


Prevención escolar del consumo de drogas



**Programas Discover,
Construyendo Salud y
Unplugged**

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 VII Plan Regional sobre Drogas (Acuerdo 22/2017, de 25 de mayo de 2017).

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, Construyendo Salud y Unplugged. En el curso académico 2001-2002 se inició la aplicación generalizada de los programas Discover y Construyendo Salud. A partir del curso 2014-2015 se comenzó la implementación del programa Unplugged en la Comunidad: inicialmente en Salamanca, seguidamente en León, Soria y Valladolid, hasta la totalidad de las provincias en el curso 2017/2018.

2.1 Elementos comunes de los programas.

Estos 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 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, estos **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.

Los componentes y contenidos de las programaciones de los tres programas se encuentran disponibles en las tablas al final de este documento.

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. DISCOVER, en su programa original, abarca desde los 3 hasta los 16 años, de forma que los contenidos se adaptan al nivel evolutivo de cada alumno.

La adaptación en Castilla y León interviene de 5º de Educación Primaria a 4º de E.S.O. Desde el curso 2012-13 están disponibles las Programaciones para estos niveles con una reducción optativa de las sesiones, basada en los resultados de la evidencia, facilitando así su aplicación a lo largo del curso escolar. El número de sesiones obligatorias oscila entre 8 en 5º de Educación Primaria y 10 sesiones en 3º de ESO.

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; la adaptación del mismo en España 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”** en el primer año tiene 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:

- **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.**

Desde el curso 2012-13 están disponibles las programaciones de todos los niveles con una reducción optativa de las sesiones, basada en los resultados de la investigación y con el fin de facilitar su aplicación a los largo del curso escolar. El número de sesiones máxima es de 12 para 1º de ESO y 10 en 2º ESO.

2.4 El programa Unplugged.

El programa “Unplugged” (Desconectados), es el resultado de un proyecto de colaboración entre organizaciones de siete países (Alemania, Austria, Bélgica, España, Grecia, Italia y Suecia), promovido por la European drug abuse prevention trial (EU-Dap) y financiado por la Unión Europea. Actualmente se está aplicando en 26 países¹, de los cuales 18 son europeos. Está financiado por la Unión Europea y el Plan Nacional sobre Drogas y avalado por el Observatorio Europeo de las Drogas y Toxicomanías. En nuestro país EDEX, organización sin ánimo de lucro del ámbito de la acción social y educativa, es la entidad que ha participado en la validación del programa y quién lo está impulsando en colaboración con el Plan Regional sobre Drogas de Castilla y León.

El programa se dirige a adolescentes de entre 12-14 años (1º-2º de ESO), siendo éstas las edades claves para realizar actuaciones de prevención.

Sus objetivos son:

- Reducir el inicio adolescente en el consumo de tabaco, alcohol y otras drogas.
- Retrasar la edad de inicio.
- Reducir el tránsito del consumo experimental al habitual.

El programa se estructura en 12 sesiones de una hora de duración cada una de ellas (de las cuales 9 son sesiones prioritarias), utiliza una metodología interactiva y dinámica. El profesorado, preferentemente tutores, son los agentes preventivos que lo aplican en sus aulas, siendo precisa una formación específica para garantizar la calidad en el desarrollo del programa.

El Programa se enmarca en el modelo conceptual de educación en “Habilidades para la Vida” y trabaja los siguientes contenidos:

- ✓ Habilidades Intrapersonales: autoconocimiento, pensamiento creativo, pensamiento crítico y toma de decisiones, manejo de emociones y sentimientos.
- ✓ Habilidades Interpersonales: comunicación asertiva, relaciones interpersonales y solución de problemas y conflictos.
- ✓ Información sobre drogas (alcohol, tabaco y cannabis).
- ✓ Modificación de las creencias normativas sobre drogas.

La evaluación del programa se realizó a través de un estudio cuasiexperimental con grupo control equiparable en el que han participado 7.079 alumnos de 143 centros educativos. Los resultados mostraron que en el alumnado participante en el programa, comparado con el alumnado que no lo desarrolló, se reduce en un 30% la probabilidad de fumar diariamente cigarrillos, en un 28% la de tener una borrachera en el último mes y en un 23% la de consumir cannabis en el mes anterior.

¹ Alemania, Austria, Bélgica, Chipre, Croacia, Eslovaquia, Eslovenia, España, Francia, Grecia, Italia, Lituania, Polonia, Reino Unido, República Checa, Rumanía, Rusia, Suecia, Egipto, Marruecos, Emiratos Árabes Unidos, India, Jordania, Kirguistán, Kuwait y Líbano.

El programa ha sido acreditado en mayo de 2015 por las Consejerías de Educación y de Familia e Igualdad de Oportunidades para su aplicación en los centros educativos de la Comunidad Autónoma.

3. Población diana.

Con estos 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 ESTUDES 2016, 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 los programas** debe ser de **dos años consecutivos**, preferentemente 3^{er} ciclo de Educación Primaria, 1^{er} - 2º Curso de E.S.O y 3º-4º curso de ESO.

La implantación se realizaría preferentemente en los siguientes niveles:

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

Para evitar la saturación de los alumnos con el programa, se recomienda aplicar en 1º-2º de ESO el programa Construyendo Salud, o el programa Unplugged, y en 3º-4º de ESO el programa Discover. Sin embargo aquellos centros que por sus preferencias quieran aplicar el Discover en 1º- 2º curso de ESO, lo pueden hacer, sin ningún problema.

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 profesionales 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 la de 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 el mismo alumnado esté 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 correspondiente, de forma que las actuaciones se complementen y actúen como refuerzo.

7. Cronograma.

Algunas de las funciones que conjuntamente desarrollan los Jefes de sección y los ATD en implantar el modelo de prevención escolar, según el momento del curso, son:

- **Septiembre- octubre:**
 - ✓ Reunión conjunta Asesor Técnico Docente y Jefe de Sección para planificar las actuaciones del curso escolar:(captación de profesorado para la formación online, centros y profesorado que continua el desarrollo de los programas en el aula, etc., y concretar los ámbitos de colaboración y coordinación, la periodicidad de las reuniones, etc.
 - ✓ Difusión de los programas:
 - ✓ Carta conjunta de la Dirección General de Educación y Comisionado Regional para la Droga (CRD) a las Direcciones Provinciales de Educación para dar a conocer los programas escolares y extraescolares y motivar a la participación.
 - ✓ Lanzamiento en prensa del inicio del curso escolar y de los programas de prevención. (Jefes de Sección) Nota de prensa o artículo.
 - ✓ Anuncio desde la primera semana de septiembre, en la Web de Educación con los plazos de inscripción para la formación online (Centro Superior de Formación del profesorado) y de la inscripción en la cobertura de los programas Discover, Construyendo Salud y Unplugged.
 - ✓ Captación activa de centros y profesorado nuevos.
 - ✓ Contacto con el profesorado que continúa por segundo año y siguientes y facilitar la inscripción en grupos colaborativos..
 - ✓ Difusión de la carta conjunta firmada por ambas consejerías , vía e-mail, a todos los Asesores Técnicos Docentes para:
 - Organización y desarrollo de los cursos de formación.
 - Solicitar la cobertura de los programas acreditados, junto con los extraescolares directamente vinculados al Discover y Construyendo Salud para Educación Primaria (Te Apuntas) y para Educación Secundaria (Vivir el Momento) y, recordando los plazos para entregar la cobertura y la petición de materiales.
 - ✓ Carta a las ONG de cada provincia para la colaboración con el Modelo.
 - ✓ Recordatorio vía e-mail a la Red de Planes del modelo consensuado de colaboración en el ámbito escolar.
 - ✓ Priorizar los contactos con los centros del año anterior (nuevos y de años anteriores) y determinar con cuáles programar un acercamiento particular para reforzar, motivar, etc.

- ✓ Cuidar los contactos con los centros que se incorporarán nuevos este curso escolar.
- ✓ Cerrar la organización de la formación (todo el profesorado que se incorpora al programa tanto de centros nuevos como de antiguos).
- ✓ Fin del plazo de inscripción de los centros que solicitan su participación en los programas Discover/Construyendo Salud/Unplugged, y en los extraescolares Te Apuntas y Vivir el Momento
- ✓ Revisión de la cobertura de los centros solicitantes y de las peticiones de material. Ajuste a los criterios de implantación de los programas. El ATD deberá introducir los datos de participación de los centros en la aplicación informática PREV. Para aquellos profesores que se encuentran en formación, los materiales se grabaran cuando finalice la misma.

• Noviembre

- ✓ 1ª semana de noviembre: Revisión de la cobertura y de los materiales traslado al CRD (programa informático PREV), para el posterior envío de materiales.
- ✓ Organización del seminario presencial del curso de formación online.
- ✓ Reunión conjunta para el seguimiento y evaluación de la puesta en marcha y el desarrollo de las diferentes acciones formativas y del inicio de la aplicación de los programas en los centros.
- ✓ Realizar coordinadamente el seguimiento de los grupos de trabajo.
- ✓ Se recomienda planificar las sesiones de forma que haya continuidad entre aquellas que tratan un mismo componente, que no se interrumpa su aplicación durante lapsos importantes de tiempo que impida su visión comprensiva y natural (Información sobre sustancias, autoestima, toma de decisiones, habilidades de comunicación...)

• Diciembre/mayo

- ✓ Planificar seguimientos de los centros mediante contactos telefónicos, e-mail o presencial.
- ✓ Envío de materiales necesarios para aquellos profesores que han superado la fase online y aplicarán el programa en el aula.
- ✓ Seguimiento a través de la plataforma la entrega de las fichas de las sesiones y dinamizar la participación en los foros.
- ✓ Atender y dar respuesta a posibles incidencias.

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

La formación del profesorado es un requisito para desarrollar en el aula estos programas, al ser un elemento clave para garantizar la calidad de implantación y la eficacia de los mismos. Dicha formación, forma parte de las líneas prioritarias del Plan de Formación de la Consejería de Educación y se desarrollará acorde con el **Modelo de Formación** consensuado entre la Consejería de Educación y de Familia e Igualdad de Oportunidades. Ambos programas deben ser desarrollados en el aula por parte del profesorado durante dos años consecutivos. Se cuenta con dos tipos de acciones formativas: Un primer año con un **curso de formación inicial online**, igual para todas las provincias, y los **grupos colaborativos** provinciales, para el profesorado que desarrolla el programa en el aula un segundo año y siguientes.

Para la gestión de los cursos de formación se cuenta con el Centro Superior de Formación del Profesorado, la colaboración del Asesor Técnico Docente responsable de los programas de prevención del consumo de drogas, y del responsable de formación del Área de Programas Educativos de la Dirección Provincial de Educación de cada provincia, del CFIE y de los Jefes de Sección de Drogodependencias.

9. Homologación de otras iniciativas de prevención escolar

Con el fin de evitar los efectos indeseables y contra preventivos que se han detectado en algunas actuaciones desarrolladas en el territorio regional, se recomienda a los centros que todas las actuaciones que no sean los programas Discover, Construyendo Salud y Unplugged sean sometidas a un proceso previo de valoración técnica de cara a su homologación.

Las Consejerías han acreditado hasta la fecha, además de “DISCOVER” (5º y 6º Educación Primaria y 1º a 4º de ESO) y “Construyendo Salud” (1º y 2º de ESO), los programas: “La aventura de la vida”, “En la huerta con mis amigos”, “Entre todos” (1º y 2º ESO) y Unplugged (1º y 2º ESO)

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 acreditada por las Consejerías de Educación y Familia e Igualdad de Oportunidades.

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; en el Programa Construyendo Salud, una guía para el profesor y otra para el alumnado, y en el caso del programa Unplugged de un manual del profesorado y un cuaderno de trabajo para el alumno.

Los manuales del profesorado pasaran a formar parte de la documentación de centro, estando siempre a disposición del profesorado que cada año vaya a desarrollar los programas. El material complementario para el desarrollo de los programas (guías de información para adolescentes y guías para las familias del programa Discover están disponible en la página Web de la Junta de Castilla y León

<https://familia.jcyl.es/web/jcyl/Familia/es/Plantilla100/1284803802191/ / />

11. Evaluación

Los dos programas incluyen una evaluación sistemática y estandarizada. Con este fin se utilizaron varias escalas; un cuestionario sobre actitudes, creencias y hábitos de consumo. Actualmente desde los centros se realiza una evaluación del proceso a través de las fichas de cada sesión para los programas Discover y Construyendo Salud. En el caso del programa Unplugged, al final de curso el profesor entrega un cuestionario de evaluación con sus valoraciones, y el alumnado realiza una valoración en su cuaderno de trabajo.

Los programas DISCOVER y “Construyendo Salud” inciden sobre variables relacionadas con el consumo de drogas habiendo demostrado su **eficacia** al:

- **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.**
- **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 han llegado a un 16%-20% de los alumnos previstos.

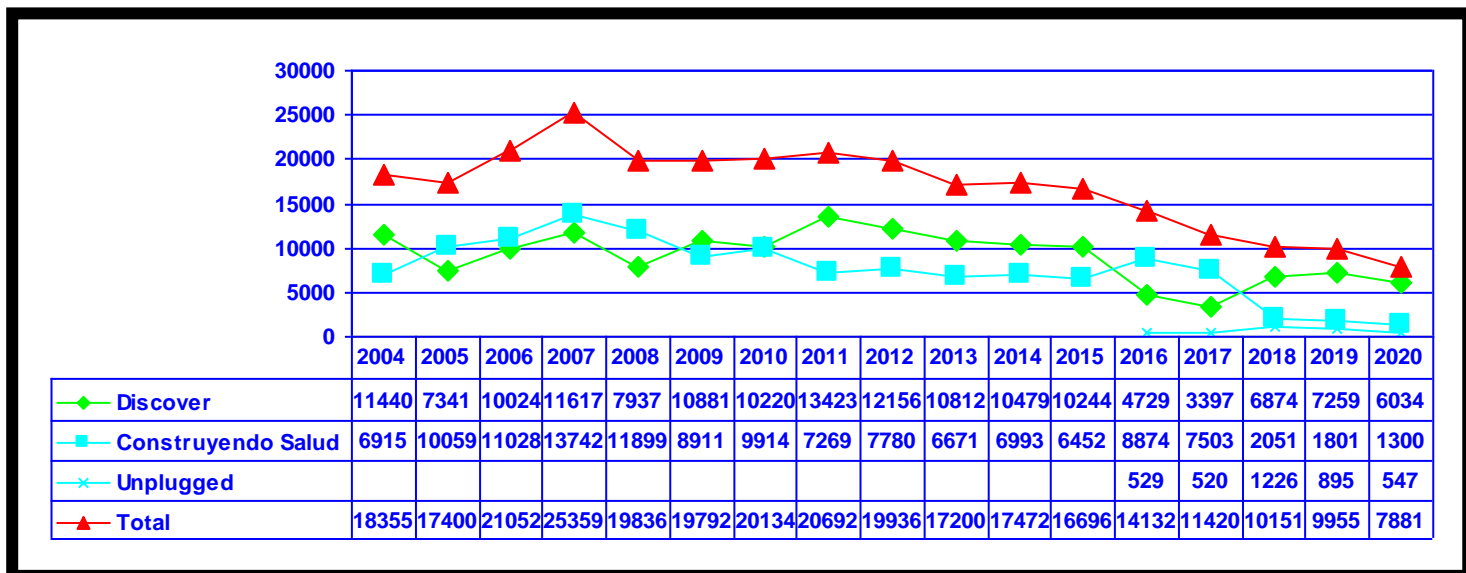


TABLA 1: COMPONENTES Y CONTENIDOS DEL PROGRAMA DISCOVER EN CASTILLA Y LEÓN

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 | | |

TABLA 3: COMPONENTES Y CONTENIDOS DEL PROGRAMA UNPLUGGED.

| 1º o 2º ESO | | |
|------------------------------------|---|-----------------|
| Componente | Contenidos | Sesiones |
| Información y actitudes | Presentación, alcohol, tabaco, otras drogas. | 4 |
| Habilidades interpersonales | Influencias del grupo, seguridad en sí mismo, toma de decisiones, autocontrol. | 4 |
| Habilidades Intrapersonales | Creencias normativas, habilidades de comunicación, autocontrol emocional. | 4 |