

Prevención escolar del consumo de drogas



**Programas DISCOVER y
“Construyendo Salud”**

1. La prevención escolar del consumo de drogas dentro de una estrategia global.

La escuela es un pilar fundamental en la política de prevención del consumo de drogas de la Junta de Castilla y León, como queda expresamente reflejado en el IV Plan Regional sobre Drogas (Decreto 138/2001, de 3 de mayo).

Hay que tener en cuenta que el ámbito escolar reúne una serie de **ventajas para la prevención**. Entre estas ventajas se pueden destacar las siguientes:

- Acoge a la totalidad de los niños y los adolescentes.
- Es un contexto de socialización por excelencia, cuya función es la formación y la educación, lo que permite abordar la prevención del consumo de drogas de un modo natural y con continuidad a lo largo de varios años.
- Dispone de una organización e infraestructura adecuada para la educación en todas sus facetas.
- Y, por último, cuenta con unos recursos humanos idóneos -el profesorado- especializado en la labor pedagógica y que además es susceptible de recibir formación específica en el campo de la prevención escolar.

De todo lo anterior se concluye que **la escuela es un ámbito privilegiado de intervención**, que junto con la familia y los espacios de ocio y tiempo libre, forma parte del trípede en el que se asienta la prevención del consumo de drogas en el sector de población más vulnerable, es decir, la infancia y la adolescencia.

2. Características de los programas.

Dentro de la estrategia global antes reseñada se asientan los programas DISCOVER y Construyendo Salud. En el curso académico 2001-2002 se inició la aplicación generalizada de ambos programas.

2.1 Elementos comunes de ambos programas

Los dos programas parten de la hipótesis de que la influencia y la presión de los compañeros es la razón más importante para explicar el consumo de drogas en los adolescentes. En consecuencia, postulan que las habilidades interpersonales para manejar esa influencia y la presión del grupo son fundamentales. Además, consideran que otras habilidades generales para la vida hacen que los adolescentes sean más competentes para manejar las tensiones personales, familiares, académicas y sociales que son propias de esa etapa de la vida, y que en ciertos

individuos, los más vulnerables, pueden tratar de eliminarse o amortiguarse mediante el uso y abuso de drogas.

En consonancia con lo anterior, los dos programas se basan en un enfoque de entrenamiento en habilidades en el que tienen cabida varios componentes:

- **Desarrollo de la autoestima.**
- **Información sobre el alcohol, tabaco y otras drogas.**
- **Toma de decisiones.**
- **Habilidades de comunicación.**
- **Habilidades de relación interpersonal y de rechazo de las drogas.**

En suma, ambos **programas** son **perfectamente compatibles y complementarios entre sí** para prevenir el consumo de drogas durante la adolescencia, iniciando las intervenciones en el tercer ciclo de educación primaria y reforzándolas en los cursos de educación secundaria.

2.2 El programa DISCOVER

El **programa DISCOVER** es originario de los EE.UU., en concreto de San Diego (California). Es resultado de casi 20 años de investigaciones previas en el que han participado equipos de investigación de varias universidades americanas y ha sido validado en más de 100.000 centros docentes de EE.UU., Australia, Canadá y Puerto Rico. En la actualidad se está evaluando una versión reducida del mismo ajustada a las características de los centros escolares y de la población escolar de Castilla y León.

DISCOVER abarca desde los 3 hasta los 16 años, de forma que los contenidos se adaptan al nivel evolutivo de cada alumno. La adaptación española consta de 8 niveles, que se pueden aplicar independientemente.

El programa DISCOVER se desarrolla a través de 10-12 unidades diseñadas para ser aplicadas a lo largo de aproximadamente 15 horas. Los componentes y contenidos de las programaciones se recogen en la Tabla 1.

2.3 El programa “Construyendo Salud”

Por su parte, **“Construyendo Salud”** es la adaptación española del programa norteamericano *“Life skills training”* (Entrenamiento en habilidades para la vida) de Gil Botvin. Este programa de base escolar es uno de los más evaluados en el campo de la prevención del consumo de drogas y, en España, una adaptación del mismo ha sido validada científicamente por la Universidad de Santiago de Compostela.

Incluye entre sus objetivos la prevención de otras conductas problema como la agresión o la violencia. Por ello, se han adaptado diversos componentes del programa y se han incorporado contenidos adicionales.

El programa “**Construyendo Salud**” consta en la nueva revisión, en el primer año, de 11 unidades diseñadas para ser aplicadas a lo largo de 17 sesiones de 50 minutos. El segundo año consta de 9 sesiones de recuerdo. Se aplica en el primer y segundo curso de E.S.O (Educación Secundaria Obligatoria), y en él se incluyen algunos contenidos singulares que lo diferencian del DISCOVER. Por ejemplo:

- Incluye entre sus objetivos y componentes la prevención de la agresividad y la violencia.
- un proyecto personal de autosuperación que se desarrolla a lo largo de todo el curso.
- dos sesiones de control emocional (ansiedad e ira), en las que se incorpora entrenamiento sobre identificación y el control de situaciones que provocan ira o agresión.
- dos sesiones de Tolerancia y Cooperación que pretenden potenciar actitudes cooperativas y prosociales.
- planificación y participación en actividades saludables de ocio y tiempo libre.

3. Población diana

Con estos dos programas se pretende llegar, preferentemente, al **grupo de** preadolescentes y adolescentes con edades comprendidas entre los **10 y 16 años**

A través de la encuesta escolar sobre drogas se ha podido comprobar que los adolescentes se inician precozmente en el consumo alcohol, tabaco y otras drogas. Por término medio, los chicos y chicas de la Comunidad Autónoma tienen los primeros contactos con el alcohol y el tabaco a los 13 años y a los 14,5 años hay un grupo nutrido de ellos que se han iniciado formas habituales de consumo (fumar a diario y consumo de bebidas alcohólicas durante los fines de semana). Por tanto, es en estas edades donde deben intensificarse y concentrarse los esfuerzos preventivos.

4. Periodo de aplicación de los programas

Debido a que la prevención del consumo de drogas no sólo requiere una acción anticipatoria sino también sostenida en el tiempo, se considera que el **grado mínimo de exposición a ambos programas** debe ser de **dos años consecutivos**, preferentemente por ciclos educativos (3^{er} ciclo de Educación Primaria, 1^{er} - 2^o Curso de E.S.O y 3^o-4^o curso de ESO).

La implantación se realizaría preferentemente en los siguientes niveles:

DISCOVER	“CONSTRUYENDO SALUD”
3º Ciclo de Ed. Primaria (5º y 6º)	
1 ^{er} -2º Curso de E.S.O	1 ^{er} -2º Curso de E.S.O
3 ^{er} - 4º Curso de E.S.O.	

- Nota: Para evitar la saturación de los alumnos con el programa, se recomienda aplicar en 1º - 2º de ESO el programa Construyendo Salud y en 3º- 4º curso de ESO el programa Discover. Cuestión no incompatible con que aquellos centros que, por sus preferencias, quieran aplicar el Discover en 1º- 2º curso de ESO, lo puedan hacer.

5. Coordinación, apoyo técnico y dinamización del programa

Para facilitar el apoyo técnico, la comunicación y la coordinación con los centros educativos de cada provincia, contamos con la inestimable colaboración y trabajo de los **Asesores de Programas de las Direcciones Provinciales**. Su principal función es la de apoyar la implantación de los programas en su provincia: informando y visitando los centros, aclarando dudas, recibiendo peticiones para participar en los programas, coordinando las acciones previstas en los mismos, transmitiendo información, propuestas y necesidades, etc.

De cara a lograr el mayor respaldo posible a estos programas, y con el fin de garantizar el buen desarrollo de sus actuaciones, es imprescindible contar con los **Departamentos de Orientación** y con los **Equipos Psicopedagógicos** de los centros. La función básica de estos profesionales será sensibilizar, motivar, dinamizar, supervisar y hacer el seguimiento de la implantación de los programas en su centro.

En cualquier caso es necesario, para lograr una buena implementación e implantación de los programas en los centros educativos, contar con algún responsable del programa en los mismos. En Educación Primaria es, preferentemente, el coordinador del 3º ciclo, quien mejor puede realizar esa función dinamizadora. En el caso de Educación Secundaria Obligatoria serán los miembros de los Departamentos de Orientación.

6. Elementos clave para dar continuidad a los programas

Con el fin de dar continuidad a los programas, es requisito fundamental que los Centros Escolares:

- Asuman el compromiso de dar **continuidad** a los programas, es decir que los mismos [niñ@s](#) estén bajo la influencia del programa **al menos dos años**

consecutivos, implantándolos en el 3º Ciclo de Primaria, 1^{er}- 2º curso de ESO y 3º-4º curso de ESO.

- Incluyan estos programas en el **Plan General Anual de Centro** y, en el caso de los centros de educación secundaria obligatoria también en el **Plan de Acción Tutorial**, al ser las tutorías el mejor ámbito de aplicación.
- Fomenten la coordinación entre los centros de educación primaria que desarrollen el Programa Discover y los de educación secundaria correspondientes, de forma que las actuaciones se complementen y actúen como refuerzo.

7. Cronograma

- Mayo/junio:
 - Preinscripción: para detectar cuántos centros están interesados en participar, tanto en la formación, para poderlo incluir en la previsión en el Plan de Formación del Profesorado, como en la aplicación de los programas en el siguiente curso escolar.
- Septiembre/ octubre:
 - Carta desde las Direcciones Provinciales a los Centros Escolares para sensibilizar e informar. Aquellos centros/profesores que lo quieren aplicar por primer año, se les anima a participar en el curso de formación. Se remiten las fichas de inscripción para participar en el curso de formación.
 - Inclusión de los programas en los documentos de centro (Plan General Anual, y Plan de Acción Tutorial) mediante su aprobación por los órganos competentes.
 - Determinar la cobertura (cobertura según centros y cursos: Nº de aulas, nº de niños por aula, nº de profesores por niveles educativos), necesidades de materiales y quienes van a participar en la formación.
- Noviembre/diciembre:
 - Formación a los profesores y tutores de E. Secundaria y profesores y coordinadores de ciclo de E. Primaria.
- Enero-abril:
 - Es el periodo de aplicación óptimo, por ser el trimestre mas largo y de mayor continuidad.
- Enero/junio:
 - Se realizará el seguimiento y evaluación de la aplicación de los programas.

8. Formación del profesorado para la aplicación de los programas.

Un requisito para la aplicación de ambos programas, es la capacitación previa de los profesores en los fundamentos teóricos y técnicos de la prevención del consumo de drogas y en las características específicas del programa a desarrollar con los alumnos. A través de estos cursos se ensayará la forma de aplicar el programa y se proporcionarán criterios de actuación y de resolución de problemas específicos que eventualmente se puedan presentar a lo largo de las sesiones del mismo.

Objetivos generales:

1. El objetivo general del curso es enfatizar las ventajas de utilizar métodos interactivos para la prevención escolar del consumo de drogas, dotando al profesorado de las habilidades y de la confianza necesaria para aplicarlas en el aula.
2. Asimismo, sería objetivo del curso familiarizar a los profesores con los programas, proporcionándoles criterios y modos de actuación para resolver problemas que eventualmente se puedan presentar a lo largo de las sesiones.

Objetivos específicos:

Los cursos deberían servir para alcanzar los siguientes objetivos específicos:

1. Sensibilizar al profesorado sobre la importancia de estimular la participación activa y positiva de todos los alumnos durante la aplicación del programa.
2. Capacitar al profesorado para utilizar métodos educativos interactivos para prevenir el consumo de drogas en sus alumnos.
3. Ensayar sesiones y/o actividades de las programaciones, en especial aquellas que supongan el aprendizaje de habilidades de rechazo de drogas y habilidades interpersonales para manejar la influencia social y la presión negativa del grupo de iguales.

La formación del profesorado se realizará desde los **Centros de Formación e Innovación Educativa** (CFIES), dirigido a los tutores, profesores de Educación Secundaria que vayan a aplicar el programa y al profesorado implicado de Educación Primaria.

El **perfil profesional de los formadores** responderá a las siguientes características: pertenecer al medio educativo, preferentemente miembros de los Departamentos de Orientación y de los Equipos de Orientación Psicopedagógica; Formación y experiencia práctica en el ámbito de la psicología/pedagogía (preferentemente) y conocimientos específicos sobre la prevención de las drogodependencias.

La **duración media de los cursos es de 25 horas (2,5 créditos), distribuidos en dos fases.** Una primera fase en donde se trabajen los aspectos teóricos, metodológicos del programa y se ensayen algunas sesiones/actividades especialmente significativas. Aproximadamente deberá dedicarse un 50% del tiempo al ensayo de las sesiones o actividades. Una segunda fase, que consiste en la programación de dos o tres sesiones de seguimiento y de apoyo de la aplicación del programa en el aula, distribuidas a lo largo del período de aplicación del programa. Es recomendable que se dedique al menos un 35% del total de horas de formación, a esta segunda fase de seguimiento.

9. Homologación de otras iniciativas de prevención escolar

Con el fin de evitar los efectos indeseables y contrapreventivos que se han detectado en algunas actuaciones desarrolladas en el territorio nacional y regional, se recomienda a los centros que todas las actuaciones que no sean los programas DISCOVER y “Construyendo Salud” deberán ser sometidas a un proceso previo de valoración técnica de cara a su homologación.

La Comisión Técnica ha homologado hasta la fecha, los programas:

- Discover, aprendiendo a vivir,
- Construyendo Salud,
- La aventura de la vida,
- En la Huerta con mis Amigos.

En este sentido, es aconsejable que los centros sepan que, ante cualquier iniciativa que reciban para realizar actividades o programas de prevención del consumo de drogas, podrán efectuar una consulta previa a los responsables provinciales del programa o a las personas de referencia a nivel regional con el fin de valorar la idoneidad técnica de los proyectos de intervención que les puedan llegar directamente. Como norma general no deberá realizarse ninguna actuación de prevención escolar del consumo de drogas que no haya sido previamente homologada por ambas Consejerías.

10. Materiales

Los materiales necesarios para la implantación de los programas, deben ser solicitados por los centros escolares a través de la Dirección Provincial correspondiente, siendo la adquisición gratuita. En el caso del Programa Discover, se dispone de un manual de apoyo para el profesorado y en el Programa Construyendo Salud, una guía para el profesor y otra para el alumno. Los materiales dirigidos al profesorado son para el centro escolar, de forma que el centro disponga del material independientemente del profesorado que esté desarrollando los programas.

El material de apoyo para el desarrollo de las unidades del Programas Discover, está disponible en la página Web de la Junta de Castilla y León, dentro de la Consejería de Familia e Igualdad de Oportunidades en el apartado del Comisionado Regional para la Droga, y de los programas de Prevención: <http://www.jcyl.es>

11. Evaluación

Los dos programas impulsados por el Comisionado incluyen una evaluación sistemática y estandarizada. Con este fin se han diseñado varias escalas; un cuestionario sobre actitudes, creencias y hábitos de consumo; y un diario de sesiones.

Estos programas han demostrado ser eficaces para incidir en un conjunto diverso de variables relacionadas con el consumo de drogas. Así, los programas DISCOVER y “Construyendo Salud” **son eficaces para:**

- **Mejorar los conocimientos sobre los efectos y riesgos de las drogas.**
- **Ajustar la percepción de los adolescentes sobre la extensión y el grado de aceptación real del consumo de drogas entre sus iguales.**
- **Modificar actitudes y reducir las intenciones de consumo en el futuro.**
- **Y, sobre todo - y lo más importante- retrasar la edad de inicio en el consumo de drogas e influir positivamente en las conductas de consumo.**

12. Cobertura

Desde el año 2002, los programas funcionan con dificultades, pero hemos ido mejorando progresivamente la cobertura de los programas, pero situándonos en coberturas bajas (16%):

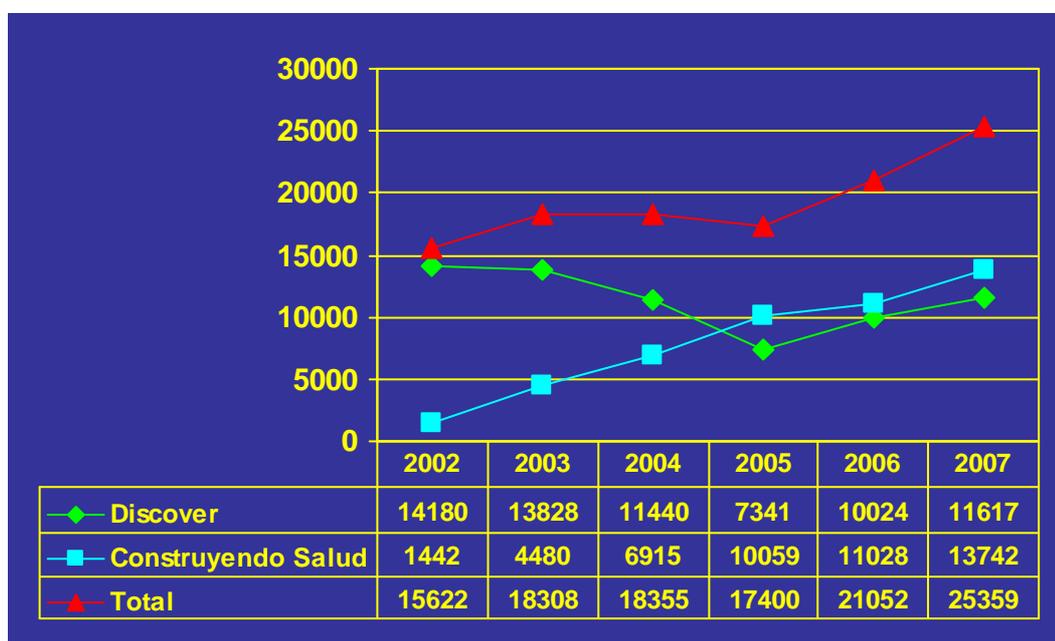


TABLA 1: COMPONENTES Y CONTENIDOS DEL PROGRAMA DISCOVER EN CASTILLA Y LEÓN

CONOCIMIENTOS

- ⇒ Información sobre alcohol, tabaco y otras drogas.
- ⇒ Influencias sociales: la publicidad, la presión del grupo y la persuasión de los demás.
- ⇒ Expectativas sobre la extensión y el grado de aceptación del consumo de drogas en las personas de su edad.

AFECTIVIDAD

- ⇒ Autoestima.
- ⇒ Autoconocimiento.
- ⇒ Habilidades cognitivas para la mejora de la afectividad intrapersonal: autocomunicación, pensamiento positivo y cambio de enfoque.

HABILIDADES DE RECHAZO

- ⇒ Habilidades para rechazar la presión del grupo para consumir drogas.
- ⇒ Análisis crítico de la publicidad de alcohol y tabaco.

HABILIDADES GENERALES PARA LA VIDA

- ⇒ Habilidades de comunicación: mensajes en primera persona, escucha activa, comunicación no verbal.
- ⇒ Asertividad y decir “no”.
- ⇒ Toma de decisiones.
- ⇒ Habilidades para el afrontamiento de las críticas destructivas.
- ⇒ Otras habilidades: establecer buenas relaciones de amistad, resolver los conflictos con los amigos, afrontar la pérdida de una amistad y superar la timidez.

HABILIDADES DE SEGURIDAD

- ⇒ Solicitar ayuda a un adulto de confianza.

TABLA 2: COMPONENTES Y CONTENIDOS DEL PROGRAMA CONSTRUYENDO SALUD

Componente	1 ^{er} año		2 ^o año	
	Unidad	Sesiones	Unidad	Sesiones
Información	Tabaco	2	Consumo de drogas	2
	Alcohol	2		
Toma de decisiones	Toma de decisiones	1	Toma de decisiones	1
	Persuasión y pensamiento independiente	1		
	Publicidad	1		
Autoestima	Autoestima y superación	2		
Control emocional	Control emocional	2	Control emocional	2
Habilidades sociales	Habilidades de comunicación	1	Habilidades de comunicación	1
	Habilidades sociales	2	Inicio y mantenimiento de conversaciones	1
			Expresión de enfado y defensa de los derechos	1
			La presión de los compañeros	1
Tolerancia y cooperación	Tolerancia y cooperación	2		
Ocio	Actividades de ocio	1		