



**PROYECTO DE INTERVENCIÓN EN ADICCIÓN A  
SUSTANCIAS ESTUPEFACIENTES, JUEGO Y  
TECNOLOGÍA.**

AUTOR: D. Rodrigo Bonilla Toribio

TUTOR: Antonio San-Martin Nemesio

CURSO: 2020 – 2021

UVA

Máster en Profesor/a de Educación Secundaria Obligatoria y Bachillerato  
Formación Profesional Y Enseñanza de Idiomas.

## INDICE

Resumen/ Abstract.....	5
Palabras clave/ Keywords.....	5
1. INTRODUCCION .....	6
Pregunta de Investigación.....	7
1.1 Objeto de Estudio: .....	7
1.2 Objetivos:.....	7
2. JUSTIFICACION.....	8
<b>2.1 Fotografía de la realidad de los jóvenes.....</b>	<b>15</b>
3. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN.....	28
<b>3.1 Objetivos .....</b>	<b>29</b>
<b>3.2 Metodología .....</b>	<b>30</b>
<b>3.3 Recursos .....</b>	<b>34</b>
<b>3.4 Intervención / Actividades.....</b>	<b>35</b>
<b>3.5 Evaluación del Proyecto .....</b>	<b>43</b>
4. CONCLUSIONES .....	46
BIBLIOGRAFÍA .....	51
ANEXOS.....	55
Anexo 1 Temporalización.....	55
Anexo 2 Encuesta inicial .....	56
Anexo 3 Uso de las TIC.....	59
Anexo 4 Los datos de un vistazo .....	60



**Universidad de Valladolid**

Máster en Profesor/a de Educación Secundaria Obligatoria y  
Bachillerato Formación Profesional Y Enseñanza de Idiomas.

## INDICE ILUSTRACIONES

Ilustración 1 Edad de inicio de consumo de drogas en España. ....	19
Ilustración 2 Sustancias Estupefacientes consumidas por los Jóvenes Españoles .....	20
Ilustración 3 Visión global del uso de internet. ....	24
Ilustración 4 Visión del uso global de las TIC en España. ....	25
Ilustración 5 Media del tiempo gastado en las TIC. ....	26
Ilustración 6 Ranquin de APP en número de usuarios. ....	27

## INDICE DE TABLAS.

Tabla 1 Situación económica familiar de los estudiantes consumidores. ....	20
--	----

## Resumen/ Abstract

Con el presente trabajo se pretende desarrollar una propuesta de mejora de los sistemas actuales de prevención de consumo de drogas y otras adicciones. La propuesta desarrolla diferentes estrategias para la concienciación y sensibilización sobre las sustancias psicoactivas, las tecnologías y la ludopatía. El problema de las adicciones tiene un condicionante social muy amplio, se generan conflictos en múltiples contextos y en los que se desarrollan esas problemáticas asociadas. Puesto que el problema existe, es necesario la concienciación social desde el ámbito educativo, para generar o reforzar conductas de consumo responsable y de acuerdo a unos hábitos saludables.

The present work is a proposal to improve the current systems for the prevention of drug use and other addictions. The proposal develops different strategies for raising awareness and sensitization about psychoactive substances, technologies and gambling. The problem of addictions has a very broad social conditioner in which it generates problems in the multiple contexts in which the problem occurs. Since the problem exists, it is necessary to develop a social conscience from the educational field, to generate or reinforce responsible consumption behaviors and according to healthy habits.

## Palabras clave/ Keywords

Prevención, Adicciones, Drogas, Tecnologías de la Información de Comunicación (TIC), Ludopatía

Prevention, Addictions, Drugs, Information Communication Technologies (ICT), Gambling game

## 1. INTRODUCCION

En este documento se pretende desarrollar un proyecto vinculado al ámbito educativo para la prevención de consumo de sustancias estupefacientes, y la reducción del desarrollo de conductas adictivas, entre jóvenes<sup>1</sup> en edad escolar de los 12/13 años, edad de inicio de la ESO, y los 16/18, edad a la que se finalizan los estudios básicos (de la) ESO, o se finaliza (el) Bachiller en el sistema español. Bajo este proyecto en las instituciones educativas se pretende hacer una propuesta de mejora del sistema actual de prevención de adicciones a drogas, de las TIC o, de actividades comportamentales adictivas como es la ludopatía.

Se desarrolla este trabajo/proyecto como reflejo de la adquisición de competencias en el Máster de Enseñanza Secundaria de la Universidad de Valladolid. En él se muestran diferentes competencias en relación a conocer y aplicar conceptos, principios, teorías e investigaciones relacionadas con la educación, además del descubrimiento de diversas realidades vinculadas al ámbito educativo, la comunicación y presentación, a diferentes públicos (expertos o no), de conocimientos y formas de intervención adecuadas al contexto y a las necesidades de nuestro público objetivo (jóvenes que están dentro del sistema educativo español). Para ello se usarán las TIC, para educar sobre su consumo, fomentando hábitos saludables que se adecuen a la intervención, que, desde luego, deberá ser llevada a cabo bajo unos principios éticos que responden a los de la profesión educativa.

Diferentes instituciones públicas promueven y persiguen la prevención de adicciones, ejemplo de ello a nivel nacional encontramos la Estrategia Nacional sobre Adicciones (ENA), respaldada por otras estrategias de la Unión Europea, como la Estrategia en materia de Lucha contra la Droga 2021-2025, la cual ampara intervenciones de otros países de la unión como son Francia, Alemania, e Italia, que también fomentan diferentes intervenciones para la prevención en el desarrollo de adicciones.

En este documento se hace un análisis de la situación actual de los jóvenes estudiantes españoles respecto al consumo de drogas, de las nuevas tecnologías y de la ludopatía, con

---

<sup>1</sup> Nota en relación al tratamiento del género: Para facilitar la lectura y favorecer su comprensión, se ha optado por el uso gramatical del masculino genérico cuando se hace referencia a colectivos que engloban diferentes géneros, esto sin ánimo de excluir a ningún género del ámbito de la intervención.

los riesgos que implican los consumos abusivos y adictivos, y los problemas que generan a nivel económico social y de género, desarrollando un proyecto para la intervención sobre dicha temática y colectivo.

### Pregunta de Investigación:

¿Cómo se puede mejorar desde el sistema educativo la prevención del consumo de sustancias estupefacientes, y la reducción del desarrollo de otras adicciones en los jóvenes?

#### 1.1 Objeto de Estudio:

La acción formativa-preventiva desde los centros educativos en materia de consumo de sustancias estupefacientes, y el desarrollo de conductas socialmente adictivas, en concreto a la adicción a las TIC<sup>2</sup>, y al juego de apuesta fundamentalmente online.

#### 1.2 Objetivos:

- Objetivo general:  
Desarrollar un proyecto para la prevención del consumo de estupefacientes, y conductas de adicción a las TIC, y el juego de apuesta, con el fin de evitar conductas de consumo adictivo y la dependencia derivada, y eliminando factores sociales que generan procesos de vulnerabilidad y exclusión social.
- Objetivos específicos:
  - Informar asesorar y orientar respecto al consumo de sustancias, o conductas adictivas, sus efectos, y consecuencias.
  - Promover actividades físicas y culturales como forma alternativa de ocio.
  - Educar sobre los riesgos del consumo temprano de sustancias psicoactivas.
  - Prevenir el riesgo de vulnerabilidad social en jóvenes de entre 12 y 18 años.
  - Educar sobre el consumo responsable de las tecnologías y lo que esta nos ofrece
  - Educar sobre los riesgos de la ludopatía y el juego online.

---

<sup>2</sup> Tecnologías de la Información y la Comunicación, (TIC) entre las que podemos encontrar los ordenadores, los móviles, los grandes medios de comunicación, las redes sociales...

## 2. JUSTIFICACION.

Intervendremos desde el ámbito educativo por dos razones principalmente, en primer lugar, nos centraremos en los estudiantes de la ESO, porque es un colectivo al que deben ir encaminadas todas las campañas de prevención, en base a la protección del interés superior del menor, y, por otro lado, debido a que es una etapa clave en el desarrollo de los jóvenes, y, a que es un periodo, en el que, en España, la escolarización y asistencia al centro educativo es obligatoria.

Con este proyecto se pretende mejorar, ampliar, o completar los métodos existentes que hay en los centros educativos para la prevención de consumo de sustancias psicoactivas<sup>3</sup>, y desarrollo de adicciones. Hasta la actualidad se han implementado programas y proyectos, en base al Plan Nacional de Drogas<sup>4</sup> (PNSD), y las Estrategias Nacionales sobre Adicciones<sup>5</sup> y Drogas<sup>6</sup> entre documentos de organismos públicos de la salud, en los que principalmente, tratan de prevenir conductas de consumo y adicción, mediante el desarrollo de hábitos saludables, y la prevención sobre el consumo de sustancias.

Pero esta intervención de prevención no se puede basar en una serie de charlas puntuales, sin metodología, ni objetivo de reflexión alguna. Para que sean efectivas se tienen que desarrollar de una forma constante en el tiempo, y que implique al profesorado, al alumnado y sus familias en la reflexión y conocimiento de su entorno, además de su conducta en él.

Con la vinculación de los centros educativos en este proyecto, se pretende transformar la realidad de estos. En todos pueden existir adicciones, aunque sean de diferente tipo o respondan a diferentes causas, independientemente de ello, la adicción a las drogas, a las

---

<sup>3</sup> De aquí en adelante, también podrán ser utilizadas palabras como droga, o sustancia, para referirnos al mismo termino, excluyendo de la clasificación, a aquellas sustancias usadas con un fin clínico, bajo prescripción y supervisión médica.

<sup>4</sup> Plan nacional sobre Drogas: Iniciativa gubernamental destinada a coordinar y potenciar las políticas en materia de drogas puestas en marcha desde diferentes administraciones públicas y entidades sociales españolas

<sup>5</sup> ENA 2017-2024 Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad. Secretaría General Técnica. Centro de Publicaciones Delegación del Gobierno para el Plan Nacional sobre Drogas NIPO: 680-18-086-4

<sup>6</sup> Insertas dentro del PNSD, es una forma de alcanzar los objetivos y hacer efectivas las medidas perseguidas en el Plan. Las estrategias tienen un carácter temporal, actualmente existe la estrategia 2017/2024 con la que se persigue la reducción de daños de las drogas y la consecución de una sociedad más saludable y segura.

TIC, o al juego de azar puede existir, y la intervención desde el centro permite actuar sobre el entorno que lo rodea y desarrollar cambios en el contexto, orientados a reducir la tasa de exclusión social derivada del proceso de dependencia, o evitar la perpetuación del consumo dentro de las familias ya excluidas.

La elaboración e implementación de un proyecto amplio y duradero en el tiempo para la prevención y educación del consumo, es una forma de mejorar la intervención y de evitar problemas sociales y de salud, desde el propio centro educativo, como parte del proyecto educativo del mismo, al estar inserto dentro del plan de acción tutorial, realizando las intervenciones durante las tutorías, vinculando las figuras profesionales del tutor docente, y la del el Profesor Técnico en Servicios de la Comunidad (PTSC<sup>7</sup>)

El PTSC tiene adscripción docente en los ciclos formativos de nuestra familia profesional de servicios socioculturales y a la comunidad, y tiene funciones de no docencia en los Equipos de Orientación Educativa (EOE), en el Equipo de Atención Temprana (EAT), y en el Departamento de Orientación (DO) de acuerdo con las normativas vigentes<sup>8</sup>.

Será en la versión no docente en la que nos centraremos, ya que como profesional de los equipos de orientación, desempeña una labor principal en el plan de absentismo escolar, pero puede desarrollar o colaborar en otros proyectos del centro.

En el artículo 6.4 de la ORDEN EDU/1054/2012, de 5 de diciembre, se recogen las funciones a realizar por parte del PTSC, siendo las siguientes:

- A. *Proporcionar orientaciones para la atención al alumnado en desventaja socioeducativa o integración tardía en el sistema educativo, facilitando su acogida, integración y participación, así como la continuidad de su proceso educativo y su transición a la vida adulta y laboral.*
- B. *Favorecer el conocimiento del entorno, identificar los recursos educativos, sanitarios, culturales, sociales o de otra índole existentes, y colaborar en el establecimiento de vías de coordinación y colaboración.*

---

<sup>7</sup> El Profesor Técnico en Servicios de la Comunidad. (PTSC) Figura profesional perteneciente al ámbito educativo.

<sup>8</sup> ORDEN EDU/987/2012, de 14 de noviembre, por la que se regula la organización y funcionamiento de los equipos de orientación educativa de la Comunidad de Castilla y León. ORDEN EDU/1054/2012, de 5 de diciembre, por la que se regula la organización y funcionamiento de los departamentos de orientación de los centros docentes de la Comunidad de Castilla y León.

- C. Colaborar en la prevención y mejora de la convivencia, en el seguimiento y control del absentismo escolar y en la realización de actuaciones encaminadas a prevenir y disminuir el abandono temprano de la educación y la formación.*
- D. Aportar criterios sobre la evaluación del contexto familiar y social facilitando la información necesaria, en los casos en los que sea preciso.*
- E. Participar en las tareas de orientación a las familias y de integración e inserción social del alumnado, que se lleven a cabo en el centro.*
- F. Participar en las comisiones específicas que se articulen en función de las necesidades de organización interna de los centros.*
- G. Cualquier otra que determine la Administración educativa en el ámbito de sus competencias.*

Por ello, la figura profesional del PTSC puede intervenir de forma directa en el centro y con los alumnos, sin dejar sus funciones centrales como es el plan de absentismo, aunque también, pueda intervenir apoyando, o desarrollando acciones con las familias y alumnos. Por otro lado, mediante el plan de acción tutorial, tiene potestad para colaborar y aplicar acciones encaminadas a la inclusión social, y la atención a la diversidad, además de la educación para la salud, dado que principalmente en este proyecto, se pretenderá que ejecute el proyecto de prevención de consumo de sustancias estupefacientes, las TIC y el juego.

Por otro lado, dentro de un departamento de orientación, la figura del PTSC encuentra entre sus funciones la identificación temprana de las necesidades del alumnado, ofrecer una atención personalizada, que favorezca la educación integral, basada en potenciar los valores, destrezas y el conocimiento del alumnado. La escuela es un ámbito fundamental para el desarrollo de las políticas preventivas, además de que permite intervenir con el conjunto de adolescentes a una edad temprana, y es el lugar idóneo por ser espacio de encuentro entre la familia y la comunidad, pudiendo tener efectos de cambio y transformación también en otros espacios no vinculados directamente con el centro, pero sí con la comunidad.

Dentro de las diferentes problemáticas que podemos encontrar relacionadas con los jóvenes y los entornos educativos, son cada vez más incipientes los problemas asociados al consumo temprano de sustancias psicoactivas, como el alcohol, el tabaco, el cannabis, o cualquier otra sustancia química de uso recreativo, además del desarrollo de conductas

sociales adictivas, como son la adicción al juego de apuesta<sup>9</sup> o las TIC, que cada vez están más asociadas entre sí, aumentando el riesgo en ambas.

Es ya conocido el efecto nocivo de las drogas legales y no legales, así como los diferentes problemas sociales, y personales, que genera el consumo de estas, y el desarrollo de hábitos no saludables en base a la adicción. Por ello, se pretende desarrollar un proyecto de intervención para las edades indicadas anteriormente, que desarrolle una prevención proactiva<sup>10</sup>, no pasiva, es decir no solo informar del problema y consecuencias, también proponer alternativas de ocio, y de desarrollo personal, para evitar el consumo, o su abuso en el caso de las TIC o el juego. La intención del proyecto es dotar a los adolescentes de diferentes conocimientos y herramientas, tanto personales, como sociales, para que sean conscientes de los riesgos a los que se exponen con determinadas conductas, y como evitarlas o ser conscientes de ellas.

Durante la adolescencia, justo con el inicio de la asistencia a la ESO podemos decir que se produce una fase liminal<sup>11</sup>, y comienza a darse una socialización más abierta. En esta etapa, al joven se le dota de independencia, la cual él va adquiriendo según sus circunstancias personales y familiares. No debemos olvidar que la familia es donde el alumno desarrolla su socialización primaria, ya que es el contexto en el que vive y se desarrolla. Sin embargo, en esta segunda fase, al disponer de mayor independencia, se amplían los círculos sociales, y vinculado a las redes sociales, aumenta la posibilidad de conocer gente y por ende entornos y contextos sociales variados.

La sociedad actual, referenciando a Zygmunt Bauman en su Obra *La Modernidad Líquida*<sup>12</sup>, entiende que ya no es la suma de individualidades, sino un conjunto de individuos, actualmente, se tiende a la individualización, aunque vivamos en sociedad, y como bien dice, hay una realidad social líquida, en que como sociedad estamos en un cambio permanente, del que en muchas ocasiones no somos conscientes, o no queremos

---

<sup>9</sup> Cuando nos refiramos a lo largo del documento al Juego, se hace en referencia a los juegos de apuesta y la ludopatía, ya sea en formato online o en casas de apuestas físicas.

<sup>10</sup> Entendida como implicación activa por parte de las personas beneficiarias. La RAE lo define como: persona que toma activamente el control, y decide qué hacer en cada momento, anticipándose a los acontecimientos.

<sup>11</sup> Entendida como la etapa de cambio entre dos periodos marcados socialmente. Niñez/Adolescencia

<sup>12</sup> Zygmunt Bauman *TIEMPOS LÍQUIDOS Vivir en una época de incertidumbre* (2007).

ver. La realidad social es inestable, se adapta, se mueve de forma rápida y cambia constantemente.

En la sociedad tradicional, los empleos eran identitarios, los individuos adquirían su identidad por la pertenencia o su rol en la comunidad, mientras que ahora, el empleo es mucho más inestable, ya no son identitarios de la persona, se acaba trabajando en múltiples empleos a lo largo de su vida, no por ello deja de ser algo definitorio en las personas, pero si ha dejado de ser un rasgo central de la identificación personal; esto, junto con el desarrollo de las TIC, la MCdonalización<sup>13</sup> y con el desarrollo de una economía prosumidora<sup>14</sup>, y con el big-data<sup>15</sup>, se están modificando patrones sociales debido a la abundancia de bienes de consumo a los que se tiene acceso, y que a su vez, transforman aún más la realidad social, generando entornos inestables que aumentan la incertidumbre de los individuos y más en los jóvenes. .

Todo esto ha generado una gran diversidad social respecto a la identificación individual, y también una multiplicidad de contextos en los que las conductas sociales cambian y se adaptan. Este tipo de relaciones condiciona la socialización y la construcción de identidades, ya sea en base al consumo de ropa, hobbies, experiencias, que son similares en todo el planeta, creando una falsa realidad en la que los adolescentes se ven involucrados e influenciados, dado que están en una etapa de formación de la identidad personal, la cual está ligada directamente con la participación e inclusión en la vida social.

Es relación a lo anteriormente mencionado, es de vital importancia en la adolescencia la cobertura de las necesidades psicosociales básicas<sup>16</sup>, como son, el sentimiento de pertenencia, la identificación positiva (en base al autoconcepto de imagen/reflejo), el desarrollo de la autoestima positiva (valoración subjetiva), y el reconocimiento social. Estas cuatro necesidades están relacionadas entre sí, dándose la posibilidad de que, si

---

<sup>13</sup> Proceso de globalización, similitud y homogeneización en el desarrollo de hábitos de vida y de consumo en la sociedad global. Ejemplo de ello es el McDonald, o muchas otras grandes marcas comerciales que operan en todo el mundo, de comida y bebida, ropa....

<sup>14</sup> Proceso de consumo en el cual, el consumidor, debe desarrollar un trabajo que antes constituía parte de la cadena productiva, y que se ha externalizado a los propios consumidores. Si quieres un producto, no solo debes pedirlo y pagarlo, hay que realizar una acción para conseguir el producto. EJ: cobrar tú mismo tu compra en el supermercado.

<sup>15</sup> Nuevo sistema actual de producción, basada en el almacenamiento y el uso de los datos a gran escala, creados por los usuarios, para la mejora del servicio y la oferta del mismo.

<sup>16</sup> López Sánchez F. *Adolescencia. Necesidades y problemas. Implicaciones para la intervención*. Revista de Formación Continuada de la Sociedad Española de Medicina de la Adolescencia. Vol. III mayo 2015 N.º 2

existen carencias en esta etapa, se pueden desarrollar comportamientos y conductas que tienden al autoaislamiento, o a conductas violentas, al rechazo social, aumentando la exclusión de los jóvenes, dentro de sus mismos grupos.

Durante esta etapa también se desarrollan muchos aspectos biológicos y sociales, que marcaran un futuro en el individuo, el desarrollo de hábitos poco saludables generará problemas personales y sociales, de salud a corto y largo plazo como la comorbilidad,<sup>17</sup> y la exclusión social<sup>18</sup>.

En los procesos de adicción, con drogas psicoactivas, su consumo suele ser social al inicio, pero una vez avanza el proceso de enganche, la conducta de consumo se empieza a realizar en solitario, llegando a generar conductas tóxicas, que tienden al aislamiento del propio individuo, e impiden el desarrollo de una vida social saludable.

Es importante tener en cuenta que las adicciones tienen un efecto en función del género, pues la droga consumida, los hábitos de consumo, y consecuencias, varían en función de este, y es algo que debe ser tenido en cuenta a la hora de realizar la prevención en centros educativos.

Cuando hablamos de drogas o adicciones, es difícil no mencionar a Antonio Escotado con su libro Historia general de las drogas en el que expone que las drogas o su consumo, es algo inherente al ser humano, lógicamente existen drogas naturales, y otras creadas por nosotros, por ello van unidas directamente a la persona, o por crearlas o por consumirlas<sup>19</sup>, es por eso que entiende que la ilegalización es “antinatural”, porque es prohibir algo que ha coexistido con el ser humano toda la historia, y el propio ser humano ha creado. Escotado no defiende la legalización, porque no la concibe como tal, no hay que legalizarla, hay que despenalizarla. Aquí es donde existe una contraposición de opiniones, pues su despenalización, en otras palabras, el libre mercado de drogas, no parece una medida de prevención, y sí es cierto que podría tener efectos importantes en la economía,

---

<sup>17</sup> Coexistencia de dos o más enfermedades en un mismo individuo, generalmente relacionadas.

<sup>18</sup> Aquellas situaciones en la que individuos o grupos, no poseen ningún grado de participación en la sociedad. Va más allá de la pobreza económica y material, y en ella, se da la ausencia total de vínculos con el entorno social, que junto a la falta de recursos y de intervenciones eficaces se cronifica y se vuelve estructural. En definitiva, el individuo no forma parte ni se siente parte de la sociedad. Actualmente, la exclusión social ya es propia del sistema económico, político y social.

<sup>19</sup> En el caso de las drogas naturales como el cánnabis, ayahuasca, peyote... los seres humanos, hemos adaptado o la sustancia natural, o el modo de consumo, de ahí que también sea inherente al ser humano

pero socialmente, si no existe una conciencia sobre las drogas, favorecería en gran medida su consumo o prueba inicial, con los posibles desencadenantes y efectos sociales que tendría. Otras corrientes, abogan más por una despenalización del consumo, pero no así del tráfico de drogas o su distribución. De esta manera, disminuye un prejuicio y presión respecto a un colectivo ya de por sí marginado socialmente (en función de la droga y del contexto social) pues varía en función de la edad, nivel adquisitivo, hábitos... pero en gran medida cuando existe un consumo adictivo, la vida de la persona se desmorona.

Las instituciones públicas en general tienen una perspectiva sancionadora respecto a la distribución de drogas, y su consumo, aunque existen excepciones cada vez más respecto al consumo cannabis en diferentes partes del mundo, algunos estados de EEUU, Holanda, Bélgica... Un dato curioso, es que España, es uno de los principales países productores de marihuana legal para su comercio posterior en otras partes del mundo, y también de amapola para el desarrollo de medicamentos.

Por ello podemos ver dos perspectivas respecto a la intervención de las instituciones en relación a las drogas en España, la anterior, en la cual se permite la producción de algunas sustancias psicoactivas como el cannabis (aun siendo “ilegales”<sup>20</sup> en su consumo y distribución), y por otro, promueve la prevención de su consumo, mediante diferentes campañas publicitarias y de concienciación, charlas orientativas, e intervenciones demarcadas en la Estrategia Nacional sobre Adicciones, y en el Plan Nacional sobre Drogas, amparados ambos en la Estrategia de la UE en materia de Lucha contra la Droga 2021-2025<sup>21</sup>. En dichos planes modificados cada 4 o 6 años, se muestran diferentes iniciativas en relación a las drogas y otro tipo de dependencias o adicciones, estos principalmente persiguen los objetivos de retrasar la edad de inicio de adicciones, disminuir los daños asociados al consumo de sustancias con potencial adictivo y los ocasionados por las adicciones comportamentales.

Las estrategias mencionadas anteriormente tienen por finalidad proteger y mejorar el bienestar de la sociedad y de las personas, salvaguardar y promover la salud pública,

---

<sup>20</sup> En España existen en materia de cannabis diferentes posicionamientos, siendo legal la tenencia para el consumo propio solo en lugares privados, mientras que su producción, su venta o distribución, y posesión en vía pública es ilegal.

<sup>21</sup> Estrategia de la UE en materia de Lucha contra la Droga 2021-2025  
<https://data.consilium.europa.eu/doc/document/ST-14178-2020-INIT/es/pdf>

ofrecer un nivel elevado de seguridad y bienestar para la población en general y extender la alfabetización sanitaria. Se adopta un planteamiento empíricamente contrastado, integrado, equilibrado y multidisciplinar del fenómeno de la droga a escala nacional, y de la UE, incorporando la perspectiva de igualdad de género y de equidad sanitaria.

## 2.1 Fotografía de la realidad de los jóvenes

El campo de actuación del proyecto será el mismo que plantea la estrategia nacional sobre adicciones ENA 2017-2024 <sup>22</sup>, que se articula en torno a cuatro ejes fundamentales para la prevención de adicciones:

- Drogas legales (tabaco, alcohol).
- Fármacos de prescripción médica y otras sustancias con potencial adictivo.
- Drogas ilegales, incluidas las nuevas sustancias psicoactivas.
- Adicciones sin sustancia o comportamentales, haciendo especial énfasis en los juegos de apuesta (presencial y online), así como los videojuegos y otras adicciones a través de las nuevas tecnologías.

Parto de la base de que, tradicionalmente, los modelos de atención y prevención de adicciones se han orientado hacia las sustancias psicoactivas, y que, de forma reciente, se han incorporado las nuevas tecnologías como elemento a tener en cuenta. Por ello, muchos de los datos en los que fundamento mi justificación, están relacionados con la prevención del consumo de sustancias estupefacientes, dejando ver que los modelos de prevención no son tan efectivos como se esperaba, y aunque si muestran avances, mayoritariamente se consigue un mantenimiento de los consumos, es decir se evita su aumento, pero no se favorece la reducción de los consumos. Tal como interpreto los datos

---

<sup>22</sup>Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad. Secretaría General Técnica. Centro de Publicaciones Delegación del Gobierno para el Plan Nacional sobre Drogas NIPO: 680-18-086-4

de diferentes informes del gobierno, como son ESTUDES<sup>23</sup> y EDADES<sup>24</sup>, se puede observar que la edad de inicio en el consumo de drogas legales sigue estando por debajo de la mayoría de edad y que el consumo de sustancias legales e ilegales prevalece entre los estudiantes jóvenes.

Según datos de EDADES 2015-2016, en España, las drogas con mayor prevalencia de consumo entre la población de 15 a 64 años son legales: siendo la más consumida el alcohol (77,6%; 9,3% a diario), la segunda es el tabaco (40,2%; 30,8% a diario), y, en tercer lugar, los hipnosedantes, con y sin receta médica (12%; 6% a diario). Esta prevalencia no ha cambiado en los últimos 15 años.

Respecto al alcohol en 2016, el 93,5% manifiesta haber consumido bebidas alcohólicas alguna vez en la vida, el dato se mantiene estable con respecto a 2013, y desde 2009, no se ha situado por debajo del 90%. Dato que se confirma con el EDADES de 2019-20, en el que es el 93,0% de la población la que ha consumido alcohol. Existe un leve descenso de 0,5 respecto al estudio de 2016, pero sigue siendo esta la sustancia psicoactiva con mayor prevalencia de consumo en todo el país.

La siguiente droga que tiene mayor prevalencia es el tabaco, ambos informes (supra-citados) la sitúan como la segunda sustancia psicoactiva, aunque si se nota un descenso respecto al 2016, pues en ese año el 72,5% declara haber fumado tabaco en alguna ocasión, se sigue manteniendo la prevalencia por encima del 70% desde 2009. Esta dinámica no se rompe en el 2020, dado que el 70,0% declara haber fumado tabaco alguna vez en la vida. Evolutivamente, existe mucha estabilidad con respecto al año 2017.

Dentro del colectivo joven con el que queremos intervenir en el proyecto, nos remitiremos a los datos extraídos de los informes ESTUDES de los años 2018-19 y 2020, dado que muestran datos más cercanos al rango de edad sobre el que queremos intervenir.

Según el ESTUDES 2020, se mantiene una dinámica general, siendo el alcohol la sustancia psicoactiva más consumida entre los estudiantes de la ESO de 14 a 18 años. El

---

<sup>23</sup> Encuesta Estatal sobre Uso de Drogas en Enseñanzas Secundarias (ESTUDES) Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social Secretaría de Estado de Servicios Sociales Delegación del Gobierno para el Plan Nacional sobre Drogas Madrid, 19 de noviembre de 2019

<sup>24</sup> Encuesta a Profesores de Enseñanzas Secundarias sobre Drogas y otras Adicciones en España EPAD 2016 Observatorio Español de las Drogas y las Adicciones. Delegación del Gobierno para el Plan Nacional sobre Drogas

77,9% ha consumido esta sustancia alguna vez en su vida. Hay que mencionar que existe un leve ascenso respecto a los datos previos al 2016, tras varios años registrando descensos. Por otro lado, tres de cada cuatro estudiantes entre 14 y 18 años (75,9%) han consumido alcohol en el último año, cifra similar a la edición anterior, mientras que aproximadamente algo más de la mitad de los jóvenes estudiantes (58,5%) admite haber tomado alcohol durante el último mes, confirmando el descenso iniciado en 2014 para este tramo temporal. Esto quizás haya variado durante la pandemia y la cuarentena, dato que podríamos conocer durante la ejecución del proyecto, y podría servir para abordar el consumo de dicha sustancia. La edad de inicio del alcohol se muestra estable desde 2016, los estudiantes sitúan la primera ingesta en los 14,0 años y situando el consumo semanal de alcohol comienza de media a los 15,2 años sin haber variado en los últimos años.

Al igual, también el tabaco es de las sustancias que más se consumen de forma temprana, siendo estables los datos a lo largo del tiempo, el 41,3% ha fumado tabaco alguna vez en la vida, el 35% en el último año y el 26,7% en los 30 días previos a la encuesta. Cerca de un tercio de los jóvenes que han fumado en el último mes, lo hace diariamente, aumentando la prevalencia situándola en 9,8%, un punto por encima del registro en 2016. En cuanto a la edad de inicio de consumo se da asociada al consumo de alcohol, aunque su edad se ha retrasado progresivamente de los 13,1 a los 14,1 años desde 2006 al 2018. Hay un espacio temporal cercano al medio año, en el que después del primer consumo, se inicia el consumo diario que, por término medio, se establece en los 14,7 años.

En referencia a las drogas ilegales, es el cannabis la sustancia que antes empieza a consumirse, situándose como la tercera droga más extendida entre los estudiantes de 14 a 18 años. Entre los estudiantes encuestados, de diez personas, tres (33,0%), admiten haber consumido cannabis en alguna ocasión, mientras que aquellos que consumieron en el último año suponen el 27,5% y los que consumieron en los últimos 30 días, el 19,3% de los alumnos. Desde 2018 se ha incrementado de forma constante el consumo de esta droga según los resultados de los estudios mencionados.

Los hipnosedantes con o sin receta, se sitúan en la 4 posición de sustancia de consumo entre los adolescentes, pues el 18,4% ha tomado tranquilizantes o sedantes alguna vez en su vida. Este dato se acerca al del registro de 2012.

Tal como afirma el Informe ESTUDES 2020, el consumo de cocaína (polvo y/o base) continúa con la tendencia descendente iniciada en el año 2006. En 2018, se ha registrado una prevalencia de alguna vez en la vida inferior al 3%, algo que no ocurría desde el año 1994. Aquellos estudiantes que han consumido cocaína (polvo y/o base) en alguna ocasión establecen el primer consumo a los 15,2 años.

Por otro lado, el éxtasis muestra una leve tendencia ascendente, el 2,6% de los estudiantes declara consumo alguna vez en la vida, el 1,9% en el último año y el 0,7% en el último mes. La edad de inicio promedio (15,4 años), es muy similar al registrado con el de la cocaína, y sustancias como anfetaminas (15,4 años) o alucinógenos (15,2 años).

El resto de las sustancias analizadas, como alucinógenos, inhalables volátiles, setas mágicas, metanfetamina, anfetaminas, heroína, GHB, o esteroides anabolizantes, registran porcentajes de consumo inferiores al 2%.

Las drogas ilegales más consumidas en el último año son el cannabis (9,5%; 2,1% a diario) y la cocaína (2%), con prevalencias de consumo en niveles elevados con respecto a otros países del entorno UE, muy especialmente entre adolescentes y adultos hasta mediana edad, donde se concentra en gran medida el consumo de drogas (jóvenes de 15 a 34 años).

Según el estudio ESTUDES 18-19, del que se ha extraído las ilustraciones 1 y 2, en la que se nos muestra el consumo de drogas en España en los jóvenes de 14 a 18 años y con la indicación de prevalencia de consumos por sexos, y en la siguiente imagen, una relación en cuanto a la edad de inicio de consumo.

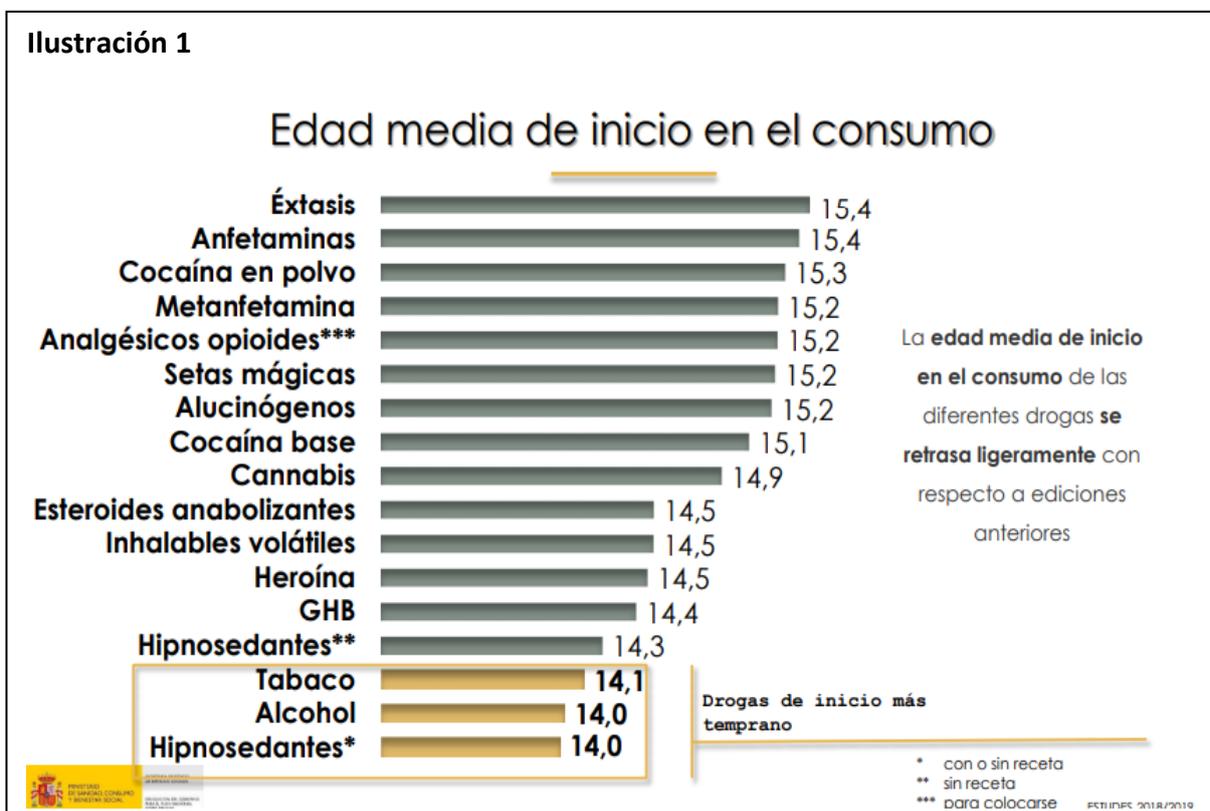


Ilustración 1 Edad de inicio de consumo de drogas en España.

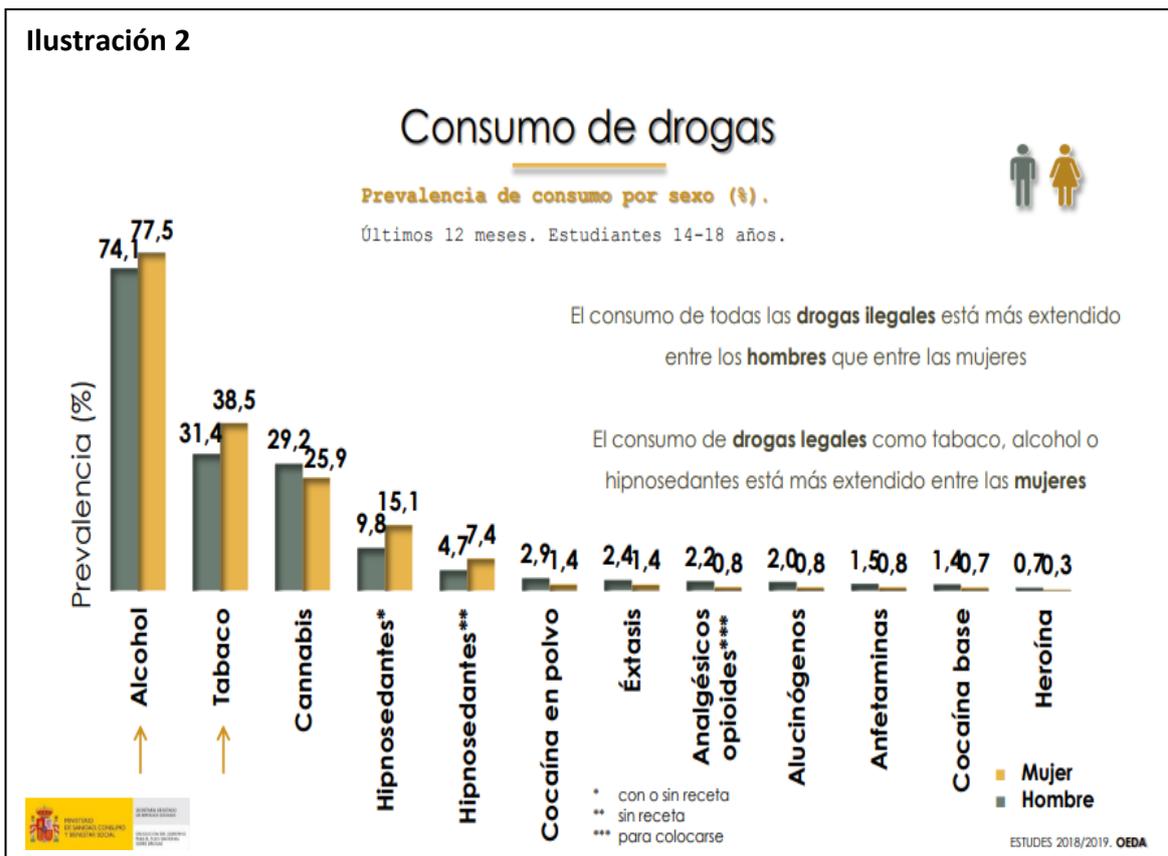


Ilustración 2 Sustancias Estupefacientes consumidas por los Jóvenes Españoles

Creo que es llamativo mencionar tal como hace el informe ESTUDES 2020, la situación económica de las familias, entre los estudiantes de ESO de 14-18 años, relacionado al consumo de drogas de los mismos en los últimos 30 días, en 2018.

Tabla 1 Situación económica familiar de los estudiantes consumidores de sustancias estupefacientes en los últimos 30 días.					
	Alcohol	Tabaco	Cannabis	Cocaína	Estudiantes (14-18 años)
Por encima de la media	14,0	15,0	15,0	23,3	13,5
Más o menos como la media	81,5	79,4	79,0	64,5	82,0
Por debajo de la media	4,5	5,6	5,9	12,2	4,4

Tabla de elaboración propia. FUENTE: OEDA. Encuesta sobre Uso de Drogas en Enseñanzas Secundarias en España (ESTUDES 2020, Pag 102)

También debemos incluir la perspectiva de género en el análisis del consumo de sustancias psicoactivas, y de la tecnología.

Mientras que predominantemente, es la figura del varón la que tiene mayor prevalencia de consumo en drogas en general, cabe destacar que, en el consumo de hipnosedantes, la prevalencia en mujeres es mayor que en hombres, cerca del doble. El consumo está ligado a su normalización, o al desconocimiento, o a que no existen campañas de prevención y sensibilización, como si las hay con otras sustancias, o su prescripción médica no ataja el problema, solo lo disipa.

Según datos extraídos de la Estrategia Nacional sobre Adicciones (ENA 17-24), 3.732.000 personas han consumido hipnosedantes en 2015 (últimos 12 meses). El 65% son mujeres y el 57% además tienen entre 45 y 64 años. El mayor inicio de consumo tiene lugar entre las mujeres de 45 a 54 años. El 2,5% de toda la población de 15 a 64 años y el 21% de la población de 15 a 64 años que ha consumido hipnosedantes en los últimos 12 meses hacen un consumo problemático (775.762 personas). La mayor prevalencia de consumo problemático de hipnosedantes se da entre mujeres de entre 45 y 64 años (3%), no se cuenta con datos más allá de esta edad. Nos haría falta conocer las razones por las cuales existe el consumo, si está regulado medicamente o no, y conocer cuál es la fuente del problema, si es de origen social, o de otra índole. He de destacar que en el consumo de drogas legales (alcohol y tabaco), son las mujeres las que presentan mayor prevalencia de policonsumo, frente a los hombres que destacan en el policonsumo de drogas ilegales.

Otra sustancia que genera graves problemas sociales es el alcohol, además del impacto en el individuo, también lo tiene en la salud pública, existiendo una importante vinculación con la violencia hacia las mujeres. La OMS<sup>25</sup>, en 2010, ya identificó como factor de riesgo de violencia sexual y contra la pareja, el consumo excesivo de alcohol. Hay evidencias de que un porcentaje significativo de maltratadores abusa del alcohol o es dependiente de esta u otras sustancias. Se estima, que alrededor del 20% de hombres que participan en programas de intervención para la reducción del consumo de drogas, y que conviven con sus parejas, han cometido alguna agresión hacia ellas antes de inicio del tratamiento, existen participantes en cursos de rehabilitación, con una orden de alejamiento o denuncia por malos tratos. La relación entre consumo de alcohol y agresión

---

<sup>25</sup> Organización Mundial De La Salud

es más fuerte entre hombres maltratadores que entre hombres de población general, el consumo de riesgo incrementa las probabilidades de agresiones de mayor gravedad. El consumo habitual de esta u otras sustancias psicoactivas son predictores de posibles agresiones<sup>26</sup>

Continuando con los datos anteriormente reflejados, la ENA, afirma que las mujeres que han sufrido o sufren violencia de pareja o sexual, tienen cerca del doble de probabilidad de padecer problemas en relación con el alcohol. Por tanto, el daño que sufre una víctima de violencia de género es doble, por una parte, la violencia ejercida por la pareja sobre la mujer con las consecuencias derivadas, y por otra, el aumento del riesgo de sufrir dependencias al alcohol.

En relación con las nuevas tecnologías, según los datos de ESTUDES (2014-2015), el 18% de la población de adolescentes y jóvenes de 14 a 18 años usa de manera excesiva (más de 8 horas) las TIC. Si bien probablemente su uso se normaliza con la edad, dentro de este porcentaje de población suele incrementarse el fracaso escolar, y es más frecuente el consumo de drogas. Tan solo el 38,8% de los estudiantes jóvenes encuestados manifiestan haber sido informados de los efectos y los problemas asociados al juego online y a las apuestas, en cambio, tanto hombres (76,9%), como mujeres (74,8%) afirman, respectivamente, que desde sus centros educativos si han sido prevenidos de los problemas asociados al consumo de drogas legales e ilegales.

La vinculación de las TIC, que ya de por sí son adictivas, junto con los juegos de azar y de apuesta, definido por la OMS como un trastorno caracterizado por la presencia de frecuentes y reiterados episodios de participación en juego de apuestas, los cuales dominan la vida de las personas enfermas en perjuicio de sus valores y obligaciones sociales, laborales, materiales y familiares, es decir, muestran una alteración del comportamiento que implica la necesidad de jugar a juegos de azar sin control, desarrollando fases de ganancia, pérdida y desesperación por la falta de ganancia, lo que genera severos problemas de diversa índole al individuo y al entorno cercano del mismo.

Cabe destacar que esta adicción, aun sin ser una sustancia, la sensación que genera es adictiva, pero esto no exime que pueda ir precedida o acompañada de sustancias

---

<sup>26</sup> ENA 2017-2024 Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad. Secretaría General Técnica. Centro de Publicaciones Delegación del Gobierno para el Plan Nacional sobre Drogas .Pag 9

psicoactivas que favorezcan la apuesta. Por ello es un ámbito que también debe ser atendido en la prevención. Cada vez, podemos encontrar más casas de apuestas, además de publicidad en los medios de comunicación que favorecen el conocimiento y el acceso de los jóvenes. Desde las diferentes instituciones públicas, se está trabajando para que exista una ley que evite el acceso fácil de “un clic” para certificar la mayoría de edad. Pero siendo realistas, esto en internet es complicado, por lo que la ludopatía en jóvenes debe ser tomada en cuenta para la prevención de dicha adicción desde los centros educativos.

Si nos fijamos en los datos de la Encuesta INJUVE<sup>27</sup> 2020, un 16,2% de jóvenes reconocen jugar habitualmente a juegos de apuestas. Por otra parte, también sobre el total de la muestra, un 12% dice que lo hace habitualmente a través de internet. Siendo los más jóvenes, de cualquier origen social, los que hacen en mayor medida las apuestas online. Entre los 15 y los 19 años, el 11,7% de jóvenes juega online, mientras el 14,1% apuesta tanto online como offline. Cuando se da la minoría de edad, el formato online facilita el acceso a las apuestas, pero a medida que a edad avanza, son, cada vez más jóvenes los que se suman a esta práctica, y al mismo el juego en entornos online y offline gana terreno entre los que están ocupados laboralmente o tienen menos estudios. El mencionado informe también señala que los jóvenes con recursos sociales y económicos, pero de entornos sociales más vulnerables, son más propensos a los juegos de azar.” Existiendo un gran riesgo dentro del contexto social en el que se encuentran, y destacando que no hay vinculación directa con los recursos económicos.

También las nuevas tecnologías entrañan riesgos en cuanto a la ludopatía, como podemos ver en el INJUVE 2020, se indica que el riesgo de sufrir ludopatía vista como una patología psicológica que conlleva adicción al juego de azar no es precisamente baja, ya que, en el informe del 2019, se muestra que el 16, 2% de los jóvenes reconocen jugar habitualmente a juego de apuesta, y el 12 % reconoce hacerlo a través de internet, facilitando aún más el acceso. Hay que destacar que los protagonistas en este caso son los jóvenes varones, ya que existe una tendencia a que sean ellos los que en mayor medida realizan juegos de apuesta, presencial y online, incrementándose la diferencia entre sexos a medida que aumenta la edad.

---

<sup>27</sup>Resumen ejecutivo Informe Juventud en España (2020). Instituto de la Juventud. Dirección General del INJUVE y Observatorio de la Juventud en España

Hay que destacar que con las últimas normativas, se ha reforzado la protección de los menores, a la hora de poder acceder a determinadas plataformas en internet, pero siguen existiendo brechas y riesgos, tal y como se ha visto reflejado en la última modificación por real decreto<sup>28</sup>.

Respecto al uso de internet en la juventud en general, se constata que aproximadamente el 75% de los jóvenes están, como poco, entre dos y tres horas diarias conectados a la red, realizando diferentes usos de las TIC, algunos frecuentes vinculados a las redes sociales o la música, y otros para trabajos o estudios. En la prevención con drogas, partimos de la existente problemática con las mismas, aun habiendo existido durante toda la historia humana, queda de manifiesto, que su prohibición no es la manera más eficaz de prevenir su consumo.

Por ello tratemos de romper con la tendencia a ocultarlas, en favor de informar sobre ellas, educar sobre sus riesgos a corto y largo plazo, lo mismo que con las TIC, hoy en día es casi una tarea imposible desvincularse de las tecnologías, y su uso va en aumento según indica la agencia internacional “we are social<sup>29</sup>” y se muestra en las siguientes ilustraciones (3,4,5,6).

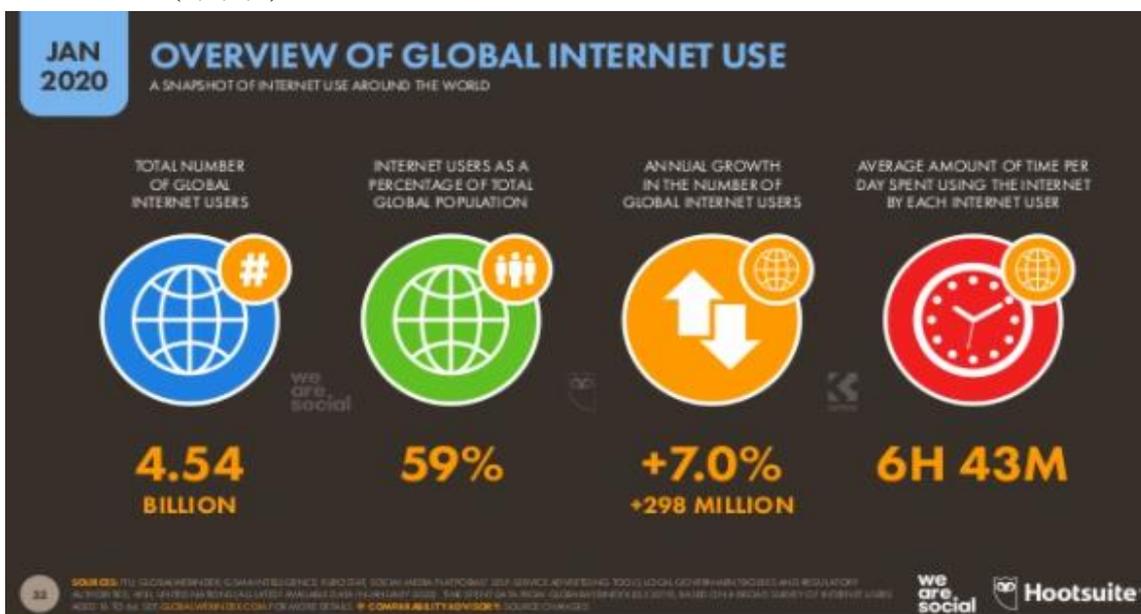


Ilustración 3 Visión global del uso de internet.

<sup>28</sup> Real Decreto de comunicaciones comerciales de las actividades del juego que regula por primera vez la publicidad del sector de las apuestas en línea y juegos de azar en España. Artículos 7 y 8 de la Ley 13/2011 de 27 de mayo de regulación del juego de apuesta y azar.

<sup>29</sup> Digital in 2020 We Are Social. <https://wearesocial.com/es/digital-2020-espana>

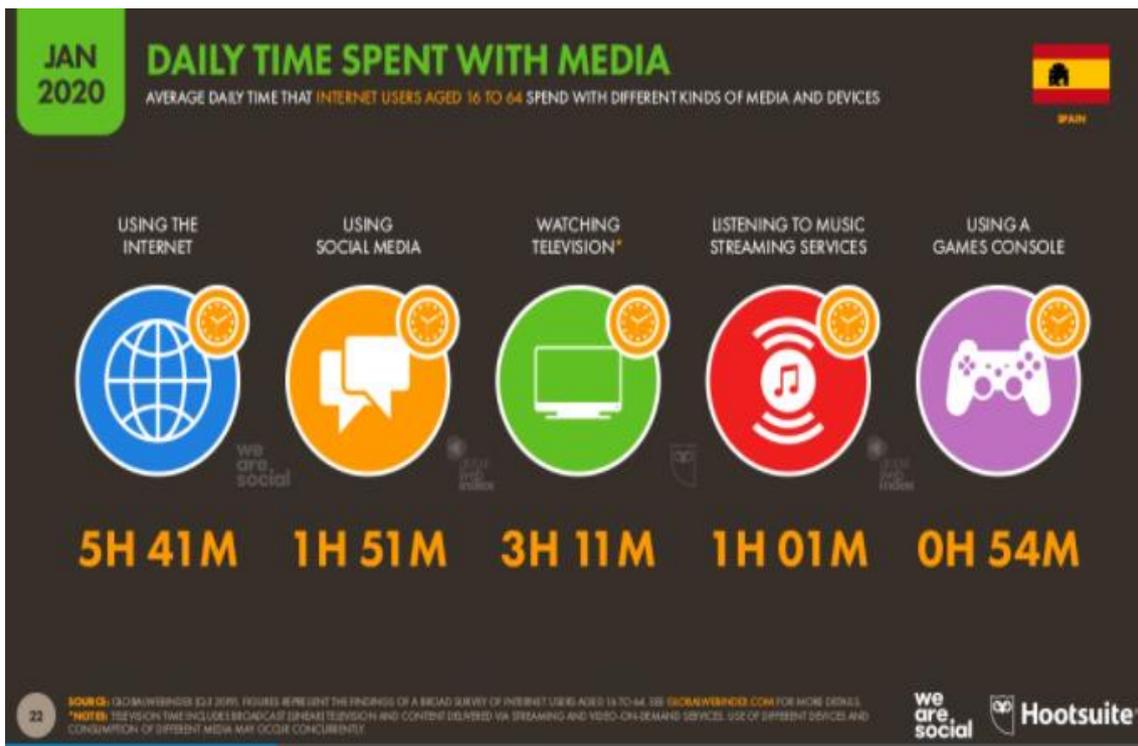


Ilustración 4 Visión del uso global de las TIC en España.

Ya que la tendencia es al aumento masivo de conexiones y existe una gran dificultad al controlar su uso, ni se pretende, enseñemos a consumirlas de forma responsable y siendo conscientes de los riesgos que generan. Su vinculación con las nuevas tecnologías determinara en gran medida la personalidad y el desarrollo del individuo, llegando a condicionarlo en algunos casos de forma grave.

En gran medida las TIC son un gran medio para la difusión de información, pero esta no siempre tiene porque ser buena. Las redes sociales han sustituido a los grandes medios de comunicación, los medios de masas, como la radio o la televisión, ya que los jóvenes prefieren el uso de otras alternativas a los medios tradicionales para informarse.

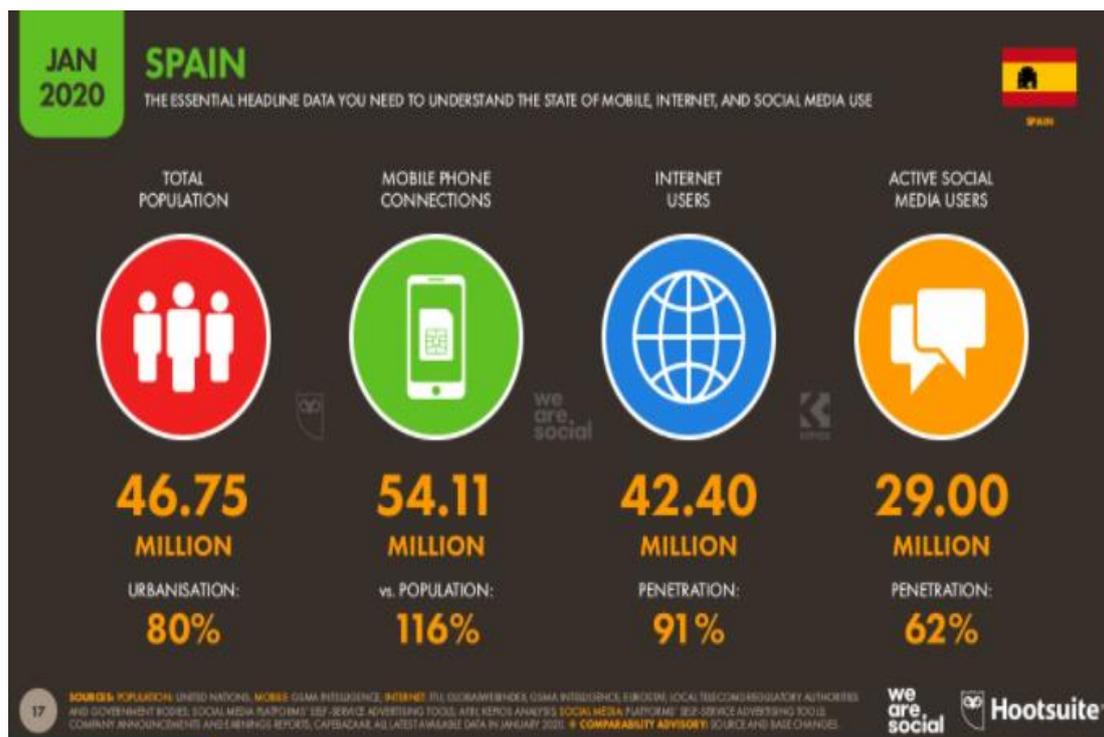


Ilustración 5 Media del tiempo gastado en las TIC

Por otro lado, si hablamos de las TIC, también debemos abordar el comportamiento de los jóvenes en la red, hacia el resto de los usuarios, así como para su propio bienestar. Y aquí cobra gran protagonismo el acoso en la red o ciberbullying<sup>30</sup>, que es considerado como el maltrato o acoso que se realiza a través de las TIC, con la finalidad de intimidar, amenazar, aislar o degradar a la víctima, que previamente está en una situación de inferioridad o vulnerabilidad. en este caso, la agresión física se descarta, pero la psicológica cobra mayor relevancia, así como el efecto social que provoca, por la difusión en redes... añadiendo la incapacidad de la víctima a intervenir sobre el problema de forma individual. Las formas frecuentes de agresión son verbales como insultos y humillaciones, sociales por el aislamiento social que se genera en la víctima, y psicológicas por la intimidación/miedo que sufre la víctima, y la ansiedad, depresión o problemas físicos derivados.

<sup>30</sup> Hernández M.; Solano I. *Ciberbullying, un Problema de Acoso Escolar* Universidad de Murcia (España) AIESAD RIED v. 10: 1, 2007, PP.17-36



Ilustración 6 Ranquin de APP en número de usuarios.

Por otro lado, hay que remarcar que se da una vulneración de la dignidad de la persona, derecho fundamental recogido en la Constitución Española en el artículo 10<sup>31</sup>, además de incurrir en otra serie de delitos como la intimidación, delitos de lesiones, amenazas...

Por todo lo anteriormente expuesto, considero necesario intervenir en la prevención de dichos ámbitos para favorecer el buen desarrollo físico, psíquico, y social, de los estudiantes y prevenir el desarrollo de enfermedades o evitar riesgos y problemas relacionados con la exclusión social.

<sup>31</sup> CE: ART 10.1: La dignidad de la persona, los derechos inviolables que le son inherentes, el libre desarrollo de la personalidad, el respeto a la ley y a los derechos de los demás son fundamento del orden político y de la paz social

### 3. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN.

Tras el análisis y exposición de los datos anteriores, queda claro que existen fallos en el proceso de prevención, y con el presente proyecto, se proponen diferentes herramientas e instrumentos acompañados de una metodología alternativa a la actual, que haga una prevención más efectiva en los centros escolares, y se pretende hacer mediante la mejora del tiempo de la intervención, es decir hacer el plan de prevención estable, no que sea puntual, sino duradera, y que trabaje de forma transversal con metodologías dialógicas para el desarrollo de un pensamiento crítico y, adaptada al grupo de alumnos concreto con el que se trabaje. Nuestro objeto de estudio serán los jóvenes del centro concreto donde se intervenga.

La propuesta es que se impartan 6 clases de una hora al trimestre, 2 al mes, es decir 18 al año, y dado que las clases usadas dependerán del plan de acción tutorial, y teniendo en cuenta que, de media, son 4 horas al mes, no considero positivo que el proyecto elimine la acción tutorial de los docentes, por ello propongo que el proyecto disponga de la mitad de las horas, siendo los tutores y docentes del curso participantes en la planificación, desarrollo y evaluación del proyecto, incluyéndolo de forma transversal así en el currículo educativo.

Será la figura profesional del PTSC del ámbito educativo el encargado de desarrollar dicha intervención junto con los tutores de cada grupo. Fundamento mi idea en que dicho profesional de la docencia es una figura clave en los equipos de orientación educativa, posee las competencias y destrezas necesarias para acompañar a la comunidad educativa (profesores, alumnos y familias) en el proceso de interacción del centro educativo con el entorno social e institucional para desarrollar los aprendizajes, siendo el PTSC el encargado de solicitar colaboración de terceras partes en el proyecto, para satisfacer las necesidades de los alumnos.

La intervención de dicho profesional se orientará hacia la integración de los alumnos en el centro educativo y en el entorno social en el que viven, a entender sus necesidades, y desarrollar las habilidades sociales para que estas también sean fuente de conocimiento, enseñar a relacionarse y vivir con los demás, comprendiéndose a sí mismos, al resto de personas y al entorno que les rodea, mediante diferentes destrezas sociales, se pretende que puedan afrontar diferentes realidades y situaciones de la vida social.

### 3.1 Objetivos

Los objetivos del proyecto deberán adaptarse al nivel educativo y de desarrollo de la clase, aportando los recursos y metodologías adecuadas para transmitir la información optima que los propios alumnos puedan demandar y sean capaces de comprender, en tanto que se pretende fomentar una participación activa en base a la Investigación Acción Participativa (IAP) y el uso de metodologías dialógicas. Por ello los objetivos de la intervención podrán variar en función de la edad, curso y conducta.

Puesto que de forma transversal se deben abordar los objetivos anteriormente expuestos<sup>32</sup> que irán dirigidos a informar, asesorar y orientar respecto al consumo de sustancias estupefacientes, o conductas adictivas, sus efectos, y consecuencias. Y pretende, por otro lado, educar en el desarrollo de hábitos saludables relacionados con las actividades físicas y culturales como forma alternativa de ocio.

Como objetivos adaptados para el marco de edad que se plantea en este ejemplo serán los siguientes:

- Adaptar la intervención al alumnado.
- Implicar al alumnado en la participación de las clases y dinámicas.
- Educar sobre los riesgos del consumo de sustancias psicoactivas a una edad temprana y clave en la que suceden los desarrollos neuronales y físicos y emocionales claves.
- Conocer menores que puedan estar en una situación de vulnerabilidad social en su contexto habitual, en la cual existan relaciones de riesgo con las problemáticas planteadas o derivadas de ellas.
- Orientar sobre hábitos saludables del uso de las tecnologías y de los riesgos que conllevan las adiciones de este tipo. Educar en la autorregulación del consumo.
- Alertar sobre los riesgos de la ludopatía y el juego online.

---

<sup>32</sup> Up supra, pg. 4

## 3.2 Metodología

### 3.2.1 Principios en los que se basa la intervención.

- El derecho a la educación como un pilar base para lograr la integración social del alumno.
- Toma de conciencia por parte de la comunidad educativa sobre la necesidad de prevenir el desarrollo de hábitos que favorezcan la adicción.
- Trabajo transversal con alumnos familias y profesorado
- Concienciación de la necesidad de la implicación familiar en la intervención.
- Universalidad
- Cooperación y coordinación entre todos los implicados en la realización del proyecto

### 3.2.2 Contexto de la intervención

El ejemplo de proyecto se desarrollará en el curso de tercero de la ESO, con un grupo en el que los alumnos tienen edades entre los 14 y 16. El proyecto deberá ser adaptable a cualquier curso y edad, adecuando la formación a la información previa del alumnado, y siempre orientado a la prevención y la promoción de hábitos saludables. Para este ejemplo de proyecto se ha escogido dicho curso y grupo de edad, puesto que es una de las edades más cercanas al inicio del consumo de sustancias, y se sitúa entre las edades intermedias entre la población a la que se dirige el proyecto. Se mostrará el proyecto enfocado a un curso como ejemplo, remarcando la necesidad de adaptar cada intervención al grupo de alumnos con el que se trabaje, dependiendo de la edad, conocimientos contextos, recursos...

### 3.2. 3 Justificación metodológica de la intervención.

Usaremos diferentes metodologías a lo largo de la intervención durante el curso, principalmente nos inspiramos en el paradigma de la Educación Transformadora propuesto por Freire (2011)<sup>33</sup>, ya que da principal importancia y énfasis al hecho de humanizar el proceso educativo, fomentar competencias cívicas y sociales, además del empoderamiento del alumnado, fomentando la conciencia de uno mismo y del entorno que le rodea, reconociéndole a éste, su importancia e influencia en el desarrollo humano y la transformación social.

Mediante el uso de diversas metodologías pedagógicas que impliquen la participación activa del alumnado, se pretende conseguir el desarrollo de trabajos cooperativos, que fomenten la creatividad y la criticidad, usando el método dialógico<sup>34</sup> conseguiremos aprendizajes basados en los discursos, y la contrastación de los mismos, extrayendo conclusiones y opiniones que pueden ser enfrentadas, y debatidas.

El aprendizaje dialógico será una de las metodologías principales, pues en gran medida, los aprendizajes vendrán dados por la interacción en clase, implicando procesos comunicativos, debates guiados, intervenciones, trabajo de conceptos y leyes, hábitos y manifestaciones sociales... Al involucrar al alumnado en la realización de trabajos cooperativos, explotamos la interacción social como fuente de conocimiento y de potenciación del aprendizaje.

También mediante la ludo-pedagogía<sup>35</sup> pretendemos desarrollar conocimientos y habilidades de educación para la salud, en otras palabras, aprender jugando, nos permitirá realizar acciones activas y dinámicas, que favorezcan la participación del alumnado además de diversión mientras se da la reflexión y la comprensión del entorno que les rodea. Mediante diferentes juegos se persigue aumentar la comprensión de los demás en un entorno dinámico y cambiante, también eliminar tabús, y reducir sensaciones de vergüenza, ya que queremos empoderar al alumnado y favorecer su autoconocimiento y

---

<sup>33</sup> Freire, Paulo. (2011). La educación como práctica de la libertad (2 ed... México: Siglo XXI Editores.

<sup>34</sup> Uso del dialogo y la interacción comunicativa para el desarrollo de aprendizajes.

<sup>35</sup> Rivasés. M. 2017 *Ludo pedagogía Jugar para conocer, conocer para transformar*. Editorial Fundación InteRed [www.intered.org](http://www.intered.org)

auto criticidad, permitiéndoles ser más conscientes de sí mismos, de sus conocimientos previos y sus expectativas futuras.

Otra metodología que sustenta la intervención será la Investigación Acción Participativa (IAP)<sup>36</sup> puesto que esta entiende que, en el proceso de creación, ejecución, y evaluación del proyecto no es tarea única de los expertos, y es necesario hacer partícipes a los destinatarios, implicándolos en el conocimiento de la problemática, en la adquisición de habilidades y herramientas para la posterior formulación de intervenciones para la transformación de la realidad en la que se encuentran.

Al ser una metodología abierta, permite un desarrollo del proyecto flexible en su diseño e implantación, adaptando la intervención a las personas, a sus intereses y circunstancias. Aunque en el proceso, los profesionales/expertos están presentes, su papel es de acompañamiento al grupo o comunidad, que una vez conocedores de la problemática que les atañe, plantearán intervenciones orientadas a responder a sus necesidades y de forma conjunta abordarán lo planteado.

Por otro lado, dado que uno de nuestros principales pilares es la educación para la salud que de acuerdo con la definición de la OMS, es, “la capacitación de los individuos para que se impliquen en la definición de sus necesidades, y propuestas de mejora, es decir no solo tratar de seguir las indicaciones de los expertos, sino tratar de potenciar la movilización de recursos personales y comunitarios, para satisfacer sus necesidades o resolver problemas, siendo conscientes del entorno y medios, adaptarán su conducta a la realidad que viven”. En otras palabras, pretendemos que sean conscientes de la realidad en la que viven y se desarrollan, que profundicen sobre esta, analizando los contextos y situaciones sociales, y por último favorecer que desarrollen acciones que les permitan realizar cambios en su entorno para beneficio de su salud.

En base a lo anterior, con el proyecto también fomentaremos la participación en actividades deportivas, amparados por diferentes normativas. A nivel europeo, podemos encontrar la Carta Europea del Deporte que define el deporte como cualquier actividad física que independientemente de que exista una organización, favorezca la mejora de la

---

<sup>36</sup> IAP. Se realizará una Investigación acción participativa, dado que se pretende realizar una investigación de la realidad del centro y de los alumnos que a él acuden, además pretende que dichos alumnos realicen un análisis de su situación y comiencen a realizar cambios que mejoren su entorno y comunidad. El proyecto ira adaptándose en base al desarrollo de la IAP

condición física, psíquica, y de las relaciones sociales. Aquí coexisten diferentes términos, dado que se puede entender la actividad física como un juego, o como algo reglado y con fines competitivos, y puede ser individual o grupal, pero siempre debe ir enfocada a generar beneficios para la salud y el desarrollo.

Respecto a la legislación española, la Constitución Española, el artículo 43.3 reconoce que “Los poderes públicos fomentarán la educación sanitaria, la educación física y el deporte. Asimismo, facilitarán la adecuada utilización del ocio”, entendiendo que el deporte está directamente vinculado con el ocio, la salud, y la educación, y que debe ser un pilar más para alcanzar el bienestar social. De tal forma que es de obligado cumplimiento para las administraciones públicas potenciar y promover la práctica del deporte. De ahí podemos sacar la fundamentación de la Ley 10/1990, de 15 de octubre, del Deporte, que trata de hacer efectivo ese derecho de la constitución, dando valor a la educación sanitaria y a la integración social.

Así mismo en la LEY 3/2019, de 25 de febrero, de la Actividad Físico-Deportiva de Castilla y León se recogen tanto conceptos referidos al deporte como los principios rectores de esta. Me parece importante destacar CAPÍTULO III que aborda el Deporte en edad escolar en los artículos 15 y 16 donde podemos situar diferentes intervenciones del proyecto.

Si se consigue desarrollar la práctica de un ocio saludable durante el tiempo libre, entendemos que son interiorizados determinados hábitos saludables, aumentando los factores protectores y dificultando posibles cambios posteriores de los hábitos adquiridos.

Algunos ejemplos de las metodologías aplicadas son:

- Grupos de discusión<sup>37</sup>: metodología dialógica
- Aprendizaje/trabajo cooperativo/ trabajos en grupo
- Investigación acción participativa (IAP)<sup>38</sup>

---

<sup>37</sup> Se organizarán diferentes debates y discusiones entorno a los temas abordados por el proyecto. De esta forma los alumnos intercambiarán mensajes y argumentos pudiendo debatir y o pinar sobre los que piensan y porque lo piensan. A través del discurso y su interiorización se persigue un aprendizaje crítico.

<sup>38</sup> La IAP usa diferentes técnicas e instrumentos en el proceso, entre las que podemos encontrar: la recogida de información, con o sin participación de los expertos; talleres o asambleas para poner en común los conocimientos, lluvias de ideas “brainstorming”, métodos de evaluación DAFO

- educación transformadora <sup>39</sup>

### 3.3 Recursos

Se contará con los recursos que ofrezca el centro educativo, además de tratar de contar con la colaboración de diferentes instituciones públicas o privadas del entorno que puedan aportar recursos e información para los alumnos. por ello habrá recursos de diversa tipología.

- **Organizativos:** Sera el Centro educativo el principal gestor del proyecto, siendo el departamento de orientación y la figura del PTSC los responsables de su planificación, implementación y evaluación realizando una buena administración de los recursos siguientes.
- **Infraestructuras:** las intervenciones se realizarán en el aula de clase, principalmente, aunque en función del desarrollo de la actividad, se utilizarán otros espacios del centro educativo, como el patio, biblioteca o salón de actos, el gimnasio o los parques o entornos naturales que se encuentren en los alrededores del centro.
- **Recursos materiales:** material fungible de papelería y oficina, equipos tecnológicos (TIC) que serán los del centro o los de los propios alumnos
- **Recursos humanos:** profesores y el equipo de orientación del centro los que desempeñaran la principal gestión del proyecto, además de incorporar los recursos humanos necesarios para la formación de los estudiantes. Se contactará con profesionales de diferentes instituciones que trabajen directamente sobre la problemática existente, como profesionales de los servicios sociales o empresas del tercer sector, exponer casos e historias de vida reales, etc.

También se favorecerá la implicación de los alumnos en el proyecto, transformando la realidad en la que se encuentran y desarrollan

---

<sup>39</sup> Dado que con la intervención esperamos fomentar competencias cívicas y sociales, además del empoderamiento del alumnado, fomentando la conciencia de uno mismo y del entorno que le rodea

- Recursos económicos: serán los dispuestos por el centro educativo en colaboración con la diputación provincial.

### **3.4 Intervención / Actividades**

A continuación, se propone un ejemplo de diferentes sesiones que se realizarán durante el proyecto dirigido hacia los objetivos propuestos para el grupo concreto con el que se trabaja en este ejemplo. Se podrán usar los mismos recursos para cursos superiores o inferiores, adecuando la información a la demanda de los alumnos sin exceder límites no adecuados para su edad.

#### **1ª sesión: Sesión de introducción**

Se hará una introducción al proyecto, y una breve presentación a los alumnos, de lo que se plantea en las sesiones de todo el año, se les informará de la temporalización, y de los temas que van a versar esas sesiones de tutorías, se desarrollará un esquema general exponiéndoles los diferentes temas a tratar durante el curso y, permitiéndoles decidir cuáles tienen más relevancia para ellos, y permitiendo a los docentes conocer el grado de conocimiento del grupo en general, sobre los diferentes temas. De esta forma también se pueden ir descubriendo riesgos o conocimientos poco adecuados para su edad sobre los que se debe trabajar.

Posteriormente se les pasará un breve cuestionario con preguntas relacionadas con las tres temáticas del proyecto, drogas, tecnologías y juego, además de permitir espacios para el planteamiento de expectativas, dudas e incógnitas. (Cuestionario Anexo 2)

#### **2ª sesión**

El inicio de la sesión ha de ser bueno, es la segunda vez que tenemos contacto con el grupo y tras la primera impresión, me parece un momento importante porque podría condicionar el transcurso del proyecto, en función del clima en clase y con los profesores se deberán adaptar las intervenciones.

Además, tras el análisis de los resultados de la encuesta se hará una programación acorde al nivel de conocimiento y demanda de información, además de la evaluación de los

riesgos y necesidades detectadas por el centro educativo el tutor y el equipo docente. De esta forma se trata de dar voz a todos los implicados.

Ya más centrados en la realidad y contexto del grupo de 3º de la ESO sobre el que vamos a trabajar, se iniciara la segunda sesión con temas relacionados al que ha sido marcado por los alumnos como de mayor interés, esto facilitara el enganche de la mayoría, pues es un tema que les interesa.

El PTSC podrá ir comentando diferentes cuestiones a las cuales el alumnado pueda responder y confrontar opiniones, la intención es generar un debate guiado, que permitirá descubrir nuevos temas relacionados y conocer en mejor medida el nivel de información que tienen los alumnos sobre el tema.

Pongamos que existe un gran interés repartido entre las sustancias estupefacientes y las tecnologías, el PTSC podría iniciar la sesión aludiendo a los resultados y al interés general de la clase sobre dichas temáticas, y dando pie a cuestiones que vayan favoreciendo una muestra de opiniones y debate. Tras un rato en el que hayan salido preguntas, que pueden responder los compañeros u el propio docente, se procederá a la reflexión y resumen de lo abordado durante la hora de sesión, reservando 5 minutos para plantear actividades o temáticas relacionadas para las siguientes sesiones.

### **3ª sesión**

Ya se habrá hablado en sesiones anteriores sobre conceptos como el de adicción, consumo, periodo de abstinencia habiendo explicado que todas generan diferencias en el comportamiento del individuo con el entorno social. Se hablará de las diferentes normativas que tratan sobre el juego la tecnología y las drogas, y se podrán debatir sobre ellas.

Se abrirá un debate sobre si creen que de alguna forma el grupo condiciona a las personas y se les hablará de las diferentes formas de comportamiento y el comportamiento en grupo. se desarrollará una actividad de trabajo en grupo, de entre 6 y 8 personas por grupo, que consistirá en la creación de una torre con 50 espaguetis y una bolsa de nubes de gominola. Tendrán 5 minutos para hacer la torre más alta y que se sostenga sola durante más de 5 segundos. Después de este juego como introductorio, que permitirá ver a los profesores como el grupo puede trabajar en equipo, analizar las dificultades que puedan

existir... se realizará una comparación de las torres con la formación como personas de los humanos, como poco a poco nos construimos a raíz de nuestra interacción con los demás y que, si algo falla, la torre se cae, la persona se derrumba, para volver a construirse.

Hasta esta sesión se ha procedido a mantener un contacto con los alumnos que haya permitido un acercamiento, y que vean a al PTSC como una figura que va a trabajar con ellos como alumnos.

#### **4ª sesión**

Mediante el uso de recursos externos, acude al centro un grupo de la Cruz roja para hacer una charla de prevención del consumo de drogas, en la que explicaran aspectos que ya han sido tratados de forma parcial en las sesiones anteriores, pero de forma más exhaustiva aludiendo a los efectos y consecuencias graves del consumo, ampliando información sobre enfermedades físicas y mentales que generan además de la problemática social y económica.

De esta forma, los alumnos reciben un mensaje en la misma dirección, pero de diferentes fuentes, que acudan servicios especializados aumentará la información en los alumnos.

#### **5ª sesión**

Introducción al ocio saludable durante los fines de semana. Ampliación de actividades gratuitas ofrecidas por el ayuntamiento mediante programas de la concejalía de juventud o desde los servicios sociales o asociaciones que de forma gratuita ofrezcan ocio para los jóvenes.

Si les hacemos llegar la información y favorecemos su participación en ese tipo de actividades, desarrollaran un ocio alternativo que una vez adquirido como hábito funcionara como factor de prevención del consumo de drogas o el consumo excesivo de la tecnología.

Por último, se les solicita para la próxima sesión que, si tienen teléfono móvil, lo lleven, para así el próximo día poder realizar una actividad todos

#### **6ª sesión**

De cara a las vacaciones de Navidad se les propone que hagan un análisis de su uso de las TIC durante el mismo periodo

Después de informarles de la actividad, se les pasara el cuestionario (anexo 3). A lo largo de la sesión se les enseñará a como conocer su consumo del teléfono móvil y se establecerá un pequeño debate sobre el mismo, conociendo valoraciones y opiniones de los jóvenes respecto a ello.

Al final de la reunión, se les facilitara una plantilla con dos casillas por día, para que puedan rellenar el consumo diario y semanal que indica el móvil y el que ellos estiman haber hecho con el uso de otras tecnologías (play station, tele, ordenador).

El objetivo es establecer un propio análisis sobre el uso y abuso de la tecnología en su vida diaria.

### **7ª sesión**

Tras la vuelta de navidades, se retomará el proyecto con la última actividad realizada, sobre el consumo de la tecnología, implicando a los alumnos en la exposición y evaluación de su propio consumo durante las vacaciones.

Se perseguirá que los alumnos, junto con el tutor o el PTSC, vayan exponiendo cuales han sido sus consumos durante el periodo de vacaciones y porque, de esta forma los docentes pueden ir recogiendo los datos en la pizarra y hacer un análisis y estimación del uso de la clase de forma conjunta.

Se persigue que los jóvenes sean conscientes de la cantidad de horas que puedan haber pasado frente a la pantalla, en vez de en los parques o zonas de ocio habilitadas. Con esto, no se persigue eliminar la interacción con la tecnología, pero si fomentar un uso responsable y crítico de la misma, e impulsar otras formas de ocio al aire libre.

### **8ª sesión**

Acude al centro bajo solicitud del PTSC, una persona ex-consumidora de drogas que esta rehabilitada. Dicha persona será de alguna asociación vinculada a la ciudad, que quiera participar en el proyecto y que desarrolle intervenciones con personas drogodependientes, algunos ejemplos pueden ser Proyecto Hombre o ACLAD

EL objetivo es que la persona que acuda al centro muestre su experiencia en primera persona como consumidor en proceso de rehabilitación avanzado. Dicha persona participa de forma voluntaria y se le ha informado previamente de los objetivos que se persiguen con su intervención, y que a través de su historia los alumnos puedan conocer los problemas que causan las adicciones y el consumo de drogas en concreto.

### **9ª sesión**

Se inicia la reunión resumiendo la sesión anterior, y se pregunta a los alumnos que opinión y recuerdos guardan de la intervención y experiencias de la persona voluntaria, si les aportó información u otro punto de vista y que es lo que más les chocó o marcó

Tras la breve recopilación de opiniones, los docentes trataran de ampliar información y consecuencias del consumo de drogas, favoreciendo la reflexión de los propios alumnos y su interacción, promoviendo debates entre ellos, siendo los docentes los responsables de guiar el debate, usando este como vía para ampliar información no solo sobre la exclusión social y de problemas de salud asociados al consumo como la cirrosis o el VIH, sino también haciendo referencia a las secuelas psicológicas/metales que puede dejar el proceso de enganche y desenganche.

Introduciendo así en el debate un nuevo tema, el de la salud mental e informándoles que, dentro de dos sesiones, acudirá al centro otra persona para contar su experiencia en relación con este tema.

### **10ª sesión**

A través del PTSC se articula una nueva colaboración con Proyecto hombre, que facilita el contacto con un joven menor de 30 años que ha consumido sustancias estupefacientes desde una temprana edad y debido a su consumo ha desarrollado un brote psicótico, con alucinaciones paranoides, lo cual le llevo a estar interno en un centro psiquiátrico del cual salido hace un año, pero sigue bajo tratamiento. El joven participa voluntariamente y acude para sensibilizar sobre el consumo de sustancia y el gran riesgo que suponen a la hora de condicionar la salud mental.

Esperamos que, bajo su experiencia personal, los jóvenes adquieran mayor consciencia de los riesgos para la salud y lo duro que es el proceso de desenganche, y más si se ha desencadenado una enfermedad mental, elemento que les condicionara el resto de vida.

### **11ª sesión**

De manera informal, ambos docentes, hablarán con los alumnos sobre la tecnología, sus beneficios, sus riesgos..., se abordarán algunos conceptos relacionados con la tecnología y la violencia el acoso o los delitos.

Se intentará fomentar un dialogo en clase para conocer la opinión de todos respecto a las TIC y se retomará el mensaje de la adicción a la tecnología.

Esta sesión servirá para centrar las siguientes intervenciones, permitiendo a los docentes conocer la opinión de los grupos y orientar la prevención hacia uno u otros ámbitos.

Además, se realizará una intervención sobre ciberbullying, y se fomentará el debate respecto a que está bien y que no en las redes sociales.

### **12ª sesión**

Se iniciará la sesión, retomando el debate de la sesión anterior. Una vez los alumnos centrados en el tema, se introducirá el siguiente video, para ser visto en clase, pues se espera que estimule debate y trasmita otra perspectiva a los alumnos.

El video es una ponencia de Chema Alonso, un reconocido hacker que trabaja para diferentes empresas y sobre temas de investigación. El video, aunque este enfocado a la protección de las redes y del material informático de las empresas, en este caso, podemos cambiar la palabra empresa por persona, en este momento los alumnos si se pueden identificar con su uso de los móviles y las redes sociales<sup>40</sup>.

El video podrá pararse por los docentes, explicando algunos conceptos, y animando a los alumnos a que compartan sus opiniones y perspectivas.

### **13ª sesión**

---

<sup>40</sup> El video se encuentra en: <https://www.youtube.com/watch?v=Fj9TwMTxGuc>

Se continua con la dinámica de la sesión anterior. Y la continuación del video de Chema Alonso.

Una vez se finalice la visualización del video se propondrán a los alumnos que cuestionen o que pongan ejemplos de cosas con las que se han visto identificados, siempre orientando el debate hacia su propio uso y que hagan un análisis crítico del mismo.

#### **14ª sesión**

El PTSC se pone en contacto con el cuerpo de policía nacional, con el departamento de ciberseguridad, por si pudiesen colaborar con el centro dando una charla sobre seguridad en las redes y el uso de los teléfonos móviles y como estar “protegido”. Se podrá tratar de contactar con empresas relacionadas con la Ciberseguridad y el control de datos, si estas están dispuestas a participar.

#### **15ª sesión**

Se introducirá el juego de apuesta desde la página oficial de la Federación Española de Jugadores de azar rehabilitados<sup>41</sup>.

Se iniciará preguntando al grupo de alumnos, que conocen sobre el juego de apuesta y que opinan sobre ello. Según vayan saliendo conocimientos y temas asociados, se abordará el concepto, sus consecuencias en las diferentes áreas además de la económica, como son la psicológica, la social, la familiar, la laboral o la lega.

De esta forma se pretende situar al alumnado en la problemática existente para que sean conscientes de la existencia de la misma, con un mensaje: el problema no es jugar, sino cómo y por qué se juega, tanto de forma presencial como de forma online.

#### **16ª sesión**

Los casinos y sus trampas.

---

<sup>41</sup> La dirección web de la Federación es: <https://fejar.org/ludopatia/>

Será una sesión enfocada a hacer un análisis de las estrategias de los casinos y de las salas de juego para favorecer las apuestas y la permanencia de los jugadores en las salas. Algunos ejemplos serían, la ausencia de ventanas o relojes, la oferta gratuita del alcohol...

De la misma forma, también se informará de las medidas existentes para la prevención de la ludopatía, como la posibilidad de solicitar límites en depósitos, la autoexclusión de las salas...

Haciendo especial hincapié en los riesgos de las salas de juego online que han cobrado mayor relevancia debido al desarrollo de las TIC.

Por último, se lee en alto un testimonio de una persona que sufre ludopatía, que está disponible en la página de FEJAR. Introduciendo así la última sesión, que será el testimonio de un adicto al juego, que comenzó siendo menor de edad.

### **17ª sesión**

Se continua con la sesión anterior, con la participación del invitado que contara su experiencia desde el proceso de inicio, el proceso de adicción y caída, así como la recuperación, en la cual todavía se encuentra. Al ser joven, se buscará la identificación con los alumnos eliminando mitos como “a mí eso no me va a pasar” o “yo controlo”. Aludiendo también a los temas anteriormente trabajados durante el curso.

### **18ª sesión:**

Evaluación final, que se describe en el punto siguiente.

Al ser la última sesión, se solicitará a los diferentes grupos de alumnos, que realicen una evaluación de todo el proyecto en el que han participado. De esta forma, podrán hacer críticas o demandas que no hayan sido atendidas o se hayan pasado por alto.

Además, se realizará una encuesta a todos los alumnos para ver el nivel de conocimientos que hayan podido adquirir durante la intervención. Estos serán anónimos, pero permitirán evaluar los conocimientos adquiridos durante la intervención.

### 3.5 Evaluación del Proyecto.

La evaluación del proyecto se realizará de forma sistemática desde el inicio hasta el final. Se estructurará en tres etapas, una inicial, de estudio del centro, sus recursos, y lo que existan en la comunidad, hacer un análisis DAFO<sup>42</sup> del centro así como de cada grupo con el que se vaya a trabajar; la intermedia, durante el periodo de implementación (en la cual se irán evaluando las intervenciones y adecuando las siguientes, cumpliendo así el objetivo propuesto de adaptar la intervención); y la evaluación final, que se realizará por los alumnos y docentes implicados, así como por el centro. y existirá una evaluación a nivel posterior (un año) para evaluar el impacto del mismo.

Con la evaluación trataremos de comprobar si se han conseguido los objetivos propuestos, a nivel general y a nivel individual con cada grupo. Es decir, una valoración general de la ejecución del proyecto, algo en lo que la evaluación sistematizada ayudará, pues permitirá detectar carencias de forma temprana, las fortalezas de los participantes e implicados, o la adecuación de recursos durante el proceso, la detección y subsanación temprana de fallos, adecuar la intervención a los alumnos, si los profesionales encargados son los adecuados, si les falta formación...

Algunos indicadores que van a utilizarse para evaluar los objetivos específicos:

- A nivel general los alumnos del centro poseen mayor información, y muestran conocimiento en relación al consumo de sustancias, o conductas adictivas, sus efectos, y consecuencias.
- Han desarrollado unos hábitos saludables e incrementado en un 25% el consumo de actividades físicas y culturales propuestas por el centro o instituciones públicas como forma alternativa de ocio.
- Se retrasa la edad de inicio de los alumnos en el consumo de sustancias psicoactivas en un 25%
- El 50% han desarrollado hábitos en torno al uso responsable de las TIC.
- Al menos el 50% de alumnos tiene conciencia de la existencia de adicciones no relacionadas con las sustancias, destacando entre ellas la ludopatía.

---

<sup>42</sup> Forma de analizar las Debilidades, Amenazas, Fortalezas, y Oportunidades. Permite el análisis del contexto en su conjunto.

En la evaluación inicial se realizará un DAFO del centro en general y de cada grupo con el que se trabaje de forma particular. Para ello habrá que tener en cuenta que existirán factores de riesgo y de protección que podrán decantar el análisis. Se valorarán:

- Factores de riesgo: individuales de los alumnos (mal comportamiento, nula percepción del riesgo), del entorno familiar (falta de interés en la prevención, percepción de inutilidad de la institución escolar, ausencia de referentes familiares o comunicación con ellos, riesgo de exclusión social), o del centro educativo (inexistencia de sanciones, ineficacia de las sanciones, transmisión de estereotipos en el proceso educativo, carencias del profesorado, falta de recursos comunitarios)
- Factores protectores: individuales (colaboración, interés), familiares (motivación, expectativas positivas, apoyo), e institucionales (apoyo por parte del centro y de las instituciones públicas, existencia de recursos comunitarios y su uso, colaboración con el resto de los docentes)

Durante la evaluación intermedia, los participantes podrán valorar y aportar opiniones sobre las actividades y el desarrollo del proyecto. Los docentes en función del grupo adaptarán la intervención y harán una propuesta, dejando al grupo la posibilidad de realizar planteamientos de mejora de las actividades. Esta evaluación intermedia se realizará sesión por sesión, permitiendo a los alumnos demandar más información o métodos para favorecer su concienciación y reflexión, y favorecer así la prevención. De esta forma se permite participar al alumnado, bajo la supervisión del tutor y el PTSC, que irán rellenando una memoria de la intervención, además de poder hablar sobre qué acción realizar en las siguientes sesiones.

Respecto a la evaluación final se pretende que cada grupo de alumnos elabore una observación crítica del proyecto, realizando un análisis de las actividades, de su desarrollo, de la utilidad, la calidad de éstos, y de futuros talleres o intervenciones que se puedan realizar.

Cada grupo hará su autoevaluación, primero en relación con el proyecto en el cual han estado inmersos, y en segundo lugar de su propia experiencia y aprendizaje. Por último, se les realizará una pequeña encuesta acorde a todas las sesiones.

Por ello, para la evaluación final, se contará con las memorias individuales de cada grupo realizadas por cada tutor y el PTSC, y los resultados de las encuestas realizadas a cada alumno, y la valoración de estos respecto al proyecto.

Por último, la evaluación de impacto se realizará en el curso siguiente, permitiendo ver la evolución del proyecto, una vez este ha finalizado, además de favorecer el desarrollo de mejoras, cambiando aspectos para mejorar la intervención final. Esta evaluación, se podrá realizar, pasando el mismo cuestionario final, tras un año sin intervención.

Si se demuestra que el proyecto es efectivo, podrá darse una difusión del mismo, promoviendo que sea implantado en otros centros, remarcando siempre, que hay que tratar de adaptar este, al contexto del nuevo centro, para que la aplicación y satisfacción de necesidades sea adecuada, para luego volver a ser evaluada.

## 4. CONCLUSIONES

El punto de inicio del que parte el proyecto es la prevención de adicciones en consumo de drogas, de las TIC, y del juego de azar, entre otros tipos de conductas de riesgo para la salud de los jóvenes. Esta prevención ya se realiza desde las instituciones escolares, por ello, el presente documento es una propuesta de mejora de la intervención realizada actualmente.

De los datos extraídos podemos apreciar que, aunque si existe una intervención, y unos objetivos de prevención desde las instituciones escolares, la realidad es que esta intervención no consigue reducir las tasas de consumo. De dicha necesidad, la de reducir las tasas de consumo, así como su inicio temprano y desarrollo de las adicciones nace la propuesta.

Es de principal relevancia que la prevención se haga en la adolescencia, pues, es una fase madurativa importante donde el menor es en cierta manera vulnerable e influenciado, debido a su momento vital, biológico y de desarrollo psicosocial. A causa de esto, el proyecto se enfoca a este rango de edad, de los 12 a los 18 años, para que, mediante la enseñanza, se puedan prevenir conductas de riesgo que pongan en peligro el desarrollo natural de la persona, y eliminar factores que puedan desencadenar consumos perjudiciales o inadecuados de la tecnología, las drogas y el juego de apuesta.

Dado que la media de edad del inicio de consumo de sustancias varía en función de la misma, y del tipo de droga consumida, considero que sería preferible comenzar en el primer ciclo de la ESO con la prevención de consumo de sustancias como el tabaco o el alcohol, siendo, esta última, la sustancia psicoactiva más consumida entre los estudiantes de la ESO, de entre 14 a 18 años, situando la edad media de inicio a los 14 años, y su consumo regular a los 15, aumentando el riesgo de probar nuevas sustancias psicoactivas, y experimentar con el policonsumo. Hay que recordar<sup>43</sup>, que el tabaco es la segunda sustancia más consumida entre los jóvenes, seguida de las drogas ilegales como el cánnabis, que es la sustancia ilegal que antes empieza a consumirse, situándose como la

---

<sup>43</sup> Vid 2.1 Fotografía de la realidad de los Jóvenes.

tercera droga con su consumo más extendido entre los estudiantes de 14 a 18 años, droga que ha sufrido un incremento constante en su consumo en jóvenes desde 2018.

Por otro lado, respecto a las drogas químicas, o de diseño, haremos principal referencia a los hipnosedantes como droga que llega a ser usada por los adolescentes (12% H; 6% M a diario) en un porcentaje superior a otras drogas químicas como la cocaína o el éxtasis, siendo la tercera droga más consumida, con o sin prescripción médica, por lo que debe ser una sustancia tenida en cuenta a la hora de prevenir su consumo sin supervisión y sin prescripción.

También indicar que el género tiene gran relevancia a la hora de influir en un tipo u otro de consumo, destacando las mujeres en el consumo de hipnosedantes, y siendo significativa su prevalencia en el policonsumo de las drogas legales, mientras que los hombres muestran mayor prevalencia de policonsumos en las sustancias psicoactivas ilegales.

En relación con el consumo de sustancias como la cocaína (polvo y/o base), está en tendencia descendente desde el 2006, aunque los encuestados aluden que la edad de inicio son los 15 años, coincidiendo con la estandarización del consumo habitual de alcohol. También el éxtasis muestra una leve tendencia ascendente, y situando la edad de inicio promedio a los 15,4 años, similar a la cocaína, anfetaminas (15,4 años) o alucinógenos (15,2 años), por ello, veo necesaria la mejora de los sistemas de prevención enfocada al consumo de drogas en general, y también hacia el policonsumo. Introduciendo a su vez las adicciones a las nuevas tecnologías, y el desarrollo de consumos y hábitos responsables.

Respecto al desarrollo de hábitos saludables, en el segundo ciclo de la ESO, sería adecuado abordar de forma más concreta temas que ya hayan podido ser tratados de forma superficial anteriormente, permitiendo profundizar más en esta etapa, e intervenir, más directamente con adicciones a los móviles/ contenido digital, riesgos de otras adicciones como la ludopatía, adicción a la comida.... Todas las conductas pueden ser abordadas si desde el grupo de alumnos existe una necesidad de tratar el tema, y puede ser una forma cercana de relacionar conceptos, y favorecer una reflexión crítica respecto a las conductas individuales y grupales, de forma progresiva y de acuerdo con sus necesidades.

Siendo realistas, las nuevas tecnologías han llegado para quedarse, y no puede ilegalizarse, por ello, se pretende educar y favorecer un consumo responsable, no basado en la prohibición, sino por la educación de conductas y hábitos para el uso de las tecnologías. Cada vez consumimos más información de las TIC, móviles, ordenadores y tablets, del 100% de la población española, el 91% se conecta de forma frecuente a internet, dándose la particularidad, de que existen más conexiones móviles que personas. La media de uso de las TIC también es alta, ya que en general se gastan entre 4 y 5 horas en internet, 3 horas viendo la televisión y casi 2 horas en redes sociales al día. Es por ello, por lo que se plantea la prevención del abuso de la tecnología, con el fin de evitar, en el futuro, problemas graves de adicción, autoestima, o falta de hábitos saludables

Las nuevas tecnologías también ha favorecido el crecimiento de otras adicciones, como es la ludopatía, que, con el incremento del uso de las TIC, y el desarrollo de sitios de apuesta Online, se da una gran vinculación entre ambas, facilitando el acceso y la apuesta, y, por otro lado, evita la supervisión y el control por parte de los tutores/progenitores hacia los menores, lo que aumenta el riesgo, de iniciar la participación en juegos de apuesta económica, de forma temprana y sin conocimiento alguno.

Dado que el proyecto aún no ha sido ejecutado no podemos determinar el grado de eficacia en relación con la consecución de los objetivos planteados.

Pero hay una apuesta clara por dos factores que son claves a la hora de orientar y ejecutar una intervención, y aumentan la posibilidad de alcanzar los objetivos y responder a la hipótesis propuesta, son:

- La estabilidad de la intervención en el tiempo.
- El uso de metodologías que favorezcan la discusión y desarrollo de argumentos críticos.

La estabilidad de la intervención, puesto que es regular en la frecuencia y en tiempo, permitirá actuar implementando habilidades y conocimientos, de una forma que permita la adquisición de una opinión crítica. La intervención actual se basa en una acción puntual, sin continuidad alguna, la propuesta es cambiar estos dos aspectos, que sea permanente en el tiempo establecido del proyecto, y, además, tenga continuidad en las acciones realizadas para favorecer el avance en la prevención.

Respecto a las metodologías usadas, favorecerán un buen clima en el aula, y permitirá la interacción constante con los compañeros y con el entorno, reforzando elementos como el contexto, o el análisis de las acciones individuales, ya que son ambos los elementos que condicionan en gran medida las adicciones, o el desarrollo de comportamientos poco saludables. Con la aplicación de metodologías dialógicas, cooperativas y que empleen la IAP, permitirá aumentar la conciencia de uno mismo y del entorno que lo rodea, de la comprensión de las influencias que son bidireccionales, y de cómo la interacción de los propios alumnos con el entorno les descubrirá nuevos conocimientos.

Serán los tutores docentes y los PTSC los encargados de planificar e implementar el proyecto, realizando el diseño de las sesiones de forma conjunta, permitiendo al PTSC dotar a los grupos de los diferentes recursos comunitarios, y al tutor, realizar una aproximación correcta de los conocimientos a los alumnos. Desde luego que ambas figuras profesionales participarán activamente en las sesiones, pero siendo realistas, la presencia temporal de los PTSC en los centros educativos es escasa, dependiendo de la comunidad autónoma en la que nos encontremos, por ello, se ha preferido diseñar un proyecto en el cual haya una participación directa por parte del PTSC, pero que a su vez, sea flexible y le permita tener cierta independencia a la hora de intervenir en cada sesión, ya que en caso de no asistencia por motivo laboral, en el mismo centro o en otro, el proyecto no queda descolgado, ya que el tutor podrá realizar la sesión y la evaluación de la misma, y poner en común con el PTSC los avances o sucesos ocurridos, y planificar conjuntamente las siguientes sesiones.

El proyecto, al estar inserto dentro del Plan de Acción Tutorial, se incluye dentro del Proyecto Educativo del Centro (PEC), y en la Programación General Anual (PGA), lo que permitirá la participación de la comunidad educativa, mediante el consejo escolar y la AMPA.

Considero fundamental que en la sociedad de la abundancia en la que vivimos, se fomente y realice una prevención eficaz ante el abuso de diferentes estímulos, ya sean drogas, la tecnología o el entretenimiento que ofrece, también el juego de apuesta, o cualquier otro hábito que una vez llega a ser adictivo, transforma la realidad y el entorno del individuo. Se debe educar para crear conciencia social de los diferentes problemas asociados y derivados de las adicciones, así como para dotar de herramientas de identificación, y puesta en marcha de posibles soluciones. Cuanto más eficaz sea la prevención de

consumos perjudiciales o hábitos no saludables, se evitarán múltiples problemas individuales y sociales a largo plazo.

## BIBLIOGRAFÍA

Constitución Española de 1978.

ORDEN EDU/987/2012, de 14 de noviembre, por la que se regula la organización y funcionamiento de los equipos de orientación educativa de la Comunidad de Castilla y León.

ORDEN EDU/1054/2012, de 5 de diciembre, por la que se regula la organización y funcionamiento de los departamentos de orientación de los centros docentes de la Comunidad de Castilla y León.

VII Plan Regional sobre Drogas (2017-2021) de Castilla y León

PLAN DE ACCIÓN SOBRE ADICCIONES 2018-2020 Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad. Secretaría General Técnica. Centro de Publicaciones Delegación del Gobierno para el Plan Nacional sobre Droga

Real Decreto de comunicaciones comerciales de las actividades del juego que regula por primera vez la publicidad del sector de las apuestas en línea y juegos de azar en España. Artículos 7 y 8 de la Ley 13/2011 de 27 de mayo de regulación del juego de apuesta y azar.

Ley 13/2011 de 27 de mayo de regulación del juego de apuesta y azar.

LEY 3/2019, de 25 de febrero, de la Actividad Físico-Deportiva de Castilla y León

Ley 10/1990, de 15 de octubre, del Deporte.

Carta Europea del Deporte 1992

Encuesta Estatal sobre Uso de Drogas en Enseñanzas Secundarias (ESTUDES) Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social Secretaría de Estado de Servicios Sociales Delegación del Gobierno para el Plan Nacional sobre Drogas Madrid, 19 de noviembre de 2019

Encuesta a Profesores de Enseñanzas Secundarias sobre Drogas y otras Adicciones en España EPAD 2016 Observatorio Español de las Drogas y las Adicciones. Delegación del Gobierno para el Plan Nacional sobre Drogas

ESTRATEGIA NACIONAL SOBRE ADICCIONES 2017/2024 Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad. Secretaría General Técnica. Centro de Publicaciones Delegación del Gobierno para el Plan Nacional sobre Drogas

Resumen ejecutivo Informe Juventud en España (2020). Instituto de la Juventud. Dirección General del INJUVE y Observatorio de la Juventud en España

ESTRATEGIA EUROPEA: Estrategia de la UE en materia de lucha contra la droga (2013-2020)

PLAN DE ACCIÓN de la UE en materia de lucha contra la droga 2017-2020

Evaluation of the implementation of the EU Drugs Strategy 2013-2020 and of the EU Action Plan on Drugs 2013-2016: a continuous need for an EU Action Plan on Drugs 2017-2020

Perspectiva de Género aplicada a las Drogodependencias. Asociación de Entidades de Centros de Día de Drogodependencias (ASECEDI) 2008

Intervención en drogodependencias con enfoque de género. Instituto de la Mujer 2007

Género y drogas. Guía informativa. Diputación de Alicante. Igualdad y Juventud 2012

Tratamiento del abuso de sustancias y atención para la mujer: Estudios monográficos y experiencia adquirida. Oficina de Naciones Unidas contra la Droga y el Delito (UNODC) 2005

Incorporación de la perspectiva de género en la planificación sobre drogodependencias. Diagnóstico y recomendaciones. Fundación Atenea / Junio 2015

Ley Orgánica 3/2007, de 22 de marzo, para la igualdad efectiva de mujeres y hombres

Hombres, mujeres y drogodependencias. Explicación social de las diferencias de género en el consumo problemático de drogas. Fundación Atenea, junio 2016

Consumo de alcohol en hombres penados por violencia contra la pareja: factores individuales y contextuales. 2013. Alba Catalá-Miñana, Marisol Lilla y Amparo Oliver. Revista Adicciones de la Sociedad Científica Española de Estudios sobre el Alcohol, el Alcoholismo y las otras Toxicomanías, Palma de Mallorca, España

Alcohol+Violence. Intimate partner violence and alcohol. World Health Organization 2006

Lamas Alonso. J.J.; *Guía Clínica Específica. Jóvenes y Juego Online*. Editado Federación Española de Jugadores de Azar Rehabilitados. Junio 2018.

Zygmunt Bauman *TIEMPOS LÍQUIDOS Vivir en una época de incertidumbre* (2007) Consejo Nacional para la Cultura y las Artes.

De Frutos. C. *Desarrollo Humano en el Ciclo Vital BLOQUE III: Adolescencia y Juventud Capítulo 6* Desarrollo Humano en el Ciclo Vital. 2016. Grado en trabajo social. Departamento de Psicología. Universidad de Valladolid.

López Sánchez F. *Adolescencia. Necesidades y problemas. Implicaciones para la intervención*. Revista de Formación Continuada de la Sociedad Española de Medicina de la Adolescencia. Vol. III mayo 2015 N.º 2

Lorenzana Álvarez L.; Vecina Merchante C.; Ferrá Rotger J.; La prevención del consumo de drogas desde la escuela. Universidad de las islas baleares. Ponencia.

Becoña Iglesias E.; *Bases Psicológicas de la Prevención del Consumo de Drogas*. Universidad de Santiago de Compostela. Papeles del Psicólogo, 2007. Vol. 28(1), pp. 11-20 [Papeles del Psicólogo \(papelesdelpsicologo.es\)](http://papelesdelpsicologo.es)

Arellanez-Hernández JL, Diaz-Negrete DB, Wagner-Echeagaray F, et al. *Factores psicosociales asociados con el abuso y la dependencia de drogas entre adolescentes: análisis bivariados de un estudio de casos y controles*. Salud Mental. 2004;27(3):54-64.

Mendoza CYL, Vargas PK. Factores psicosociales asociados al consumo y adicción a sustancias psicoactivas. Rev Elec Psic Izt. 2017;20(1):139-167.

Blasco Mira, J.E.; Pérez Turpin, J.A.; *Metodologías de Investigación en las Ciencias de la Actividad Física y el Deporte: Ampliando Horizontes* 23-oct-2007 Editor: Editorial Club Universitario. Recuperado de <http://hdl.handle.net/10045/12270>

Fernández-Gavira J.; Jiménez-Sánchez M.B.; Fernández-Truan J.C.; *Deporte e Inclusión Social: aplicación del Programa de Responsabilidad Personal y Social en Adolescentes*. Revista de Humanidades, 34 (2018). p. 39-58. ISSN 1130-5029.

Castillo I., Janet Torres D., Rojas I., Águila N. *El desarrollo socioemocional del adolescente ante los retos y desafíos de la informatización de la sociedad*. Norte de salud mental, 2019, vol. XVI, nº 61: 35-45.

Díaz Fernández. R. Sierra Berdejo. M. *Análisis teórico sobre prevención de drogodependencias en el marco de la educación para la salud: factores de riesgo y de protección*. Acciones e Investigaciones Sociales, 26 (julio 2008), pp. 161-187 ISSN: 1132-192X

Rivasés. M. 2017 *Ludo pedagogía Jugar para conocer, conocer para transformar*. Editorial Fundación InteRed [www.intered.org](http://www.intered.org)

Cano. A. *La metodología de taller en los procesos de educación popular*. Universidad de la República (Uruguay). ReLMCS, julio-diciembre 2012, vol. 2, nº 2, pp.22-52. ISSN 1853-7863

Gutiérrez Ojeda. P.; Osorio. N; Rincón Jaimes. E.A.; Toloza Orduz. B.; Vega Chacón. M.A.; *Estrategia Lúdico-pedagógica Dirigida a Niños y Niñas de Transición para el Fortalecimiento de la Atención Sostenida en su Proceso de Aprendizaje*. 20 de mayo de 2018 Publica: Corporación Universitaria Minuto de Dios-UNIMINUTO, Colombia, Santander, Bucaramanga.

Guerrero Ruiz P., Benavent Döring. G. *El modelo dialógico en la enseñanza-aprendizaje de una le (hacia una pedagogía de la interculturalidad)* ASELE. Actas XIII (2002). Centro Virtual Cervantes.

Cecilia M<sup>a</sup> Azorín Abellán C. M<sup>a</sup>. *¡Abre los ojos! Un proyecto de mejora educativa para la prevención de drogas en adolescentes*. Octubre 2014 Universidad de Murcia.

Zarco Resa. J.A.; *Programas Educativos para la Prevención de Adicciones en la Comunidad Autónoma Andaluza*. Revista AOSMA N.º 26- marzo 2019- ISSN-e: 1887-3952

Hernández M.; Solano I. *Cyberbullying, un Problema de Acoso Escolar* Universidad de Murcia (España) AIESAD RIED v. 10: 1, 2007, PP. 17-36

CYBERPROGRAM 2.0. Un programa de intervención para prevenir y reducir el cyberbullying Maite Garaigordobil Landazabal Facultad de Psicología. Universidad del País Vasco

Carreres Ponsoda F. (2014). efectos, en los adolescentes, de un programa de responsabilidad personal y social a través del deporte extraescolar. Universidad de Alicante.

Ramírez. W., Vinaccia. S., Ramón Suárez G.(2004) El Impacto de la actividad física y el deporte sobre la salud, la cognición, la socialización y el rendimiento académico: una revisión teórica Revista de Estudios Sociales,Nº.18, pp 67-75.

Pulido Tenllado, A.(2018) La práctica deportiva como instrumento de inclusión social Revista de Trabajo Social y Acción social, Documentos de Trabajo social volumen I premio TFG pp 7-38

Fernández-Gavira J., Jiménez-Sánchez M.B., Fernández-Truan J.C.(2018) Deporte e Inclusión Social: aplicación del Programa de Responsabilidad Personal y Social en adolescentes Revista de Humanidades, 34 Pp. 39-58.

### **Webgrafía:**

La guerra a las drogas se ha terminado" (programa completo presentado por A. Escotado) <https://www.youtube.com/watch?v=qLvn2eKlvQ8&t=900s>

Debate televisivo sobre el uso y abuso de las sustancias ilícitas  
<https://www.youtube.com/watch?v=9THg6SGvJ1U>

¿Por qué no nos cuentan estas cosas en el colegio?  
<https://www.youtube.com/watch?v=y2zG92yal8A>

Seminario AITEX Ciberseguridad con Chema Alonso 2020  
<https://www.youtube.com/watch?v=Fj9TWMTxGuc>

Organización Mundial De La Salud <https://www.who.int/es>

Valverde, M. M. (2010). *El bullying en los centros educativos*. Recuperado de:  
<https://www.feandalucia.ccoo.es/indcontei.aspx?d=5309&s=5&ind=233>

Merayo, M.ª M. (2013). *Acoso Escolar*. Recuperado de:  
<https://www.ceapa.es/content/acoso-escolar>

Federación Española de Jugadores de azar rehabilitados. <https://fejar.org/ludopatia/>

## ANEXOS

### Anexo 1 Temporalización

SEPTIEMBRE

L	M	M	J	V	S	D
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

OCTUBRE

L	M	M	J	V	S	D
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

NOVIEMBRE

L	M	M	J	V	S	D
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

DICIEMBRE

L	M	M	J	V	S	D
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

ENERO

L	M	M	J	V	S	D
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

FEBRERO

L	M	M	J	V	S	D
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

MARZO

L	M	M	J	V	S	D
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

ABRIL

L	M	M	J	V	S	D
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

MAYO

L	M	M	J	V	S	D
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

JUNIO

L	M	M	J	V	S	D
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

JULIO

L	M	M	J	V	S	D
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

AGOSTO

L	M	M	J	V	S	D
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

## Anexo 2 Encuesta inicial

Los datos reflejados en este documento serán tratados con carácter confidencial y son de carácter anónimo. Los datos solo podrán ser usados para conocer la situación de la clase y adaptar la intervención educativa a las necesidades concretas de los alumnos y el uso de estos será únicamente para fines de investigación académica realizada desde la Universidad de Valladolid desde el grado de Medicina.

Curso:	Clase N.º:	Fecha:
--------	------------	--------

Indique el género con el que se identifique

Año de nacimiento

Hembra	<input type="checkbox"/>
Varón	<input type="checkbox"/>
Otros	<input type="checkbox"/>

Situación educativa (puedes marcar más de 1 opción)

Quiero acabar la ESO y acceder a estudios superiores.	<input type="checkbox"/>
Voy a curso por año, aunque me cuesta	<input type="checkbox"/>
He repetido una vez	<input type="checkbox"/>
He repetido más de una vez	<input type="checkbox"/>
Voy a dejar el instituto en cuanto pueda	<input type="checkbox"/>
Los estudios no me aportan nada.	<input type="checkbox"/>

Tienes móvil/ordenador/Tablet, si es así indica tu edad al tener tu primer dispositivo propio.

Menos de 12 años	<input type="checkbox"/>
Con 12 años	<input type="checkbox"/>
Entre los 12 y los 13 años	<input type="checkbox"/>
Con más de 13 años	<input type="checkbox"/>
No tengo móvil/ordenador/Tablet propio, uso el de mis padres/tutores	<input type="checkbox"/>

¿Marca cuantas horas crees/consideras que inviertes al día en estar con las TIC? (móviles, ordenadores, tablets) con independencia del tipo de uso (lúdico, por trabajo, estudios)

Entre 1 o 2 horas /día	
Entre 2 a 4 horas/día	
Entre 4 y 6 horas /día	
Entre 6 u 8 horas/día	
Mas de 8 horas/día	

Entre las horas escogidas anteriormente, en que crees que inviertes más tiempo con las TIC.

Ocio/entretenimiento	
Trabajo/estudio	
Como medios de información.	
Como medio para un fin (maps)	

Has jugado alguna vez a juegos de apuesta, en caso afirmativo indica como ha sido

Con amigos, sin dinero, y por pasar el rato	
Apostando dinero y con amigos	
En locales de apuesta con o sin apoyo de mayores de edad	
De manera online con supervisión	
De manera online sin supervisión	

En caso de no haber jugado ¿conocías las formas anteriores?

Si	
No	

Con respecto a las drogas ¿cuáles de las siguientes sustancias conoces?

Tabaco	
Alcohol	
Marihuana / Hachís	
Éxtasis / MDMA/ Anfetaminas	
Cocaína	
Metanfetamina	
Otras (indique cuales)	

¿Qué sustancias de las anteriores has probado?

Tabaco	
Alcohol	
Marihuana / Hachís	
Éxtasis/ MDMA/ Anfetaminas	
Cocaína	
Metanfetamina	
Otras (indique cuales)	
Ninguna	

¿Qué sensación te provocan dichas sustancias cuando las has consumido?

¿Qué expectativas tienes respecto al proyecto que empezamos juntos?

Sobre los temas propuestos, dinos sobre qué aspectos concretos te gustaría saber más

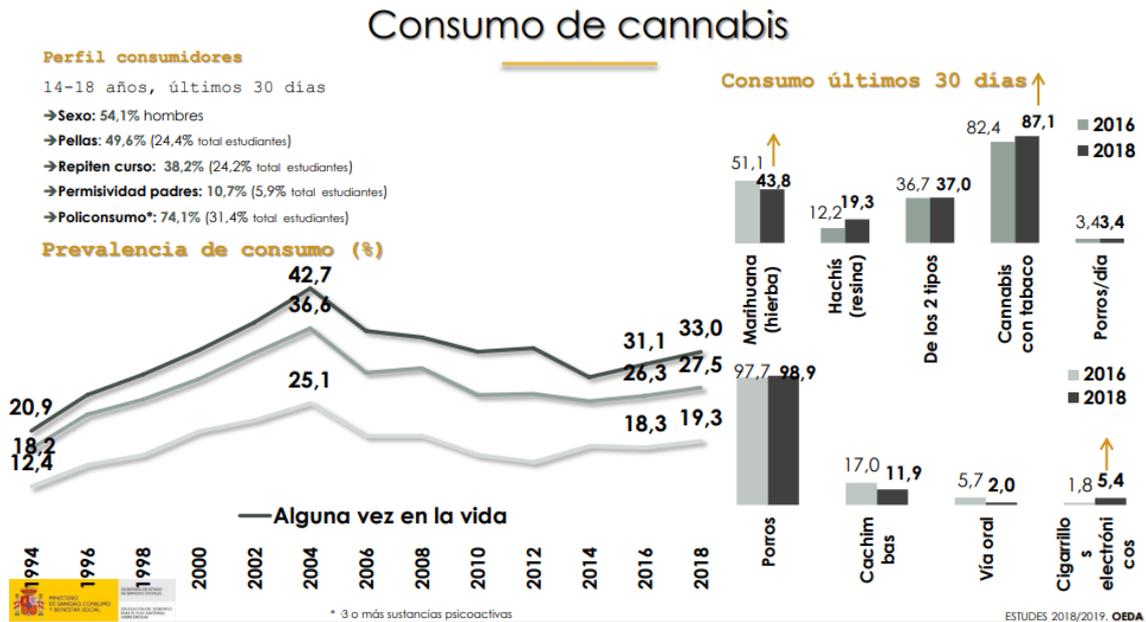
Anexo 3 Uso de las TIC

**Tiempo de uso al día de las TIC durante las vacaciones de Navidad.**

Curso:	Clase N.º:										Fecha:				
<b>Formas de acceso a la información o entretenimiento.</b>	<b>Horas, minutos e interacciones</b>														
Prensa (escrita o digital)															
Radio (informativa o musical)															
TV. Cadenas generales (La1, T5) etc.- o canales especializados (Neox, Nova, Gol, etc.)															
Plataformas de pago (Movistar+, Netflix, HBO, etc.)															
Redes Sociales (WhatsApp, Instagram, Facebook, Twitter, TikTok, etc.)															
Buscadores (Google o similares)															
Plataformas compras (Amazon, Aliexpres, o similares)															
Plataformas de Video y streaming (Youtube o Twitch...)															
Música (Spotify, YouTube, amazon music...)															
Correo electrónico															
Video Consolas (Play station, Xbox. Wii, Nintendo, Ordenador)															
<b>TOTAL DE HORAS INVERTIDAS</b>															

## Anexo 4 Los datos de un vistazo

Las ilustraciones que se muestran a continuación pertenecen todas a presentaciones de los estudios ESTUDES de diferentes años. Se presentan como complemento a la justificación y a las ilustraciones incluidas en el mismo.

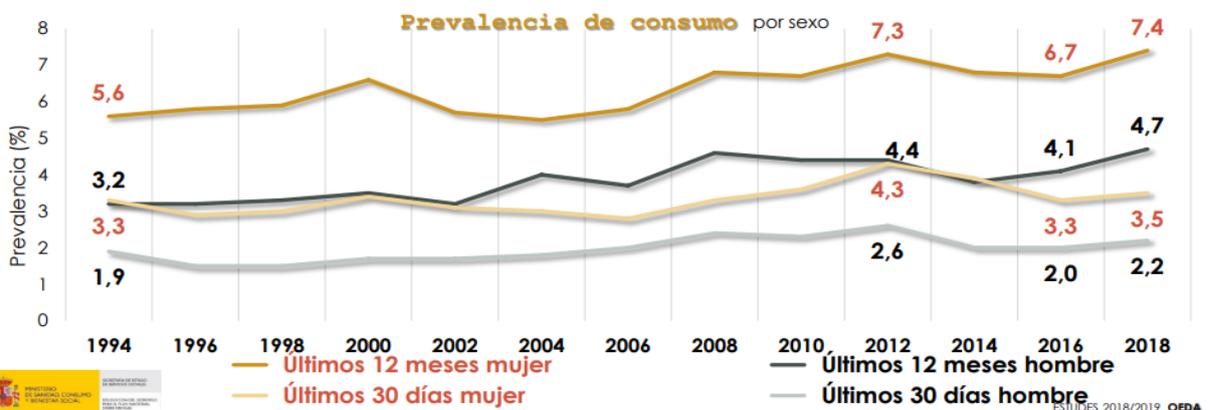


### Consumo de hiposedantes sin receta

**Perfil consumidores**

14-18 años, últimos 12 meses

- Sexo: 62,4% mujeres
- Pellas: 42,2% (24,4% total estudiantes)
- Conflicto o discusión con padres/hermanos: 62,1% (39,1% total estudiantes)
- Han sufrido bullying: 17,0% (9,4% total estudiantes)



## Uso compulsivo de internet (CIUS $\geq$ 28)

### Prevalencia uso compulsivo de internet (CIUS $\geq$ 28)

entre todos los estudiantes de 14-18 años

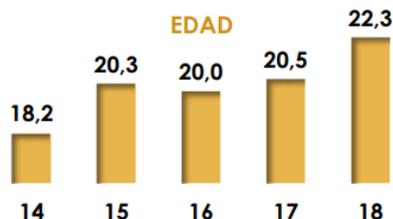
14-18 años



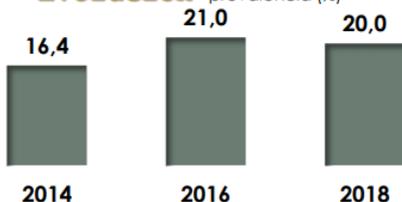
SEXO



EDAD



Evolución prevalencia (%)



### The Compulsive Internet Use Scale (CIUS)

- 14 preguntas
- Puntuación total **56 puntos**
- Uso compulsivo de internet **28 puntos o más.**



ESTUDES 2018/2019. OEDA

## Uso compulsivo de internet (CIUS $\geq$ 28)

ESTUDES 2014

37.486 estudiantes

ESTUDES 2016

35.369 estudiantes

ESTUDES 2018

38.010 estudiantes



14-18 años



SEXO



EDAD



14-18 años



SEXO



EDAD



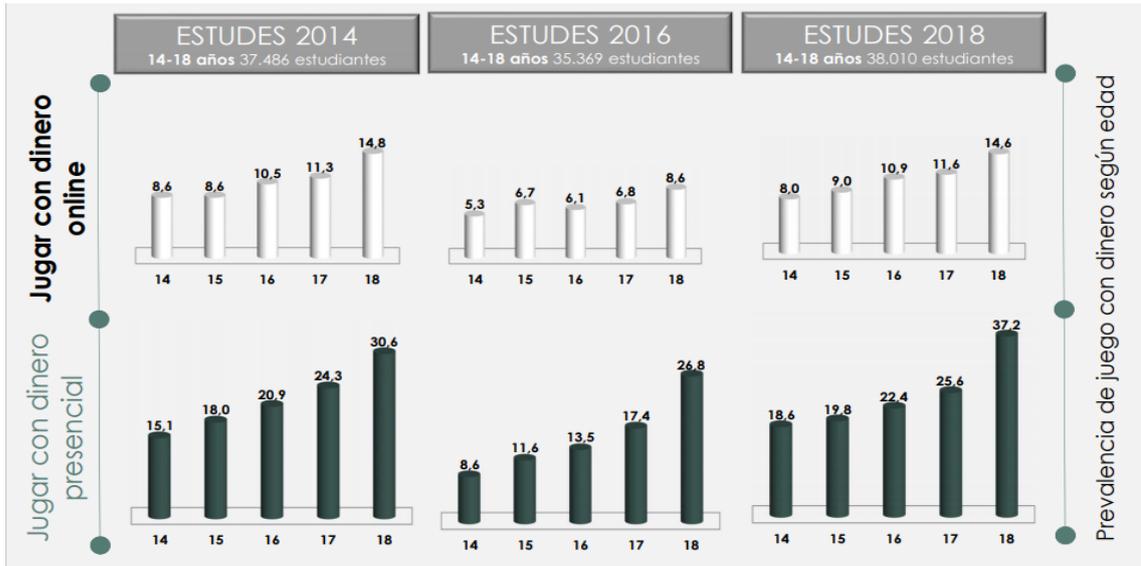
14-18 años



SEXO

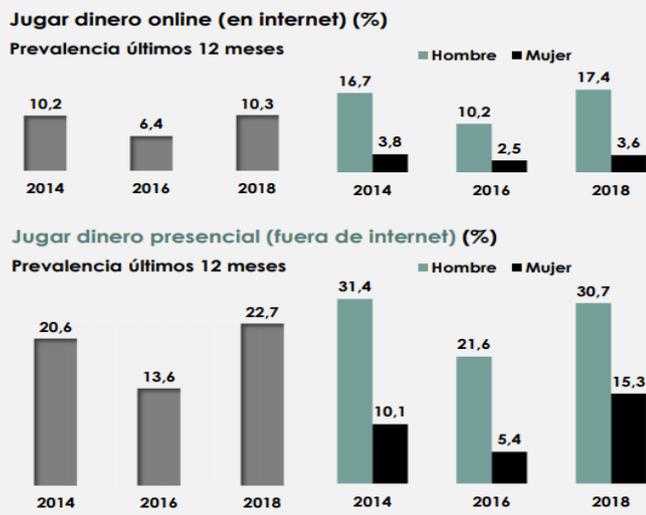


EDAD



Módulo de juego con dinero

ESTUDES 2014-2018  
14-18 años



Los estudiantes que realizan un juego con dinero posiblemente patológico presentan **mayores prevalencias de consumo intensivo de sustancias como el alcohol, el cannabis y el tabaco** que las encontradas entre los estudiantes en general

	Estudiantes 14-18 años	Estudiantes con posible juego problemático
Borracheras	24,3	46,5
Binge drinking	32,3	57,0
Cannabis	19,3	43,2
Tabaco diario	9,8	21,5