



Programa de estudio

1.-Área académica

Cualquiera

2.-Programa educativo

Cualquiera

3.-Dependencia/Entidad académica

Centro de Atención Integral para la Salud del Estudiante Universitario (CENATI)

4.-Código

5.-Nombre de la Experiencia educativa

6.-Área de formación

		Principal	secundaria
	Prevención del consumo de drogas: Habilidades para la vida.	Electiva	

7.-Valores de la experiencia educativa

Créditos	Teoría	Práctica	Total horas	Equivalencia (s)
3	1	1	30	Ninguna

8.-Modalidad

9.-Oportunidades de evaluación

Curso-taller	AGJ= Cursativa
--------------	----------------

10.-Requisitos

Pre-requisitos	Co-requisitos
Ninguno	Ninguno

11.-Características del proceso de enseñanza aprendizaje

Individual / Grupal	Máximo	Mínimo
Grupal	25	12

12.-Agrupación natural de la Experiencia

educativa (áreas de conocimiento, academia, ejes, módulos, departamentos)

Ninguna	Desarrollo Humano Integral de los Universitarios / PLADEA.
---------	--

14.-Fecha

Elaboración	Modificación	Aprobación
Mayo de 2002	31 de julio de 2003, julio de 2006, septiembre de 2008.	

15.-Nombre de los académicos que participaron en la elaboración y/o modificación

María Guadalupe Avila Rosas, Concepción Ita Andehui Hernández Sosa.

16.-Perfil del docente

Grado de licenciatura del área de ciencias de la salud o humanidades, con experiencia comprobable en el campo de las adicciones, manejo de grupo y de docencia en el nivel superior mínimo de tres años.

17.-Espacio

Institucional

18.-Relación disciplinaria

Multidisciplinaria

19.-Descripción

Esta experiencia educativa se ubica en el Área de formación de elección libre (AFEL) del Modelo educativo integral y flexible (MEIF), con 3 créditos (1 hora teórica y 1 hora práctica). La etiología o causas del consumo de drogas, resulta sumamente compleja debido a la diversidad de factores que se vinculan con el problema. Sin embargo, puede precisarse que en la aparición de éste, se combinan tres aspectos que tienen que ver con lo farmacológico, la interacción social y un sujeto vulnerable, la vinculación de estos tres elementos puede generar una dependencia. La educación preventiva proporciona conocimientos básicos respecto a las drogas y sus efectos, permitiendo cambiar actitudes y creencias sobre el consumo de drogas legales e ilegales, aunado al programa de entrenamiento en habilidades el cual está diseñado para desarrollar competencias y habilidades sociales, cognitivas y psicológicas, buscan en última instancia acrecentar el desarrollo humano, que permita a las personas alcanzar una vida prolongada y saludable, al contar con los recursos necesarios para disfrutar una vida con calidad; para tal efecto se trabaja en grupos colaborativos, a través del intercambio de experiencias, puntos de vistas, el aprender a escuchar, debatir, el respeto a la diversidad, entre otros. La evaluación considera la asistencia a las sesiones, la participación individual y grupal, el desempeño, la entrega puntual de la bitácora y el trabajo final por escrito. Lo anterior se llevará a cabo mediante una metodología interactiva – participativa a través de técnicas individuales y grupales que incentivan la capacidad creativa y expresiva, donde los alumnos tengan un rol activo y vivencien el aprendizaje como una experiencia agradable.

20.-Justificación

Los problemas que se derivan del consumo de drogas afectan en especial a los adolescentes y adultos jóvenes de todos los sectores sociales. Se trata de un problema de etiología multicausal, que toca todas las dimensiones del desarrollo humano, y en el cual interviene una serie de aspectos relacionados con el individuo, la familia, la comunidad y la sociedad en general, sin dejar de lado la importancia que tienen las drogas en si mismas, su poder adictivo y disponibilidad.

La prevención del consumo de drogas legales e ilegales es responsabilidad de todos, y la Universidad es una instancia para la formación integral, considerando a ésta como un agente de socialización que continúa la formación del individuo, tiene la gran responsabilidad de reorientar el presente y el futuro de la juventud hacia una vida más saludable.

La educación como acción formativa debe tener un carácter eminentemente preventivo, orientado al desarrollo integral de la comunidad estudiantil universitaria. En este sentido deben reforzarse sus potencialidades, ir más allá de la simple entrega de información.

Por tal motivo es importante el trabajo en el desarrollo de habilidades para la vida, las cuales se proponen a partir de la experiencia de la Organización Mundial de la Salud (OMS) y la Organización Panamericana de la Salud (OPS); las habilidades permiten crear, fortalecer y practicar pensamientos, actitudes y conductas favorables a la salud física y mental, así como incrementar la competencia personal. Las habilidades que con mayor énfasis se asocian a la adquisición de conductas saludables, resistentes al uso de las drogas son: conocimiento de sí mismo, capacidad para establecer empatía, habilidad para establecer y mantener relaciones interpersonales, habilidad para comunicarse efectivamente, capacidad para manejar emociones propias, habilidad para manejar tensión o estrés, capacidad para pensar en forma crítica y creativa, capacidad para tomar decisiones y habilidad para resolver problemas.

21.-Unidad de competencia

En un ambiente de colaboración, confianza, responsabilidad y respeto, el estudiante aplica el conocimiento científico en forma objetiva y comprensible sobre las drogas y sus efectos y desarrolla habilidades para la vida, asociadas con la adquisición de conductas saludables, resistentes al uso de drogas; a través de técnicas individuales y grupales que incentivan la capacidad creativa y expresiva, con la finalidad de prevenir su consumo.

22.-Articulación de los ejes

El estudiante aborda saberes relacionados con los conceptos básicos, clasificación de drogas y sus efectos, mitos y realidades del alcohol, tabaco y otras drogas, habilidades para prevenir el consumo de drogas (eje teórico), a través de la reflexión, el análisis, la argumentación, identificación de factores protectores, el autocuidado de la salud, entre otros (eje heurístico), en un ambiente de responsabilidad, respeto, tolerancia, honestidad, participación y autorreflexión (eje axiológico).

23.-Saberes

Teóricos	Heurísticos	Axiológicos
<ul style="list-style-type: none"> • Conceptos básicos. <ul style="list-style-type: none"> ○ Droga ○ Droga legal ○ Droga ilegal ○ Droga psicoactiva ○ Farmacodependencia ○ Tolerancia ○ Dependencia física ○ Dependencia psicológica ○ Síndrome de abstinencia • Mitos y realidades. <ul style="list-style-type: none"> ○ Alcohol ○ Tabaco ○ Otras drogas • Clasificación de drogas. <ul style="list-style-type: none"> ○ Tipos de clasificación ○ Clasificación de las drogas por su acción sobre el organismo y el psiquismo: <ol style="list-style-type: none"> 1.-Depresores del sistema nervioso central. 2.- Estimulantes del sistema nervioso central. 3.-Alucinógenos 4.-Canabinos 5.-Drogas “de diseño” ○ Generalidades de los grupos ○ Riesgos y daños que cada droga puede producir en el individuo y en la sociedad. • Prevención y tipos de prevención. <ul style="list-style-type: none"> ○ Prevención primaria ○ Prevención secundaria ○ Prevención terciaria ○ Prevención universal ○ Prevención selectiva ○ Prevención indicada o focalizada • Habilidades para la vida <ul style="list-style-type: none"> ○ Comunicación ○ Conductas asertivas ○ Establecer y mantener 	<ul style="list-style-type: none"> • Acceso, evaluación, recuperación y uso de información en fuentes diversas en español. • Análisis • Aplicación de la cohesión, coherencia, adecuación y corrección en la escritura • Apropiación de valores • Argumentación • Asociación de ideas • Autoaprendizaje • Autocuidado de la salud • Auto evaluación • Clasificación • Identificación de los tipos de prevención • Comparación • Comprensión y expresión oral y escrita, en español. • Conceptualización • Construcción de un proyecto de vida • Descripción • Elaboración de mapas conceptuales • Habilidades básicas y analíticas de pensamiento • Identificación de factores protectores • Manejo de bitácoras • Manejo de la presión de grupo • Manejo del estrés • Pensamiento crítico • Propuestas creativas • Reconocimiento de códigos no verbales • Reflexión • Relación • Solución de problemas • Toma de decisiones • Uso adecuado de los conceptos básicos • Visualización 	<ul style="list-style-type: none"> • Apertura • Autocrítica • Autorreflexión • Colaboración • Compromiso • Compromiso social • Confianza • Compartir • Constancia • Disciplina • Discreción • Honestidad • Interés por la reflexión • Interés por los demás • Paciencia • Participación • Socialización • Respeto a sí mismo y a los demás • Responsabilidad • Conciencia social • Sentido ciudadano • Seguridad • Sensibilización • Solidaridad • Tolerancia • Tolerancia a la frustración

buenas relaciones interpersonales <ul style="list-style-type: none"> ○ Toma de decisiones ○ Solución de problemas ○ Manejo de la presión del grupo de pares ○ Pensar en forma crítica y reflexiva frente a los medios publicitarios ○ Autoevaluación: Conocimiento de sí mismo (autoestima y autoconcepto) ○ Capacidad para manejar emociones propias. ○ Manejo de la ansiedad y el estrés ○ Elaboración de un proyecto de vida 		
--	--	--

24.-Estrategias metodológicas

De aprendizaje	De enseñanza
<ul style="list-style-type: none"> ● Exposición de motivos ● Discusión y reflexión grupal ● Inventario personal ● Técnicas de relajación y meditación ● Técnicas para fortalecer la autoestima ● Consulta de fuentes de información electrónicas y bibliográficas ● Visualización de escenarios futuros ● Dramatizaciones ● Lectura, síntesis e interpretación ● Exposición con apoyo tecnológico variado ● Estudio de casos ● Bitácoras personales 	<ul style="list-style-type: none"> ● Evaluación diagnóstica ● Preguntas intercaladas ● Tareas para el estudio independiente ● Organización de grupos colaborativos ● Exposición con apoyo tecnológico variado ● Lluvia de ideas ● Ilustraciones ● Dirección de técnicas de relajación ● Discusión dirigida ● Retroalimentación

25.-Apoyos educativos

Materiales didácticos	Recursos didácticos
<ul style="list-style-type: none"> ● Programa de estudio ● Agenda de sesiones ● Presentaciones en power point ● Material Audiovisual ● Material impreso ● Norma oficial Mexicana, NOM-028-SSA2-1999 para la prevención, tratamiento y control de las adicciones, Secretaría de Salud, México ● Ejemplares de la historieta “A toda acción corresponde una reacción” (y conste que no es Newton) Previniendo el consumo de drogas y el VIH/SIDA CENATI – CEnDHIU año 2008. ● Video “Una fiesta en casa” CIJ Duración 12’:39” ● Formato electrónico de la bitácora personal ● Formato electrónico para la elaboración del 	<ul style="list-style-type: none"> ● Espacio educativo adecuado ● Espacio educativo alfombrado (4 sesiones) ● Computadora ● Cañón ● Pintaron y marcadores ● Proyector de acetatos ● Grabadora para CD ● CD’S Música para relajar ● Materiales varios de papelería

<ul style="list-style-type: none"> proyecto de vida • Guía de observación • Libros electrónicos • Revistas • Guía de técnicas de relajación • Acetatos • Hoja de evaluación del desempeño • Normas internas de grupo (elaboradas por consenso) • Evaluación diagnóstica 	
--	--

26.-Evaluación del desempeño

Evidencia (s) de desempeño	Criterios de desempeño	Ámbito (s) de aplicación	Porcentaje
Participación individual y grupal	<ul style="list-style-type: none"> • Asertividad • Iniciativa • Coherencia • Argumentación • Congruencia 	Aula	40%
Bitácora personal	<ul style="list-style-type: none"> • Limpieza • Legibilidad • Creatividad • Pertinencia argumentativa • Suficiencia • Presentación en el formato convenido • Entrega en tiempo y forma 	Aula y extra muro	30%
Trabajo final por escrito. Proyecto de vida	<ul style="list-style-type: none"> • Orden • Limpieza • Creatividad • Coherencia • Claridad en la redacción • Legibilidad • Presentación en el formato convenido • Entrega en tiempo y forma 	Aula y extra muro	30%
		Total	100%

27.-Acreditación

El alumno acreditará la experiencia educativa si logra el 60% mínimo del total de las evidencias del desempeño y si asiste a un 80% de las sesiones.

28.-Fuentes de información

Básicas

- Cortés, R., Sánchez, A. y Solís, L. (2003). *Drogas las 100 preguntas más frecuentes*. México: Centros de Integración Juvenil A. C.
- Consejo Estatal Contra las Adicciones del Estado de Sonora (). *Programa de habilidades para la vida*. Estado de Sonora: Secretaría de Salud pública y Secretaría de Educación y Cultura.
- De Gasperín, R. (1997). *Manual de autoestima y relaciones humanas*. Xalapa, Veracruz, México.: Universidad Veracruzana.
- De Gasperín, R. (2004). *Saber más es ser más: Manual sobre desarrollo humano*. Xalapa,

Veracruz, México.: Universidad Veracruzana.

- Díaz-Barriga, L. et al. (2006). *Habilidades para la vida*. Guía para educar con valores. México: Centros de Integración Juvenil, A. C.
- Madrigal, E. y Sayago L. (1999). *Manual de capacitación para docentes. Habilidades para la vida: Prevención del consumo de Tabaco, Alcohol u otras Drogas*. Caracas - Venezuela: EXLIBRIS.
- Martínez, E. y Echavarría, F. (2006). *Hacia una vida digna y plena de sentido. Habilidades para vivir y prevenir las adicciones*. Bogotá - Colombia: Colectivo Aquí y Ahora.
- Velasco, R. (1997). *Las adicciones*. México: Trillas.
- Velasco, R. (2006). *La escuela ante las drogas*. Xalapa, Veracruz, México: Secretaría de Educación del Gobierno de Veracruz de Ignacio de la Llave.
- Universidad Veracruzana (2008). Historieta: "A toda acción corresponde una reacción " (y conste que no es Newton) *Previniendo el consumo de drogas y el VIH/SIDA*. Xalapa, Veracruz, México: iDeas Impresión Digital
- Universidad Veracruzana (2000). *Habilidades de pensamiento crítico y creativo*. Xalapa, Veracruz, México: Amatl litográfica.
- Video "Una fiesta en casa", formato DVD. Duración 12':39". México: Centros de Integración Juvenil A. C.

Complementarias

- NIDA: National Institute on Drug Abuse. The science of drug abuse & addiction. www.drugabuse.gov/nidaespanol.html
- SAMHSA. Substance Abuse & Mental Health Services Administration www.samhsa.gov
- U.S. Drug Enforcement Administration. www.dea.gov
- Organización Mundial de la salud. www.who.int/home-page/index.es.shtm (OMS en español)
- Organización Panamericana de la Salud. www.paho.org/default_spa.htm (OPS en español)
- CONADIC: Consejo Nacional contra las Adicciones www.conadic.salud.gob.mx/
- CECA: Consejo Estatal contra las Adicciones http://sesver.ssaver.gob.mx/portal/page?_pageid=693,18906681&_dad=portal&_schema=PORTAL
- Aguilar, E. (1999). *Asertividad. Cómo ser tú mismo sin culpas*. México: Trillas.
- Beverido, P. (2008). *Evaluación de resultados de las experiencias educativas "Prevención del consumo de drogas" y "Prevención del abuso de alcohol" en estudiantes de la Universidad Veracruzana durante el periodo agosto 2006/julio 2007*. (Tesis de Maestría, Universidad Veracruzana).
- Cortés, R., Quintana, C., Villegas, R y Bonifaz, R. (2003). *Armando el revén. Cuadernillo de reforzamiento*. México: Musíne.
- Sansores, R y Espinoza, A. (1999). *Programa cognitivo conductual: Clínica para dejar de fumar*. México: Instituto Nacional de Enfermedades Respiratorias.
- Velasco, R. (1998). *"La familia ante las drogas"*. México: SEC.