se consolide el pleno desarrollo de los estudiantes así como la auto responsabilidad con la salud.

### **1.3- Generalidades sobre las Sociedades Científicas**

Las Sociedades Científicas " son una forma de expresión del trabajo extra docente y agrupa a escolares de mayor edad, comprendidos en el preuniversitario, con intereses más marcados en la profundidad de los contenidos de las ciencias y en el desarrollo de las habilidades en la investigación científica (Ministerio de Educación [MINED] ,1988)".

Contribuyen en los jóvenes incorporados a ellas al incremento de su acervo cultural y el desarrollo de otras cualidades en las esferas volitivas, motivacionales y emocionales de la personalidad. Las actividades de las mismas deben tener una organización lógica- sistémica de su contenido, teniendo en cuenta el nivel de enseñanza de los estudiantes, para así, permitir la asimilación del sistema de conocimientos y habilidades correspondientes.

Las Sociedades Científicas Estudiantiles (SCE) se crean como forma de trabajo vocacional en los centros de nivel medio superior y sus objetivos son los siguientes:

- Profundizar en el estudio de los fundamentos de la investigación científica.
- Formar en los estudiantes intereses vocacionales hacia las ramas y especialidades que se relacionen con el trabajo que realizan.
- Contribuir a la formación en los estudiantes de una concepción científica del mundo a partir de la profundización de los conocimientos de nuestra filosofía marxista-leninista.
- Incrementar por todos los medios la tendencia hacia el trabajo creador independiente de los alumnos.
- Inculcar hábitos prácticos en la organización y realización del trabajo científico.

La Sociedad Científica Estudiantil es la forma de canalizar la actividad científica que se realiza en el centro, a ella se incorporan voluntariamente los estudiantes,

debiendo cumplir con las actividades que realizan las mismas para mantener la condición de miembro.

Los miembros de la Sociedad Científica Estudiantil, tienen los siguientes deberes.

- Participar en las actividades programadas por la Sociedad Científica Estudiantil, fundamentalmente en el trabajo científico e intervenir en los eventos programados como autores o coautores.
- Aumentar continuamente su nivel político, ideológico y científico.
- Captar a otros alumnos para su incorporación a las Sociedades Científicas.
- Brindar sus experiencias a otros estudiantes.
- Asistir regularmente a las reuniones, así como participar en el trabajo organizativo de la Sociedad Científica Estudiantil.

Las Sociedades Científicas Estudiantiles representan la actividad extra docente más difundida en el preuniversitario. Constituye una fuente de alto valor educativo, una vía para la familiarización de los alumnos con el medio que los rodea y "las características de los jóvenes deben ser tomadas en todo momento por el profesor (Ministerio de Educación [MINED], 2014- 2015)"

Esta actividad tiene la posibilidad de vincular a la escuela con la vida teniendo en cuenta las potencialidades educativas que brinda el mismo contenido, planteando tareas que exijan el análisis de situaciones del quehacer propio de los estudiantes y dirige la labor de educación ideológica hacia el desarrollo de cualidades como: la perseverancia, el afán por el logro de un objetivo, el interés investigativo, la creatividad y especialmente, la seguridad en la realización de actividades cognitivas independientes; considerando las posibilidades de educación de los alumnos al garantizar la proyección comunista como requerimiento primordial de la organización de actividades, vinculando la actividad con los problemas de la vida y la práctica social, familiarizando a los estudiantes con el medio que los rodea y haciéndolos participar activamente y conscientemente en su transformación, mediante la aplicación de los contenidos estudiados estas actividades propician la atención de las diferencias individuales y despiertan los intereses motivacionales de los alumnos así como el desarrollo de la independencia cognoscitiva.

La formación de las Sociedades Científicas Estudiantiles es una de las tantas vías de llevar a cabo el trabajo extra docente y en estos momentos es una de las prioridades del Ministerio de Educación.

Se considera que no solo ofrece la posibilidad de potenciar las capacidades intelectuales de aquellos estudiantes que presentan un ritmo de aprendizaje más rápido que la media de su grupo, desarrollando más habilidades, sino que además permite un trabajo de formación y orientación profesional, la toma de decisiones con respecto a temas de interés tanto individual como colectivos y el desarrollo del pensamiento lógico, de habilidades y hábitos necesarios para su vida futura.

Según lo establecido en la Resolución Ministerial 2/88 aún vigente, estas se crean atendiendo a la localización de áreas de desarrollo de cada localidad y en todos aquellos lugares donde se encuentran condiciones mínimas para el desarrollo práctico de los estudiantes en la rama o especialidad escogida. Cuentan con un Programa elaborado a nivel de escuela y aprobado por la Dirección del centro.

En un mismo preuniversitario pueden existir varias Sociedades Científicas con temas diversos los cuales responden a las exigencias, motivaciones y necesidades de los estudiantes.

Los programas de las Sociedades Científicas son elaborados por los propios profesores de la institución escolar, según la experiencia y el dominio del contenido. Son un resultado científico de aporte práctico al perfeccionar o sustituir de forma relevante los existentes (Capote C. M., s/a).

## **II- Propuesta de una Sociedad Científica para contribuir a estilos de vida adecuados sin consumo de drogas**

### **2.1- Diagnóstico y determinación de las necesidades**

En el contexto escolar el diagnóstico adquiere un significado especial, pues ofrece elementos suficientes relacionados con el nivel alcanzado, qué necesita ser atendido, modificado en función de un objetivo. Por lo que en la determinación de las necesidades y potencialidades relacionadas al tema de la investigación se utilizaron diferentes métodos del nivel empírico.

El análisis de documentos (anexo 1) se realizó con el fin de constatar la información que sobre estilos de vida, el consumo de drogas existe en el preuniversitario tanto en los documentos rectores como los programas de asignaturas, para darle salida a dicho tema. Asimismo se estudiaron los documentos que norman el trabajo en el

preuniversitario “Capitán Roberto Rodríguez” para poder insertar la Sociedad Científica de manera armónica en dicho centro.

Mediante la observación (anexo 2) realizada a algunas actividades docentes y extra docentes como matutinos, vespertinos, escuelas de padres, reuniones de brigadas FEEM y clases de Biología, Química se constató que no se utilizan todos los espacios para divulgar el objeto de la investigación.

Durante las clases no se aprovechan las potencialidades que tienen los contenidos para darle salida al tema y fomentar en los estudiantes estilos de vida adecuados sin consumo de drogas.

Después de conocer la situación existente se aplica la encuesta (anexo 3) a los 15 estudiantes pertenecientes a la Sociedad Científica para comprobar el punto de partida respecto a los temas a tratar y el tipo de actividad a diseñar para su puesta en práctica.

Los resultados obtenidos en la tabulación de la encuesta sobre estilos de vida adecuados y su relación con el consumo de drogas no fueron satisfactorios. Para la tabulación de las preguntas se divide la encuesta en dos bloques uno referido a los estilos de vida y otro respecto a las drogas. Solo un 15% de los estudiantes conocía que es un estilo de vida adecuado o inadecuado. Un 55% no conocía nada de estilos de vida y 30% conocía algo sobre estilos de vida. Un 20% de los estudiantes conocían sobre algunas drogas y los daños que ocasionan al organismo humano, un 60% conoce alguna droga y el 20% no conoce nada sobre el tema o conoce muy poco (anexo 4).

El análisis de los datos aportados por la aplicación de los métodos anteriormente mencionados, permitió elaborar las siguientes generalizaciones, que demuestran y justifican las necesidades de esta investigación:

1-En el preuniversitario “Capitán Roberto Rodríguez” no existe ningún precedente de Sociedad Científica, sobre estilos de vida adecuados sin consumo de drogas.

2-Se considera necesaria e interesante una Sociedad Científica, para contribuir a estilos de vida adecuados sin consumo de drogas.

3- En los estudiantes se manifiestan estilos de vida inadecuados al consumir drogas como el cigarro, café y bebidas alcohólicas.

4-Es necesario que en la sociedad de hoy los estudiantes manifiesten correctos hábitos y costumbres que los lleven a adoptar estilos de vida adecuados dentro y fuera de la escuela.

5-No son suficientes las actividades extra docentes en la escuela dirigidas al tema investigado.

Como potencialidades se encuentran:

1-Las condiciones existentes en el décimo grado posibilita la realización de la Sociedad Científica sobre estilos de vida adecuados sin consumo de drogas.

2-Es factible una Sociedad Científica sobre estilos de vida adecuados sin consumo de drogas.

3- Existe disposición en los estudiantes para integrar la Sociedad Científica e interés por los temas a tratar.

4-La Sociedad Científica tiene posibilidades de integrarse al trabajo educativo del centro, para mejorar los estilos de vida de los estudiantes.

Para dar solución a las necesidades antes mencionadas es que la autora de esta investigación propone un programa de Sociedad Científica sobre estilos de vida adecuados sin consumo de drogas.

## **2.2-Fundamentación de la propuesta**

En el adolescente de Preuniversitario se consolidan profundas transformaciones en las condiciones externas e internas de su desarrollo psicomotor, que lo diferencian cualitativamente del adolescente de Secundaria Básica. Vinculados al acelerado desarrollo físico y sexual que tienen lugar en estas edades, se producen cambios en la vida del adolescente que varían el carácter de su actividad y de la comunicación que establecen con otras personas. El conocimiento de estos cambios es importante para la labor del profesor (López, Avendaño, Minujin, Labarrere, Rico, Dorta, Roloff, Amador y Burke, 1990).

Se evidencia en esta etapa de desarrollo del individuo características de personalidad con un alto nivel de dependencia, logros académicos pobres, alta tolerancia para las desviaciones, baja religiosidad, mayor inclinación hacia amigos o grupo social que anulan el control familiar, y otros comportamientos problemáticos como el consumo excesivo de alcohol y drogas, agresividad y conflicto social (Martínez, 2005).

La autora, basada en el análisis de estas características, y en la influencia que ejerce el grupo social donde el joven del preuniversitario se desarrolla, propone una Sociedad Científica con actividades relacionadas con el consumo de drogas,

especialmente el cigarro y las consecuencias que trae tanto para la salud física y mental, como en las relaciones interpersonales, para lograr que los estudiantes asuman estilos de vida adecuados que le permita calidad de vida en el presente y en el futuro, pues las adicciones traen consecuencias fatales para la salud a largo plazo.

El consumo de drogas representa una forma de conducta del hombre en la sociedad, cuando este ha perdido el deseo de crecer y se implica en un proceso autodestructivo, necesita valores sociales, sentimientos, creencias y motivaciones como elementos básicos para su recuperación; y solo lo logrará con el apoyo de la familia, de la escuela y de la sociedad en su conjunto (Martínez, 2005, p. 36).

Este trabajo pretende fomentar en los estudiantes la adopción de estilos de vida adecuados sin consumo de drogas, mediante la orientación, ejecución y control de actividades relacionadas con dicho tema en un espacio extra docente: la Sociedad Científica.

Solo si el adolescente es capaz de valorar la importancia del estilo de vida que ellos asumen para su desarrollo individual en el presente y futuro; así como la relación de este con la sociedad, podrá asumir un papel activo en la transformación social e individual.

El programa consta de 10 encuentros y se titula “Estilos de vida adecuados sin consumo de drogas”, la orientación metodológica, se adaptan a las condiciones del centro. El mismo familiariza a los estudiantes y profesores con el trabajo preventivo, pues “prevención es prepararse y disponer de lo necesario, con anticipación, para alcanzar un fin; es actuar para que un problema no aparezca, es adelantarse de forma creativa” (MINED, 2009-2010, p. 19).

Las drogas son un riesgo al que se enfrentan los adolescentes del preuniversitario. Ellas crean adicciones si se consumen regularmente. El profesor debe trabajar para prevenir las adicciones en esta etapa de desarrollo. Por lo que el programa va dirigido a la prevención en esta área.

Las consecuencias de las adicciones para la salud, además de las implicaciones sociales, trae consigo la necesidad de concientizar el riesgo expuesto al consumo de drogas desde edades tempranas, sobre todo en la adolescencia, etapa donde el individuo no ha completado su desarrollo biológico, psicológico, ni social por lo que se hace necesario prevenir este mal hábito, que marcará el futuro del individuo.

## **2.3- Diseño de la propuesta de solución**

La propuesta está constituida por el programa de la Sociedad Científica para la cual se diseñaron actividades de diversas tipologías como talleres, debates, paneles, mesa redonda, cuestionarios, entrevistas, dramatizaciones.

Partiendo de la motivación que conlleve al estudiante a reflexionar, valorar, opinar desde vivencias individuales y colectivas, que les permita asumir estilos de vida adecuados sin consumo de drogas.

En estas actividades se tuvieron en cuenta los saberes conceptuales y procedimentales relacionados con el tema. A continuación se presenta el programa elaborado.

### **PROGRAMA DE LA SOCIEDAD CIENTÍFICA**

**Título: Estilos de vida adecuados sin consumo de drogas**

#### **INTRODUCCIÓN**

Las Sociedades Científicas son un tipo de actividad extra docente de gran importancia en la labor educativa del preuniversitario. En ellas se desarrollan habilidades investigativas, el pensamiento lógico, la creatividad e independencia de sus miembros.

Con ese fin se presenta el siguiente programa, dirigido a fomentar estilos de vida adecuados sin consumo de drogas. Pues en la actualidad, la sociedad está experimentando cambios que han influido negativamente en los estilos de vida asumidos por los adolescentes como el uso indebido de drogas legales e ilegales.

Por lo que los esfuerzos de la escuela cubana deben estar encaminados a prevenir dicho flagelo y lograr un rechazo consciente por parte de nuestros estudiantes hacia estas adicciones. Para ello es necesario que los mismos conozcan los efectos y consecuencias nocivas de las drogas a la salud física, psíquica, el daño social, familiar y laboral.

Ratificándose la disposición y el compromiso para que la escuela continúe siendo el lugar que se anticipe a las conductas adictivas a partir de la preparación de niños, adolescentes y jóvenes. Formar un hombre libre y culto, apto para vivir y participar activa y conscientemente en la edificación de nuestro proyecto social.

#### **Objetivo general:**

Fomentar estilos de vida adecuados sin consumo de drogas mediante actividades que permitan transformar los modos de actuación de los estudiantes.

**Tiempo:** 10 encuentros (45 minutos cada uno)

**Frecuencia:** quincenal

**Tipo de actividad:** Extra docentes

<b>Plan temático</b>	<b>Encuentro</b>
Presentación de la Sociedad Científica.	1
1-Estilos de vida: adecuados e inadecuados.	1
2- Generalidades sobre las drogas.	2
3-El tabaquismo: la drogadicción legal más mortífera.	2
4-El alcoholismo: droga portera.	2
5- La cafeína: un enemigo escondido.	1
Exposición de los resultados.	1
Total	10

### **Distribución del tiempo por encuentros y temas**

Encuentro Nro. 1: Presentación de la Sociedad Científica.

Encuentro Nro. 2: Tema 1: Estilos de vida: adecuados e inadecuados.

Encuentro Nro. 3 y 4: Tema 2: Generalidades sobre las drogas.

Encuentro Nro. 5 y 6: Tema 3: El tabaquismo: la drogadicción legal más mortífera.

Encuentro Nro. 7 y 8: Tema 4: El alcoholismo: droga portera.

Encuentro Nro. 9: Tema 5: La cafeína: un enemigo escondido.

Encuentro Nro. 10: Exposición de los resultados.

### **Encuentros de la Sociedad Científica con sus objetivos y actividades**

**Encuentro 1:** Presentación de la Sociedad Científica y aplicación de encuesta inicial.

**Objetivo:** Valorar la propuesta de la Sociedad Científica partiendo de la aplicación de una encuesta inicial a los estudiantes.

Se aplica a los estudiantes la encuesta inicial (anexo 3) y se realiza un intercambio con ellos sobre las preguntas realizadas. A continuación se les presenta la propuesta, el objetivo, la estructura y funcionamiento, sus características, el

Reglamento de las Sociedades Científicas Estudiantiles (R 2/88), los deberes y derechos de los estudiantes como miembros de esta. Siguiendo las indicaciones dadas en las orientaciones metodológicas.

Se orientan la siguiente actividad para el segundo encuentro.

Investigue con el médico de la familia u otro personal calificado:

¿Qué se entiende por estilos de vida?

¿Cuándo un estilo de vida es adecuado y cuándo es inadecuado?

**Encuentro 2 Tema 1:** Estilos de vida: adecuados e inadecuados.

**Objetivo:** Valorar los estilos de vida adecuados e inadecuados para contribuir a modos de actuación acordes a nuestra sociedad.

Partiendo de una frase que lee el profesor:

“Abundantes beneficios esperan a quienes descubran el secreto de encontrar la oportunidad de llevar estilos de vida adecuados.”

Los estudiantes expondrán en forma de taller junto con el profesor lo investigado llegando a conclusiones, siempre partiendo de las valoraciones sobre el tema. Se le proyecta imágenes en el televisor para que ellos identifiquen si son estilos de vida adecuados o inadecuados. Se realizan valoraciones sobre las mismas. Se distribuyen tiras de papel a cada estudiante con situaciones variadas con el fin de que identifiquen a que estilo de vida corresponde cada una y expliquen por qué la situación identificada es considerada un estilo de vida adecuado o inadecuado.

Para el próximo encuentro se orienta a los estudiantes investigar sobre las drogas, para ello se les brindan las siguientes preguntas:

¿Qué son las drogas?

¿Cuáles son las más comunes y por qué?

¿Qué se entiende por drogadicción?

**Encuentro 3: Tema 2:** Generalidades sobre las drogas.

**Objetivo:** Valorar el consumo de las drogas partiendo de sus clasificaciones y las afectaciones que ocasionan en el organismo humano para contribuir a estilos de vida adecuados.

El profesor establece una conversación breve con sus estudiantes para realizar valoraciones que permitan comprobar los resultados de la investigación realizada por ellos. Inmediatamente se proyecta un material audiovisual de la serie “El Camino Equivocado” (Señales) que les permita tener una visión más amplia sobre el tema. Se les orienta la observación teniendo en cuenta las preguntas siguientes:

¿Qué es la dependencia?

¿Qué es la adicción?

¿Qué es una droga y sus clasificaciones?

¿Por qué no es bueno el consumo de drogas?

¿Qué les impresionó de la serie?

El profesor debe lograr en los estudiantes el debate y para ello se apoya en las preguntas anteriores, así como la discusión y toma de posición respecto al tema y sobre la base de esto se realiza la evaluación.

**Encuentro 4 Tema 2:** Generalidades sobre las drogas.

**Objetivo:** Debatir los aspectos tratados sobre las drogas para rechazar estilos de vida inadecuados y fomentar estilos de vida adecuados.

Se les pondrá a los estudiantes un video sobre las consecuencias que traen las drogas, y se realiza un debate sobre este, partiendo de las siguientes preguntas ¿Por qué no podemos permitir el inicio del consumo de drogas? ¿Qué nos puede conducir a una primera vez? ¿Cómo ayudar a aquellos que ya se han iniciado en el consumo de drogas? Seguidamente se debate sobre los factores de riesgo que pueden inducir al consumo de drogas:

- Imitar a amigos
- Curiosidad
- Disponibilidad de dinero
- Acceso fácil
- Acceso a un determinado grupo
- Influencia familiar
- Para ser Aceptado por un grupo
- Problemas familiares
- Desconocimiento

El profesor divide el grupo en dos equipos y cada uno partiendo de la valoración de la siguiente frase “Es dañino el consumo de drogas” y “Tengo razones para vivir sin drogas”, orienta la realización de materiales diversos (textos, videos, fotos, pinturas, frases, poemas, canciones) que traten las dos frases anteriores.

**Encuentro 5 Tema 3:** El tabaquismo: la drogadicción legal más mortífera.

**Objetivo:** Valorar las consecuencias del tabaquismo en la salud humana para rechazar esta adicción.

El profesor orienta a un estudiante realizar la lectura del siguiente fragmento:

“Seis millones de muertes cada año le debe la humanidad al tabaquismo, de las cuales 600 000 mil son prematuras a causa del humo del tabaco ajeno y donde un 28% son niñas y niños, estima la organización mundial de la salud”.

Seremos responsables de la situación anteriormente planteada

Si  No  No sé  Puede ser. Argumenta tu respuesta.

¿Si tuvieses un amigo y en su casa todos son fumadores que le aconsejarías? Qué acciones podrías realizar para ayudar a tu amigo.

Se les orienta a los estudiantes que mencionen los daños que ocasiona el tabaquismo a los sistemas de órganos del cuerpo humano, para ello se escribe cada sistema de órganos en papeles diferentes y al azar se reparten. Aclarar que las respuestas deben ser dadas a través de diversas iniciativas como: poemas, pinturas, caricaturas, fotografías, láminas, etcétera.

**Encuentro 6 Tema 3:** El tabaquismo: la drogadicción legal más mortífera.

**Objetivo:** Debatir las consecuencias del tabaquismo y sus implicaciones para la salud humana.

Se proyecta un material audiovisual de la serie “El Camino Equivocado” (Un Asesino con Cara de Ángel). Seguidamente se realiza un debate sobre el material teniendo en consideración los siguientes elementos:

- Es bueno fumar
- Crea adicción
- Qué daños ocasiona el tabaquismo al organismo
- Esta adicción relaja sí o no, por qué
- Qué contiene el tabaco

Resulta importante debatir sobre la conciencia de cada uno de los individuos y la postura que adopten sobre esta adicción, donde lo más importante para evitar caer en ella o dejarla es la toma de conciencia de cada uno de ellos sobre los daños que ocasionan a corto y largo plazo.

Se orienta la búsqueda en el diccionario de la palabra abstinencia. Realizar debate sobre ella.

Se les invita a investigar sobre las propiedades físicas, químicas del etanol y metanol, el uso de estas sustancias por el hombre y sus daños a la salud humana para comenzar el próximo encuentro con los resultados obtenidos

### **Encuentro 7 Tema 3:** El alcoholismo: droga portera.

**Objetivo:** Valorar las consecuencias del alcoholismo en la salud humana para rechazar esta adicción.

El profesor debate la información buscada por los estudiantes a partir del siguiente planteamiento:

El metanol y etanol son dos alcoholes que presentan iguales propiedades físicas pero diferente estructura y fórmula química. Esto hace que uno sea mortal para la salud del hombre y el otro es utilizado con varios fines como la fabricación de bebidas alcohólicas. ¿Qué perjuicios trae para el hombre tanto para su salud como en el ámbito social la ingestión excesiva de bebidas alcohólicas?

Después de realizado el debate se lee la siguiente frase por un estudiante: El alcohol es una droga “social” que sirve de puerta de entrada a otras drogas. Otro estudiante la escribe en la pizarra. Se pide a todos que opinen libremente sobre lo que quiere expresar la frase, se promueve el dialogo a partir de las siguientes preguntas: ¿Qué significa droga social? ¿Qué quiere decir puerta de entrada? ¿Droga portera?

Investigue para el próximo encuentro con el médico de tu localidad acerca de las personas adictas al alcohol y qué atención reciben para mejorar su salud.

### **Encuentro 8 Tema 4:** El alcoholismo: droga portera.

**Objetivo:** Valorar las relaciones entre el alcoholismo y otras adicciones y sus consecuencias para la salud humana.

Se le orienta a un estudiante que lea la siguiente carta de un padre a su hijo y a otro que la copie en el pizarrón:

Hijo mío:

Me han dicho que andas por los callejones tomando cerveza, que has dejado los estudios, y que andas sucio y harapiento, el alcohol va ser el fin de tu vida, y te has convertido en algo sin ningún sentido para ti mismo estas siendo en estos momentos un templo sin Dios y una casa sin pan.

Tu Padre

¿Qué quiso decir el padre cuando se refiere a un templo sin Dios y una casa sin pan?

Se le proyecta a los estudiantes un video para su debate: “Razones para no tomar alcohol “.

El profesor debe lograr en los estudiantes que comprendan que el alcohol es una droga, que aunque es legal y muchas son las personas que lo consumen provoca adicción y es catalogada como una droga portera para otras.

Después de tratar las consecuencias que trae para el hombre el consumo de bebidas alcohólicas qué consejos usted le brinda a un consumidor.

Investigue sobre los múltiples usos de la cafeína, sus beneficios y perjuicios.

**Encuentro 9: Tema 5:** La cafeína: un enemigo escondido.

**Objetivo:** Valorar las consecuencias del consumo excesivo del café para la salud humana.

A diario la mayoría de las personas consumen café en determinadas horas del día sin estar consciente del daño que provoca este al organismo si se consume en exceso.

Se proyecta un material audiovisual de la serie “El Camino Equivocado” Por una Taza más de Café.

Se orienta la observación atendiendo a las preguntas siguientes.

Es dañino tomar café en las mañanas. ¿Por qué?

En qué otros productos podemos encontrar la cafeína.

Después de haber observado este video y apoyados en la información buscada por los estudiantes se realiza el debate que permita arribar a la conclusión del por qué la cafeína es un enemigo escondido. Y ¿Qué les recomendarías a las personas que beben mucho café?

**Encuentro 10:** Preparar la exposición de la sociedad científica.

**Objetivo:** Preparar los resultados alcanzados por los estudiantes durante la Sociedad Científica.

Se puede iniciar el encuentro reflexionando sobre las siguientes preguntas: ¿Cómo se han sentido durante el desarrollo de los encuentros?, ¿Qué no les gustó y qué sí les gustó? ¿Por qué?, ¿Contribuyeron las actividades realizadas a concientizar la importancia de adoptar estilos de vida adecuados, sin consumo de drogas? ¿Por qué?, ¿Cómo les gustaría dar a conocer al resto de los estudiantes del grupo y de la escuela lo aprendido en la Sociedad Científica?

El profesor organiza el grupo en dos equipos, a uno se les orienta que realicen cualquier tipo de propaganda que permita difundir el rechazo al consumo de drogas. Deben estar creadas las condiciones materiales para la actividad como cartulina,

papeles de colores, tijeras, goma de pegar, teléfonos celulares, cámara fotográficas, pinturas, entre otros.

El otro equipo debe preparar una dramatización donde estén presentes los temas tratados en cada encuentro. Con presencia en la misma de las consecuencias para la salud humana de las adicciones.

Se les invita a crear un mural para divulgar los contenidos tratados en los diferentes encuentros. Este debe contener todos los temas, las principales experiencias, logros e insatisfacciones de los estudiantes con énfasis en lo importante que es adoptar estilos de vida adecuados sin consumo de drogas.

### **Orientaciones Metodológicas**

Este programa presenta un carácter teórico - práctico, en consideración con la edad de los participantes. Se sugiere realizar un diagnóstico inicial que refleje el nivel de entrada de los alumnos sobre los temas a tratar en cada encuentro, los conocimientos que poseen para adecuar el contenido a las formas de impartición de los mismos, teniendo en cuenta que la metodología tiene que ir definiéndose contextualmente a lo largo del proceso y a partir de las vivencias de los estudiantes. En cada encuentro debe lograrse la libre expresión de los estudiantes a partir de un clima de confianza para propiciar transformaciones en los estilos de vida inadecuados hacia adecuados.

A continuación se ofrecen sugerencias generales para los encuentros.

En el encuentro 1 se sugiere, comenzar con la técnica participativa del fósforo, la cual consiste en que cada alumno encenderá un fósforo y mientras esté encendido se irá presentando, dirá su nombre y características que lo identifique de forma tal que contribuya al conocimiento de los integrantes del grupo y el coordinador del mismo. Luego se aplica la encuesta inicial y se da a conocer el Reglamento de las Sociedades Científicas Estudiantiles (anexo a la Resolución Ministerial N° 2/88). Así los estudiantes conocerán las características de la misma, sus deberes y derechos.

En los encuentros 2 al 9 se desarrollan las actividades siguiendo las orientaciones dadas en cada encuentro, propiciando el debate, la toma de decisiones y valoraciones sobre los temas tratados.

El encuentro 10 se dedica a la preparación para divulgar los resultados alcanzados con la puesta en práctica de la Sociedad Científica. Para ello se puede organizar en la escuela un evento científico. En esta ocasión se debe hacer énfasis en las

experiencias positivas, los logros obtenidos y el papel desempeñado por los integrantes de la Sociedad Científica.

### **III-Valoración y aplicación de la propuesta**

#### **3.1 Valoración de la propuesta mediante el criterio de evaluadores externos**

El programa de la Sociedad Científica fue sometido al criterio de 8 profesionales que a criterio del autor cumplen los requisitos para actuar como evaluadores externos, (anexo 5), teniendo en consideración su labor profesional y los aspectos siguientes:

- Experiencia en la temática de investigación.
- La amplitud de enfoque.
- La independencia de juicios.

Para obtener sus criterios se les ofrece un resumen de la propuesta y un modelo para obtener sus criterios (anexo 6). Las opiniones obtenidas arrojaron las opiniones siguientes:

#### **Relación entre objetivos, contenidos y científicidad**

Todos los evaluadores plantean que existe correspondencia entre objetivos, contenidos y sugerencias metodológicas; se sigue una lógica en este sentido, así como que su contenido científico es adecuado permitiendo un correcto desarrollo de las actividades.

#### **Factibilidad de su ejecución**

Los evaluadores coinciden en afirmar que es factible aplicar las actividades del programa de la Sociedad Científica, con buenos resultados en el preuniversitario.

#### **La pertinencia social de la propuesta**

El 100 % de los evaluadores consultados plantean que la pertinencia social está clara, pues, constituye una necesidad la formación de estilos de vida adecuados sin consumo de drogas en los estudiantes del preuniversitario por ser un sector vulnerable a la problemática relacionada con el consumo de drogas.

#### **Novedad**

Consideran que la propuesta es adecuada para el nivel seleccionado, los temas tratados tienen gran actualidad y las actividades propuestas le ofrecen novedad al mismo. De forma general, se ofrecieron sugerencias valiosas relacionadas con algunas de las actividades del programa de la Sociedad Científica que fueron tomadas en consideración al elaborar el resultado final.

Las valoraciones se ofrecieron sobre la base de considerar los aspectos anteriores como: Adecuado, Poco Adecuado y No adecuado.

### **3.2- Análisis de los resultados de la aplicación práctica de la propuesta**

A partir de los resultados expresados en el diagnóstico y la valoración realizada por los evaluadores externos, se aplicó la propuesta del programa de la Sociedad Científica a la muestra seleccionada para transformar el estado actual de los estudiantes.

Para constatar la efectividad del programa de la Sociedad Científica sobre estilos de vida adecuados sin consumo de drogas en los estudiantes, se aplica la misma encuesta inicial (anexo 3) para comparar los resultados obtenidos antes y después. La tabulación la consideramos en tres niveles: alto, bajo y medio según el conocimiento de los estudiantes sobre estilos de vida adecuados o inadecuados y las drogas.

Después de la puesta en práctica el programa de la Sociedad Científica sobre estilos de vida adecuados sin consumo de drogas, los resultados fueron diferentes pues los temas tratados les resultaron interesantes y muy cercanos a su quehacer cotidiano. El 95 % de los estudiantes conocen sobre los estilos de vida adecuados e inadecuados. El 95% de los estudiantes conoce que es una droga y los daños que ocasionan su consumo para el organismo, la sociedad y en sus relaciones interpersonales (anexo 7).

Al comparar los datos antes y después de la puesta en práctica del programa de la Sociedad Científica se pudo constatar el cambio en los estilos de vida adoptados por los estudiantes, mediante manifestaciones adecuadas en su comportamiento, así como el interés de ellos sobre los temas tratados por la importancia de estos para su vida actual y futura.

## **Conclusiones**

1-La revisión de documentos permitió determinar los fundamentos teóricos-metodológicos necesarios para abordar los estilos de vida adecuados sin consumo de drogas.

2-En la encuesta realizada se comprobó que los estudiantes desconocen sobre los estilos de vidas adecuados e inadecuados, la relación entre estilos de vida y el consumo de drogas, lo que justifica la necesidad del tema.

3-El programa de la Sociedad Científica permitió fomentar estilos de vida adecuados sin consumo de drogas en los estudiantes de décimo dos del preuniversitario “Capitán Roberto Rodríguez”.

4-Los evaluadores externos consultados valoraron de adecuada, novedosa, pertinente y factible el programa de la Sociedad Científica para los estudiantes del preuniversitario.

5-La aplicación práctica del programa de la Sociedad Científica en el décimo dos evidenció su factibilidad y aplicabilidad en las condiciones del preuniversitario; su pertinencia social al fomentar en los estudiantes la adopción de estilos de vida adecuados sin consumo de drogas.

## **Recomendaciones**

- Aplicar el Programa de la Sociedad Científica en otros grupos del preuniversitario “Capitán Roberto Rodríguez”.
- Divulgar los resultados del presente trabajo en diferentes eventos científicos estudiantiles.

## Referencias bibliográficas

Capote C. M. *Aportes teóricos o prácticos que se pueden ofrecer en la investigación educativa*. (Soporte digital). Biblioteca IPLAC: La Habana; s/a.

Carvajal, C. Castellanos, B. Cortés, A. González, A. Rodríguez, M. Sanabria, G. Sánchez, M. Valdespino, F. Valdés, A. y Zulueta. (2000). *Educación para la salud en la escuela*. Cuba: Editorial Pueblo y Educación.

Carvajal, C. y Torres, A. (2006). *Promoción de la salud en la escuela cubana*. Cuba: Editorial Pueblo y Educación.

Llopiz, K. (2012). *El desarrollo de la educación antitabáquica en escolares de cuarto grado de la escuela primaria*. Tesis de doctorado para la obtención del título de Doctor en Ciencias Pedagógicas. Facultad de Educación Infantil. Departamento Educación Especial. Universidad de Ciencias Pedagógicas Félix Varela Morales.

López, J. Avendaño, R. Minujin, A. Labarrere, A. Rico, P. Dorta, A. Roloff, G. Amador, A. y Burke, M. (1990). *Temas de psicología pedagógica para maestros* 3. Cuba: Editorial Pueblo y Educación.

Martínez, M. (2005). *Cuando el camino no se ve*. Cuba: Editorial Oriente.

Ministerio de Educación. (2014). *Fin y objetivos del preuniversitario*. La Habana: Editorial y Educación.

Ministerio de Educación Superior. (2014). *Programa Nacional del uso indebido de drogas*. Cuba.

Ministerio de Educación. (1988). *Resolución Ministerial No. 2/88. Reglamento de las Sociedades Científicas Estudiantiles*. Cuba.

Ministerio de Educación. (2009-2010). *Seminario Nacional para educadores*. Cuba.

Ministerio de Educación. (2014- 2015). *Programa de Biología. Décimo grado de la Educación Preuniversitaria*. Cuba. Editorial: Pueblo y Educación.

Pino, L. y Asencio, E. (2012). *Cultura científica desde los saberes en las ciencias humanísticas, exactas y naturales. Hacia una educación científica de calidad para todos en el contexto educacional cubano*. Cuba. Editorial: Pueblo y Educación.

## Bibliografía

- Addine, F. (2004). *Teoría y práctica*. (Compilación). La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
- Alvira, F. (1999). *Manual para la Elaboración y Evaluación de Programas de Prevención del Abuso de Drogas*. Madrid: Agencia Antidroga de la Comunidad de Madrid.
- Carvajal, C & Torres, A. (2006). *Promoción de la salud en la escuela cubana. Teoría y metodología*. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
- Carvajal, C. & Torres, A. (2004). *Metodología para el desarrollo del movimiento Escuelas por la salud. Documento para el trabajo de las Direcciones Provinciales y Municipales de Educación*. Ciudad de La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
- Carvajal, C., Castellanos, B., Cortés, A., González, A., Rodríguez, M., Sanabria, G.,... A., & Zulueta, A. (2000). *Educación para la Salud en la Escuela*. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
- Castellanos, B & González., A. (2003). "Sexualidad y géneros. Alternativas para su educación ante los retos del siglo XXI". La Habana: Editorial Científico Técnica.
- Castellano, B. (1996). *La investigación en el campo de la educación: retos y alternativas*. Instituto Superior Pedagógico Enrique José Varona, La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
- Colectivo de autores. (2002). *La labor educativa en la escuela*. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
- García, G. (2002). *Compendio de Pedagogía*. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
- Ministerio de Educación. (2007). *Programa Director de Promoción y Educación para la salud en el Sistema Nacional de Educación*. Editorial: Molinos Trade.
- Ministerio de Educación Superior. (2014- 2018). *Programa Nacional de prevención del uso indebido de drogas*. República de Cuba.
- Ministerio de Educación. (2012). *Pedagogía*. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.

Pérez, G., García, G., Nocedo, I., & García, M, L. (2015). *Metodología de la investigación educativa. Primera parte*. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.

Nocedo, I., Castellanos, B., García, G., Addine, F., González, C., Gort, M., & Varela, O. (2015). *Metodología de la investigación educativa. Segunda parte*. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.

## **Anexo 1. Guía para el análisis de documentos.**

Tipo de documento:

Fecha de elaboración:

Persona o personas que lo confeccionaron:

Aspectos a considerar:

1. Presencia de los contenidos de educación para la salud, estilos de vida y drogas.
2. Contenidos didácticos, metodológicos u otros que orientan el trabajo de educación para la salud, estilos de vida y drogas.
3. Actualidad de los contenidos u orientaciones relacionadas con la educación para la salud, estilos de vida y drogas.
4. Claridad y precisión de los contenidos.

## **ANEXO 2 .Guía de Observación a actividades docentes y extra docentes**

Objetivo: Constatar la salida a la educación para la salud con énfasis en los estilos de vida en la escuela.

### **Actividades a observar:**

Clases

Matutinos

Escuelas de padres

Reuniones de brigadas

Actividades metodológicas

### **Aspectos a observar:**

Temas tratados sobre educación para la salud, estilos de vida, drogas.

Participantes en cada una de las actividades y papel que desempeñan.

Desempeño de los estudiantes.

Interés de los estudiantes.

### **Anexo 3. Encuesta para los estudiantes.**

Objetivo: Diagnosticar el nivel de conocimiento sobre estilos de vida adecuados sin consumo de drogas.

1- ¿Conoces el término estilos de vida?

2- Cómo consideras tu estilo de vida:

Adecuado \_\_\_\_

Inadecuado \_\_\_\_

3- Explique el porqué de su selección en la pregunta anterior.

4- ¿Es importante para ti tener conocimientos sobre los estilos de vida?

Sí\_                  No\_ ¿por qué?

5- ¿Conoces qué es una droga? Mencione algunas de ellas.

6- Consumes algunas de las drogas mencionadas por ti anteriormente.

Sí \_    No \_ ¿por qué?

7- Sabes las consecuencias del consumo de las drogas.

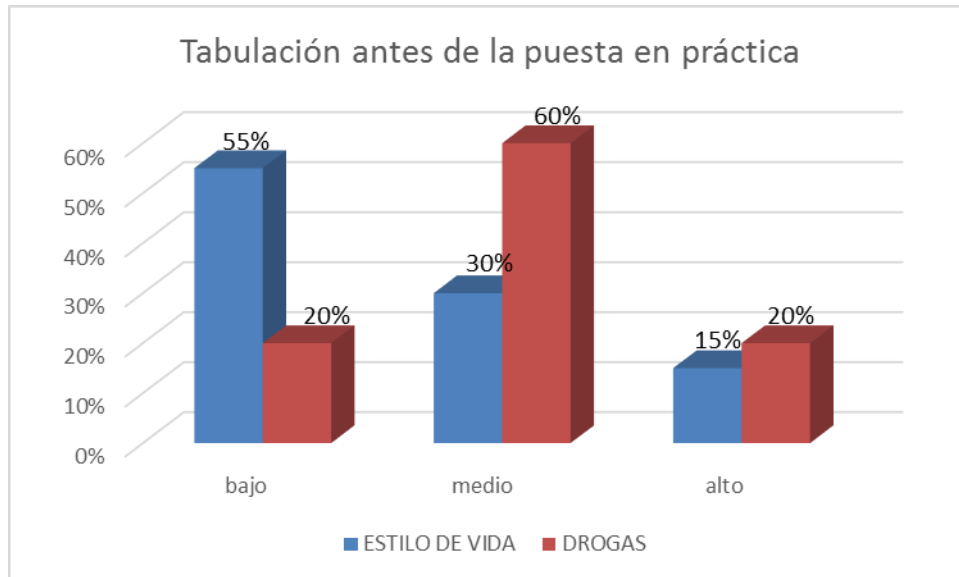
Sí\_\_ No\_\_

8- ¿Quiénes conversan contigo estos temas?

9- ¿Te gustaría que estos temas sean tratados en el aula?

Sí\_                          No\_

#### Anexo 4.



**Figura 4**

**Tabulación de los resultados antes de la puesta en práctica del programa de la Sociedad Científica**

### Anexo 5.Relación nominal de los evaluadores externos consultados

<b>Nombres y apellidos</b>	<b>Años de experiencia</b>	<b>Asignatura que imparte</b>	<b>Grado científico o título académico</b>	<b>Categoría docente</b>	<b>Cargo</b>
Midiala Aurora Gómez Gómez	20	Química Inorgánica	Máster	Auxiliar	Jefe de Carrera
Miriam Chaviano Zurí	33	Química Inorgánica	Máster	Asistente	Profesora principal de año
Yolepsy Castillo Fleites	13	Microbiología	Máster	Auxiliar	Profesora principal de año, promotora de salud de la facultad
Ceriocha González López	33	Química del preuniversitario	Licenciada	Asistente	Jefa de departamento
Mercedes Pérez Hernández	36	Biología del preuniversitario	Máster	Asistente	Profesora
Emma Cruz Alfonso	33	Biología del preuniversitario	Licenciada	Instructor	Profesora
Blasa Guerra Gómez	41	Biología del preuniversitario	Licenciada	Asistente	Profesora

## **Anexo 6. Modelo utilizado para obtener el criterio de los evaluadores externos**

Compañero:

Solicitamos nos ofrezca sus criterios acerca de nuestra propuesta, relacionada con la creación de un Programa para una Sociedad Científica sobre estilos de vida adecuados sin consumo de drogas, en el preuniversitario. Por sus conocimientos y experiencias, le pedimos su consideración sobre la misma, lo que resultará de gran importancia en nuestro trabajo. Damos las gracias de antemano por su colaboración.

### **DATOS GENERALES**

- Nombres y apellidos
- Cargo
- Años de experiencia
- Asignatura que imparte
- Grado científica o título académico
- categoría a docente
- Experiencia con el trabajo con sociedades científicas

Marque con una (x) su criterio en cada indicador, teniendo en cuenta la siguiente escala:

**A:** Adecuado

**PA:** Poco adecuado

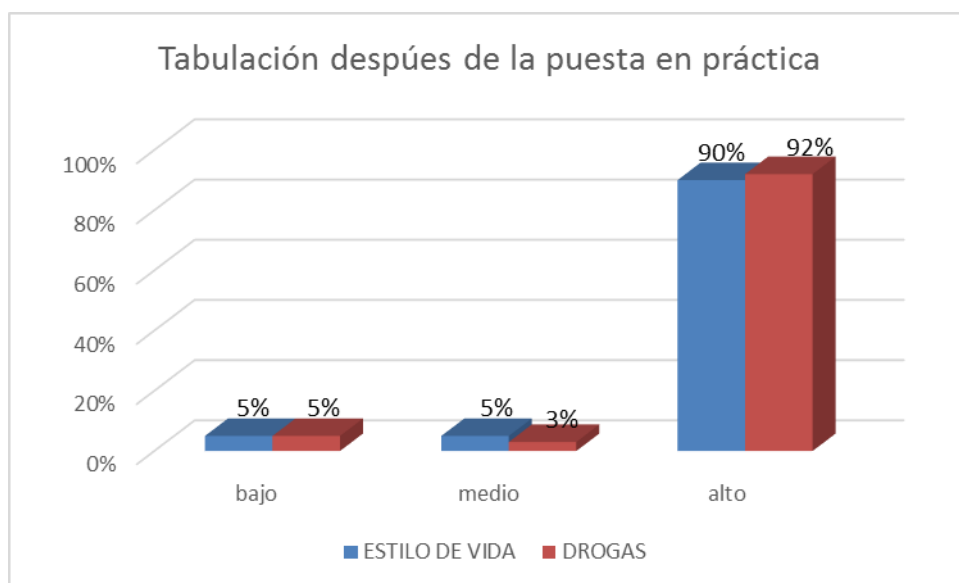
**NA:** No Adecuado

<b><u>INDICADORES</u></b>	<b><u>ESCALA</u></b>		
	<b><u>VALORATIVA</u></b>		
	<b><u>A</u></b>	<b><u>PA</u></b>	<b><u>NA</u></b>
Relación entre objetivos y contenidos	X		
Aplicabilidad en las condiciones del preuniversitario	X		
Pertinencia social de la propuesta para contribuir en los estudiantes	X		

a la adopción de estilos de vida adecuados sin consumo de drogas			
Novedad con respecto a otras propuestas que puedan existir sobre el tema	<b>X</b>		

- Sugiera cualquier aspecto que considere pueda contribuir a perfeccionar la propuesta.

## Anexo 7.



**Figura 7**

**Tabulación de los resultados después de la puesta en práctica del programa de la Sociedad Científica**