

**PROYECTO DE PREVENCIÓN DEL CONSUMO DE
ESTUPEFACIENTES Y SUSTANCIAS
PSICOTROPICAS**



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN JOSE OBRERO

CONSUMO DE SUSTANCIAS PSICOTROPICAS

RESPONSABLE: PSICORIENTACION

2024 – 2027

DIAGNOSTICO

Mediante la observación y entrevistas con profesores, padres de familia y estudiantes encontramos que nuestra institución no es ajena al fenómeno de las drogas que se ve en nuestro país. Bien sea por curiosidad, por entrar a la moda, por pertenecer a cualquier grupo social o como un medio para escapar de los problemas nuestros jóvenes y en menor proporción nuestros niños están consumiendo sustancias alucinógenas en sus horas de descanso, los fines de semana y en el peor de los casos en los descansos escolares.

El fenómeno de la drogadicción al interior de nuestra comunidad se presenta por la falta de oportunidades para que las gentes accedan a un proceso de profesionalización que les permita acceder a un mejor trabajo y a que nuestros niños, adolescentes y jóvenes no encuentran que hacer en el tiempo que les queda libre después de asistir a la institución a estudiar.

JUSTIFICACION

Prevenir es actuar antes de que aparezcan los problemas o estos se conviertan en estilos de Vida equivocados. Ocuparse de que cada niño y adolescente encuentre las relaciones, estilos de vida que necesita, que puedan construir su propia personalidad, formar personas autosuficientes capaces de tomar decisiones personales, resolver situaciones, ofrecer ambientes prosociales, estimular comportamientos saludables, comprender a los jóvenes con dificultades y atender sus llamados de Socorro y al igual que realizar una prevención educativa frente al consumo de sustancias alucinógenas debe ser una responsabilidad social de medios de comunicación, padres de familia y las instituciones educativas

La escuela no es solo un lugar donde se adquieren aprendizajes conceptuales sino que sirve también para adquirir aprendizajes relacionados con la conducta social, aprendizajes afectivos y actitudes que son necesarias para enfrentarse al consumo de drogas. La meta final de la educación es el desarrollo integral de la persona; por eso debemos prestar especial interés a aquellos síntomas entre los que se encuentran los problemas con drogas, que indiquen que dicho desarrollo no se está produciendo correctamente.

La prevención debe verse como un hecho humano, es decir fundamentar sus acciones en la persona y la sociedad, más que en las sustancias, debe ir a la raíz del problema, también implica revisar el rol de los procesos socializadores de la familia, la escuela y la comunidad.

La labor preventiva con niños no tan solo es pertinente sino que necesaria, si se pretende fomentar la salud física y mental entre los mismos, ya que la población infantil es considerada además como la que se puede introyectar con mayor facilidad. Es mejor promover actitudes sanas respecto a la drogadependencia en edades tempranas de la vida, que intentar modificar posturas erróneas tardías.

OBJETIVOS

Objetivos generales:

Implementar un programa preventivo del consumo de drogas en la institución educativa San José Obrero.

Prevenir el consumo de las drogas mediante la información y educación socio sanitaria de los jóvenes, padres y agentes potenciales de prevención.

Crear una serie de talleres educativos y actividades lúdicas, recreativas y culturales que contribuya a la prevención del consumo de drogas en los estudiantes y en la comunidad en general de la institución educativa San José Obrero.

Objetivos específicos

Involucrar a toda la comunidad educativa en talleres preventivos sobre el consumo de drogas farmacodependientes.

Realizar materiales educativos (volantes, afiches,) para la prevención del consumo de drogas en la institución

Sensibilizar a los alumnos mediante videos sobre la problemática de las drogas, sus consecuencias y la posible adicción.

Concientizar a los alumnos de la institución a través de charlas de que el tabaco y el alcohol también son drogas.

Que los niños sepan cómo inciden los medios de comunicación directa o indirectamente en el consumo de estas drogas.

Identificar y dar a conocer los tipos de drogas y las consecuencias que trae su consumo.

Implementar actividades lúdicas recreativas y deportivas en el tiempo libre de los jóvenes que contribuyan al buen uso del tiempo libre.

MARCO CONCEPTUAL

1. Definición de drogadicción.

Es una enfermedad que tiene su origen en el cerebro de un gran número de seres humanos, la enfermedad se caracteriza por su cronicidad o larga duración, por ser progresiva y las frecuentes recaídas.

Es el uso indebido de cualquier tipo de drogas con otros fines y no los iniciales que se han prescrito, cuando existe la prescripción.

Es una dependencia síquica, cuyo individuo siente una imperiosa necesidad de tomar droga o, en caso contrario, un desplome emocional cuando no la ingiere y una dependencia física producida por los terribles síntomas de abstinencia al no ingerirla.

Se denomina drogadicción al estado psíquico y a veces físico causado por la interacción entre un organismo vivo y una droga. Caracterizado por modificaciones del comportamiento, y por otras reacciones que comprenden siempre un impulso irreprimible al tomar la droga en forma continua o periódica con el fin de experimentar sus efectos síquicos y a veces para evitar el malestar producido por la privación.

2. ¿Que son las drogas?

Son aquellas sustancias cuyo consumo puede producir dependencia, estimulación o depresión del sistema nervioso central, o que dan como resultado un trastorno en la función del juicio, del comportamiento o del ánimo de la persona.

Es toda sustancia capaz de alterar el organismo y su acción psíquica la ejerce sobre la conducta, la percepción y la conciencia. La dependencia de la droga es el consumo excesivo, persistente y periódico de toda sustancia tóxica.

El término drogas visto desde un punto de vista estrictamente científico es principio activo, materia prima. En ese sentido droga puede compararse formalmente dentro de la farmacología y dentro de la medicina con un fármaco, es decir que droga y fármaco pueden utilizarse como sinónimos. Los fármacos son un producto químico empleado en el tratamiento o prevención de enfermedades. Los fármacos pueden elaborarse a partir de plantas, minerales, animales, o mediante síntesis.

Existe una segunda concepción que es de carácter social, según ésta las drogas son sustancias prohibidas, nocivas para la salud, de las cuales se abusan y que en alguna forma traen un perjuicio individual y social.

3.. Que es la adicción a las drogas?

La drogadicción, droga dependencia o también llamada dependencia a sustancias psico activas es la IMPERIOSA NECESIDAD que una persona tiene por consumir bebidas con contenido alcohólico u otra clase de drogas (marihuana, cocaína, inhalantes, tranquilizantes, alucinógenos, etc.).

Esta necesidad no desaparece a pesar de que la persona consumidora o usuaria sufra las consecuencias negativas producidas al momento de consumirlas o después de dejar de usarlas. Se trata más de una necesidad Psicológica que Física.

La adicción es: Una enfermedad primaria, progresiva y mortal.

PRIMARIA: Esta palabra significa "primera" o que aparece en primer lugar. La adicción al alcohol o a las drogas puede padecerla cualquier persona, tenga o no tenga enfermedad mental alguna, y debe ser tratada primeramente, esto es: antes que cualquier otro problema emocional o mental y esto quiere decir sencillamente que la persona tiene que aceptar que está enfermo(a) y que debe abstenerse de seguir consumiendo drogas o alcohol, además de pedir ayuda a los expertos en la materia..

PROGRESIVA : Quiere decir simplemente que las cosas van a ir empeorándose cada vez más mientras la persona no se atiende. Muchos adictos, sus familiares, amigos piensan que con sostener una buena platicada con la persona problema, dándole algunos consejos o regaños, esta va a dejar de consumir droga o de abusar de las bebidas alcohólicas y las cosas van a cambiar. Desgraciadamente esto no es así en el caso de los verdaderos alcohólicos y adictos. Se requiere de ayuda especializada.

Durante el período de abstinencia en el que la persona no se involucró con el uso de alcohol o las drogas, su deseo por hacerlo no disminuyó, por lo contrario se vio acrecentado y toda la energía contenida de ese deseo se desbocará a la hora de beber o usar droga.

MORTAL : Esto parece fácil de entenderse: a medida que las personas adictas consuman más drogas o alcohol, tiene más riesgo de morir por una sobredosis. Pero este punto no es el único que hace mortal a esta enfermedad. Hay otros muy importantes. También se puede morir en un accidente vial por ir manejando intoxicado; del mismo modo puede perderse la vida en algún pleito a golpes o por lesiones producidas por arma blanca o arma de fuego, situaciones que se presentan comúnmente cuando las personas se encuentran intoxicadas por el alcohol o las drogas, o incluso pueden morir al no ingerir alimentos o líquidos vitales ya que la mayoría de las drogas quitan el hambre y en ocasiones hasta la sed; del mismo modo se puede sucumbir sencillamente porque mientras se abusa del alcohol o de

las drogas se pierde el sentido de la vida y se llega al suicidio y esto es algo que le sucede a gran cantidad de alcohólicos y adictos, finalmente se puede perecer por la sencilla razón de que a la mayoría de los adictos les resulta muy difícil parar de consumir el alcohol o drogas y esto va a provocar un deterioro progresivo de las funciones vitales del organismo hasta que este deje de funcionar.

4. La adicción al alcohol y/o a otras drogas

Es una enfermedad porque presenta síntomas claros y definidos, y cuatro grandes fases del proceso de la enfermedad en donde esta serie de síntomas se van presentando en cada una de las etapas y que terminan con la muerte del alcohólico o adicto si este no es atendido a tiempo. Algunos ejemplos de estos síntomas son: Presentar olvidos de lo que la persona hacía mientras estaba intoxicada ("lagunas mentales"), Mentir para poder seguir consumiendo, Robar objetos o dinero de la casa para conseguir alcohol o droga, Justificar su manera de beber ("yo no amanezco tirado en las calles, me puedo controlar" o "es parte de mi trabajo"), Defender el efecto "positivo" (¿?) de usar drogas ("me sirven para estudiar o mejorar mis calificaciones en la escuela"), Usar excusas irracionales ("nadie me quiere"), Sentimientos de culpa, Ilusión de grandeza, Conducta hostil para intimidar y tratar de controlar a la familia, Períodos de abstinencia para demostrar que sí puede dejar el alcohol o las drogas, ("yo puedo dejar de usar cuando quiera"), Apatía progresiva hacia otras cosas que no sean el alcohol y/o las drogas de su preferencia, Múltiples resentimientos y temores, Hospitalizaciones para desintoxicación o desintoxicaciones caseras, Minimizar el efecto ("la marihuana no hace daño, es un producto natural", "la cerveza no contiene tanto alcohol"), etc.

¿Cómo principia la gente a tener este problema?

No necesariamente porque tenga complicados problemas emocionales crónicos que requieran de tratamiento Psiquiátrico. Aunque hay que reconocer que el hecho de que una persona tenga serias dificultades afectivas o de adaptación, esto mismo puede facilitar el inicio en el consumo pero no necesariamente se la causa principal de la enfermedad.

Las razones por las que la mayoría se inicia en el consumo son más sencillas de entender. A continuación se revisan algunas de ellas. Primera: La Curiosidad: Quizás se trata de la razón más frecuente, la curiosidad, esto es, el querer saber qué es lo que se siente al consumirlas ya que hay tanta información errónea o distorsionada sobre el alcohol y sobre las drogas y también existe tanta desinformación que algunas personas, especialmente adolescentes (hombres y mujeres) desean saber qué les puede pasar si las pruebas y aceptan hacerlo desconociendo tanto los efectos inmediatos como las consecuencias a corto

o mediano plazos (las consecuencias a largo plazo son pocas y fáciles de entender: Daños irreversibles en la salud, locura y/o la muerte).

Segunda Razón: La Presión De Los "Pares"(conocidos o amigos del barrio).En ocasiones es muy importante sentirse aceptado en un grupo de amigos de la escuela o del barrio y por desgracia en algunas de esas camarillas o pandillas se ha puesto de moda el consumir bebidas alcohólicas sin control alguno o también el ingerir alguna droga ilegal o algún medicamento de los que requieren receta médica especial pero que se consiguen de otras maneras.

Para pertenecer a estos grupos o para permanecer en ellos hay que hacer lo que los demás hacen y algunas personas tienen gran necesidad de pertenencia por lo que aceptan lo que les pidan aún y cuando saben que se están arriesgando a sufrir algunas consecuencias negativas. A esta presión de los pares es difícil contrarrestarla con regaños o "sermones" o señalando las terribles consecuencias del consumo de drogas. Existen otras maneras más efectivas.

Tercera Razón: La Necesidad De Imitar A Otros Cuando una persona quiere conseguir su propio y personal estilo de ser y de actuar, primero trata de imitar a sus semejantes que admira o que le agrada cómo se comportan y después adquiere para sí mismo algo de esos estilos de ser, convirtiéndolos en parte de su personalidad. Muchas personas se inician en el abuso del alcohol o de drogas por imitación, porque han visto que otros lo hacen y, aparentemente, no les ha pasado nada malo, al contrario, parece ser que son exitosos y esto último invita a seguir su ejemplo. Este fenómeno, el de la necesidad de imitar a alguien especial, es algo natural que se presenta en algunas etapas de la vida, sobre todo durante la pubertad y la adolescencia. El problema reside en el hecho de querer imitar a alguien que consume alcohol o droga.

Hay que señalar que la mayoría de los adictos al alcohol o a las drogas se inició consumiendo bebidas con contenido alcohólico durante su pubertad o adolescencia y bajo la "autorización" o invitación de alguien de mayor edad (familiar o amigo de la familia) al que le pareció que ya era oportuno que la persona inexperta aprendiera a sentir lo que sucede cuando se consume alcohol. A nuestras sociedades altamente tecnificadas y "civilizadas" les parece normal el hecho de que un adolescente demuestre que ya es hombre consumiendo fuertes cantidades de bebidas alcohólicas.

Cuarta Razón: Alivio De Dolencias: Por el efecto obtenido (alivio o disminución del dolor físico o emocional, evitar el cansancio, el hambre o las tensiones) prescrito por algún médico durante un tiempo limitado y que la persona usuaria en cuestión decide continuar con el uso bajo su propio riesgo. En muchas ocasiones estos medicamentos se obtienen en el "mercado negro" o también utilizando falsos recetarios.

5. La drogadicción como enfermedad

La drogadicción es considerada enfermedad, cuando el individuo, que consume las drogas, a involucrado ya su organismo y deja de ser una situación síquica. Además la drogadicción es considerada enfermedad, cuando se necesita un tratamiento para salir de ella, y no puede ser controlada por el drogadicto. La enfermedad puede ser con drogas ilícitas y con fármacos, que en un principio se utilizaron para el tratamiento de otra enfermedad.

La adicción a las drogas, al igual que la adicción al alcohol, es una enfermedad, y esto porque se encontró que los alcohólicos y los adictos a drogas tienen muchas cosas en común, entre otras la de perder el control sobre sí mismos cuando inician ingiriendo su "droga" favorita (alcohol, marihuana, tranquilizantes, inhalantes, cocaína, etc.), además de que tanto los consumidores "fuertes" de bebidas alcohólicas como los de drogas ilegales o los de inhalantes pueden perder la razón y terminar sus días en un Hospital Psiquiátrico o también acabar con su vida por una sobredosis.

6. Como identificar a un drogadicto

Hay varios síntomas del abuso de drogas que pueden ser reconocidos como señales de peligro. Debemos aclarar, sin embargo, que la presencia de uno o dos de ellos solamente no siempre indica problemas de las drogas, puede revelar otras causas ya que no es fácil a simple vista reconocer a una persona que esta bajo los efectos de una droga porque se puede confundir con otros estados emocionales. Sin embargo, el listado de las siguientes situaciones puede ayudar:

- ❖ Cambios repentinos de la personalidad y excesos de mal humor sin explicación de causa aparente.
- ❖ Notable caída en el rendimiento escolar o abandono de los estudios.
- ❖ Alejamiento de la compañía de otras personas.
- ❖ Pérdida de interés en las actividades favoritas, tales como deportes y hobbies.
- ❖ Incorporación a un nuevo grupo de compañeros de la misma edad.
- ❖ Recepción de llamadas telefónicas de personas desconocidas.
- ❖ Aumento de conflictos y peleas en el seno de la familia.
- ❖ Excesiva hostilidad para con los demás.
- ❖ Ojos enrojecidos.
- ❖ Acentuadas alteraciones en el apetito.
- ❖ Falta de motivación, incapacidad para cumplir con las responsabilidades.

- ❖ Distracción, risas excesivas.
- ❖ Actividades antisociales tales como mentir, robar, faltar al colegio, etc.
- ❖ Cambios en los hábitos de higiene y en la alteración de la apariencia personal.
- ❖ Actitudes furtivas o impulsivas, uso de anteojos oscuros aunque no haya exceso de luz.
- ❖ Uso de camisas de mangas largas incluso los días calurosos.
- ❖ Reacción defensiva cuando se mencionan las drogas y el alcohol en la conversación.
- ❖ Aumento de la fatiga e irritabilidad, sueño interrumpido.
- ❖ Falta de expresión en el rostro; monotonía en la voz.
- ❖ Uso de los equipos de sonido a todo volumen y cambio del día por la noche.
- ❖ Afecciones bronquiales y otros problemas de salud.
- ❖ Depresión emocional; frecuente mención del tema del suicidio.
- ❖ Confusión sobre el lugar, hora y día.
- ❖ Crisis de miedo o temor exagerado.
- ❖ Insomnio.
- ❖ Tos crónica.
- ❖ Apariencia de borrachera.
- ❖ Dificultad para coordinar movimiento.
- ❖ Aspecto somnoliento o atontado.
- ❖ Congestión en nariz y garganta.
- ❖ Habla mucho sin parar.
- ❖ Temblores. Excesiva calma o lentitud.
- ❖ Crisis de risas inmotivadas.
- ❖ Hablar trapo u en voz alta.
- ❖ Nauseas.
- ❖ Excesivo dolor de cabeza.
- ❖ Lenguaje incoherente.
- ❖ A veces oye, ve o siente cosas que no existen.

7. Consecuencias en el uso de drogas

El consumo de drogas, legales e ilegales, constituye un problema de salud pública muy importante. Los riesgos y daños asociados al consumo varían para cada sustancia. Lo que hace que una adicción sea una adicción nociva es que se vuelve en contra de uno mismo y de los demás. Al principio se obtiene cierta gratificación aparente, igual que con un hábito. Pero más temprano que tarde su conducta empieza a tener consecuencias negativas en su vida. Las conductas adictivas producen placer, alivio y otras compensaciones a corto plazo, pero provocan dolor, desastre, desolación y multitud de problemas a medio plazo.

Las consecuencias negativas asociadas a las adicciones afectan a muchos aspectos diferentes de la vida de una persona. Estas consecuencias son muy diversas y pueden agruparse en dos grandes grupos:

Según El Tipo

Salud: el consumo de drogas origina o interviene en la aparición de diversas enfermedades, daños, perjuicios y problemas orgánicos y psicológicos. Por ejemplo: Hepatitis, Cirrosis, Trastornos cardiovasculares, Depresión, Psicosis, Paranoia, etc.

Salud psíquica: Los adictos suelen padecer una amplia gama de trastornos psicológicos, como estados de ánimos negativos e irritabilidad, actitudes defensivas, pérdida de autoestima e intensos sentimientos de culpa.

Salud Física: La adicción suele conllevar la aparición de multitud de síntomas físicos incluyendo trastornos del apetito, úlcera, insomnio, fatiga, más los trastornos físicos y enfermedades provocadas por cada sustancia en particular.

Social: Los adictos a drogas, con frecuencia se ven envueltos en agresiones, desorden público, conflictos raciales, marginación, etc. Cuando se comienza a necesitar más a las drogas que a las otras personas pueden arruinarse o destruirse las relaciones íntimas y perderse las amistades. Se puede dejar de participar en el mundo, abandonar metas y planes, dejar de crecer como persona, no intentar resolver constructivamente los problemas y recurrir a más drogas como "solución". El abuso de las drogas puede también perjudicar a otros, por ejemplo: el dinero con que son pagadas las drogas puede privar a la familia de satisfacciones vitales como comida o ropa. El discutir los problemas y situaciones de la adicción puede generar conflictos familiares. Las reacciones violentas a las drogas pueden llevar al usuario a cometer asaltos e incluso asesinatos. Si una mujer embarazada toma drogas sin control médico puede ocasionar malformaciones genéticas en el nuevo ser que está en gestión.

Legal: Abusar de las drogas es contra la ley. Los ofensores (tanto los que experimentan como los que se dedican al consumo de drogas) corren el riesgo de tener que pagar multas y/o ser encarcelados. Un arresto puede significar vergüenza, interrupción de los planes de vida, antecedentes penales. Ciertas drogas pueden desencadenar una violencia incontrolable y conducir al usuario a crímenes que son severamente punibles por la ley.

Economía: dado el ingente volumen de dinero que mueve el mercado de las drogas y el narcotráfico, tanto los consumidores como los países contraen importantes deudas; se crean bandas organizadas; se produce desestabilización económica nacional, etc. El uso continuo de drogas puede ser muy caro, ya que sus costos se elevan a cientos y, en ocasiones, a miles de dólares por año. Para sostener su hábito muchos usuarios recurren al crimen. Al destinar la mayor parte del dinero a comprar las drogas, apenas queda dinero para otras cosas. Los ahorros se agotan y suele aparecer el endeudamiento. A veces para poder sufragar los gastos de la adicción se ve obligado a recurrir a actividades ilegales.

Relaciones: La relación con la familia, amigos o pareja se altera, aparecen discusiones frecuentes, desinterés sexual, la comunicación se interrumpe, hay pérdida de confianza, alejamiento, etc.

Trabajo: Cuando una persona tiene una adicción suele restarle tiempo a su trabajo para buscar la droga o recuperarse de su uso, suele llegar tarde, hay menor productividad, deterioro de la calidad del trabajo o pérdida del propio trabajo.

Conducta: Como conseguir y usar la droga se ha vuelto casi más importante que ninguna otra cosa, los adictos se vuelven egoístas y egocéntricos: no les importa nadie más que ellos mismos.

Según El Nivel

Individual: son los daños experimentados por el propio consumidor de drogas.

Comunidad: el consumo de drogas genera multitud de consecuencias negativas para la familia del drogodependiente, sobre los amigos, los vecinos,...

Sociedad: en la sociedad produce efectos sobre la estructura y organización de la misma (aumento de las demandas en los servicios de salud, incremento de la inseguridad ciudadana por delitos contra la propiedad, presencia del crimen organizado a través de las redes de narcotraficantes).

Efectos de la droga en la familia: Con frecuencia los miembros de la familia cesan de actuar en forma funcional cuando tratan de lidiar con los problemas producidos por la droga en un ser querido, algunos niegan que exista algún problema, bloqueando sus propios sentimientos (de igual modo que el adicto a la droga). Otro de los miembros de la familia tratan de encubrir los errores cometido por el adicto a la droga. El encubrimiento ocurre cuando un miembro de la familia rescata al adicto o le ayuda en la obtención de la droga. Uno de los cónyuges quizás trate de ocultar a los hijos la adicción a la droga de su pareja.

8. ¿ Que es hacer prevención?

La prevención del consumo de drogas, es un proceso educativo Integral dirigido a enfrentar un problema a existido siempre y seguirá existiendo siempre como es el abuso de las drogas y el alcohol. Además apoya el desarrollo personal y social, también busca modificar el ambiente social para enfrentar eficazmente el consumo de drogas.

El propósito de toda la acción de prevención es sensibilizar acerca de los riesgos del consumo, enfrentar la presión social y acrecentar la responsabilidad respecto al problema.

Al momento de hacer prevención no sólo depende de los organismos de control (carabineros, psiquiatras, asistentes sociales, investigadores) sino que es fundamental que se involucre el estado, la comunidad, la escuela y especialmente la familia, ya que es un problema que afecta a todos.

¿Qué importancia tiene la familia?, ¿Cómo se previene el consumo en los hijos?
¿Que tiene que ver la relación padres - hijos en el consumo de drogas?...

Estas y otras preguntas son frecuentes en los padres y que son los responsables en su formación. La familia debe ser entendida no sólo en un sentido tradicional, es decir padres casados y sus hijos, ya que nuestra sociedad adopta distintas formas, entre otras, núcleos incompletos (uno de los padres y sus hijos), extendida (más otros familiares), los hijos también pueden estar a cargo de otras personas, incluso no familiares. Lo importante es saber quienes cumplen ese rol.

Hay que tener en cuenta que la familia es la base de la sociedad y es la principal fuente de influencia que tienen los hijos, ya que desde su nacimiento el niño recibe en ella, satisfacción a sus necesidades primarias de alimentación, seguridad, cariño, etc. Es la primera fuente de estímulo para su desarrollo como persona, como ser social. Es a través de ella, que en el niño toma contacto con la sociedad: Es por eso que la familia debe permitir el desarrollo del niño como persona, que se valora, que es capaz de tomar decisiones, de aceptar o rechazar, las influencias de los demás, de protegerse. Una buena calidad en las relaciones familiares, permite que la familia

tenga mayor importancia en la relación a otras influencias, por ejemplo, las amigas, la escuela y otras personas.

En las relaciones de padres e hijos, es importante que los padres impongan normas, ya que los hijos no son simples copias de ellos (padres) o de quienes tomen como modelos; Por esto los hijos necesitan que les impongan normas, definiendo que conductas son adecuadas y cuales no lo son, lo que es justo e injusto. Además es importante que esas normas sean claras, es decir que pongan límites respecto a lo que está permitido y lo que no, por ejemplo, el respeto a ciertos horarios (fiestas, diversión, estudios, etc.) Pero así también es importante que los padres señalen las razones para que los hijos entiendan el porqué de esas normas y la necesidad de respetarlas, así mismo los hijos deben entender que las normas familiares y su aplicación son una expresión de atención y cuidado por ellos, en definitiva, son una expresión de afecto. Las normas que establece la familia y su refuerzo expresado en premios y castigos, es parte del control que los padres deben tener sobre la conducta de los hijos. Este control debe ser entendido en relación con una autoridad legítima de los padres es decir, basado en la cercanía una identificación de padres con hijos. Hablamos de un control efectivo basado en el respeto a los hijos y no en la fuerza, ni el miedo o el castigo indiscriminado, esto no implica una restricción innecesaria de la libertad de los hijos; al contrario, la autoridad de los padres actúa principalmente a través del estímulo y el reconocimiento a las conductas positivas, en una valoración de su persona y sus capacidades.

Las normas, las conductas que ellas establecen y los valores que representan, deben ser reforzados por medio del estímulo o premios a conductas apropiadas y un castigo a conductas inadecuadas (el rendimiento escolar, los hábitos, las responsabilidades y deberes, etc.). De esta forma este sistema de disciplina basado en el respeto y potenciar y reforzar todo lo positivo, llega a transformarse en pautas de comportamiento que el niño o joven "internaliza" como propias, se transforma en hábitos de conducta, con lo cual a lo largo, no es necesario la aplicación de premios y castigos, cuando los estímulos son a través de caricias y gestos de aprobación, esto va estimular el logro de metas e ideas y por ende esto disminuirá el riesgo de consumo de drogas.

Los premios a las conductas positivas y los castigos a las conductas negativas, deben ser aplicadas en forma clara, regular y consistente, es decir, tratar de evitar las contradicciones, no actuar de forma diferente en un momento y en otro no; cuando se trata de una conducta inadecuada, ejemplo, de castigar en forma severa y luego ser indiferente, así también el refuerzo y castigo y refuerzo de las conductas no dependerá del estado de ánimo de los padres. Las conductas negativas deben ser reprobadas, sobre todo si es consciente y voluntaria, reprobar una conducta no significa rechazar al niño o al joven, ridiculizarlo, descalificándolo. No siempre debe aplicarse el castigo frente a una falta; especialmente si esta a sido involuntaria, más bien se debe mantener una conversación en un ambiente acogedor y de confianza. Es importante dirigir temas relacionados con las drogas y el alcohol y expresarlas en forma clara a los hijos, expresándoles también la posición que los padres tienen frente al tema, los padres no deben asumir que los hijos saben cuál es su posición. Además, en el caso que los padres escuchen algo que no les guste (quizás que un

amigo fuma marihuana que su hijo le confiesa que bebió cerveza en una fiesta, etc.), es importante que no reaccionen de una manera que le impida la conversación a futuro y así los padres deben predicar con su conducta, es decir, los padres con un modelo de rol (de lo que quiera que sea su hijo), éste es el mensaje antidrogas más fuerte que puede haber.

Como conclusión, la familia es sin duda el modelo que los hijos tienen al momento de decidir a usar o no las drogas. Es por eso tan importante, lo que ya se había mencionado acerca del cariño, la atención, la comunicación, la estimulación, él involucrarse con ellos, el demostrar afecto a los hijos; hará que ellos en el momento de decidir, consideren lo que piensan sus padres ("¿qué pensarán mis padres?").

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

FECHA	OBJETIVO	ACTIVIDAD	RECURSOS	RESPONSABLE	EVALUACION
	Determinar el grado de vulnerabilidad que existe frente a la drogadicción dentro de la institución educativa	Encuesta a estudiantes	Encuesta	Sicóloga	
	Difundir el proyecto a la comunidad educativa	Elaboración y entrega de volantes	Hojas de block y copias	Coordinación	
	Sensibilizar los estudiantes a cerca de lo negativo que puede ser el consumo de drogas	Presentación de un video y socialización de este	Computador portátil, proyector	Directores de grupo	
	Brindar un espacio recreo deportivo a los niños y jóvenes de la comunidad educativa con el fin de que ocupen el tiempo libre.	Torneo de futbol sala	Balones, pitos, cronómetros, planillas. alfabetizadores	Vicerrectoría	
	Despertar conciencia en los estudiantes a cerca de la importancia del buen uso del tiempo libre y la adecuada selección de amigos.	Charlas por grupos. Cada director de grupo socializara con su grupo ¿que son las drogas? y consecuencias del uso de las drogas	Lecturas reflexivas, marcadores, papel periódico, tiza, tablero, televisor, películas	Profesorado	
	Proporcionar a los estudiantes espacios en los cuales ellos	Concurso de afiches los cuales tendrán	Cartulina, marcadores,	Vicerrectoria	

	puedan invitar a sus compañeros al no consumo de drogas	como tema la prevención de la drogadicción	laminas, colbon		
	Orientar a los padres de familia sobre un adecuado manejo de autoridad y prevención de las drogas en sus hijos	Charla a padres de familia a cargo de miembros de la policía		Rectoria	
	Informar a estudiantes y padres de familia acerca de cuáles son los tipos de consumidores de drogas	Entrega de volantes	Hojas de block, fotocopias	Coordinación	
	Brindar un espacio de integración dentro de la comunidad educativa mejorando relaciones interpersonales	Salida pedagógica(integración de padres, estudiantes y profesores)	Buses, espacio recreativo, permisos	Rector y coordinador Padres de familia Docentes en general	
	Mostrar a los estudiantes los efectos de las drogas	Video	Televisor, dvd,	Psicóloga	
	Determinar el sentir y el pensar de los estudiantes a cerca de las drogas en este punto del programa	Concurso de cuentos teniendo como tema las drogas	Papel, lápiz. borradores	Profe sociales	
	Resaltar las habilidades artísticas de los estudiantes dándoles a conocer lo mucho que pueden hacer haciendo un buen uso del	Tarde cultural	Micrófonos, equipos de sonido, CD,	Directores	

	tiempo libre				
	Tomar conciencia sobre lo importante que es llevar una vida sana	Elaboración de separadores por grupos con frases invitando al no consumo de las drogas	Papel, marcadores, colores	Alumnos	
	Concientizar a los adultos sobre la importancia de hacer un buen acompañamiento a sus hijos	Entrega de volantes a los habitantes de la comunidad	Papel, fotocopias	Sicóloga	

METODOLOGIA

Para el logro de los objetivos propuestos en este proyecto se hará una actividad mensual que involucrara a todos los estudiantes y docentes de la institución; el adecuado manejo de la actividad será responsabilidad del director de cada grupo.

Con el fin de controlar la calidad en la ejecución de las actividades los coordinadores del proyecto recogerán muestras de los trabajos realizados en los distintos grupos los cuales servirán como evidencia del trabajo.

Durante la ejecución del proyecto se escucharán sugerencias por parte de docentes y estudiantes que permitan retroalimentar y mejorar el mismo.

Las actividades están diseñadas de tal forma que sean de fácil realización en cada uno de los grados, se tendrá en cuenta que dependiendo del grado el producto de cada actividad deberá ser diferente pero de igual significación.

INDICADORES DE DESEMPEÑO

Para marzo de 2014 se tendrá una visión clara acerca del porcentaje de estudiantes que consumen drogas en la institución.

Para diciembre de 2014 el 80% de los estudiantes de la institución serán conscientes del riesgo del consumo de las drogas.

Para noviembre de 2013 los padres de familia de la comunidad educativa comprenderán que la educación y formación de sus hijos es un asunto de corresponsabilidad.

Durante la ejecución del proyecto se tendrá una participación del 80% de los estudiantes.