

# MÉXICO 2010

Bicentenario Independencia  
Centenario Revolución



## Programa Nacional Escuela Segura

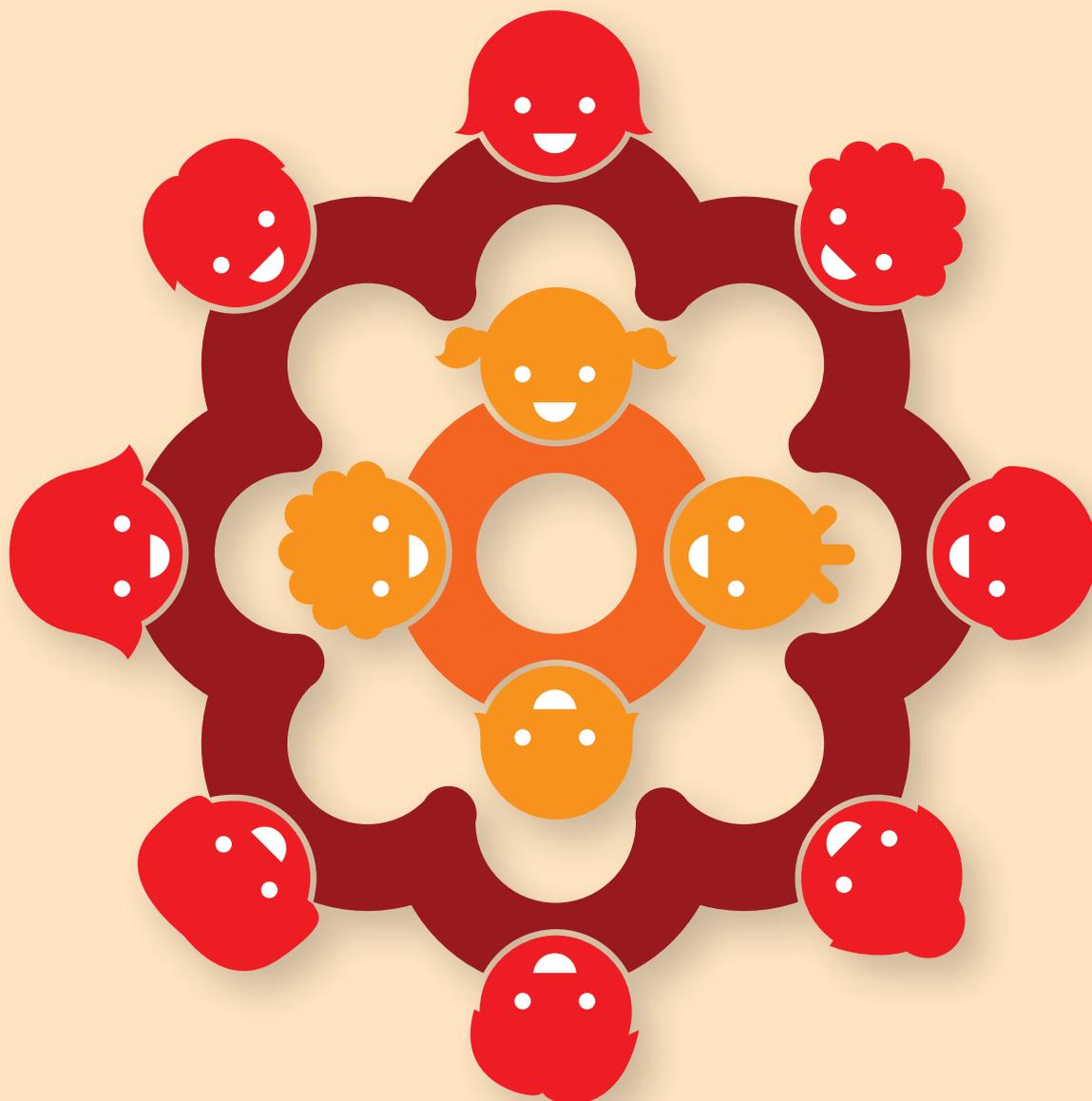
GOBIERNO  
FEDERAL

Alianza por la Calidad de la Educación



SEP

SALUD



## Orientaciones para la prevención de adicciones en escuelas de educación primaria

Guía para docentes de 4°, 5° y 6°



Vivir Mejor

## SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA

**Alonso Lujambio Irazábal**  
Secretario de Educación Pública

**José Fernando González Sánchez**  
Subsecretario de Educación Básica

**Leticia Gutiérrez Corona**  
Directora General de Formación Continua  
de Maestros en Servicio

**Juan Martín Martínez Becerra**  
Director General de Desarrollo de la  
Gestión e Innovación Educativa

**Ernesto Ponce Rodríguez**  
Coordinador General de Innovación Educativa de la OCDE

**José Aguirre Vázquez**  
Coordinador Nacional del Programa Escuela Segura

## SECRETARÍA DE SALUD

**José Ángel Córdova Villalobos**  
Secretario de Salud

**Mauricio Hernández Ávila**  
Subsecretario de Prevención y Promoción de la Salud

**Carlos José Rodríguez Ajenjo**  
Secretario Técnico del Consejo Nacional contra las  
Adicciones

**José Manuel Castrejón Vacío**  
Director de Vinculación Sectorial

### Coordinación General

José Aguirre Vázquez

### Contenidos

Ana María Barceinas Medellín  
Leticia Gabriela Landeros Aguirre  
Guillermo Martínez Cuevas

### Revisión técnica

Laura Gabriela Conde Flores  
Grisselda Olmos Villegas  
Irene Sandoval Mejía  
Alma Lucía Góngora Martínez  
Adriana Deniz Navarrete Alcántara  
Dulce María Buenrostro García

### Coordinación editorial

Laura Gabriela Conde Flores

### Cuidado de la edición

María Teresa Calderón López

### Servicios editoriales

Zazil Be Palma

### Diseño

Ana Lucía Castro Ríos  
Parménides del Ángel Gómez

### Ilustración

Jesús Enrique Gil De María y Campos

### Corrección de estilo

Aldonza González

### Corrección de pruebas

Alicia Aldama Garisoain

### Primera edición 2009

D.R. © Secretaría de Educación Pública, 2009

Argentina 28, Colonia Centro Histórico,

C. P. 06029; México, D. F.

ISBN: 978-607-8017-07-2

Distribución Gratuita (prohibida su venta)



SEP



SALUD



## Agradecimientos

El *Programa Nacional Escuela Segura* busca garantizar que niñas, niños y adolescentes, que asisten a las escuelas de educación básica, aprendan en un ambiente sano y seguro, en el que la organización, el funcionamiento y la convivencia escolar se centren en el respeto a la dignidad y derechos de las personas.

Atender los problemas de seguridad que vive nuestra sociedad y que impactan directa e indirectamente a las escuelas, es una tarea que requiere del compromiso y participación de todos. Por ello, resulta indispensable la conformación de redes interinstitucionales de colaboración que permitan la convergencia de recursos y capacidades, para implementar acciones orientadas a la gestión de la seguridad en beneficio de las comunidades escolares.

Por tal motivo, la Secretaría de Educación Pública —a través del *Programa Nacional Escuela Segura*— y la Secretaría de Salud a través del Consejo Nacional contra las Adicciones, se congratulan y agradecen la participación de especialistas e investigadores del Instituto Nacional de Psiquiatría “Dr. Ramón de la Fuente Muñiz”; de los Centros de Integración Juvenil, A.C., de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Autónoma de México; de la Comisión Interamericana para el Control del Abuso de las Drogas (CICAD) y de la Fundación “Gonzalo Río Arronte”, I.A.P., por su invaluable colaboración en la revisión técnica de esta guía.



# Índice

---

<b>Presentación</b>	6
<b>Introducción</b>	11
<b>A. Bases para la prevención del consumo de drogas desde la escuela primaria</b>	15
<b>I. Conceptos básicos para la prevención de adicciones</b>	16
1. ¿Por qué prevenir adicciones desde primaria?	16
2. ¿Cómo entender el fenómeno adictivo?	17
3. Situación actual del consumo de drogas	20
4. Los factores de riesgo	23
5. Los factores de protección	25
<b>II. La prevención de adicciones desde el contexto escolar</b>	28
1. Características generales de los programas preventivos	28
2. El modelo de prevención de adicciones	30
3. El papel del docente como agente preventivo	31
4. El currículo de la educación básica y la prevención de adicciones	32
5. Ejes para la prevención de adicciones en la educación básica	36
6. Perfil de egreso del estudiante de educación básica basado en la prevención de adicciones	41
<b>B. Estrategias didácticas para la prevención de adicciones en la escuela primaria</b>	49
<b>I. Fichero de estrategias didácticas</b>	
Cuarto grado	54
Quinto grado	89
Sexto grado	119
<b>Anexos</b>	155
<b>Glosario</b>	159
<b>Bibliografía</b>	167
<b>Sitios de Internet</b>	172
<b>Directorio del Programa Nacional Escuela Segura</b>	175
<b>Directorio de Consejos Estatales contra las Adicciones</b>	178

Los países que en las últimas décadas han logrado avances significativos en su desarrollo social han invertido prioritariamente en mejorar la calidad educativa de su sistema de educación básica. En nuestro país, este sistema representa los cimientos del proyecto educativo nacional. Es por ello, que las comunidades escolares no pueden permanecer al margen de la atención a problemáticas que, por su gravedad, representan un riesgo de nivel considerable para las niñas, niños y adolescentes que cursan educación básica. En este sentido, merece especial atención el riesgo de consumo de sustancias adictivas, considerado uno de los problemas de salud pública que más estragos causa en términos de salud y desarrollo individual y social.

En atención a nuestra vocación como formadores y en el marco de las estrategias nacionales: *Vivir Mejor* y *Limpiemos México*, así como en apego a lo dispuesto en el Acuerdo Nacional por la Seguridad, la Justicia y la Legalidad, la Secretaría de Educación Pública —mediante el *Programa Nacional Escuela Segura*—, refrenda su compromiso de garantizar que las y los alumnos aprendan en un ambiente sano, seguro, confiable y libre de violencia, en donde el respeto a la dignidad y los derechos de las personas sea el principio rector de la convivencia y la organización escolar.

Para lograr lo anterior, el *Programa Nacional Escuela Segura* ha desarrollado proyectos de difusión, formación y actualización, en temas relacionados con el fortalecimiento de la seguridad escolar como es la prevención de las adicciones. En este esfuerzo, el Programa ha contado con el apoyo continuo del Consejo Nacional contra las Adicciones (CONADIC), ya que tanto el sector educativo como el sector salud, asumen que el impacto de las adicciones en la población escolar es un asunto de interés colectivo que merece la intervención de toda la sociedad, en virtud de que, para afrontarlo, es indispensable la participación, el compromiso y sobre todo la colaboración de personas e instituciones que por su relación con la escuela y por la naturaleza de su labor, están en condiciones de coadyuvar en los procesos de prevención de las adicciones.

Como resultado de este compromiso de colaboración, el *Programa Nacional Escuela Segura* y el CONADIC, pusieron en marcha en el año 2008 la *Estrategia Nacional de Capacitación en Prevención de Adicciones para docentes de Educación Básica*, cuyo propósito se centra en brindar a los colectivos escolares herramientas teóricas y metodológicas para participar como agentes de prevención y de contención entre la población en edad escolar en torno al consumo de tabaco, alcohol y otras drogas.





Esta estrategia proyecta la atención diferenciada y secuencial de los tres niveles de la educación básica: secundaria, primaria y preescolar, a través de dos aspectos dirigidos a docentes, directivos y personal de apoyo:

1. El diseño de materiales didácticos para la aplicación de un modelo preventivo enfocado en el quehacer escolar con apego a los contenidos curriculares.
2. La capacitación y formación continua de los agentes involucrados en la vida escolar, para fortalecer su preparación en torno a la prevención y al desarrollo de competencias vinculadas con el cuidado de la salud física, emocional y social.

En su fundamentación, la estrategia parte de tres premisas básicas: En primer término del hecho de que la escuela, por sus características, es el ámbito propicio para el desarrollo físico, emocional y social de las y los niños. En segundo lugar, por la convicción que se tiene de que no hay mejor manera de prevenir que formando desde temprana edad individuos capaces de cuidar de sí mismos, de responsabilizarse de sus actos y de tomar decisiones libre y conscientemente. Por último, tenemos la certeza de que esta estrategia tendrá éxito sólo si se cuenta con el compromiso y la dedicada participación de todos y cada uno de los docentes, directivos y personal de apoyo de las escuelas de educación básica de nuestro país a quienes expresamos un profundo respeto y agradecimiento por su colaboración en este esfuerzo encaminado a garantizar la salud y la seguridad de todas y todos los alumnos.

**SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA**

El problema de las adicciones es hoy un tema obligado en la agenda nacional y representa uno de los mayores retos de salud pública que enfrenta la sociedad contemporánea. Por su alcance global y sus efectos en el desarrollo de los países, las adicciones exigen de los gobiernos políticas públicas consistentes y de largo plazo que involucren la participación activa de la sociedad civil organizada.

El aumento en el consumo de sustancias adictivas, entre la población infantil y juvenil, ha obligado a hacer un llamado a la sociedad y a los gobiernos de todos los niveles para llevar a cabo acciones que favorezcan la construcción de ambientes saludables y libres de adicciones. Los resultados de las investigaciones ante esta situación compleja demandan un manejo integral donde todos nos convertimos en actores responsables de revertir el problema del uso y abuso de las drogas.

La adicción, como todos sabemos, es un problema de evolución crónica y con recaídas frecuentes, de ahí la importancia de considerar estrategias adecuadas que permitan la prevención de su uso desde edades tempranas. El gobierno federal ha puesto especial atención a la lucha contra las drogas, partiendo de reconocer la gravedad del problema y comprometiéndose con la acción y coordinación interinstitucional para actuar oportunamente.

Hemos sido cuidadosos en la elección de acciones y soluciones basadas en la evidencia científica, privilegiando aquellas que impliquen la participación activa del mayor número de ciudadanos y de la coordinación con diferentes órdenes de gobierno. Concretamente, el Consejo Nacional contra las Adicciones (CONADIC), promueve el Modelo Integral de Prevención de Adicciones, a fin de contrarrestar este problema de salud pública —en el corto y mediano plazo— a través de 311 Unidades de Especialidad Médica (UNEME) y Centros para la Atención de las Adicciones (CAPA) “Nueva Vida”. Actualmente se adopta el modelo de intervención de acuerdo con los niveles de consumo, poniendo especial énfasis en la prevención y promoción de la salud, además de ofrecer un tratamiento ambulatorio de calidad que cuenta con servicios de alta especialidad, atención psicológica y un programa médico de servicios ambulatorios de salud para disminuir la demanda de drogas (UNEMES, 2007). Las UNEMES-CAPA combaten las adicciones con un modelo único que trabaja la detección temprana tanto en personas con mayor vulnerabilidad como en consumidores experimentales y sus familias.

Además de esas acciones, la Secretaría de Educación Pública y la Secretaría de Salud —conscientes de que la escuela constituye uno de los ámbitos prioritarios de la prevención—, con el esfuerzo y la convicción de autoridades educativas y de educadores, de docentes, estudiantes, personal de





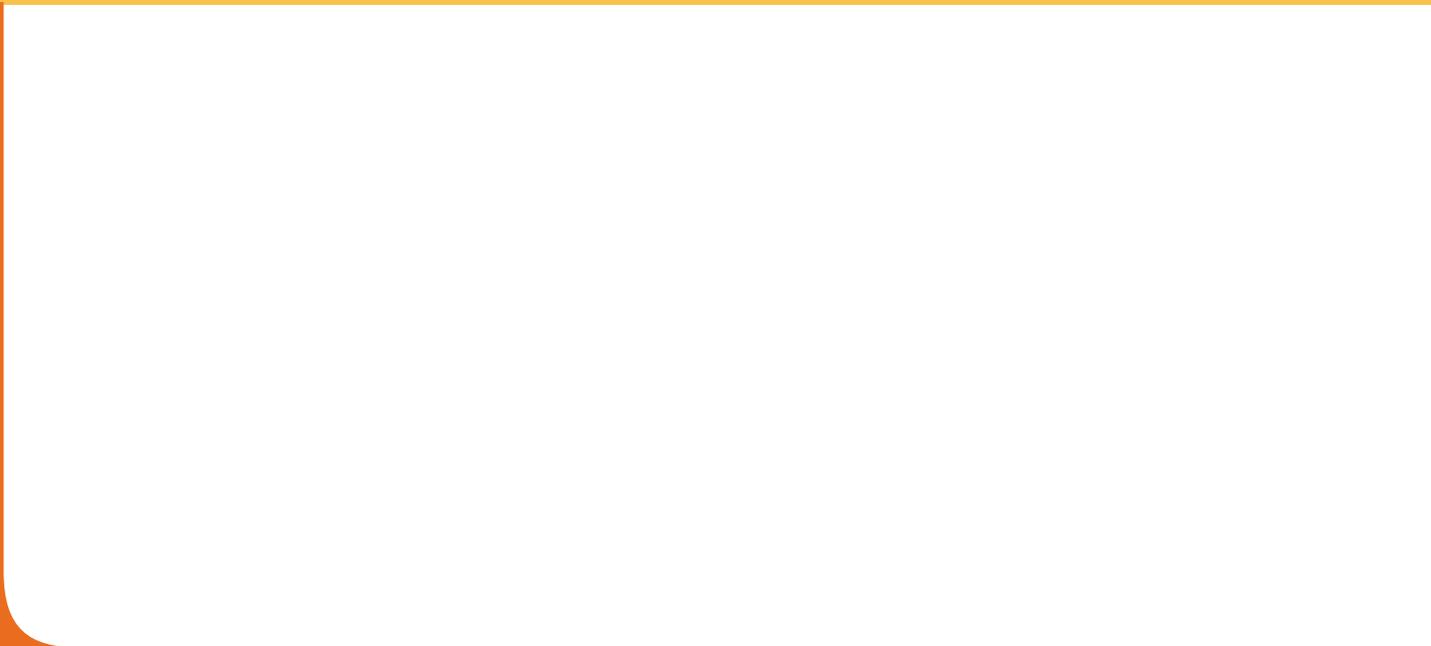
apoyo y padres de familia, colaboran estrechamente en la elaboración del material para desarrollar la *Estrategia Nacional de Capacitación en Prevención de Adicciones para Docentes de Educación Básica*, promovida por el *Programa Nacional Escuela Segura*, con la intención de preparar a los docentes para la prevención, detección y canalización de casos de alto riesgo.

De esta manera, dirigimos las acciones preventivas hacia los integrantes de la comunidad escolar para que incrementen sus estrategias en pro de una cultura libre de drogas y en favor del desarrollo integral de las niñas y los niños que asisten a escuelas de educación básica.

Junto con esta publicación, va la confianza en la sinergia que se está haciendo con el sector educativo, sumándonos al esfuerzo nacional por crear un país en el que se pueda vivir mejor.

**SECRETARÍA DE SALUD**





# Introducción



## Introducción

Tomando en cuenta que el potencial formativo de la educación primaria es producto de la suma de dos condiciones fundamentales: el desarrollo físico, emocional y social que experimentan los alumnos a lo largo de seis años de escolaridad primaria, y el trabajo tutorial de las y los docentes; en términos de dotación de materiales y de los procesos de capacitación, considerando las diferencias en el nivel de desarrollo socio-afectivo y cognitivo, así como las particularidades de los contextos de convivencia de acuerdo con la edad de las y los alumnos, la estrategia opta por el diseño de una guía para los docentes que atienden a la población de menor edad en los primeros tres grados y otra para quienes acompañan a alumnos —generalmente preadolescentes— que cursan los últimos tres grados de primaria.

Por lo anterior, la presente *Guía para docentes de 4°, 5° y 6° de primaria*, junto con la *Guía para docentes de 1°, 2° y 3°*, y la *Guía para fortalecer la gestión escolar con énfasis en prevención*, dirigida a los directivos para el trabajo con los colectivos escolares, conforman la serie de materiales denominada: Orientaciones para la Prevención de Adicciones en escuelas de educación primaria.

Estos materiales valoran el potencial formativo del currículum de educación básica, consolidable a través de procesos continuos de aprendizaje en los que se aprovechan las áreas de oportunidad que ofrece la labor cotidiana de la escuela, para el abordaje de temas relacionados con la prevención de riesgo de consumo y, sobre todo, del desarrollo de competencias que permitan a las y los estudiantes enfrentarse a riesgos cotidianos y también a los sorpresivos.

Así, la intención de esta guía no es sobrecargar el trabajo del docente sino que busca ofrecer recursos para prevenir el consumo de sustancias adictivas, mediante el fortalecimiento del trabajo en el aula, a partir de las asignaturas y los planes y programas de estudio de educación básica.

Con la finalidad de facilitar este proceso preventivo, en esta guía los docentes encontrarán dos apartados:



a) Información sobre la situación en nuestro país acerca del consumo de tabaco, alcohol y otras drogas, especialmente por las niñas, niños y adolescentes. Igualmente, se plantea el *Modelo de Prevención de Adicciones* en el contexto escolar.

### Problema 10 Para sentirnos más seguros

**Propósitos:**  
Identificar condiciones que hacen de la escuela un contexto más seguro para los docentes y el resto de la comunidad.

**Ejes preventivos:**  
Mecanismos preventivos.  
Se vivencia con:  
Iniciativa Educativa y Física.

**Contenidos:**  
1. Identificar condiciones que hacen de la escuela un contexto más seguro para los docentes y el resto de la comunidad.  
2. Identificar condiciones que hacen de la escuela un contexto más seguro para los docentes y el resto de la comunidad.  
3. Identificar condiciones que hacen de la escuela un contexto más seguro para los docentes y el resto de la comunidad.

**Indicadores:**  
Se identifica que los docentes identifican las condiciones que hacen de la escuela un contexto más seguro para los docentes y el resto de la comunidad, y que pueden poner en práctica acciones preventivas como el consumo de drogas.

**Actividad sugerida:**  
Se vive con:  
Iniciativa Educativa y Física.

1. Hacer el video en tres etapas: la casa, la escuela y la calle. Explicar al grupo que, primero se debe conocer, saber con respecto y saber cómo hacer algo más allá de las condiciones que se viven.

b) Estrategias didácticas centradas en los contenidos curriculares, distribuidas por grado, en las que se destacan áreas de oportunidad para abordar temas relacionados con el desarrollo de competencias que servirán de protección contra las adicciones.



A

**Bases para la prevención del  
consumo de drogas desde la  
escuela primaria**



# I. Conceptos básicos para la prevención de adicciones

## 1. ¿Por qué prevenir adicciones desde primaria?

La escuela tiene la encomienda de desarrollar armónicamente todas las facultades del ser humano, es decir, de formar integralmente a las y los alumnos mediante la promoción del pleno desarrollo de su personalidad, del enriquecimiento de su acervo cultural y del desarrollo de competencias que les permitan enfrentarse a un mundo cada vez más complejo. La educación, por tanto, debe proveer herramientas para aprender a tomar decisiones y a resolver problemas, tanto en lo individual como en lo colectivo.

Es crucial el papel que juega la educación primaria en el logro de esos propósitos, tanto por la integralidad de las nociones que se desarrollan en cada asignatura como por la oportunidad de continuidad que brinda su extensión temporal. Las niñas y niños fortalecen la construcción de su identidad durante los años de curso de la escuela primaria; ahí se asumen como integrantes de grupos distintos a la familia, a la vez que aprenden a ser, a conocer y a convivir.

La escuela, al igual que la familia, son los grupos sociales con mayor potencial para convertirse en ambientes protectores, donde sus integrantes puedan encontrar un estado de confort y tranquilidad, en espacios controlados que alejen los riesgos que puedan atentar contra su integridad física, emocional y social. Sin embargo, no es posible mantener a niñas, niños y adolescentes acuartelados en casa o en la escuela para que no corran riesgos, por lo que es indispensable formarlos, instruirlos y prepararlos para que estén alertas en los momentos en que se vean expuestos a una situación de riesgo.

Indudablemente, la educación familiar sienta las bases para el desarrollo de habilidades y destrezas que permitan a niñas y niños relacionarse con otras personas fuera de casa. La escuela, por su parte, además de favorecer la asimilación de conocimientos, fortalece el desarrollo físico, emocional y social de las y los alumnos, a través de las actividades en el aula, del abordaje de los contenidos de las asignaturas y de la convivencia.

El tratar desde la escuela primaria los temas relativos a las adicciones es un reto que parte de la necesidad de enfrentar un problema social y de salud pública, desde todos los flancos posibles y aprovechando las





fortalezas de cada persona y cada institución comprometida con la seguridad de sus integrantes. La tarea se centra en la anticipación, en la idea de ganarle tiempo y espacio a la oferta de sustancias y a su consumo, preparando a los alumnos para que sean capaces de identificar riesgos, tomar decisiones, responder asertivamente y, sobre todo, para cuidar de sí mismos.

Los docentes, como adultos significativos para las y los alumnos, tenemos la posibilidad de influir en la construcción de la identidad personal y de los ambientes en que se desarrollan nuestros alumnos. Por lo tanto, el papel del mentor es fundamental en la transformación y prevención de adicciones, pues es un facilitador del desarrollo integral de sus alumnos. Para ello, el maestro debe mirar a todos los alumnos como sujetos capaces de un proceso de transformación constante.

Los alumnos de primaria pueden tener experiencias relacionadas con el consumo de alcohol, tabaco y drogas, a través de observar personas de la comunidad y la familia. Es posible, además, que hayan presenciado sus efectos; así como pueden haberse formado una valoración sobre el consumo y sus consecuencias, de acuerdo a quienes les rodean. Estos elementos, experiencias y actitudes ante las drogas y su consumo, constituye la materia prima del trabajo de prevención que requiere desarrollarse en este nivel. Desde esta perspectiva, el modelo preventivo en el que se basa este material, busca fortalecer el logro del perfil de egreso y los fines de la educación.

## 2. *¿Cómo entender el fenómeno adictivo?*

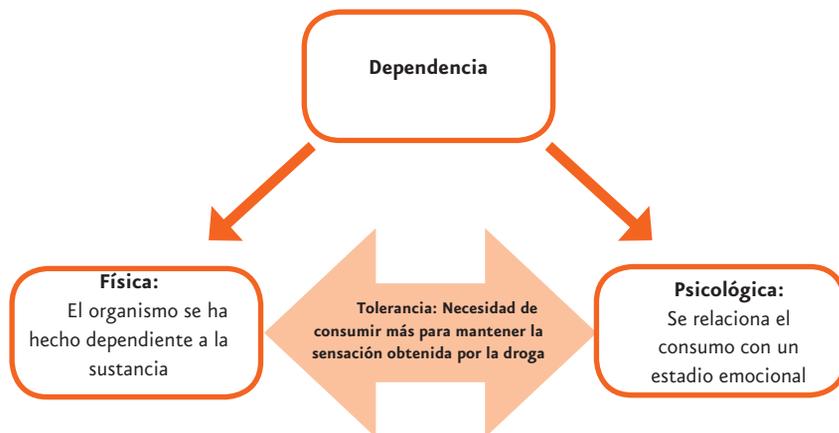
Para comprender, desde una perspectiva amplia, qué son las adicciones y cómo desde la escuela se puede contribuir a evitar que cada día más niños y jóvenes se inicien en el consumo de tabaco, alcohol y otras drogas, es importante describir los conceptos generales del fenómeno, a partir de los cuales —como docentes de educación básica— podremos tomar mejores decisiones a favor de la salud de los alumnos y del mantenimiento de la escuela como un ambiente seguro, protector y, ante todo, favorecedor del desarrollo integral.

La Organización Mundial de la Salud (OMS, 1999), establece que una droga es toda sustancia que, al ser introducida en un organismo vivo y actuar sobre su sistema nervioso central, puede modificar una o varias de sus funciones físicas o psíquicas; por ejemplo: su percepción, estado de ánimo, cognición, conducta y/o sus funciones motoras. El nivel de modificación o

alteración de las funciones orgánicas por el influjo de una droga depende en gran medida de la frecuencia e intensidad (cantidad) de su consumo:



Las personas que consumen drogas lo hacen por diferentes motivos: prescripción médica para aliviar el dolor o el tratamiento de una enfermedad; para cambiar su estado de ánimo; para "olvidar" circunstancias adversas o para alterar su estado de conciencia y experimentar distintas sensaciones. El efecto adictivo de las drogas consiste en que, quienes las usan, se sienten impulsados a repetir su consumo por los efectos placenteros que generan, ignorando los daños a la salud que les ocasionan, entre los que se incluye la dependencia.



- Además de las diferencias en la forma de consumirse y en el tipo de dependencia que generan, para su estudio las drogas han sido catalogadas por:
  - Los efectos que producen.
  - Su origen natural o sintético.
  - Su carácter legal: si son lícitas o ilícitas.

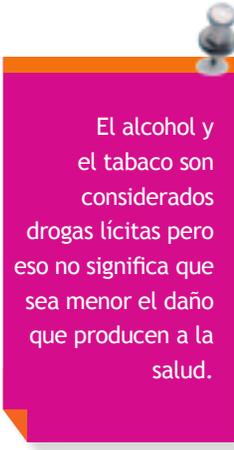
Es necesario resaltar que, sea cual sea el tipo de droga de la que estemos hablando, el consumidor corre un alto riesgo de daño a su salud física, emocional y social. Por eso es imprescindible que participemos en la formación de niñas, niños y adolescentes, para que sean capaces de responder ante la oferta del consumo de drogas de una manera consciente y favorable para su salud.

Como sabemos, el carácter legal de algunas drogas— como el tabaco y el alcohol— fomenta la tolerancia social hacia su consumo, disminuyendo la percepción de los riesgos que tienen para la salud. El estatus de ilegalidad de otras drogas como la marihuana, la cocaína o las metanfetaminas, genera una alerta mayor en la sociedad.

Una adicción es una enfermedad cuyo proceso de desarrollo se compone de:

- 1) *Dependencia psicológica*. La persona cree necesitar la sustancia para poder desarrollar alguna actividad.
- 2) *Tolerancia*. El consumidor necesita aumentar la cantidad de dosis para experimentar los efectos iniciales.
- 3) *Dependencia física*. El organismo se ha acostumbrado a la sustancia, la necesita para seguir funcionando y para evitar el malestar por no consumirla.
- 4) *Síndrome de Abstinencia*. El adicto manifiesta signos y síntomas de malestar al suspender el consumo de la sustancia.

A nivel internacional se han establecido criterios estandarizados que permiten determinar cuándo ya existe una adicción en la persona, en función de: la cantidad (cuánto consume), la frecuencia (cada cuánto consume) y las consecuencias de consumo. Con base en estos criterios,

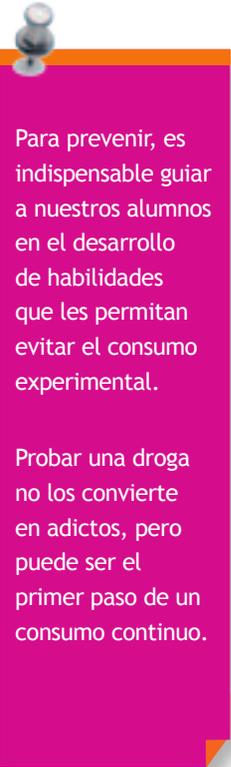


El alcohol y el tabaco son considerados drogas lícitas pero eso no significa que sea menor el daño que producen a la salud.



la Norma Oficial Mexicana para la prevención, el tratamiento y control de las adicciones (NOM-028-SSA2-2009)<sup>1</sup> define al tabaquismo como dependencia o adicción al tabaco; y al alcoholismo, como el síndrome de sumisión o adicción al alcohol etílico. La farmacodependencia se define como dependencia a una o más sustancias psicoactivas. De acuerdo con el tipo de sustancia —y los patrones y problemas asociados al consumo—, los criterios diagnósticos de dependencia o adicción, establecen que tres o más de los siguientes signos y síntomas estarán presentes en el individuo durante más de un mes o en forma repetitiva:

- Deseo dominante de continuar tomando la droga y obtenerla por cualquier medio.
- Tendencia a incrementar la dosis.
- Dependencia con síndrome de abstinencia si se retira la droga.
- Efectos nocivos para el individuo y la sociedad.



Para prevenir, es indispensable guiar a nuestros alumnos en el desarrollo de habilidades que les permitan evitar el consumo experimental.

Probar una droga no los convierte en adictos, pero puede ser el primer paso de un consumo continuo.

### 3. Situación actual del consumo de drogas

En la actualidad, en forma general, el consumo de sustancias adictivas se ha incrementado en términos de frecuencia de uso y de cantidades consumidas. Y, paulatinamente, va disminuyendo la edad de inicio de los consumidores. De acuerdo con la Encuesta Nacional de Adicciones 2008 (SSA; 2009), en lo que respecta al tabaco, la población adolescente consume por primera vez entre los 13 y los 14 años, en promedio; lo hacen principalmente por curiosidad y por influencia de familiares, amigos o compañeros fumadores.

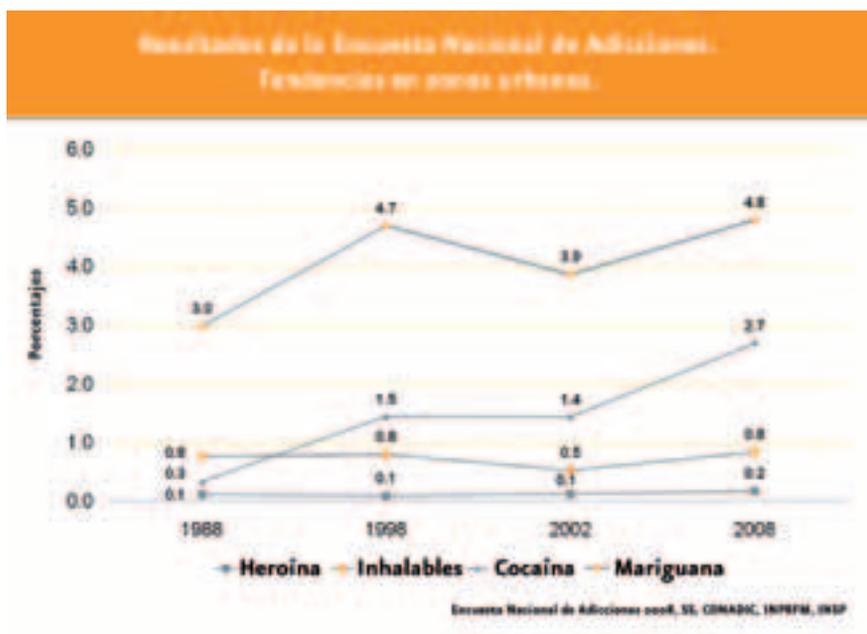
Sobre el consumo de alcohol, el mismo estudio reporta:

*“...el consumo diario se mantiene como una práctica poco frecuente en el país. Beber grandes cantidades de alcohol por ocasión de consumo continúa siendo común en nuestra población. Todo indica que los adolescentes están copiando los modelos de los adultos y que una proporción importante presentan problemas con su manera de beber. Sobresale el aumento del consumo en las mujeres adolescentes”.*

<sup>1</sup> Publicada en el Diario Oficial de la Federación el 31 de agosto de 2009.



Por otro lado, el consumo de drogas en nuestro país ha aumentado en general, destacando la marihuana como la sustancia más consumida.



Al respecto, en la encuesta se destacan aspectos determinantes para la prevención, como la disponibilidad y el uso de drogas en el entorno de la persona, por lo que indican que:

“Se encontró que una proporción importante notificó problemas de consumo de alcohol en el padre (22%), y de consumo de drogas en el mejor amigo (12.9%) y en algún miembro de la familia (6.5%); dos de cada 100 notificaron sobre un problema de consumo de alcohol en la madre.

El consumo en la familia y en el entorno inmediato, particularmente de alcohol, dada su frecuencia, constituye un factor de riesgo importante, para la oportunidad de usar y para el uso.

Es importante que los programas de prevención incluyan a la familia y que se refuercen los programas encaminados a lograr que las personas con problemas en el consumo de alcohol se acerquen a tratamiento.

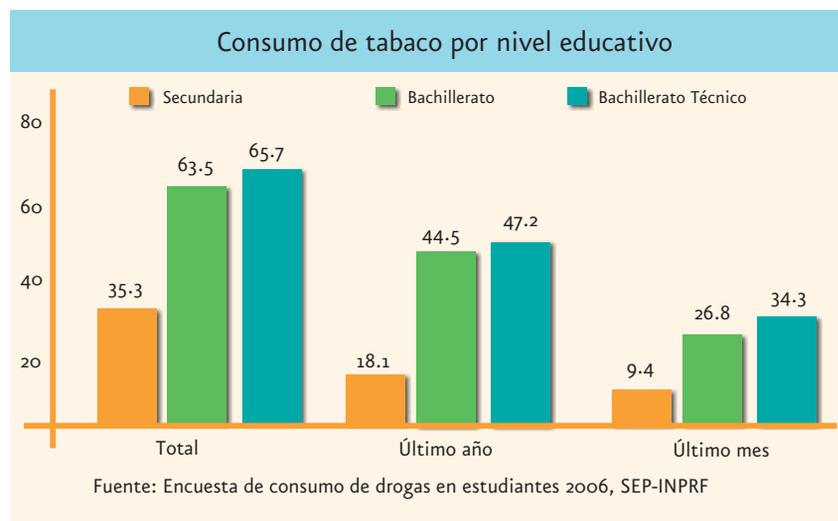
Para que un adolescente o joven se involucre con drogas debe encontrar una oportunidad para usarlas. Entender cómo se da la progresión desde que se le ofrece al individuo la oportunidad de uso hasta que desarrolla la adicción es crucial para el diseño de programas de intervención que permitan incidir en cada una de las etapas y así reducir la probabilidad de ocurrencia. Sabemos que muchos de los factores que se han asociado con el riesgo de usar drogas, como la falta de supervisión de los padres o el género, pueden relacionarse con el uso de drogas solamente si los jóvenes tienen acceso a ellas” (SSA; 2009, p. 44).

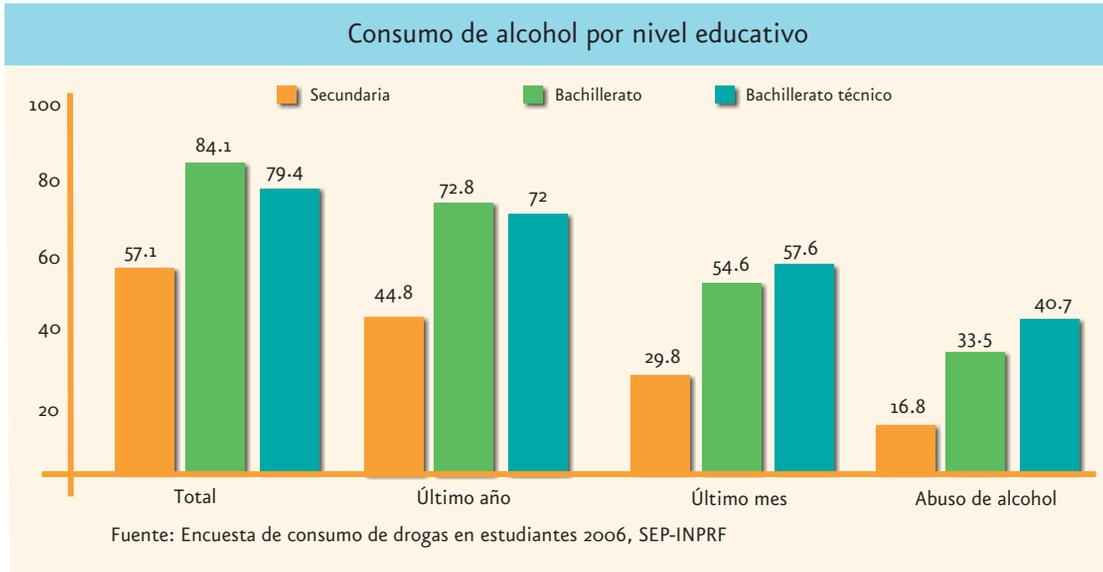


Además de la Encuesta Nacional de Adicciones, otros estudios aplicados a estudiantes de secundaria y preparatoria, bachillerato o su equivalente, realizados en planteles de la Ciudad de México (1993, 1997, 2000, 2003 y 2006), revelan que existen variaciones importantes en el consumo de alcohol, tabaco y otras drogas. De igual manera, los diagnósticos permiten apreciar las diferentes tendencias en el consumo vinculadas con este fenómeno, como son: el género, los grupos de edad, la edad de inicio, factores sociodemográficos y hasta la salud mental.

Estas fuentes nos ayudan a ubicar cómo el consumo de drogas, junto con el de alcohol y tabaco, se incrementa en la población estudiantil, aunque los índices de consumo en la población que se mantiene escolarizada son menores cuando se les compara con otros grupos, pero que se registran cifras de consumo mayores entre los estudiantes que dejan de estudiar por algún tiempo. De ahí la importancia de conocer el problema e instrumentar medidas de prevención adecuadas para la población escolar/estudiantil.

Según la encuesta más reciente realizada en el Distrito Federal sobre consumo de drogas en estudiantes de secundaria, bachillerato y bachillerato técnico (Villatoro y otros; 2007): 35.3% de los jóvenes de secundaria ha consumido tabaco; 57.1% ya ingirió bebidas con alcohol y 13.3% ha probado cualquier droga “alguna vez en la vida” (consumo experimental). En cuanto a las preferencias del uso de drogas en los estudiantes de secundaria, el primer lugar lo ocupan los inhalables (7%), seguidos de la marihuana (4.1%); los tranquilizantes (3.9%) y las anfetaminas (2.5%).





De todos los resultados de este estudio, llama la atención que más de la mitad de adolescentes de 17 años ha bebido alcohol en el último mes, aún cuando son menores de edad y legalmente no puede adquirir esta sustancia. En este sentido, 42.9% de hombres y 37.7% de mujeres entrevistadas, mencionaron que es fácil, o muy fácil, conseguir las drogas, mientras que 18.8% refirió que su mejor amigo consume drogas.

Además de contar con estos datos que de por sí son clarificadores, la experiencia cotidiana nos dota de una gran cantidad de datos y casos que hacen evidente la gravedad del problema de las adicciones en la población joven.

#### 4. Los factores de riesgo

El consumo de drogas es un fenómeno multifactorial, pues para que se presente, se incremente o se agrave, intervienen diversas situaciones que se identifican como *factores de riesgo*, como aquellas condiciones personales o sociales que se viven en lo cotidiano y que influyen en la conducta y en las decisiones de las personas, haciendo que la persona se encuentre en mayor riesgo de consumo de drogas. Por ejemplo, son factores de riesgo: la tolerancia social, por el hecho de que la sociedad ve como normal el consumo de sustancias legales (alcohol y tabaco), por asociarlas con la convivencia y los momentos de diversión, lo que conlleva a una mayor permisibilidad hacia estas drogas. Hay que contar con la ilegalidad de situaciones en que, a pesar de la prohibición expresa, algunos establecimientos venden tabaco y alcohol a menores. Otros factores que colocan



en situación de riesgo a la población estudiantil son: la injusticia social —que se traduce en la falta de oportunidades de desarrollo—, la falta de espacios de expresión y diversión para niños y adolescentes, así como la delincuencia y la transculturación por migración.

Si bien cada persona reacciona de manera distinta ante un factor de riesgo, en general se pueden enlistar los elementos que se presentan con mayor frecuencia, como detonantes de consumo de drogas y de una potencial adicción. Estos factores se agrupan en tres ámbitos: el individual, el familiar y el social, ya que los acontecimientos que cada uno vive, le afectan directamente en su decisión de involucrarse en el consumo de drogas.

### Ejemplos de factores de riesgo:

Ámbito individual	Ámbito interpersonal: Familia, grupo de pares	Ámbito social
<ul style="list-style-type: none"><li>● Una autoestima baja o inestable</li><li>● Un autoconcepto empobrecido</li><li>● Baja tolerancia a la frustración</li><li>● Sentimientos de soledad profunda y constante</li><li>● Percepción minimalista del riesgo</li><li>● Depresión desatendida</li><li>● Curiosidad</li><li>● Necesidad de aceptación</li><li>● Deseo de experimentar sensaciones intensas</li><li>● Fracaso escolar</li><li>● Pérdida del sentido de la vida</li><li>● Carencia de un proyecto de vida</li><li>● Desocupación por deserción escolar o mal uso del tiempo libre</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>● Ausencia física o emocional de los padres</li><li>● Ambiente familiar violento</li><li>● Relaciones familiares disfuncionales</li><li>● Expectativas extremas (demasiado altas o muy bajas) o poco realistas sobre los hijos.</li><li>● Altos niveles de tensión y malestar familiar</li><li>● Incapacidad familiar para manejar emociones</li><li>● Ausencia de respeto en la relación familiar</li><li>● Permisividad y nula supervisión por parte de los padres</li><li>● Falta de límites o límites difusos.</li><li>● Inconsistencia en pautas de autoridad.</li><li>● Consumo de tabaco, alcohol u otra droga en la familia.</li><li>● Presión de los pares en torno al consumo.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>● Estrés psicosocial.</li><li>● Tolerancia social de conductas de riesgo.</li><li>● Difusión de estereotipos de modelos de éxito fácil en los medios de comunicación.</li><li>● Ausencia de redes de apoyo en los jóvenes.</li><li>● Disponibilidad de drogas.</li><li>● Falta de alternativas para el uso del tiempo libre.</li><li>● Problemáticas sociales.</li><li>● Rapidez de los cambios sociales.</li><li>● Consumo de alguna droga en los integrantes de la comunidad.</li></ul>





La presencia de uno o la confluencia de varios factores de riesgo en la vida de una niña o un niño, detonan una situación de vulnerabilidad ante el consumo y, potencialmente, hacia el abuso de cualquier sustancia adictiva.

Tomando en cuenta que nuestra estrategia de prevención se focaliza en el ambiente escolar, es importante identificar aquellos factores en los que se puede incidir directamente desde la práctica académica y aquellos en los que la experiencia escolar impactará de manera indirecta —y en ocasiones poco visible— como en el caso de los factores que tienen que ver con prácticas muy arraigadas, socialmente aceptadas, como la tolerancia ante el consumo de sustancias legales. Los esfuerzos derivados del compromiso de los colectivos escolares con esta estrategia de prevención, se deberán focalizar en aquellos factores de riesgo relacionados directamente con la práctica docente, como por ejemplo: bajo apego escolar, rezago o fracaso académico; la falta de dedicación y el abandono escolar, que pueden provocar una sensación de fracaso propicio para el consumo.

De acuerdo con un estudio realizado por el Instituto Nacional de Psiquiatría, como parte de la *Encuesta Nacional del Uso de Drogas entre la Comunidad Escolar* (López Lugo y otros;1996), se concluyó que hay una relación clara entre la ausencia escolar y el consumo de drogas y que, a medida que aumentan las inasistencias a la escuela, el uso experimental se convierte en consumo recurrente, por lo que los consumidores presentan mayor índice de deserción de la escuela que los no usuarios de drogas.

## 5. Los factores de protección

Ahora bien, existen también *factores de protección* que son aquellos que propician que la persona pueda y sepa reaccionar ante el riesgo, con lo que disminuyen las posibilidades de uso o consumo de sustancias. Estos *factores de protección* se relacionan directamente con capacidades como: autocuidarse, tomar decisiones responsables y hacer conciencia de las consecuencias de los actos.

Para un exitoso desarrollo de estas capacidades —que a la postre se convierten en factores de protección—, es necesario tomar en cuenta que los sitios en los que se desarrollan las niñas, los niños y los adolescentes, pueden ser ambientes de riesgo o bien de protección, según la dinámica social que se genere en cada lugar, de las relaciones entre las personas y del nivel de compromiso que se establezca para con el cuidado, educación y protección de las y los menores. Por ende, el hogar y la escuela cuentan con un amplio potencial protector por el apego que producen y



porque el establecimiento de relaciones familiares y escolares, centradas en la atención de los menores —ya sea en su rol de hijos o de alumnos—, favorece la generación de ambientes de prevención.

### Factores de Protección en el contexto ambiental de los alumnos

En la familia	En la escuela
<ul style="list-style-type: none"><li>● Involucramiento de los padres.</li><li>● Relaciones familiares armónicas.</li><li>● Disciplina coherente centrada en normas claras.</li><li>● Participación de todos los miembros de la familia en la toma de decisiones.</li><li>● Comunicación continua.</li><li>● Apoyo recíproco.</li><li>● Realización de actividades conjuntas.</li><li>● Establecimiento de pactos y acuerdos centrados en el diálogo y la confianza.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>● Aprovechamiento del horario escolar en actividades de aprendizaje cooperativo centradas en el desarrollo integral.</li><li>● Aplicación de estrategias didácticas productivas, interesantes y significativas para los alumnos.</li><li>● Reconocimiento del logro.</li><li>● Apoyo y acompañamiento continuo de los docentes a los alumnos.</li><li>● Establecimiento conjunto de normas.</li><li>● Mantenimiento del orden y la disciplina.</li><li>● Relaciones de conveniencia basadas en el respeto mutuo.</li><li>● Fomento de la participación de los alumnos en la solución de problemas comunes.</li></ul>

En tanto ambiente protector, la escuela juega un papel importante en la formación de niños y adolescentes —desde la educación preescolar y primaria— porque, después de su casa, es el lugar en donde pasan más tiempo y ese solo hecho abre la posibilidad de que se generen contextos de convivencia y aprendizaje que les permitan desarrollar plenamente sus habilidades para afrontar los factores de riesgo que se les presenten.

La permanencia en la escuela es un factor de protección del cual debe valerse la sociedad en su conjunto para frenar y evitar que los niños, las





niñas y los adolescentes se inicien en el consumo de drogas; asimismo, permite reconsiderar a los actores educativos que, aún en caso de que los alumnos presenten conductas negativas, deben insistir en la permanencia de los más jóvenes en el contexto escolar.

En torno a los factores de riesgo y los factores de protección es importante considerar que:

- A menor edad es mayor la influencia de los factores de protección; con el aumento de la edad se incrementan los factores de riesgo, cuando los niños y las niñas amplían la relación con sus pares.
- Los factores de riesgo que existen dentro del grupo familiar impactan especialmente cuando el niño tiene más edad y necesidad de autonomía.
- Una intervención temprana en los factores de riesgo tiene mayor impacto que cuando las situaciones de riesgo ya implican el uso de una sustancia adictiva, como tabaco o alcohol.
- Las situaciones de riesgo se presentan en la mayoría de los grupos sociales; sin embargo, estos factores puede tener un efecto diferente, dependiendo de la edad, sexo, raza, cultura y ambiente en el que se desenvuelven los sujetos.
- Es preferible iniciar la prevención temprana, desde el nivel preescolar, a fin de atender factores de riesgo como conductas agresivas, antisociales y dificultades para el aprendizaje en la escuela.

Ubicados en que nos estamos enfrentando a un problema de salud pública cada vez más grave, y conscientes del potencial que cada docente, directivo, personal de apoyo y colaboradores de la escuela, tenemos para incidir en la formación de las niñas, niños y adolescentes que cursan la educación básica, se propone un modelo de prevención para evitar —o retrasar al máximo— el consumo de sustancias adictivas, aprovechando el carácter formativo del currículo de educación básica.

## II. La prevención de adicciones desde el contexto escolar

### 1. Características generales de los programas preventivos

Ante la gravedad de la situación actual en cuanto a consumo de sustancias adictivas, es indispensable el diseño y aplicación de programas preventivos en los que participe la mayor cantidad posible de personas, organizaciones e instituciones. El Instituto Nacional sobre el Abuso de Drogas de los Estados Unidos (NIDA, por sus siglas en inglés), plantea la necesidad de planificar e introducir programas con bases científicas para la prevención del abuso de drogas a nivel personal, familiar, escolar y comunitario, indicando que para el caso concreto del nivel escolar: “Los programas de prevención en las escuelas se concentran en las habilidades sociales y académicas de los niños, incluyendo el mejoramiento de las relaciones con los compañeros, el auto-control, el poder manejar los problemas y las habilidades para rehusar las drogas. De ser posible, los programas de prevención basados en la escuela deben ser integrados al programa académico escolar, ya que el fracaso escolar está fuertemente asociado con el abuso de drogas. Los programas integrados fortalecen los lazos de los estudiantes con la escuela y reducen la probabilidad de que abandonen la escuela” (NIDA; 2004).

Los modelos de prevención de adicciones han evolucionado a partir de la propuesta de Leavell y Clark, quienes en 1965 propusieron dividir la prevención en tres niveles: primaria, secundaria y terciaria. Esta propuesta fue bien aceptada, pero el fenómeno de las adicciones rápidamente se hizo complejo por lo que el trabajo de especialistas e investigadores no se detiene. Como resultado se tienen avances, como por ejemplo, en la consideración de que una persona que sufre adicción por alguna sustancia no es un “vicioso” o un “delincuente” sino alguien que está enfermo y que, por lo tanto, necesita atención. Hacia 1994, se propone un nuevo modelo que toma como criterios: la prevención, el tratamiento y mantenimiento. En lo que respecta a la prevención, esta se clasificó en: universal, selectiva e indicada.

**Prevención universal.** Los esfuerzos se dirigen a toda la población con o sin riesgo para el consumo de sustancias. Su finalidad principal es evitar que la persona se inicie en el uso o retrasar lo más posible la edad de inicio. Comprende las campañas en medios masivos de comunicación y

Los programas preventivos dirigidos a los alumnos de educación básica deben orientarse al desarrollo de competencias que permitan que las y los alumnos enfrenten:

- La elevada tolerancia que presenta la población en general ante el consumo de las drogas legales como el tabaco y el alcohol.

- La baja percepción del riesgo y de los daños que ocasionan éstas y otras drogas.

Para ello es indispensable complementar el trabajo en el aula con actividades en la familia.



promueve la información, orientación y capacitación, sobre la problemática de las adicciones y de temas relacionados con el mejoramiento de las condiciones de vida, como: educación sexual, higiene mental y ecología; así como alternativas para el uso adecuado del tiempo libre: recreación, talleres de artes, música, teatro y deportes, entre otros, además de que se dirige a los diferentes grupos de la población. La escuela adopta este nivel de prevención, porque entre sus deberes se encuentra la formación integral de los alumnos que asisten a las escuelas de educación básica, lo que incluye mantener a las niñas y niños en la categoría de no-usuarios de drogas.

**Prevención selectiva.** Se concentra, por ejemplo, en hijos de personas que padecen alcoholismo; en niñas y niños que empiezan a experimentar o que presentan trastornos afectivos; estudiantes que abandonan la escuela o reprueban; niños con hermanos consumidores o que viven en sitios donde existe la prevalencia y disponibilidad para el consumo de sustancias, entre otros. El riesgo individual se evalúa con base en instrumentos de tamizaje o en el uso de criterios de agrupación que permitan identificar los atributos de los sujetos a quienes se intervendrá. En estos casos es insuficiente la presunción a partir de la filiación de la persona a un subgrupo de alto riesgo, pues el hecho de tener hermanos que consumen no indica que el riesgo sea el mismo para los participantes de una intervención de prevención selectiva.

**Prevención indicada.** Se concentra en las personas que ya han experimentado con drogas con el propósito de evitar que progrese el consumo de sustancias y disminuir los problemas asociados con el mismo. Se dirige a grupos que ya consumen tabaco, alcohol u otras drogas y que por ello ya padecen consecuencias negativas. Está diseñada para prevenir la instauración del abuso de sustancias en los individuos que no cumplen los criterios diagnósticos para dependencia a sustancias, pero que ya muestran efectos tempranos asociados con el uso experimental, como la reprobación o problemas relacionados con la conducta.

## 2. Modelo de prevención de adicciones

### Prevención Universal

*Se dirige a:* todas las alumnas y alumnos de educación básica.

*Atiende:* a los no consumidores y a los consumidores experimentales (consumo asociado con actividades recreativas).

*Se aplica a través de:*

- El aprovechamiento del carácter transversal de la prevención del consumo y de las oportunidades curriculares para abordar la temática.
- Puesta en marcha de acciones concretas: campañas, talleres, pláticas; concursos sobre temas que fomenten la prevención, como el uso adecuado del tiempo libre y el desarrollo de habilidades sociales.
- Formación de redes (al interior de la escuela con el colectivo docente y el personal apoyo; al exterior con las familias y la comunidad vecina).

**La guía se enfoca a este nivel de prevención.**

### Prevención Selectiva

*Se dirige a:* grupos de estudiantes que, comparados con el promedio, tienen un mayor riesgo de ser consumidores de drogas.

*Atiende:* el consumo ocasional o funcional (social) que, por sus características poblacionales o culturales, presenta mayor riesgo de desarrollar una adicción.

*Se aplica a través de:*

- Información especializada de causas, repercusiones y medidas de prevención del consumo de sustancias.
- La identificación de consumidores potenciales a través de: la autoevaluación de la seguridad escolar y el diseño de la agenda de seguridad escolar o de la planeación de centro. Y la aplicación de mecanismos de detección (tamizaje).

### Prevención indicada

*Se dirige a:* grupos de alto riesgo (estudiantes consumidores).

*Atiende:* el uso frecuente y regular de una droga.

*Se aplica a través de:*

- La identificación de las instituciones que pueden brindar atención.
- Compromiso de retención del alumno.
- Canalización del consumidor y seguimiento continuo de la atención al alumno.



### 3. El papel del docente como agente preventivo

Muchos maestros reconocen que uno de los deberes de la educación es brindar a los educandos —y por tanto a la sociedad—, un mundo mejor en contraste con las adversidades del medio, porque la formación escolarizada abre posibilidades de desarrollo que niños y niñas pondrán en práctica en su comunidad, en forma imperceptible o impactando de modo sustancial.

En este sentido, el papel de los docentes, en el marco del *Modelo de Prevención de Adicciones*, es de vital importancia en lo que respecta a la *prevención universal*, ya que puede incidir como agente de contención desde el momento en que inicia la jornada de clases. Participar en la prevención no implica mayor carga laboral ni mucho menos administrativa; es activar el compromiso como formador y como autoridad, en términos de: dirección, guía, acompañamiento, confianza y compromiso, con lo que no sólo se convierta en ejecutor de un programa de prevención sino en un observador atento a las situaciones de riesgo que viven sus alumnos desde temprana edad.

Es por eso que, para poder acompañar a las y los alumnos en su proceso formativo encaminado al no consumo de sustancias adictivas, es necesario que los docentes:

- Estemos convencidos de los principios educativos que plantean las *Orientaciones para la prevención de adicciones en escuelas de educación primaria*.
- Reconozcamos que somos un modelo permanente para el grupo de alumnos.
- Manejemos información actualizada y conceptos básicos sobre el consumo de drogas que nos permitan guiar y responder a las necesidades del grupo.
- Fomentemos en los alumnos actitudes que promuevan la confianza en su capacidad de aprender.
- Generemos un ambiente educativo de confianza, con sentido de grupo y solidaridad, que ayude a los alumnos aprender con tranquilidad.
- Desarrollemos una planeación flexible que nos permita aplicar estrategias didácticas que tomen como punto de



partida el desarrollo de competencias, los ejes preventivos y los propósitos fundamentales.

- Favorezcamos el desarrollo de los alumnos a partir de la colaboración y el conocimiento mutuo entre la escuela y la familia.
- Conozcamos las características de los alumnos y sus procesos de aprendizaje —los conocimientos previos y las capacidades que han desarrollado hasta el momento—; para fomentarles el deseo de conocer; el interés y la motivación por aprender.
- Reconozcamos que los educandos aprenden en interacción con sus pares y que las actividades creativamente diseñadas potencian el desarrollo y el aprendizaje.

#### *4. El currículo de la educación básica y la prevención de adicciones*

El currículo de la educación primaria brinda la posibilidad de impulsar en los alumnos el desarrollo de herramientas para prevenir y hacer frente a situaciones que propician el consumo de sustancias adictivas. Para ello, es preciso reconocer que, al promover el desarrollo de habilidades para la vida así como competencias específicas en cada asignatura, el currículo sienta las bases de una cultura de la prevención.

A fin de aprovechar estas condiciones, en el presente material se presentan estrategias didácticas para la prevención de adicciones que consideran aprendizajes y competencias que los alumnos adquieren, de manera transversal, a través del currículo de educación básica. Como esta tarea corresponde al docente, las sugerencias pueden brindarle la orientación que requiere para desarrollar en los alumnos competencias que les permitan resistirse al uso de sustancias adictivas desde edades tempranas e impedir que lleguen a consumirlas en el futuro.

Los menores generan y procesan ideas, explicaciones y representaciones que los hacen ser activos, con distintos niveles de dominio de competencias y diversas formas de acercarse a la realidad; lo que indica que cada sujeto tiene su propio estilo de aprender —por lo que mantendrá su peculiar forma de acercarse al conocimiento—, que complementará al participar en actividades de grupo. Se esperaría que desarrolle su capacidad de trasladar lo aprendido a la familia, la comunidad y la sociedad.





El desarrollo de competencias requiere de la movilización de todos los conocimientos hacia la consecución de objetivos concretos. Poseer sólo conocimientos o habilidades no significa ser competente: pueden conocerse los efectos nocivos de las drogas y ser incapaz de resistirse a la influencia de los pares para consumirlas; es posible enumerar las situaciones de riesgo y negarse a modificar conductas perjudiciales.

La movilización de saberes (saber hacer con saber y con conciencia del efecto de ese hacer) se expresa tanto en situaciones comunes de la vida diaria como en escenarios complejos; ayuda a visualizar los problemas, emplear los conocimientos pertinentes para resolverlos, reestructurarlos en función de la situación, así como extrapolar o prever los que hacen falta. Algunos ejemplos de estas situaciones son: establecer normas para mejorar la convivencia en los diferentes grupos sociales a los que pertenece; organizar una actividad que refleje las habilidades desarrolladas para la vida, en función de los aprendizajes esperados y escribir un texto que represente la reflexión sobre las experiencias vividas. De estas experiencias se puede esperar la adquisición de ciertas prácticas sociales y comprender, por ejemplo, que la prevención de adicciones no es sólo cuestión de conocer o dar nombre al problema sino desarrollar una conciencia que permita vislumbrar los peligros que conlleva el consumo de drogas, negarse a participar en su consumo, además de planear acciones que permitan promover estilos de vida saludable y formular un proyecto de vida libre de adicciones.

Todo esto, en conjunto, favorece el desarrollo de las competencias para la vida que plantea el plan de estudios 2009 de primaria; así tenemos que el desarrollo de competencias para el manejo de situaciones permite a los alumnos asumir las consecuencias de sus actos, enfrentar el riesgo y la incertidumbre; plantear y llevar a buen término procedimientos o alternativas para la resolución de problemas, así como aprender a manejar el fracaso y la desilusión. Las competencias para la convivencia implican el saber relacionarse armónicamente con otros mediante una comunicación eficaz para tomar acuerdos y negociar; crecer con los demás, manejar convenientemente las relaciones personales y emocionales; desarrollar la identidad personal y social, sensibilizándose y sintiéndose parte de la sociedad o comunidad en la que vive. Las competencias para la vida en sociedad involucran la capacidad para decidir y actuar con juicio crítico frente a los valores, las normas sociales y culturales; además de asumir una conciencia de pertenencia a su cultura, a su país y al mundo.

Los rasgos que los alumnos deberán mostrar al término de la educación básica —y que se relacionan con los planteamientos de la prevención de adicciones— son:



- Argumenta y razona al analizar situaciones, identifica problemas, formula preguntas, emite juicios, propone soluciones y toma decisiones.
- Valora los razonamientos y la evidencia proporcionada por otros y puede modificar, en consecuencia, los propios puntos de vista.
- Busca, selecciona, analiza, evalúa y utiliza la información proveniente de diversas fuentes.
- Interpreta y explica procesos sociales, económicos, financieros, culturales y naturales, para tomar decisiones individuales o colectivas, en función del bien común.
- Conoce y valora sus características y potencialidades como ser humano; sabe trabajar en equipo; reconoce, respeta y aprecia la diversidad de capacidades en los otros; emprende y se esfuerza por lograr proyectos personales o colectivos.
- Promueve y asume el cuidado de la salud y del ambiente, como condiciones que favorecen un estilo de vida activo y saludable.

En suma, para lograr desarrollar un perfil de egreso de la educación básica —que integre el tema de la prevención de adicciones, que permita a los alumnos tener conciencia de los riesgos que representa el consumo de drogas y tomar la decisión para evitar su contacto con éstas—, el modelo de intervención docente que a continuación se plantea, se vale de las competencias para la vida y de los rasgos del perfil, orientados por los cuatro campos formativos de la educación básica: lenguaje y comunicación; pensamiento matemático; exploración y comprensión del mundo natural y social; y desarrollo personal y para la convivencia.

Como se describe en el Programa Sectorial de Educación 2007-2012, la Secretaría de Educación Pública tiene el compromiso de elevar la calidad de la educación a fin de que los estudiantes mejoren su nivel de logro educativo, cuenten con medios que les permitan acceder a un mayor bienestar y contribuyan al desarrollo nacional. Persiguiendo esos objetivos se estableció la Reforma Integral de la Educación Básica (RIEB), donde el modelo educativo y el enfoque se basan en competencias, además de que



busca lograr la articulación y la mejor eficiencia entre los niveles de preescolar, primaria y secundaria. Este proceso brinda la oportunidad de vincular la práctica docente con la prevención de adicciones, por lo que es el sustento para el diseño de las propuestas didácticas que se presentan en la segunda parte de este material.

### MAPA CURRICULAR DE LA EDUCACIÓN BÁSICA

CAMPOS FORMATIVOS PARA LA EDUCACIÓN BÁSICA	PREESCOLAR			PRIMARIA						SECUNDARIA		
	1*	2*	3*	1*	2*	3*	4*	5*	6*	1*	2*	3*
Lenguaje y comunicación	Lenguaje y comunicación			Español						Español I, II y III		
			Asignatura estatal: lengua adicional	Asignatura estatal: lengua adicional						Lenguas extranjeras I, II y III		
Pensamiento matemático	Pensamiento matemático			Matemáticas						Matemáticas I, II y III		
Exploración y comprensión del mundo natural y social	Exploración y conocimiento del mundo			Exploración de la naturaleza y la sociedad*	Ciencias Naturales**				Ciencias I (énfasis en Biología)	Ciencias II (énfasis en Física)	Ciencias III (énfasis en Química)	Tecnología I, II y III
	Desarrollo físico y salud				Estudio de la entidad donde vive**	Geografía*		Historia*		Geografía de México y del mundo	Historia I y II	
Desarrollo personal y para la convivencia	Desarrollo personal y social			Formación Cívica y Ética**						Formación Cívica y Ética I y II		
	Expresión y apreciación artística			Educación Física**						Orientación y Tutoría I, II y III		
				Educación Artística**						Educación Física I, II y III		
										Artes: Música, Danza, Teatro o Artes Visuales		

\* Incluyen contenidos del campo de la tecnología. \*\* Se establecen vínculos formativos con Ciencias Naturales, Geografía e Historia.

Los campos formativos permiten al docente obtener una perspectiva de conjunto de las asignaturas del plan de estudios para apoyar la organización de la enseñanza, a partir de las competencias y los rasgos del perfil de egreso de la educación básica. Estos campos se conectan con los procesos de desarrollo y aprendizaje de los alumnos, porque relacionan de forma integral y dinámica aspectos psicobiológicos, sociales y culturales. El trabajo centrado en el desarrollo de las competencias y los rasgos del perfil de egreso, pretenden propiciar el pensamiento reflexivo, el cuidado de la salud, el respeto a las normas y la preservación del medio ambiente.



Las reformas educativas actuales asumen la transversalidad como elemento sustancial para la organización y estructuración de los contenidos que conforman el currículo, de tal forma que aspectos relacionados con la educación para la salud se abordan conceptualmente en distintas asignaturas y se trabajan en el desarrollo de habilidades vinculadas con el autocuidado, la prevención y la toma de decisiones responsables, desde preescolar hasta secundaria. Partiendo de esta premisa es que se considera a la prevención de adicciones como un componente transversal que refuerza los campos formativos relacionados con el desarrollo personal y social, así como con la exploración y comprensión del mundo natural y social.

### *5. Ejes para la prevención de adicciones en la educación básica*

El reto de definir una estrategia de prevención de adicciones dirigida a las comunidades escolares de educación básica, han llevado a la Secretaría de Educación Pública y a la Secretaría de Salud, a diseñar un modelo que parte de la consideración de que, si bien es indispensable dotar a los estudiantes de información sobre qué son, cómo actúan y qué provocan las drogas, lo más importante es prepararlos para enfrentar los riesgos a través de la asimilación de conocimientos, el desarrollo de habilidades y la apropiación de valores.

En el marco de esta propuesta se han definido cinco ejes preventivos con la intención de orientar el desarrollo de capacidades en los alumnos para la asimilación de la cultura de la prevención y del no consumo de sustancias adictivas, a través de la toma de conciencia de sus capacidades de resiliencia; del desarrollo de habilidades para la vida como la capacidad para resolver problemas, la creatividad y la toma de decisiones; la adopción de estilos de vida saludables como producto de un proceso de reflexión y la aplicación del juicio crítico; asimismo trabajar en la construcción de ambientes protectores (la escuela o la casa familiar), a manera de espacios vitales en donde los alumnos puedan desarrollarse sanamente, formar su personalidad, encontrar límites y contención mediante la convivencia sana y el diálogo. El proyecto de vida constituye un elemento fundamental para poner en práctica los aprendizajes y el desarrollo de competencias para la vida.

Los ejes preventivos del Modelo de prevención de adicciones son:

- 1. Resiliencia**
- 2. Habilidades para la vida**
- 3. Estilos de vida saludables**
- 4. Ambientes protectores**
- 5. Proyecto de vida**

## Resiliencia

La resiliencia es la capacidad de enfrentarse a situaciones adversas, superándolas y aprendiendo de ellas. A través de ella, una persona puede protegerse, reponerse ante una crisis y vislumbrar la posibilidad de lograr mejores condiciones de vida. Se entiende como un proceso dinámico de adaptación que se da cuando se pasa por momentos difíciles como el divorcio de los padres, el abandono, el abuso y la violencia. Implica la interacción entre los factores de protección y de riesgo presentes en la cotidianidad del ser humano, lo que significa que niños y niñas deben aprender a saber arreglárselas por sí mismos, a hacer frente a las situaciones estresantes, a no abatirse ante la adversidad, a aceptar las modificaciones necesarias que implica la adaptación; es decir, la resiliencia, en tanto habilidad que desarrolla el individuo, constituye un elemento protector ante diversos riesgos como el consumo de tabaco, alcohol y otras drogas.

La resiliencia ofrece la posibilidad de enfrentar un riesgo pues es una vía de salida ante una experiencia traumática que se presenta, con posibilidad de ser utilizada gracias al desarrollo de habilidades sociales y afectivas que permiten el manejo de emociones y el fortalecimiento de capacidades de autoevaluación, autovaloración y de adquisición de nuevos aprendizajes. Representa una reacción positiva de efecto duradero ante una situación desfavorable.

A fin de lograr que las y los niños desarrollen la resiliencia, es necesario ofrecerles mecanismos cognitivos, emocionales y socioculturales, que apoyen su desarrollo integral. Esto implica que los docentes, mediante acciones guiadas, ofrezcan a sus alumnos la adquisición de la noción de adaptación positiva en contextos de adversidad, desarrollando su autoconfianza, el reconocimiento de sus necesidades y de su capacidad para comprender y actuar ante situaciones que les producen temor, desconfianza o intranquilidad. Asimismo, conlleva el fomentar y valorar el respeto que merecen por parte de otras personas; enseñarles cuáles son sus derechos y poner en marcha medidas a su alcance para protegerlos y, con esa base, abonar a la prevención de las adicciones.

## Habilidades para la vida

Se trata de una serie de capacidades o destrezas que permiten a la persona enfrentarse a los retos cotidianos y también estar en posibilidad de saber cómo actuar ante una potencial o eminente situación de riesgo. Las habilidades para la vida se dividen en: cognitivas, afectivas y sociales.



Desarrollar habilidades cognitivas en los alumnos favorece el hecho de que sean capaces de solucionar, constructivamente, los problemas que les presenta la vida; tomar decisiones en relación con su salud, evaluando distintas opciones bajo la consideración de las consecuencias que cada una puede tener; explorar alternativas y efectos de sus acciones y sus no-acciones, para adaptarse y responder con flexibilidad ante situaciones cotidianas, así como prepararse para analizar informaciones y experiencias de manera objetiva. El pensamiento crítico les ayudará a reconocer y evaluar los factores que influyen en las actitudes y la conducta, como son los valores, la presión de los pares y de los medios de comunicación.

Las habilidades sociales expresan la importancia de fomentar la comunicación asertiva; la capacidad para expresar los deseos o las necesidades propias; la posibilidad de relacionarse de forma positiva con las personas con que interactúan, así como identificar la presión de los iguales, de hermanos, padres, de otros adultos y de la publicidad, para resistirse al uso de sustancias adictivas. Estas habilidades también le deben impulsar a colaborar de manera coordinada en la ejecución de un proyecto a fin de alcanzar un objetivo común.

En su caso, las habilidades afectivas requieren de tener un conocimiento de sí mismo; de imaginar cómo es la vida para otras personas —aun en situaciones con las que no está familiarizado—, manejar diferentes emociones y niveles de estrés; así como generar sentimientos individuales de autoconfianza y valía.

Hay autores (Mangrulkar y otros; 2001) que señalan que es preciso desarrollar destrezas para que los adolescentes adquieran las aptitudes necesarias para el desarrollo humano y para enfrentar en forma efectiva los retos de la vida diaria, identificando:

- *Habilidades sociales e interpersonales:* comunicación, negociación/rechazo, afirmación, cooperación y empatía.
- *Habilidades cognitivas:* toma de decisiones, soluciones alternas, pensamiento crítico, autoevaluación y clarificación de valores.
- *Habilidades para manejar emociones:* control de estrés y de sentimientos; aumento interno de un centro de control.

El desarrollo de las habilidades para la vida puede retrasar el inicio del uso de drogas, prevenir conductas sexuales de alto riesgo, enseñar a controlar la ira, mejorar el desempeño académico y fomentar el ajuste social positivo.



## Estilos de vida saludables

Los estilos de vida son un conjunto de rasgos estables, pero no estáticos, que caracterizan una manera de vivir. Son resultado de condiciones sociales, culturales y económicas, donde las personas desarrollan un conjunto de prácticas que van dando forma a estilos de vida. Existe una relación recíproca entre la acción de individuos y grupos que son parte de tales condiciones, por lo que pueden ser transformadas y originar ciertos cambios en los comportamientos. Una colectividad asume un estilo de vida a través de los usos y las prácticas que se desarrollan en lo cotidiano dentro de los grupos donde se nace y se crece.

El consumo de sustancias adictivas puede formar parte de algunos estilos de vida fomentados por la cultura familiar y comunitaria. En el seno de una cultura específica, las prácticas que involucran el consumo tienen un sentido particular para quienes participan en ellas: la convivencia, la celebración, los vínculos afectivos. Por lo mismo, el abuso en el consumo de ciertas sustancias puede reconocerse como un rasgo cultural vinculado a algunos estereotipos. Por sólo citar unos ejemplos: los hombres suelen emborracharse; acude al alcohol quien sufre un problema, una decepción o pierde a un ser querido. O los jóvenes deben experimentar la ingesta de todo tipo de sustancias como parte de su descubrimiento de la vida. Si bien existen datos duros que apoyan estas afirmaciones, también es cierto que el consumo de sustancias se circunscribe a ciertos grupos y a ciertas edades.

Es posible que, mediante un esfuerzo reflexivo, los integrantes de una comunidad reconozcan los malos hábitos, las costumbres y tradiciones que tienen graves repercusiones en su salud y bienestar; además de invitarlos al análisis de los vínculos afectivos y los sentimientos que se involucran en el ejercicio de ciertas prácticas; por ejemplo, el tipo de convivencia y compañía que se brindan al beber y celebrar con los demás. Es evidente que esto requiere de un intento deliberado —que puede propiciarse a través de agentes como la escuela—, para transitar hacia la conformación de estilos de vida saludables. Para encaminarse hacia esos logros, se sugiere:

- Identificar los hábitos y las costumbres que tienen efectos particulares en la salud y el bienestar personal y colectivo.
- Reconocer prácticas que contribuyen a la salud y al bienestar.

- Ajustar las condiciones que permitan la incorporación de prácticas identificadas con estilos de vida saludables.
- Poner en marcha y probar la efectividad de estilos de vida saludables para el logro del bienestar personal y colectivo.

### **Ambientes protectores**

Los factores protectores son característicos del ambiente que reduce el impacto negativo de las situaciones y condiciones estresantes; las escuelas, las familias y las comunidades pueden aportar factores protectores ambientales y condiciones que fomenten los factores protectores individuales. Para atenuar los factores de riesgo que se encuentran presentes en el ambiente, la sugerencia es enriquecer los vínculos afectivos, determinar límites claros y firmes en la relación; establecer y transmitir expectativas elevadas, además de brindar oportunidades de participación significativa en las actividades de convivencia escolar. Los ambientes protectores permiten desarrollar competencias relacionadas con el autocuidado que fortalecen la prevención del consumo de drogas, al ser un medio facilitador y de apoyo a las necesidades del niño.

Las características de los ambientes protectores es que cumplen con condiciones estructurales adecuadas para la seguridad; fomentan el reconocimiento de riesgos y el trabajo para prevenirlos, a partir de la búsqueda de información y la reflexión sobre ella, tanto en relación con uno mismo como con los demás.

Para conformar ambientes protectores a través de la intervención docente será factible generar acciones dirigidas a los padres de familia, que incluyan la supervisión de actividades de los niños, el establecimiento de reglas claras, de metas y que se caractericen por la negociación y comunicación.

En cuanto al papel que el docente puede jugar en la creación de un ambiente protector, se plantea que modere las conductas disruptivas en el salón de clase y en el patio de recreo; promueva el mejoramiento del rendimiento académico del niño; diseñe situaciones didácticas que atiendan las inquietudes de todos sus alumnos, así como respete los ritmos individuales y estilos de aprendizaje; esté atento a la manifestación de sus emociones y propicie las habilidades sociales, de negociación y solución de problemas.

En la escuela se alienta a que los alumnos reconozcan situaciones que producen agrado y bienestar, junto con otras que generan temor,



desconfianza o intranquilidad; pero también se les debe animar a que pongan en práctica medidas básicas preventivas y de seguridad a fin de preservar su salud y eviten accidentes.

La identificación de factores de riesgo y protección, permite tener en cuenta la relevancia y pertinencia de desarrollar intervenciones específicas que no sólo busquen reducir los factores de riesgo sino que promuevan el desarrollo de factores protectores en la familia.

### **Proyecto de vida**

En términos generales, un proyecto de vida le da sentido y rumbo a la existencia humana; por lo cual adoptar uno, como modelo de prevención, permitiría considerar temas del ámbito personal y social; por ejemplo, el abuso del consumo de bebidas con alcohol. El proyecto de vida ayuda al individuo a saber quién es, cómo es y plantearse metas a corto, mediano y largo plazo, en los diferentes ámbitos de su vida. El proyecto de vida sirve para organizar, de manera paulatina, el mundo interior y exterior del individuo.

La formulación de un proyecto de vida representa la puesta en práctica de diversas competencias, pues conjuga una perspectiva de futuro y de confianza de que se llegará a una meta con el reconocimiento de la historia personal y social, parte fundamental para la construcción de la personalidad del individuo. Una visión de vida fomenta el manejo eficiente de los recursos cognitivos, sociales y afectivos; permite reducir la incertidumbre y estructurar imaginativamente la realidad, además de reestructurar y conservar las pautas culturales y los valores tradicionales del modo de vida cotidiano que comprometen el sentido de identidad personal, social y nacional.

### **6. Perfil de egreso del estudiante de educación básica basado en la prevención de adicciones**

En el marco del perfil de egreso de la educación básica, las competencias para la vida que se vinculan con la construcción en la escuela de una cultura para la prevención de adicciones, son: capacidad para el manejo de situaciones, para la convivencia y para la vida en sociedad. En relación con los ejes preventivos, son: resiliencia, habilidades para la vida, estilos de vida saludables, ambientes protectores y proyecto de vida, que en conjunto dan sustento al planteamiento de trabajo transversal en el currículo de educación primaria, en torno al tema de la promoción de la salud y la prevención de las adicciones.

## Vinculación de los ejes preventivos con las competencias para la vida

Ejes preventivos	Competencias para la vida		
	Para el manejo de situaciones	Para la convivencia	Para la vida en sociedad
Resiliencia	Enfrentar el riesgo y la incertidumbre; manejar el fracaso y la desilusión, así como afrontar los cambios que se presenten.		
	Ser capaz de proteger la propia identidad y de reponerse luego de vivir una situación altamente estresante.		Reconocer el respeto que merecen por parte de los demás.  Reconocer sus derechos y poner en marcha medidas que estén a su alcance para protegerse.
Habilidades para la vida	Asumir las consecuencias de sus actos, así como plantear y llevar a buen término procedimientos o alternativas para la resolución de problemas.	Aprender a relacionarse armónicamente con otros a través de una comunicación eficaz; capacidad para tomar acuerdos y negociar, de crecer armónicamente con los demás, de manejar convenientemente las relaciones personales y emocionales.	
	Solucionar constructivamente los problemas.  Reconocer y manejar las propias emociones, aunado a la capacidad de tomar decisiones y resolver problemas.  Identificar diversas situaciones relacionadas con la salud, ya sea que perjudiquen o beneficien.  Explorar alternativas y consecuencias de las acciones y no-acciones, para responder adaptativamente a situaciones cotidianas.  Actuar para manejar diferentes emociones y los niveles de estrés.	Expresar de diversas formas sus necesidades, puntos de vista y sentimientos.  Aprender a comunicar sus estados de ánimo, emociones y vivencias.  Relacionarse de forma positiva con las personas con las que se interactúa.	Desarrollar su sensibilidad hacia las necesidades, puntos de vista y sentimientos de los demás.  Expresar sus deseos o necesidades propias.  Colaborar de manera coordinada en la ejecución de un proyecto con el fin de alcanzar un objetivo común.  Imaginar cómo es la vida para otras personas, aun en una situación con la que no está familiarizado.
Estilos de vida saludable	Administrar el tiempo y propiciar cambios.	Proceder en favor de la democracia, la libertad, la paz, el respeto a la legalidad y a los derechos humanos; participar tomando en cuenta las implicaciones sociales del uso de la tecnología.	Manifestar una conciencia de pertenencia a su cultura, a su país y al mundo.  Actuar con respeto ante la diversidad sociocultural.
	Reconocer prácticas que contribuyen a la salud y el bienestar.  Ajustar las condiciones que hagan factible la incorporación de prácticas identificadas con estilos de vida saludables.  Poner en marcha y probar la efectividad de estilos de vida saludable en el bienestar personal y colectivo.		Identificar los hábitos y las costumbres que tienen efectos específicos en la salud y el bienestar personal y colectivo.

Ejes preventivos	Competencias para la vida		
	Para el manejo de situaciones	Para la convivencia	Para la vida en sociedad
Ambientes protectores		Sensibilizarse y sentirse parte de la sociedad o comunidad en que se vive.	Gestionar y desarrollar actividades que promuevan el desarrollo de la localidad, la región, el país y el mundo.  Combatir el racismo y manifestar una toma de conciencia ante la cultura de su país y la del mundo.
	Reconocer los riesgos y emprender acciones para prevenirlos a través del análisis de las características de ambientes peligrosos.  Tomar decisiones respecto a mejorar sus logros académicos.  Poner en práctica medidas preventivas y de seguridad, para preservar la salud y las condiciones ambientales.	Manifestar, ante los grupos en los que se desenvuelve, sus sentimientos de temor, desconfianza o intranquilidad, en torno a los ambientes: familiar, escolar y comunitario.	
Proyecto de vida	Ser capaz de organizar y diseñar proyectos de vida, considerando diversos aspectos históricos, sociales, políticos, culturales, geográficos, ambientales, económicos, académicos y afectivos. Y tener iniciativa para llevarlos a cabo.	Desarrollar la identidad personal y social.  Reconocer las tradiciones de su comunidad.  Reconocer sus cambios personales.	Tomar decisiones y actuar con juicio crítico frente a los valores y las normas sociales y culturales.
	Adoptar conscientemente un proyecto de vida como modelo de prevención.  Ser capaz de establecer metas a corto, mediano y largo plazo.		



A continuación se presenta el perfil de egreso deseable de los alumnos de educación primaria que hayan vivido la experiencia de participar en actividades de prevención de adicciones. La intención es ofrecer indicadores para valorar los logros de los niños y las niñas de parte del docente:

- El alumno será *resiliente*, cuando sea capaz de proteger su propia identidad y reponerse de una situación altamente estresante; cuando enfrente el riesgo y la incertidumbre; maneje el fracaso, la desilusión y afronte los cambios que se le presentan. Será resiliente si se siente merecedor de respeto por parte de los demás, sean adultos o sus pares. Si reconoce sus derechos y pone en marcha medidas a su alcance para hacerlos valer.
- Habrá desarrollado *habilidades para la vida*, si asume las consecuencias de sus actos, plantea y lleva a buen término procedimientos o alternativas para la resolución constructiva de problemas; si se relaciona armónicamente con otros a través de una comunicación eficaz y maneja convenientemente sus relaciones personales. Si identifica situaciones que lo perjudican o benefician, relacionadas con su salud; explora alternativas y consecuencias de las acciones y no-acciones para adaptarse a situaciones cotidianas; comunica sus necesidades, puntos de vista, estados de ánimo, emociones y vivencias; y si colabora de manera coordinada en la ejecución de un proyecto a fin de alcanzar un objetivo común.
- Se considerará que ha adquirido *estilos de vida saludable*, cuando administre su tiempo, propicie cambios, tome en cuenta las implicaciones sociales del uso de la tecnología; sea consciente de que pertenece a una cultura, a su país y al mundo; actúe con respeto ante la diversidad sociocultural; reconozca prácticas que contribuyen al bienestar y a la preservación de su salud; ponga en marcha





y pruebe la efectividad de estilos de vida saludable para su propio bienestar y el de la comunidad; proceda a favor de la democracia, la libertad, la paz, el respeto a la legalidad y a los derechos humanos, así como identifique los hábitos, las costumbres que tienen efectos específicos en la salud, el bienestar personal y colectivo.

- Demostrará su capacidad de reconocer la conveniencia de vivir en *ambientes protectores*, cuando se sienta parte de la sociedad en la que vive; gestione y desarrolle actividades que promuevan la mejora de la localidad, la región, el país y el mundo que habita; asuma una actitud de rechazo hacia el racismo y la discriminación; reconozca los riesgos y emprenda acciones para prevenirlos; tome decisiones respecto a mejorar sus logros académicos; ponga en práctica medidas preventivas y de seguridad para preservar su salud y las condiciones ambientales. Buscará ambientes protectores cuando manifieste, ante los grupos en que se desenvuelve, sus sentimientos de temor, desconfianza o intranquilidad, que se derivan de los ambientes familiar, escolar y comunitario, como riesgos para su integridad.
- Será capaz de organizar y diseñar un *proyecto de vida*, cuando integre aspectos afectivos, sociales, culturales, ambientales, académicos, económicos, históricos, geográficos y políticos, como parte de las condiciones que le permitan tomar decisiones para actuar en función de sus metas personales y para llevar a cabo un camino de vida; cuando identifique las tradiciones de su comunidad y reconozca sus cambios personales; aplique su juicio crítico frente a los valores, las normas sociales y culturales, para adoptar conscientemente un proyecto de vida como modelo de prevención.



El perfil anterior brinda un marco general deseable en función de los cinco ejes preventivos. Para el caso de 4°, 5° y 6° grados, los propósitos de las propias asignaturas brindan algunas pistas más específicas sobre lo que es viable esperar y promover en este periodo de la infancia.

Cabe recordar, por ejemplo, que entre los nueve y los 12 años, los niños y niñas fortalecen su capacidad para generar abstracciones y superar el pensamiento concreto. Particularmente, en 5° y 6° grados, es posible desarrollar experiencias en las que los alumnos vayan más allá de lo que pueden observar y tocar, realicen clasificaciones más complejas, asocien o contrasten hechos e ideas, reconozcan causas y consecuencias, hagan inferencias, etcétera. Es también una etapa inicial en la consideración de la justicia como criterio moral y de acción, por encima de la obediencia a la autoridad (Kohlberg, L y otros; 1997). Pero, al mismo tiempo, es un periodo de fuertes cambios físicos y emocionales por la cercanía con la pubertad, la búsqueda de mayor independencia y una influencia más marcada de diversos actores sociales —más allá de la familia— en la vida personal.

Todo lo expuesto requiere de herramientas relevantes para la prevención de adicciones. Desde el punto de vista educativo, es posible pensar que en este rango de edad, niños y niñas tienen —o se encuentran en proceso de desarrollar— capacidades fortalecidas para:

- Indagar respecto a información que les interesa; formular preguntas estructuradas para precisar lo que quieren saber y comprender la información que obtienen por diversas fuentes.
- Aportar ideas críticas sobre información, hechos u opiniones.
- Identifica semejanzas y diferencias en las formas de relación que establece con otras personas.
- Generar argumentaciones y usar la discusión para tratar de disuadir a sus interlocutores.
- Inferir motivaciones y puntos de vista de otras personas (reconocer por qué hacen lo que hacen).
- Estudiar procesos abstractos relacionados con el funcionamiento de su organismo y la salud.



- Reconocer riesgos y planear acciones para prevenirlos.
- Establecer y comprender la relación entre su libertad y la toma de decisiones.
- Reconocer las influencias que pueden ejercer distintos agentes.
- Apreciar sus cualidades y las de los demás. <sup>2</sup>

A diferencia de edades más tempranas, los niños y niñas de 4°, 5° y 6° grados, pueden usar estas capacidades complejas para identificar con más claridad situaciones de riesgo en su entorno, así como para reconocer las posibilidades de desarrollo y protección que su medio les ofrece: personas en quien confiar, instituciones, grupos comunitarios. Es posible, asimismo, generar proyecciones a corto y mediano plazo —que vayan más allá de la satisfacción o insatisfacción inmediatas— que sienten las bases para un proyecto de vida y para la incorporación de prácticas saludables.

La posibilidad de “tomar distancia” de un hecho y de reconocer las propias cualidades, es también una oportunidad para estimular unas primeras defensas para una respuesta resiliente ante el entorno: conocer de lo que son capaces a su edad, reconocer sus propias emociones y motivaciones, identificar lo qué les hace bien y les genera daño, las situaciones que les pueden poner en riesgo y aquello que favorece su desarrollo.

En general se recomienda en educación primaria que los programas preventivos se orienten a la mejora de aprendizaje académico y socio-emotivo, mediante el desarrollo de habilidades de autocontrol, conciencia emocional, comunicación, solución de problemas sociales y apoyo académico, especialmente en la lectura. Sin embargo, hacia el final de la primaria, se agregan nuevos elementos: hábitos de estudio, reafirmación personal y, además, habilidades para resistir la tentación de las drogas y refuerzo de actitudes antidrogas (NIDA, 2004).

Las recomendaciones didácticas que se presentan en este material tienen en cuenta estas características para que los maestros puedan sacar provecho y estimular lo que el propio currículo y el desarrollo natural de los niños y niñas ofrecen. Dado que se trata de características generales, es recomendable que cada docente las complemente con el conocimiento específico de sus alumnos, a fin de centrar esfuerzos en aprendizajes particulares.

---

<sup>2</sup> Rasgos retomados de los Programas de Estudio 2009 para las distintas asignaturas de educación primaria.



# B

**Estrategias didácticas para  
la prevención de adicciones  
en la escuela primaria**



## B. Estrategias didácticas para la prevención de adicciones en la escuela primaria

El currículo de la educación primaria ofrece elementos para propiciar una estrategia consistente y sistemática. Para cada grado, las estrategias son ejemplos de propuestas de trabajo para la prevención de adicciones y se han diseñado para usarlas en más de una asignatura, tomando en cuenta:

- Las características del desarrollo cognitivo, afectivo y social de los alumnos.
- Los contenidos, competencias y aprendizajes esperados, en torno a los cuales se desarrolla el trabajo en cada grado.
- Las necesidades y los intereses identificados por el docente en sus alumnos.

De este modo la prevención de adicciones, lejos de ser un proceso añadido a la tarea de la escuela, se convierte en parte del conjunto de las actividades que grado a grado contribuyen al desarrollo integral de los alumnos.

Al contribuir al desarrollo de las competencias previstas en los programas de estudio, la prevención de adicciones enriquece el sentido de los aprendizajes que los alumnos logran en cada asignatura. Los conocimientos, habilidades, actitudes y valores relativos al lenguaje, el razonamiento matemático, el conocimiento del mundo natural y social; la reflexión ética y el logro de competencias motrices y artísticas, sientan las bases para que niñas y niños se desarrollen integralmente.

Las estrategias didácticas —como el conjunto de acciones que lleva a cabo el docente con una clara intención pedagógica— dejan abierta la posibilidad de que maestras y maestros incorporen su estilo y sensibilidad presentes en el trato diario con sus alumnos. Es explotar y dinamizar una de las virtudes que suele cultivar a través de su experiencia: su actitud atenta, observadora y reflexiva, así como una postura empática con las situaciones de vida de los alumnos, lo cual es la base para determinar el carácter de las estrategias didácticas.





A la par, es importante reflexionar acerca de lo que sucede con los niños en el trayecto de la educación primaria y de las metas a cumplir en esa etapa, como parte de la necesaria cultura de prevención y salud. Al verificar los avances de los alumnos en el logro de los aprendizajes esperados, los maestros también necesitan considerar aspectos a desarrollar en los menores, como la autoestima, la capacidad para convivir armónicamente, la posibilidad de plantearse metas viables y responsabilizarse del cuidado de su persona.

Para desarrollar estrategias didácticas dirigidas a la formación integral de los alumnos de educación primaria y fortalecer las competencias para la vida —la convivencia, la vida en sociedad y manejo de situaciones—, apoyadas por los ejes preventivos, se pueden plantear una gran cantidad de actividades, entre las que se encuentran representaciones con juego de roles, análisis de casos, diálogo en grupos pequeños, debates, ensayos individuales; mapeo de decisiones o árboles de problemas, análisis de contenido literario, dinámicas de relajación y desarrollo de confianza, así como juegos que permitan a los alumnos identificar, representar, nombrar y reflexionar sobre los sentimientos, conceptos, valores y procesos que les afectan y en los que se encuentran inmersos.

Se espera que el docente valore estas estrategias presentadas a manera de fichas, que las enriquezca de forma creativa y, en especial, que le sirvan como ejemplos para diseñar sus propias estrategias de acuerdo con las características de su grupo, el contexto social en el que se ubica la escuela y las particularidades de la dinámica escolar, teniendo como base el Plan y Programas de estudio de educación primaria 2009.

# Cuarto

# grado

**Fichero de  
estrategias  
didácticas**

# Ficha 1 ¿Dónde están y qué hacen?

## Propósito:

Identificar la localización de alternativas (personas, grupos comunitarios, instituciones) que pueden brindar información y apoyo para el cuidado de la salud, particularmente para la prevención de adicciones.

## Eje preventivo:

Ambientes protectores.

## Se vincula con:

Español, Matemáticas y Formación Cívica y Ética

Asignatura	Bloque	Tema/Ámbito/ Eje temático	Aprendizajes esperados
Español	I	Ámbito de la participación comunitaria y familiar. Leer y elaborar croquis o mapas.	Conoce las características y funciones de croquis urbanos. Se familiariza con la representación gráfica de lugares y trayectos.
Matemáticas	I	Ubicación espacial. Representación.	Lee planos y mapas viales. Interpreta y diseña trayectorias.
Formación Cívica y Ética	I. Niñas y niños cuidan de su salud e integridad personal	Transversalidad. Espacios de indagación-reflexión-diálogo. Los servicios de salud.	Distingue personas, instituciones y servicios que contribuyen al cuidado de su salud y valora la ayuda y apoyo que le brindan otras personas.

## Introducción

Uno de los factores que favorecen el ejercicio de una vida sana y la prevención de adicciones, es la identificación de recursos de apoyo en el entorno cercano: ¿a quién puede acudir si quiere ocupar su tiempo libre, resolver dudas sobre algún aspecto de la salud o pedir ayuda para



*El consumo de drogas es menos probable cuando aprovechamos la orientación de personas, grupos e instituciones que pueden brindarnos apoyo.*

sí mismo o para alguien cercano? Saber que existen personas, instituciones o grupos comunitarios a quienes acercarse —más allá de la familia—, puede fortalecer en los niños y niñas sentimientos de seguridad y confianza, elementos fundamentales para enfrentar situaciones de riesgo en materia de

adiciones. La comunidad cercana se percibe como un espacio que cobija y protege, en el que se pueden encontrar opciones ante una necesidad o problema. Es también una manera de promover la autogestión de la salud: si bien la infancia tiene derecho a ser provista de lo necesario para desarrollarse plenamente, también puede desde temprana edad dotarse de información para tomar decisiones y aprovechar lo que la comunidad le ofrece para desarrollar estilos de vida saludable y participar en la construcción de un ambiente protector.

## Actividades sugeridas

**Inicio:** *¿Qué es la salud?*

1. Indague con el grupo las ideas prevalecientes sobre la salud. Para ello puede plantear frases, situaciones y preguntas, como por ejemplo:
  - ¿Qué hacen cuando se sienten enfermos? ¿A quién acuden si están en su casa o en la escuela?
  - La tía de Marta dice que nunca le duele nada, aunque fuma a veces diez cigarros al día, ¿podemos decir que está sana?
  - Susana casi siempre está triste, no se acerca a nadie a la hora del recreo y se pasa el tiempo sola. ¿Dirías que Susana es una niña saludable?
- 2 A partir de ejemplos como los anteriores, explore significados más amplios sobre la salud, que involucren el bienestar físico, mental y social. Enfatique cómo la recreación, el deporte, la convivencia respetuosa y evitar las distintas formas de violencia, son condiciones para vivir con verdadera salud.

**Desarrollo:** *Explorar lo que sabemos*

1. Indague sobre las instituciones, grupos o personas que conocen en su localidad y que les pueden ayudar a cuidar y mantener la salud. Anótenlos y comenten lo que saben al respecto: ¿cuáles son?, ¿qué hacen?, ¿dónde se ubican?
2. Si cuenta con un mapa de la localidad, pídale que localicen el punto donde se encuentran estas opciones y las marquen. Analicen si están cerca o lejos de sus casas y de la escuela, y cómo podrían llegar ahí si quisieran hacerlo (rutas a pie, opciones en autobús, entre otras).
3. Comenten en grupo para qué les puede servir conocer esas alternativas.

4. Organice equipos. Cada uno indagará qué instituciones, grupos o personas hay en su localidad que ofrezcan alguno de los siguientes servicios (puede organizar más de un equipo por servicio):
  - Servicios de salud (clínicas, consultorios, hospitales, centros de salud, de atención a la violencia, contra las adicciones).
  - Deportivos (canchas al aire libre, clubes, equipos comunitarios).
  - Recreativos (talleres de música, pintura, danza, ajedrez y otros).
5. Es importante que la búsqueda se realice en la localidad propia o más inmediata, de modo que los niños y niñas no requieran grandes traslados para acudir solos u orientados por un adulto que les acompañe.

### Cierre: *¿Qué más hay?*

Parte importante del autocuidado es la relación con los otros: “hacernos fuertes juntos” y compartir lo que se sabe. Para hacerlo:

1. Pida a cada equipo que elija al menos una institución, grupo o persona que encontró y elabore un croquis para explicarle a sus compañeros cómo encontrar ese lugar. Aproveche para ello los aprendizajes generados en Matemáticas y Español, sobre esta forma de representación gráfica.
2. Los equipos expondrán sus hallazgos: los croquis que elaboraron y la información que obtuvieron. Promueva que los demás equipos corrijan o agreguen información.
3. Intervenga cuando sea necesario para enfatizar el apoyo que pueden obtener en cada caso.

## Evaluación

### Con el grupo

- Pida a cada alumno que elabore un croquis personal con las instituciones, grupos o personas que crea más necesarias o útiles, según sus necesidades, intereses o dificultades.

### Para el docente

- Registre los aprendizajes logrados por su grupo en cuanto a los siguientes criterios:

Criterios	Bueno	Regular	Malo	¿Por qué?
Construcción de un concepto amplio sobre la salud.				
Búsqueda e identificación de información.				
Identificación de servicios que promueven su salud.				
Trabajo en equipo para promover conjuntamente la salud.				
Ubicación en el espacio de los servicios identificados (saben cómo llegar a ellos).				

# Ficha 2 ¿Cómo pasamos el tiempo?

## Propósito:

Reconocer posibilidades para el uso creativo del tiempo libre, como una forma de promover hábitos y estilos de vida saludables.

## Eje preventivo:

Estilos de vida saludables.

## Se vincula con:

Formación Cívica y Ética y Ciencias Naturales.

Asignatura	Bloque	Tema/Ámbito/ Eje temático	Aprendizajes esperados
Formación Cívica y Ética	I. Niñas y niños cuidan de su salud e integridad personal.	Sección 4: El valor del tiempo libre.	Discute los beneficios que proporcionan las actividades de recreación, esparcimiento y juego, en compañía de familiares o amigos. Propone y participa en acciones que contribuyen al cuidado de la salud e integridad personal. Propone actividades colectivas en las que se ponen en juego la iniciativa y la creatividad.
Ciencias Naturales	I. ¿Cómo mantener la salud?	2. Acciones para favorecer la salud.	Relacionan las funciones del cuerpo humano con el mantenimiento de la salud. Explica la importancia de fomentar y poner en práctica hábitos que promueven la salud personal.

## Introducción

Con frecuencia puede verse el tiempo libre como un espacio para “hacer nada” y que carece de importancia; sin embargo, se trata de un espacio fundamental para el desarrollo pleno de toda persona. Es una oportunidad para ejercitar la libertad y la toma de decisiones, para buscar espacios de recreación y disfrutar que constituyan alternativas saludables



*Enseñar a los alumnos a aprovechar el tiempo libre en actividades que no dañen su salud los protege del consumo de drogas.*

ante el consumo de drogas. Plantearnos desde pequeños el uso creativo del tiempo libre nos ayuda a descubrir que existen actividades que pueden generarnos sensaciones de bienestar, emoción o alegría sin afectar nuestra salud. A diferencia de la pasividad, la acción recreativa en la que existe activación física, mental o social, favorece la integración de los niños y jóvenes a su comunidad, les permite descubrir capacidades y favorece la canalización de la energía.

## Actividades sugeridas

**Inicio:** *¿Qué nos gusta hacer?*

1. Indague con los alumnos las dos principales actividades que realizan cuando vuelven a casa después de la escuela. Pida que elaboren un trabajo sencillo al respecto: un dibujo, un breve relato, una carta. Deberán explicar —con cierto detalle— lo que hacen, de modo que no sólo se mencionen actividades generales (como “jugar”, o “estar en mi casa”).
2. Pida al grupo que elabore un *collage*, utilizando una de las paredes del salón o del patio de la escuela. En él, cada uno colocará su aporte. Todo el grupo visitará durante algunos minutos el *collage* para leer lo que otros pusieron.
3. Pida dos o tres voluntarios que comenten lo que observaron, por ejemplo: ¿qué opciones encontraron?, ¿hubo coincidencias?, ¿hay alguien que dedica su tiempo libre a algo distinto de los demás? Hagan una lista de las principales actividades que reconocieron,
4. Solicite al grupo que libremente exprese qué les gusta de esas actividades, cómo se sienten al realizarlas y en qué les hacen bien. Intervenga para destacar las que involucran beneficios a la salud, las que inciden en una mejor condición física, en sentirse más relajados, en aprender a mover y dominar su cuerpo o convertir cosas que imaginaron en objetos tangibles. Cierre este momento destacando el valor del tiempo libre en nuestra vida y lo que implica el decidir lo que hacemos con él. Vincule la actividad con la noción amplia de salud como estado de bienestar físico, psicológico y social.

**Desarrollo:** *¿Érase una vez...?*

Invite al grupo a crear un cuento colectivo.

1. Consiga una pelota o un objeto cualquiera, de tamaño mediano y poco peso. Quien posea ese objeto será quien tenga la palabra. Cuando termine, deberá lanzarla a alguien más para que pueda hablar.
2. Inicie la historia, que versará sobre el uso del tiempo libre y las consecuencias para la

salud. Indique al grupo que deberá continuar la historia imaginando lo que podría pasar y las decisiones que podrían tomar los personajes. Un ejemplo de ello puede ser:

*“Había una vez una pareja de hermanos: Juanita y Juanito. A Juanita le gustaba mucho salir al parque a correr y jugar, pero a Juanito eso le daba flojera. Él prefería quedarse en casa y ver la televisión. A veces la veía durante horas, horas y horas... Al paso de los años, Juanita fue a visitar a su hermano y lo que vio ¡la sorprendió!...*

Cuando lo crea necesario, pida la pelota para incorporar algún elemento o reorientar la historia si se desvía de la intención. Extienda el ejercicio hasta donde el grupo lo permita, pero al detenerse debe proponerse algún final.

3. Reflexione con el grupo sobre las decisiones que tomaron los personajes y las consecuencias que éstas tuvieron para su vida y su salud. Pida que imaginen varios finales más y cómo esas otras alternativas podrían afectar su desarrollo.

### **Cierre: Recrearnos para estar más sanos**

Ocupar el tiempo libre es una decisión personal, pero es importante alimentarla con reflexión e información que permita tomar mejores decisiones. Una vez que se han reconocido consecuencias y alternativas, pueden buscarse opciones que respondan a los propios intereses y necesidades.

1. Forme pequeños grupos (por ejemplo, con quienes mostraron aficiones similares en el ejercicio inicial).
2. Invítelos a pensar en qué más podrían ocupar su tiempo libre. Deben considerar para ello: sus gustos e intereses, el beneficio que pueden obtener de esa actividad y las opciones y espacios que hay en su localidad, como parques, centros comunitarios, escuelas siempre abiertas, clases particulares, etc.
3. Genere un intercambio entre las ideas de cada equipo, a fin de que todo el grupo cuente con alternativas a elegir. Establezca acuerdos y compromisos para que los alumnos busquen y diversifiquen las actividades que realizan en su tiempo libre.
4. Elaboren hipótesis sobre lo qué puede ocurrir si no ocupamos nuestro tiempo libre en distracciones que nos brinden bienestar y salud. Mencione el tema de las adicciones como una alternativa de algunos niños o jóvenes ante el hastío y la falta de opciones.

Establezca con el grupo contrastes sobre las consecuencias que puede tener una elección u otra, tanto para la vida presente como para el futuro de un niño o joven.

## Evaluación

### Con el grupo

- Pida al grupo que, a partir de las actividades que realizaron, imaginen todas las respuestas que podrían dar a la pregunta: ¿para qué sirve el tiempo libre? Identifique con ellos si su respuesta ha cambiado durante la sesión y si descubrieron nuevas posibilidades para usar su tiempo.
- Solicite que retomen su ejercicio inicial (dibujo, escrito) e integren, sólo para sí mismos, al menos dos opciones más para el uso de su tiempo libre.

### Para el docente:

- Durante la narración colectiva del cuento identifique si hay opiniones o juicios sobre el uso del tiempo libre que brinden una oportunidad para mejorar y cuidar la salud.
- Recupere las conclusiones de los equipos para valorar su creatividad en la elaboración de alternativas de recreación.

# Ficha 3 Una nueva pastorela

## Propósito:

Identificar a través de la expresión artística (adaptación de una Pastorela) las consecuencias del uso del alcohol o el tabaco.

## Eje preventivos:

Habilidades para la vida.

## Se vincula con:

Español y Educación Artística.

Asignatura	Bloque	Tema/Ámbito/ Eje temático	Aprendizajes esperados
Español	II.	Preparar una Pastorela.	Conoce con el formato gráfico de las obras de teatro, las características de un personaje a partir de descripciones, diálogos y modo de participación en la trama. Identifica los personajes.
Educación Artística	II.	Teatro: Descubrir y diferenciar las partes más importantes de una historia.	Descubre sus posibilidades para narrar una anécdota.

## Introducción

El rechazo al consumo es el resultado de varios elementos, entre ellos la información con la que se cuenta, la capacidad para mirar críticamente la realidad y el desarrollo de destrezas para resistir y decir “no” ante la oferta de una droga. Existe también un fuerte componente afectivo ya que, en ocasiones, por algunas circunstancias como la soledad o la falta de opciones de futuro (escolares,

familiares, comunitarias), pueden tener un peso más importante que los razonamientos. Sin embargo, dotar de herramientas de análisis y de capacidad de argumentación, brinda la posibilidad de resistir ante presiones sociales o condiciones personales que favorecen el inicio en el consumo.



*Analizar causas y consecuencias de decisiones y acciones, es una habilidad que ayuda a evitar el consumo de tabaco, alcohol y otras drogas, porque da pie a la reflexión personal.*

La información que se recibe puede cobrar mayor relevancia si se aplica a situaciones concretas, reales o imaginarias, que permitan analizar las consecuencias y ejercitar las propias habilidades. Por eso, realizar representaciones teatrales y análisis de casos, sirve para reforzar el carácter significativo de un aprendizaje.

## Actividades sugeridas

Inicio: *¿Por qué sí y por qué no?*

1. Reflexione con el grupo lo que han visto (por experiencias propias, ajenas o a través de los medios) y por qué creen que la gente consume alcohol y qué consecuencias tiene para esas personas y para quienes les rodean. Tome precauciones y procure evitar que se generen burlas, ya que es posible que algunos niños y niñas tengan experiencias desagradables en su entorno familiar, por lo que debe explicar que una adicción es una enfermedad. Procure no centrarse en casos específicos y que nadie se sienta obligado a hablar. Puede iniciar con un cuento o retomar algún episodio de historietas o programas de televisión que sean conocidos por los alumnos.
2. Elaboren una relación de razones por las cuales creen que una persona consume alcohol. Y otra con razones por las que creen que no lo hace o dice que no si alguien lo invita a hacerlo.
3. Centre su atención en los argumentos dados para no beber y complémtelos con información —explicada en un lenguaje sencillo— sobre las consecuencias del consumo, entre ellas:
  - Dependencia (la persona no puede dejar de consumirlo).
  - Afectación en la salud mental: lagunas mentales, esquizofrenia.
  - Depresión que aparece con frecuencia, asociada a sentimientos de ansiedad y angustia ante la aparente imposibilidad de salir de la adicción. Percepción de soledad, abandono e impotencia.
  - Afectación en la salud física (daño en órganos como hígado, estómago y corazón).
4. Invite al grupo a pensar cómo podrían explicarle a otra persona esas razones, si alguien les invitara a tomar: ¿cómo decir que no y qué razones dar? Para ello se sugiere realizar la siguiente actividad.

### Desarrollo: *La decisión de los pastores*

1. Integre esta reflexión a la organización de una Pastorela adaptada por el grupo (Español. Bloque II). Para ello, pida al grupo que lleven a clase diferentes versiones de pastorelas y léanlas para elegir una.
2. Identifiquen los personajes y realicen adaptaciones para introducir la siguiente variable: *Los pastores se dirigen a Belén, pero en el camino el diablo trata de convencerlos de que se detengan en una pequeña cantina y beban gratis todo el tequila que quieran. Algunos aceptan, otros no, y deberán dar argumentos para tomar una u otra decisión.* El resto de la historia puede variar dependiendo de las decisiones que tomaron.
3. Siga las recomendaciones del programa de estudios de Español, Bloque II: “Preparar una pastorela”; y de su libro de texto, para definir el guión, la escenografía y los personajes.

### Cierre: *Una Pastorela para todos*

Las decisiones personales influyen en la transformación del entorno, sin embargo existen factores sociales que pueden dificultar o favorecer esa transformación. Por ejemplo, el papel de la familia tiene un peso fundamental como espacio seguro o de riesgo. Es conveniente involucrar a los familiares en el desarrollo de habilidades para resistir y alejarse de las adicciones. Para promoverlo se sugiere:

- Presente la Pastorela. Invite a algún miembro de la familia de sus alumnos; haga una introducción en la que explique lo que se ha trabajado con los niños y la importancia que tiene para su formación alejarse de las adicciones y aprender a decir “no”, especialmente cuando existan casos de adicciones en el entorno cercano. Aproveche la oportunidad para solicitar el apoyo de los familiares en la generación de ambientes protectores.

## Evaluación

### Con el grupo

Comente con la experiencia al representar personajes que se resisten a beber o que lo aceptan con facilidad: ¿cuál les costó más trabajo?, ¿qué tan sencillo o complicado fue resistirse a las invitaciones del diablo?, ¿les ayudó la información y reflexión que hicieron antes y de qué forma?, ¿qué otras estrategias —que no usaron en la representación— aplicarían para negarse a beber?

### Para el docente

Evalúe el uso de la información y la calidad de las argumentaciones de sus alumnos. Tome en cuenta que, de acuerdo a su edad y la poca información con la que cuentan, pueden ser argumentos poco elaborados; pero dejarán ver algunos juicios, posturas y reconocimientos del impacto de las adicciones en la vida cotidiana.

### Propósito:

Indagar sobre las reacciones personales ante conflictos y sus repercusiones para la toma de decisiones. Identificar formas alternativas de manejar el enojo y la frustración.

### Eje preventivo:

Habilidades para la vida.

### Se vincula con:

Formación Cívica y Ética.

Asignatura	Bloque	Tema/Ámbito/ Eje temático	Aprendizajes esperados
Formación Cívica y Ética	II. El ejercicio de mi libertad y el respeto a los derechos propios y ajenos.	Sección 1: El que se enoja pierde.	Discute y expone las posibles consecuencias de una pérdida de control de las emociones y sentimientos.

## Introducción

La relación entre enojo y adicciones no es necesariamente directa: no toda persona que se enoja puede ser adicto, ni todo adicto tiene problemas de ira; sin embargo, aprender a manejar emociones permite desarrollar habilidades para enfrentar situaciones de frustración y evitar decisiones que puedan afectar la salud. La ira contenida o el enojo desbordado, pueden generar impotencia



*Manejar las emociones favorece la capacidad de resiliencia y, cuando logramos ser resilientes, sabemos que se puede salir adelante de una situación por adversa que sea, aunque se trate de un asunto de drogas.*

y la sensación de que no hay salidas saludables a los problemas o provocar la necesidad de buscar otras vías que permitan expresar lo que se siente. Las adicciones constituyen, en ocasiones uno de esos canales alternativos, cuando no se conoce otra manera de manejar las propias emociones.

Una posibilidad para explorar el manejo del enojo es el análisis de situaciones —hipotéticas o reales— que permitan hacer evidentes reacciones y emociones.

## Actividades sugeridas

Inicio: *¿Qué me enoja?*

1. Pida al grupo que, de manera individual, responda en una hoja:

¿Qué es lo que más me hace enojar?

---

¿Cuál es la situación en la que he estado más enojado?

---

¿Cómo me sentí?

---

¿Cómo reacciono normalmente cuando estoy muy enojado?

---

2. Invite a algunos voluntarios a comentar sus respuestas e identifiquen las reacciones más frecuentes.
3. Tome como ejemplo una de estas reacciones identificadas por el grupo; como, por ejemplo: llorar, gritar, negarse a hacer algo, tomar decisiones apresuradas o incorrectas. Retomen algunos ejemplos para exponer las consecuencias de reaccionar de esa manera: ¿se resuelve el problema?, ¿se agrava?, ¿qué ocurre con las malas decisiones que se toman al estar enojado? Resalte cómo, en ocasiones, no controlar nuestro enojo o frustración puede llevarnos a tomar decisiones que afectan nuestra propia vida y salud. Busquen ejemplos de ello.

### Desarrollo: ¿Qué puede pasar?

1. Lea con el grupo las siguientes situaciones:

Miguel se siente muy molesto con su papá, porque todos los viernes le da por beber. Cuando Miguel llega de jugar y su papá ha tomado, le grita sin que haya hecho nada. Y se le ha ocurrido hacer lo mismo que él, para que cuando vuelva del trabajo vea lo que se siente.

Elisa está furiosa con la maestra de Educación Física. Ayer se le olvidaron los tenis y la regañó delante de todo el grupo. Todos se burlaron de ella. Elisa sólo lloró mucho y, como siempre, no dijo nada, pero se siente muy triste y avergonzada. Se encerró en su cuarto y no quiere hablar con nadie.

1. Pida que analicen en equipos cómo creen que se sintió cada personaje, cómo reaccionaron y las consecuencias que podrían sufrir los personajes.
2. Pongan en común las conclusiones a partir de las siguientes preguntas:
  - ¿Cómo afectaron sus reacciones a Miguel y Elisa? (a Miguel beber alcohol y a Elisa guardarse lo que sentía).
  - ¿De qué otra forma creen que podrían haber reaccionado?
3. Utilice el siguiente esquema como apoyo para identificar alternativas para estos casos u otros:



### Cierre: ¿Qué más puedo hacer?

Aunque se utilicen situaciones hipotéticas, es recomendable volver al caso personal para que los alumnos tengan la posibilidad de explorar sus propias emociones y reacciones, así como reflexionar sobre posibles estrategias de autocontrol. Con ese fin:

1. Pida al grupo que cada uno recupere su ejercicio individual en el que identificó una situación que le haya molestado mucho.
2. Cada quien deberá pensar en una reacción distinta a la que tuvo y que pudiera ser mejor. Deberán incluir una breve explicación sobre qué consecuencias favorables podría tener una reacción diferente.

## Evaluación

### Con el grupo

- Pida que expresen verbalmente lo que aprendieron con estas actividades y cómo podrían aplicarlo en su vida diaria. Brinde un espacio si alguien de manera voluntaria quiere compartir su ejercicio individual.

### Para el docente

- Registre las respuestas de los alumnos y valore si a lo largo de la sesión se ampliaron sus opiniones y juicios, respecto a las formas de reaccionar ante situaciones que causan enojo. Observe si son capaces de aplicar lo aprendido en conflictos que se viven dentro del aula.

# Ficha 5 ¿Quién nos puede decir?

1/2

## Propósito:

Obtener información sobre las adicciones y sus consecuencias, mediante personas, grupos o instituciones de la localidad.

## Ejes preventivos:

Habilidades para la vida y Ambientes protectores.

## Se vincula con:

Español.

Asignatura	Bloque	Tema/Ámbito/ Eje temático	Aprendizajes esperados
Español	III	Preparar, realizar y reportar una entrevista a una persona experta en un tema de interés.	Identifica las características y función de las entrevistas. Evalúa la pertinencia de las preguntas en función del tema y el interés de los entrevistadores. Elabora preguntas que recaben el máximo posible de información y evita hacer preguntas innecesarias o redundantes. Conoce e interpreta reportes de la entrevista.

## Introducción

Aprender a informarse es una habilidad fundamental para el ejercicio de los distintos ejes preventivos, ya que brinda un saber que puede aplicarse en diversas situaciones de riesgo y ayuda a ejercitar

la toma de decisiones. En este caso implica acercarse a la comunidad y reconocer distintas fuentes que pueden brindar información especializada o derivada de la experiencia.

Usar estrategias como la entrevista brinda la posibilidad de que los alumnos indaguen sobre lo que realmente les interesa saber, que lo hagan de manera sistemática y ejerciten



*Saber que no estamos solos fortalece la confianza y genera un ambiente protector a nuestro alrededor.*

el uso de la palabra (perder el miedo a preguntar), como una herramienta que les brinda poder y protección. Tome en cuenta que buscar información confiable, preguntando lo que genera dudas, es uno de los factores que puede evitar o retrasar el inicio en el consumo de sustancias adictivas. Es también una capacidad que habilita a los niños y niñas para seguir aprendiendo sobre cualquier ámbito de su vida, incluyendo la prevención de adicciones.

## Actividades sugeridas

### Inicio: *¿Quién puede ayudarnos?*

1. Pida a sus alumnos que, levantando la mano, señalen:
  - ¿Quién convive en su casa con una persona que fuma?
  - ¿Quién convive con dos o más personas que fuman?
  - ¿Quién conoce a una persona — aunque no vivan con ella— que fume más de cuatro cigarrillos al día?
  - ¿Quién conoce a alguien que se haya enfermado por fumar demasiado?
  - ¿Quién se ha sentido incómodo o enfermo por estar cerca de una persona que fuma?
2. Escuche sus experiencias y opiniones. Al igual que en el caso del consumo de alcohol, promueva en el grupo el respeto a las personas que tienen adicción al tabaco.
3. Reflexionen en grupo ¿qué saben sobre las consecuencias que tiene fumar?, tanto para quienes lo hacen como para quienes viven cerca. Recupere la información que los alumnos hayan obtenido en grados anteriores y sus vivencias personales.
4. Identifiquen también qué es lo que no saben o qué preguntas les surgen si de momento no tienen respuestas. Anótelas.
5. Indague con el grupo a quién podrían acudir en su comunidad para pedirle más información sobre las consecuencias de fumar, como médicos particulares, centros sociales, Centros de Integración Juvenil, familiares que sean profesionistas de la salud, etcétera. Integre una relación que sirva de base para la siguiente actividad. Sugiera que, en todos los casos en que vayan por información, sean acompañados por una persona adulta.

### Desarrollo: *En búsqueda de información*

1. Recuperen los aprendizajes derivados del Bloque II de Español sobre: a) Las características

y función de las entrevistas; b) Pertinencia de las preguntas; c) Elaboración de preguntas; d) Interpretación de reportes de entrevista.

2. Construya con el grupo un guión de entrevista. Formen equipos y distribuyan las fuentes de información.
3. Incluya entre los encuestados a familiares fumadores que cuenten a los alumnos su experiencia. Esta entrevista puede realizarse también en el salón de clases, de modo que los estudiantes dialoguen con el fumador y exploren, por ejemplo, sus razones para fumar, la edad en que inició, los cambios físicos que ha notado, la posible afectación que provoca en la convivencia con otras personas, etc.

### Cierre: *Lo que encontramos*

La experiencia de acercarse a otras personas y dialogar con ellas es, en sí misma, formativa; sin embargo, es importante que los aprendizajes se formalicen mediante un espacio para organizar y sistematizar los hallazgos obtenidos.

1. Dedique una sesión a escuchar los resultados de las entrevistas hechas por cada equipo. Organicen los resultados en un esquema decidido por el grupo, en el que sinteticen las principales consecuencias que tiene el abuso del tabaco en la salud.
2. Ilustren su esquema y colóquenlo en algún lugar visible del salón o de la escuela. Puede compartirlo con otros grupos para presentar una exposición colectiva a la que se invite a las familias.

## Evaluación

### *Con el grupo*

- Forme parejas y pida que cada una imagine que se encuentra junto a una persona que fuma sin parar: ¿qué le dirían? Las consignas son: no insultar, no usar la violencia física y aplicar lo que aprendieron durante las actividades. Deberán anotar en una hoja sus opciones de convencimiento y exponerlas de manera voluntaria. El grupo elegirá por votación la estrategia más creativa.

### *Para el docente*

- Recupere la sistematización de las entrevistas, así como las hojas en las que cada pareja anotó su argumentación hacia un fumador. Valore: la capacidad para buscar y seleccionar información; la organización que hicieron de ésta, la calidad de sus argumentos y la creatividad al buscar soluciones.

# Ficha 6 ¿Qué pasará mañana?

## Propósito:

Elaborar, con apoyo del calendario, pequeños proyectos con duraciones variables, que impliquen el logro de metas.

## Eje preventivo:

Proyecto de vida.

## Se vincula con:

Matemáticas.

Asignatura	Bloque	Tema/Ámbito/ Eje temático	Aprendizajes esperados
Matemáticas	III	Medida. Unidades	3.9. Utilizar el vocabulario asociado a diferentes duraciones. Leer y comunicar la hora y la información que brinda el calendario, día, semana, semana laboral, quincena, semestre, cuatrimestre, etc.

## Introducción

Un proyecto de vida se gesta desde preguntas como: ¿quién soy?, ¿cómo soy? Y, a partir de ahí, empezar a imaginar qué quisiera ser. El currículo de cuarto grado brinda oportunidades para que los niños reflexionen de manera sencilla sobre el mañana y se tracen algunas primeras metas. Cabe recordar que un ejercicio en torno al proyecto de vida no requiere aludir explícitamente al tema de las adicciones. Generar proyectos de cualquier tipo —sea en los estudios, el deporte, las relaciones personales, el trabajo y otros— y tener expectativas en torno a ellos, son en sí herramientas para evitar o retrasar el consumo de drogas, porque generan esperanza y perspectiva de futuro, defensas fundamentales contra las adicciones.

En esta estrategia el uso del calendario fortalece las nociones temporales y la idea de que la vida va más allá de la satisfacción inmediata. Es posible aprovecharlo para ensayar el conocimiento de



*Un proyecto de vida orienta las decisiones y las acciones. Cuando está bien cimentado y se tiene clara la meta, comprendemos que una adicción es una piedra que obstaculiza nuestro camino.*

las duraciones y construir pasos para lograr una meta. En el caso de los niños de cuarto grado, un semestre será el periodo más amplio a considerar en una planeación.

## Actividades sugeridas

Inicio: *Lo que más quisiera es...*

1. Pida al grupo que forme equipos y conversen durante unos minutos sobre algo que deseen mucho y que les gustaría lograr, a más tardar, en un semestre. Puede ser: ahorrar para comprar unos patines, superar el record de goles en el futbol, mejorar sus calificaciones en alguna materia... Indagar sobre lo que realmente les interese.
2. De manera individual, elaborarán un dibujo en el que se representen a sí mismos, en el momento en que han logrado eso que desean: ¿qué harían?, ¿cuál sería su expresión?, ¿quiénes más estarían ahí? Pida voluntarios para presentar algunos dibujos y evite las presiones. Cada alumno conservará su dibujo.

Desarrollo: *Hoy, mañana, pasado...*

1. Lleve a clase varios ejemplos de calendarios y hágalos circular entre el grupo para que los exploren y reconozcan sus elementos: días, semanas, meses. Conversen mientras tanto sobre las preguntas: ¿para qué nos puede servir un calendario? y ¿cómo podríamos usarlo? Vincule el ejercicio al Bloque III de Matemáticas, relativo a las diferentes duraciones y uso del calendario.
2. Pida a cada alumno que elabore su propio calendario de la forma en que más le guste —con dibujos, recortes de revistas o colores— pero dejando espacios para escribir en una casilla diseñada para cada día. El calendario debe plasmar la personalidad del estudiante.
3. Una vez terminado, pida a cada alumno que marque en su calendario, de forma especial y llamativa, la fecha en la que le gustaría lograr la meta que se propuso. No debe exceder el semestre.
4. Luego deberán marcar qué harán para lograr esa meta a lo largo de los días previos. Por ejemplo, asistir a mi clase de futbol los miércoles de cada semana aunque me dé flojera o el 13 de febrero sacar al menos un punto más en el examen de Matemáticas que se aplicará ese día.

### Cierre: Comparto mis metas

1. Una vez que se ha elaborado de manera individual el calendario —que implica un pequeño proyecto personal— es conveniente socializarlo. Verbalizar las metas fortalece su sentido de realidad, implica un compromiso e involucra a los otros como posibles actores que apoyen su logro.
2. Pida a algunos de los alumnos que expongan su calendario al grupo. El resto de los compañeros podrán darles ideas para complementarlo, identificando acciones que pueden anotar para realizar.

## Evaluación

### Con el grupo

- Converse con sus alumnos sobre la importancia que puede tener el uso de un calendario para planear nuestras actividades y qué pasa si no tenemos presente la idea del tiempo y sus medidas (días, semanas, meses, años). Retome las preguntas hechas al inicio y observen en conjunto lo que han aprendido.
- Pida a todos que tengan a la mano su calendario y una vez a la semana dediquen cinco minutos a retomarlos y dar seguimiento a los pasos ahí indicados.

### Para el docente

- Evalúe la capacidad de los niños para definir una meta específica y reconocer pasos previos para llegar a ella.
- Identifique también el uso de las nociones de día, semana, quincena, semestre, etcétera. Refuércelas cada vez que se revise el calendario (una vez a la semana).
- Utilice el calendario personal para registrar nuevas metas y tareas a lograr a lo largo del ciclo escolar.

# Ficha 7 Entre todos sí podemos

1/3

## Propósito:

Reconocer el valor de la cooperación y el apoyo solidario entre las personas, para superar obstáculos.

## Eje preventivo:

Resiliencia.

## Se vincula con:

Educación Física.

Asignatura	Bloque	Tema/Ámbito/ Eje temático	Aprendizajes esperados
Educación Física	IV. Cooperar y compartir.	<b>Conceptual</b> Identificar el sentido de cooperación y colaboración en la realización de tareas individuales y de grupo; además de generar diversas estrategias durante las actividades. <b>Procedimental</b> Vincular, posibilitar y transferir el desarrollo de capacidades adquiridas, mediante actividades cooperativas en distintos contextos. <b>Actitudinal</b> Asumir una actitud positiva durante la actividad, libre de competencia, exclusión o agresión, con libertad para elegir y comunicarse.	Desarrolla su capacidad para negociar, establecer acuerdos y asumir diversos roles en las actividades.  Valora la necesidad e importancia de participar, colaborar y divertirse, por encima de ganar y competir.



*Superar situaciones adversas como una adicción se logra combinando el esfuerzo personal con el apoyo de otros, sumando la resiliencia a la solidaridad.*

## Introducción

Además de la autoestima que nos lleva a saber que somos valiosos y el sentido de independencia que nos permite superar obstáculos y

lograr metas sin depender por completo de otros, debemos construir la propia resiliencia, mediante la capacidad para reconocer a los demás como fuente de apoyo, cooperación y solidaridad. Es decir, aceptar que es posible y deseable superar adversidades junto con otros y no siempre en soledad.

Puede explorar la resiliencia mediante experiencias que no aludan directamente a las adicciones, pero que hagan evidente la importancia del apoyo de otros ante un problema. Puede combinarlas o enriquecerlas con la revisión de casos en los que niños y jóvenes involucrados en el consumo —o en riesgo de hacerlo—, pongan en juego estos principios. Hablen sobre ello en su práctica diaria y durante cualquier momento de la clase. Si se vive como algo cotidiano es muy probable que un niño o niña en situación de riesgo, busque y acepte apoyo para enfrentar o evitar una adicción; o cualquier otra condición que ponga en peligro su salud.

## Actividades sugeridas

### Inicio: *A veces todos necesitamos ayuda*

1. Pida al grupo que cierren los ojos, se relajen y respiren calmada y profundamente. Deberán recordar algún momento en el que han tenido un problema y han sentido que necesitan la ayuda de alguien para salir de él.
2. Nadie lo dirá en voz alta; sólo lo escribirán en su cuaderno sin hablar.
3. Pida que cierren sus cuadernos. Volverán a su ejercicio más tarde.

Si percibe que alguno de sus alumnos tiene una reacción de especial tristeza o preocupación al recordar un evento, evite comentarlo de inmediato, pero acérquese a él o ella, para hablar a solas cuando las actividades hayan terminado. Indague si requiere un apoyo o ayuda especial.

### Desarrollo: *La fila de cumpleaños (adaptado de Cascón y otros, 2000)*

1. Marque en el suelo con cinta adhesiva o gis, dos líneas paralelas con una separación aproximada de 45 centímetros, formando un “camino” o franja. Pida al grupo que se coloquen en fila dentro de ella (si el grupo es muy numeroso puede armar varias filas).
2. A partir de ese momento y durante todo el ejercicio, las consignas principales son:
  - No podrán hablar ni hacer ningún tipo de ruido.
  - No podrán salir de la franja marcada con cinta o gis, ya que se trata del borde de un “profundo abismo” al que no deben caer. Invite a sus alumnos a imaginarse esta situación y evitar a toda costa rebasar las líneas marcadas.
3. Cada fila tendrá una meta a cumplir: ordenar la fila de acuerdo a la fecha de cumpleaños de sus integrantes, de enero a diciembre, tomando en cuenta día y mes.

4. El juego terminará cuando todas las filas crean haber terminado, o bien, cuando el docente considere que se ha dado tiempo suficiente. Al terminar, se confirmará que las filas se hayan ordenado correctamente.

### Variantes

Puede elevar o hacer más evidente la situación de riesgo y la necesidad de la cooperación, si el ejercicio se realiza arriba de sus sillas para simular la altura del supuesto “abismo”. Para ello, pida al grupo que las coloquen en línea formando una fila. Debe haber tantas sillas como alumnos y formarse muy pegadas unas de otras. Todos deberán subir a ellas para iniciar con el ejercicio bajo las consignas ya descritas.

También puede usar el borde de una banqueta o una fila de ladrillos.

Valore la aplicación de estas variables en función criterios como:

- La madurez motriz de sus alumnos.
- Su capacidad para cuidarse entre compañeros ante un riesgo real (por ejemplo, caer de las sillas y lastimarse).
- La presencia de niños con alguna discapacidad que tal vez no puedan subir a las sillas o les implique un peligro innecesario.

### Cierre: *El poder de la cooperación*

El juego brinda un espacio de aprendizaje vivencial, pero en todos los casos, es necesario reflexionar sobre lo ocurrido, ponerle nombre a las actitudes, conductas y valores observados. Y vincularlos con la vida cotidiana.

1. Pida al grupo que vuelva a sus asientos y comente con ellos:
  - ¿Cómo se sintieron?
  - ¿Qué les costó más trabajo?
  - ¿Cómo hicieron para lograr la tarea?
  - ¿Qué hubiera pasado si el equipo no se hubiera ayudado?
2. Centre la atención en la importancia de la colaboración y la comunicación para superar un problema. Evidencie actitudes de ayuda, particularmente a quienes la necesitaron más. Haga notar que sin esas actitudes, seguramente algunos hubieran caído sin remedio y que nadie hubiera podido resolver el problema por sí solo.

3. Pida que vuelvan de manera individual al ejercicio que hicieron inicialmente. Deberán identificar quién les brindó ayuda ante esa situación y a quién más podrían haberle pedido apoyo. Concluya con una reflexión sobre la posibilidad de encontrar en la escuela, en la familia, en la iglesia o en la colonia, personas dispuestas a apoyarlos ante una situación difícil. Puede utilizar ejemplos que se refieran al riesgo de iniciarse en el consumo de drogas.

## Evaluación

### Con el grupo

- A los alumnos que, en lluvia de ideas, identifiquen en qué situaciones o problemas de la vida escolar pueden apoyarse unos a otros. Anótenlas y promueva que asuman compromisos solidarios. Introduzca una situación en la que un miembro del grupo recibe la oferta de consumir droga. Explore con el grupo las posibilidades de apoyo.

### Para el docente

- Observe con cuidado las reacciones de sus alumnos y esté pendiente de aquellos casos en los que se requiera una intervención más cercana, como el de los niños especialmente solitarios, que no suelen pedir ayuda o se les dificulta establecer vínculos de amistad con los otros niños. Genere estrategias para hacerlos sentir que pueden contar con usted o con el grupo. Tome en cuenta que los niños más silenciosos y recelosos, pueden pasar por situaciones de riesgo hacia el consumo de drogas, sin pedir ayuda ni dar señales que permitan a los adultos brindar apoyo.
- Identifique, durante la fila de cumpleaños, tanto actitudes solidarias como de rivalidad. A lo largo del ciclo escolar promueva nuevas experiencias en las que se estimule el apoyo y la cooperación.

## Propósito:

Reconocer, a través de la organización cronológica de una historia, decisiones, condiciones y actos, que pueden favorecer o dificultar un estilo de vida saludable.

## Eje preventivo:

Resiliencia.

## Se vincula con:

Estilos de vida saludables.

Asignatura	Bloque	Tema/Ámbito/ Eje temático	Aprendizajes esperados
Educación Artística	IV	<b>Teatro:</b> Descubrir y diferenciar la parte más importante de una historia. Comunicar claramente una anécdota.	Genera sus propias historias al escribirlas.

## Introducción

Un elemento que favorece la elección de estilos de vida saludables es la capacidad para imaginar las causas y consecuencias de las decisiones que se toman, de modo que las acciones no sean vistas de manera aislada o como un acontecimiento generado de manera espontánea.

Caer en una adicción no es resultado de la herencia, el destino o la voluntad de otros. De la misma manera, superarla es el resultado de tomar decisiones y enfrentar condiciones adversas para cambiarlas. En cuarto grado, los niños y niñas tienen la posibilidad de generar abstracciones y establecer relaciones que hacen posible desarrollar la relación causa-efecto.

Asignaturas como Matemáticas, Geografía e Historia, brindan importantes elementos para construir aprendizajes al respecto. Pueden aplicarlos también a la prevención de adicciones para identificar causas-riesgos.



*Optar por un estilo de vida saludable es resultado de la capacidad de comprender que conductas de riesgo, como el consumo de drogas, afectan directamente la salud física, social y emocional.*

## Actividades sugeridas

### Inicio: *¿Qué pasó aquí?*

1. Forme equipos de trabajo.
2. Introduzca el tema mostrando a sus alumnos sólo la primera imagen de la secuencia de dibujos que aparece en el ANEXO 1. Solicite que la observen con cuidado y den algunas ideas sobre lo que ahí ocurre: ¿qué hace el niño?, ¿qué le pasa?, ¿cómo creen que se siente?, ¿en qué estará pensando? Explore distintas posibilidades e imaginen lo que pudo haber pasado antes y pudiera suceder después.

### Desarrollo: *Tal vez pasó que...*

Una vez que se ha explorado posibilidades, los niños pueden armar historias en las que se vinculen causas y consecuencias. Es conveniente hacerlo de manera flexible, de modo que puedan jugar con los episodios y tomar decisiones que afecten la trama y el desenlace; de este modo se evidencia cómo una decisión o condición, puede modificar lo que nos pasa.

1. Muestre al grupo la secuencia completa de imágenes, de manera desordenada. Para ello puede: a) Copiarlas en un tamaño grande que pueda ser observado por todo el grupo; b) Fotocopiar algunos juegos; c) Escanearlos para mostrarlos en el pizarrón electrónico o el cañón, en caso de contar con dichos elementos.
2. Pida que vean las demás ilustraciones e imaginen una historia con ellas: ¿qué pasó primero?, ¿qué ocurrió después?, ¿cuál representa el final? Si lo creen necesario pueden incluir otras escenas en los espacios en blanco.
3. Los equipos construirán una pequeña representación en la que expliquen al grupo la historia que armaron.

### Cierre: *Lo que necesitamos para vivir bien*

La exploración de causas y consecuencias, puede ser también una vía para comprender que la historia y la salud personales se construyen con decisiones y con la intervención de otros. No se derivan de la suerte o del destino. Los niños pueden identificar a partir de sus historias qué elecciones y condiciones favorecen una vida sin adicciones.

1. Haga una síntesis de las principales ideas que plasmaron los alumnos en sus historias. Elaboren juntos conclusiones sobre:
  - Las decisiones que el personaje tomó y que le llevaron en algún momento a acercarse a las drogas.
  - Cómo influyeron los demás (amigos, familia, servicios médicos) para ayudarlo o ponerlo en riesgo.
2. Destaque aspectos que componen una vida saludable y podrían ayudar a este niño a evitar el uso de las drogas, como: la práctica de un deporte, la convivencia sana con amigos, el afecto familiar o la ayuda de los servicios de salud que ofrece la localidad.

## Evaluación

### Del grupo

- Pida al grupo que imagine que el personaje principal de su historia asiste a la misma escuela que ellos: ¿qué ayudas podría encontrar?, ¿qué aspectos no le ayudarían?, ¿a quién podría acudir?, ¿qué habría que mejorar en la escuela para que ayude a niños como él? Elaboren en conjunto propuestas para mejorar su escuela como un espacio que favorece una vida saludable.

### Para el docente:

- Identifique la habilidad de los equipos para integrar una historia coherente en la que se reconozcan algunas causas y consecuencias por las cuales un niño puede acercarse a las drogas. Evalúe la dimensión obtenida por sus alumnos para reconocer elementos que componen un ambiente protector y un estilo de vida saludable.

# Ficha 9 Un reporte especial

## Propósito:

Organizar información relativa al cuidado de la salud, mediante la elaboración de un periódico o revista de grupo.

## Eje preventivo:

Estilos de vida saludable.

## Se vincula con:

Español.

Asignatura	Bloque	Tema/Ámbito/ Eje temático	Aprendizajes esperados
Español	V	Redactar noticias con un conjunto de datos.	Identifica los datos incluidos en una noticia. Planea la redacción de una noticia a partir de la clasificación y jerarquización de los datos que se reportarán. A partir de la lectura de noticias, identifica los eventos y los agentes involucrados.

## Introducción

En la etapa final de ciclo escolar los alumnos pueden realizar ejercicios más complejos en los que retomen lo que han aprendido en los meses previos y sean capaces de comunicarlo de manera organizada. Esta es una manera de reforzar los aprendizajes construidos y generar una actividad en la que todo el grupo se comprometa con su formación. En este caso, se aprovecha el espacio curricular dedicado a la elaboración de reportajes (Español), para retomar la noción amplia de salud y recordar los distintos ámbitos que incluye. Recuerde que la prevención de adicciones forma parte de ese concepto integral y que evitar el consumo de drogas está íntimamente relacionado



*Cuando los alumnos desarrollan actividades de aprendizaje sobre la promoción de la salud física, social y emocional, se preparan para evitar el consumo de sustancias adictivas*

con la capacidad de las personas y sociedades para generar hábitos, formas de relación y entornos saludables. Cuando es posible desarrollar otras esferas de la salud física, emocional y social —hacer deporte, recibir atención ante un malestar físico, encontrar apoyo ante un problema emocional, entre otras—, es más probable que un niño o joven evite el contacto o abandone las drogas.

## Actividades sugeridas

### Inicio: *Lo que dicen sobre la salud*

1. Recupere con el grupo la noción amplia de salud que ha trabajado en sesiones anteriores y las distintas actividades de este material en las que se abordan los *Estilos de vida saludables*. Repase con los alumnos lo que han aprendido sobre el significado de ese eje preventivo y pídeles que den ejemplos de su vida cotidiana, tanto de hábitos sanos como de otros que no lo son. Haga un cierre puntualizando elementos como:
  - Alimentarnos bien.
  - Mantener hábitos de higiene.
  - Reconocer lo que nos hace daño o nos pone en riesgo.
  - Aprovechar nuestro tiempo libre.
  - Convivir armónicamente con otras personas.
2. Distribuya periódicos y revistas para que el grupo, por equipos, identifiquen notas o reportajes que tengan que ver con algunos de los rasgos de un *estilo de vida saludable*.
3. Revise con el grupo los hallazgos de cada equipo. Explore el por qué eligieron esas notas. Apóyese en los contenidos del Bloque V, de la asignatura de Español, para identificar los datos, eventos y agentes que se incluyen; valorar si se refieren a un *estilo de vida saludable* y en qué sentido.

### Desarrollo: *¿Qué queremos decir?*

La elaboración de una nota propicia la aplicación de habilidades para la búsqueda, selección y análisis de información. De igual manera desarrolla competencias comunicativas. Procure que el ejercicio se acerque a los gustos de los alumnos retomando el estilo de publicaciones que leen. Una variable puede ser la elaboración de una breve historieta.

1. Pida a los equipos que elaboren una nota periodística o de revista, en la que trabajen sobre alguna de las siguientes opciones:
  - Brindar información a otras personas sobre lo que significa un *estilo de vida saludable*.
  - Contar una historia real relativa al tema.

- Mostrar cómo se encuentra la situación de su escuela. Por ejemplo, apoyarse en una encuesta sencilla entre el grupo o con los docentes.
2. Cada equipo deberá presentar su trabajo diseñado y escrito como prefieran para llamar la atención del público.

### Cierre: *Una publicación escolar*

La conciencia sobre el propio conocimiento (*saber que sé*) es también parte importante en la conformación de la autoestima. Ésta puede promoverse mediante la difusión de los productos generados, como parte también de su responsabilidad con la comunidad escolar.

- Integren los productos de cada equipo en una publicación del grupo que pueda circular entre las familias y alumnos de otros grados.

## Evaluación

### Con el grupo

- Reflexione con el grupo sobre las siguientes preguntas: ¿qué aprendimos sobre lo que podemos hacer para vivir más sanamente?, ¿qué acciones ya ponemos en práctica?, ¿cuáles no aplicamos y podríamos realizar a partir de ahora?

### Para el docente

- Aproveche los productos generados por el grupo —selección de noticias, elaboración de notas— para evaluar su capacidad para identificar prácticas saludables en el entorno y para explicarlas a otros. Observe la forma en que utilizan esa información para mirar críticamente su propio estilo de vida y el de las personas que los rodean.

# Ficha 10 Para sentirnos más seguros

1/2

## Propósito:

Identificar condiciones que hacen de la escuela un entorno más seguro para los alumnos y el resto de la comunidad.

## Eje preventivo:

Ambientes protectores.

## Se vincula con:

Formación Cívica y Ética.

Asignatura	Bloque	Tema/Ámbito/ Eje temático	Aprendizajes esperados
Formación Cívica y Ética	V. Participación ciudadana y convivencia pacífica.	Sección A3: Niños de cuarto, A.C. Sección A4: Comunicación con las autoridades: una manera de colaborar.	Examino y analizo causas, momentos y alternativas posibles para resolver algún conflicto cotidiano.

## Introducción

Los ambientes protectores no están dados de manera natural. Se construyen. Para ese fin, es necesaria una mirada crítica sobre cada espacio y valorar si realmente ofrece confianza, seguridad y protección a quienes lo utilizan. En el caso de la escuela, los propios niños pueden brindar importantes elementos al colectivo docente para evaluar la calidad del ámbito escolar como ambiente protector e identificar necesidades de cambio.



*Es importante que los alumnos identifiquen los lugares donde se sienten más seguros, comprendan que no están solos y que pueden estar protegidos contra riesgos como el consumo de drogas.*

## Actividades sugeridas

Inicio: *¿Dónde me siento más seguro?*

1. Divida el salón en tres espacios: la casa, la escuela y la calle. Explique al grupo que plantearán algunos criterios sobre esos espacios y cada niño deberá elegir cuál ofrece las condiciones que se señalan:

- Es el lugar donde puedo alegrarme cuando estoy triste.
- Es el lugar donde hay alguien que me puede ayudar si tengo un problema.
- Es el lugar donde puedo preguntar cuando tengo dudas.
- Es el lugar donde puedo encontrar apoyo si me siento mal.
- Es el lugar donde pueden protegerme si estoy en peligro.

2. Después de cada frase puede pedir a uno o dos alumnos que expliquen sus razones.

### Desarrollo: *¿Cómo hacemos para estar mejor?*

Después de esa primera exploración, puede indagarse con más formalidad sobre argumentos y necesidades detectadas por los alumnos. Como parte de ello, es conveniente reconocer el papel que los adultos tienen en la mejora de su ambiente, pero también asumir la posibilidad de interactuar con las autoridades escolares y proponer cambios.

1. Al terminar, comente con el grupo cuál fue el espacio más elegido y por qué. Después centre la reflexión en la forma en que perciben la escuela: ¿la eligieron alguna vez?, ¿en qué casos?, ¿la mayoría o sólo algunos?, ¿por qué?
2. Haga una ronda en la que identifiquen qué hay en la escuela que les hace sentir más seguros y qué no hay. Comenten ejemplos concretos. Organicen sus respuestas:

Lo que nos hace sentir seguros en la escuela es: \_\_\_\_\_

Lo que nos hace sentir inseguros en la escuela es: \_\_\_\_\_

3. Pida que, por parejas o pequeños equipos, hagan una propuesta para que los niños y niñas de esa escuela se sientan más seguros y protegidos. Recuérdeles la importancia de expresar sus necesidades y organizarse para hacerse oír. Para ello, vincule el ejercicio con el tema Niños de Cuarto, A.C., de la asignatura Formación Cívica y Ética, Bloque V.

### Cierre: *Nos hacemos oír*

Los comentarios de los alumnos, deben brindar elementos para que las autoridades y el colectivo hagan su propia evaluación y analicen en qué medida la escuela es un espacio que protege,

particularmente contra las adicciones. Escuchar con atención a los niños y tomar en serio sus solicitudes, colabora en la posibilidad de mejorar el entorno y construir ambientes seguros.

1. Organice una reunión del grupo con el director, subdirector, asociación de padres de familia u otras figuras de autoridad que puedan incidir en las decisiones vinculadas a las propuestas de los niños.
2. Comenten con estas autoridades sus preocupaciones y organice una presentación breve de las propuestas que tienen. Procure llegar a acuerdos y compromisos concretos para cumplir con algunas de las propuestas.

## Evaluación

### Con el grupo

Evalúe con el grupo los resultados de esta experiencia respecto a:

- Los aprendizajes que obtuvieron ¿Qué saben ahora sobre lo que significa vivir en un ambiente seguro?
- Lo que pueden hacer para cambiar ¿Qué resultados hubo después de reunirse con las autoridades de la escuela?, ¿para qué sirvió hacerlo?, ¿qué se puede hacer después?

### Para el docente

- Identifique el nivel de seguridad que sus alumnos perciben dentro de la escuela. Aproveche lo expresado por ellos para evaluar, con el colectivo docente, el clima de la escuela y las posibles estrategias para hacerlo un entorno más seguro y protector.

# Quinto

# grado

**Fichero de  
estrategias  
didácticas**

# Ficha 1 ¿Cómo me veo y cómo me ven?

## Propósito:

Reflexionar sobre la percepción del propio cuerpo, gustos y necesidades, en contraste con los estereotipos que promueven los medios de comunicación sobre la niñez.

## Eje preventivo:

Resiliencia.

## Se vincula con:

Formación Cívica y Ética.

Asignatura	Bloque	Tema/Ámbito/ Eje temático	Aprendizajes esperados
Formación Cívica y Ética	I. Niñas y niños que construyen su identidad y previenen riesgos.	Sección A1: Cambios en nuestro cuerpo y nuestra imagen. Sección A2: ¿Quién soy?	Describe los cambios del crecimiento y el desarrollo en su cuerpo; respeta las diferencias físicas entre las personas y cuestiona todo acto discriminatorio que vulnere los derechos humanos. Explica y reconoce la influencia de distintos agentes que inciden en su forma de ser y de pensar; a su vez, rechaza y cuestiona estereotipos de niñez que promueven los medios de comunicación o las personas cercanas a él. No acepta que se discrimine o afecten los derechos humanos de otros.

## Introducción

La construcción de una identidad afirmada, que permita enfrentar hechos o condiciones desfavorables, es un proceso gradual que inicia con la conformación del yo, saber lo que soy; reconocer y respetar lo que siento. La identidad también es el resultado de la vinculación con los otros (familia, amigos, medios de comunicación, etcétera). Distinguir entre lo que soy y quiero y lo que los demás esperan de mí, es una herramienta para resistir, por ejemplo,

*La capacidad de reflexionar sobre la propia identidad, cuando se desarrolla desde la infancia, puede ponerse en práctica en la adolescencia y evitar que algunas influencias incidan en el inicio del consumo de drogas.*

la influencia de consumidores de sustancias o los mensajes estereotipados de los medios que invitan al consumo como vía para la aceptación social. A través de esta sugerencia puede invitar a los niños y niñas a reflexionar sobre su propia identidad, lo que los medios dicen sobre la infancia y primeras estrategias para posicionarse frente a ello.

## Actividades sugeridas

### Inicio: *¿Cómo me veo?*

Para reflexionar sobre ello puede iniciar centrándose en el autoconcepto:

1. Previamente a la actividad, solicite al grupo que lleven a clase algunos dibujos o trabajos que hayan realizado en grados anteriores, preferentemente en los que hayan mostrado algún rasgo de sí mismos. Si no han guardado ninguno, pida que lleven algún objeto que guarden de cuando eran más pequeños o que escriban algún recuerdo que tengan de sus etapas tempranas.
2. En clase pida a sus alumnos que, de manera individual, elaboren un dibujo de sí mismos, que represente cómo son y cómo se sienten ahora: su cuerpo, sus gustos, lo que les molesta, las actividades que prefieren y lo que más valoran.
3. A partir de ese dibujo, cada alumno podrá comparar con los que ha realizado en otros momentos y pensar en qué ha cambiado. Invite a identificar tanto rasgos físicos como de personalidad.
4. Comenten algunos ejemplos en grupo y reflexionen sobre cómo los seres humanos cambian con el paso del tiempo, ya que el cuerpo cambia, así como las necesidades y deseos se transforman. Centren su atención en cómo se sienten en este momento y qué les gusta y disgusta de esta etapa de su vida. Enfatice la diversidad.

### Desarrollo: *¿Cómo me ven?*

Una vez que los alumnos han reflexionado sobre sí mismos, pueden ampliar la perspectiva y mirar críticamente los mensajes que se ofrecen sobre la infancia. Pueden identificarse condiciones como prácticas de consumo, estereotipos físicos o formas de relación que tratan de imponer modelos deseables y generar ansiedad por acercarse a ellos.

1. Forme equipos y distribuya a cada uno un medio de comunicación distinto: programa de televisión, programa de radio, revista, anuncios comerciales. Cada equipo deberá revisar durante unos días estos medios y detectar: ¿cómo son los niños y niñas que aparecen ahí?, ¿qué hacen, qué les gusta y qué les importa más?
2. Cada equipo presentará sus resultados en clase.

### Cierre: ¿De verdad somos así?

El momento de cierre debe permitir a los alumnos organizar la información que obtienen y hacer explícito el análisis crítico de los medios. Deténgase particularmente en la última pregunta e incentive la búsqueda de ejemplos sobre temas como el inicio en el consumo de tabaco y otras sustancias.

1. Compare con el grupo la información obtenida de los medios con los resultados de la actividad inicial. Oriente la reflexión hacia los siguientes aspectos:
  - ¿Qué ideas transmiten los medios de comunicación sobre los niños y niñas?
  - ¿Qué tanto se parecen o no, a lo que ellos y ellas sienten y son?
  - ¿Influyen estos mensajes en sus decisiones sobre gustos, aficiones o lo que consideran importante?
  - ¿Qué nos pasa cuando dejamos que otros influyan en nuestra manera de ser y de pensar? Resalte la importancia de conocernos y aceptarnos sin la presión de responder a lo que otros dicen que debemos ser.

## Evaluación

### Con el grupo

1. En lluvia de ideas pida que se presenten algunos ejemplos y sugerencias para evitar que los medios de comunicación y otras personas nos digan qué hacer o cómo ser.
2. Anótelos en un lugar visible del salón y retómelos a lo largo del ciclo escolar para aplicarlos en distintas circunstancias y contextos.

### Para el docente

1. Preste especial atención al ejercicio inicial —dibujo sobre sí mismo y contraste con etapas anteriores— para valorar la construcción del autoconcepto en sus alumnos. Mediante esta observación, se pueden detectar las primeras señales de auto devaluación y brindar pistas para fortalecer la afirmación y autoestima tanto en casos específicos como en todo el grupo.
2. Revise la capacidad del grupo para identificar ahora el impacto de los estereotipos y la influencia de otros en la vida y la salud personal. El currículo le brindará otras oportunidades para fortalecer este punto.

# Ficha 2 Fabricantes de juegos

1/2

## Propósito:

Explorar sus propias destrezas para resolver problemas en grupo, mediante la modificación de juegos tradicionales.

## Ejes preventivos:

Habilidades para la vida y Estilos de vida saludable.

## Se vincula con:

Educación Física.

Asignatura	Bloque	Tema/Ámbito/ Eje temático	Aprendizajes esperados
<b>Educación Física</b>	I. La acción produce emoción.	Comprensión de la importancia de resolver problemas en el contexto del juego motor, con un mínimo de tiempo y con bajo desgaste de energía, reconociendo sus propias capacidades, habilidades y destrezas motrices.  Desarrollo y ampliación de su nivel de apropiación en el manejo de los patrones básicos de movimiento y su aplicación a través de sus habilidades motrices en actividades individuales y en grupo.	Compara sus desempeños motores con los de sus compañeros y construye formas de juego participativas e incluyentes.

## Introducción

La práctica de una actividad física es parte sustancial en la formación integral de los seres humanos. Los enfoques actuales sobre la Educación Física, por ejemplo, invitan a superar la antigua división entre cuerpo y mente, y permiten entenderlos como parte de un todo. La actividad física puede ser una vía idónea para aprovechar la energía y creatividad de niños y jóvenes, para canalizarla a favor de su propia salud. Recuerde que en el trabajo de prevención con niños no es indispensable mencionar palabras como “drogas” o “adicciones” —



*Fomentar la actividad física es una oportunidad para construir entornos y estilos de vida saludables, lo cual favorece la lejanía con las adicciones.*

aunque de ningún modo debe evitarse su mención explícita—; la intervención puede ser relevante si acompaña a sus alumnos a descubrir y potenciar sus capacidades, a conocerse y reconocer críticamente su entorno, a percibirse como un sujeto valioso y con poder para resolver problemas y adversidades.

En el caso de esta sugerencia todos pueden participar en una experiencia retadora de trabajo en grupo para estimular mente y cuerpo. A través del juego motor y el deporte, es posible introducir desafíos que despierten la creatividad de los niños y dar el mensaje de que un obstáculo no necesariamente implica la cancelación de una oportunidad. Este aprendizaje aporta a otros ejes preventivos como la resiliencia.

## Actividades sugeridas

### Inicio: *Nuestros deportes favoritos*

1. Indague entre sus estudiantes sobre los deportes que más les gustan. Ante cada deporte mencionado, los alumnos deberán explicar por qué les gusta y qué beneficios notan al practicarlo: ¿cómo les hace sentir?, ¿qué cambios notan en su cuerpo?, ¿cómo se relacionan con los demás a través de él? Haga notar elementos como las reglas e invite a comentar para qué sirven dentro de un juego, cómo ayudan al grupo y qué ocurriría si no hubiera normas y lineamientos.
2. Promueva que todo el grupo comente algo; especialmente aquellos alumnos que no destacan por su destreza en el deporte. Evite centrarse sólo en los deportes clásicos como el fútbol o dar la palabra sólo a quienes sobresalen por su habilidad y fuerza. Vale hablar de juegos tradicionales en los que no es necesario ser muy hábil pero generan diversión, sentido de participación y aprovechamiento de energía. Todos deben sentir que pueden participar en un juego motor o deporte en el que ponen en juego sus capacidades.
3. Elija una de las opciones mencionadas por el grupo y póngala en práctica durante unos minutos. Luego evalúe cómo se sintieron y qué características y reglas tiene el juego.

### Desarrollo: *Una nueva forma de jugar*

1. Haga una modificación al juego elegido para impedir que el grupo lo practique de la misma manera: eliminar la pelota, atar los pies de dos o más jugadores, vendarles los ojos, quitar las marcas de portería, cambiar una regla, etc.
2. El grupo deberá buscar la manera de enfrentar el cambio para seguir jugando. Deben ponerse de acuerdo y usar todos los elementos que estén a su alcance. La consigna principal es que todos deben participar en las decisiones y seguir jugando.

### Cierre: ¿Cómo lo hicimos?

Para concluir la actividad, es necesario hacer consciente la experiencia y nombrar lo ocurrido, respecto a la superación de obstáculos por medios creativos, en cooperación y comunicación. Cierre la actividad de la siguiente forma:

- Comente con el grupo los resultados de la experiencia. Enfatice cómo influyó el cambio que se hizo, cómo reaccionó el grupo, qué hicieron para superarlo y cómo resultó lo que hicieron. Pida a algunos alumnos que expresen cómo se sintieron: incluidos, excluidos, animosos, preocupados, cansados, etc.

## Evaluación

### Con el grupo

- Evalúe con el grupo si se cumplió la intención original del juego o deporte: ¿pusieron en práctica habilidades y destrezas que ya tenían?, ¿descubrieron otras? Pida comentarios sobre la forma en que estas actividades promueven la salud desde un punto de vista integral.

### Para el docente

- Observe las actitudes generadas durante el ejercicio, particularmente relativas a la competencia, la exclusión o, por el contrario, sobre la participación y cooperación. Planee junto con el profesor de Educación Física nuevas experiencias en las que se estimule la salud, no sólo a través de la activación física sino también mediante la formación de un sentido de pertenencia al grupo.

# Ficha 3 Alejarnos del peligro: una historia con títeres

## Propósito:

Reconocer situaciones de riesgo para la salud y explorar estrategias para evitarlas, mediante una representación con títeres.

## Ejes preventivos:

Habilidades para la vida, Ambientes protectores y Estilos de vida saludable.

## Se vincula con:

Educación Artística y Formación Cívica y Ética.

Asignatura	Bloque	Tema/Ámbito/ Eje temático	Aprendizajes esperados
Educación Artística		Diseñarte/Percepción estética: Confección de obras con títeres.	Pone en juego habilidades y destrezas que le permitan diseñar ambientes artísticos. Se desenvuelve con soltura y seguridad en un escenario.
Formación Cívica y Ética	II. Niñas y niños que aprenden a ser libres, autónomos y justos.	Sección A1: Nombro lo que siento. Sección A2. Identificamos prioridades.	Busca formas propias para expresar sus emociones e identifica aquellas en las que requiere ayuda para regularlas. Identifica espacios y momentos que le demandan actuar de manera autónoma y responsable.

## Introducción

En fichas de grados anteriores, se han identificado con los alumnos elementos que favorecen la salud. En esta parte introduzca la noción de factor o situación de riesgo, a fin de reconocer actitudes, situaciones y contextos, que pueden poner en peligro la salud y favorecer el contacto con las drogas.



*Contar con información clara y confiable es fundamental para la prevención de las adicciones.*

## Actividades sugeridas

### Inicio: Una situación de riesgo

1. Pida al grupo que comente situaciones en las cuales piensen que han puesto en peligro su salud —no atenderse una enfermedad, dejar que alguien los convenza de probar algo que les perjudica; no hacer ejercicio, comer todo lo que se les antoja, etcétera—. Incentive ejemplos que abarquen distintas esferas de la salud: física, afectiva y social. Introduzca al menos un ejemplo, sea real o hipotético, vinculado con el uso de drogas.
2. Ante cada caso, apoye al grupo a identificar ¿por qué se trató de una situación peligrosa?, ¿qué hicimos en ese momento?, ¿alguien más estuvo involucrado? Concluya ofreciendo una idea sobre lo que implica un factor de riesgo para la salud y la importancia de identificarlo.

*En el ámbito de la prevención de adicciones se entiende por factor de riesgo un atributo y/o característica individual, una situación o un contexto que aumenta la probabilidad de que una persona:*

- Se inicie en el uso y/o abuso de drogas.
- Avance en su nivel de consumo.

*Por el contrario, un factor de protección es aquél que inhibe, reduce o atenúa la probabilidad del uso y/o abuso de drogas o el avance en su consumo.*

*Fuente: SEP/Secretaría de Salud/CONADIC.*

### Desarrollo: ¿Cómo ponernos a salvo?

En la primera parte, la identificación se realiza con apoyo del docente, por todo el grupo, con algunos elementos formales. Después los alumnos deberán utilizar sus propias experiencias para reconstruir la situación e introducir actitudes y conductas que les protejan ante una situación de riesgo.

1. Forme equipos. En cada uno, los alumnos elegirán una situación vivida por alguno de sus integrantes. Deberán elaborar una breve historia en la que narren lo que pasó y en la que propongan un final en el que reaccionaron alejándose o defendiéndose ante la situación de riesgo que plantean. La presentarán mediante títeres.
2. Brinde insumos (papel, cartón, tela, restos de ropa, pegamento, tijeras), para que los equipos elaboren sus títeres. Improvise un teatrillo para las representaciones.
3. Cada equipo presentará sus historias.

### Cierre: Otras ideas para prevenir el riesgo

Para concluir, es importante hacer notar al grupo que enfrentar situaciones de riesgo y poner a salvo a los niños y niñas, es parte de las responsabilidades de los adultos y las autoridades; sin embargo, ellos pueden participar mediante estrategias de autocuidado y aprendiendo, por ejemplo, a decir que no y evitar, en la medida de sus posibilidades, aquello que daña su salud.

1. Invite al grupo a ofrecer otras respuestas de los protagonistas para resolver el caso. Haga notar cómo una misma situación de riesgo puede enfrentarse de distintas formas, dependiendo de factores como: el peligro que se corre en cada caso, si se cuenta o no con la ayuda de adultos en ese momento o incluso la personalidad de cada quien.
2. Retome las presentaciones para puntualizar las principales estrategias mencionadas. Incorpore sus propias aportaciones.

## Evaluación

### Con el grupo

- Evalúen en conjunto qué aprendieron sobre el cuidado de su salud. Elabore una situación hipotética e invite a pensar en, al menos, dos formas distintas de enfrentarla. Que incluyan en la solución a otros actores, como padres, maestros y autoridades de la localidad.

### Para el docente

Registre durante las presentaciones la capacidad de cada equipo para reconocer acciones o condiciones que ponen en peligro su salud. Vuelva a este tema en las oportunidades que le ofrece el currículo. Puede apoyarse para ello en el *Manual para el maestro del Programa Escuela y Salud: “Desarrollando competencias para una nueva cultura de la salud”*<sup>1</sup>, distribuido en todas las escuelas y que puede obtener también en línea.

<sup>1</sup> [http://www.promocion.salud.gob.mx/dgps/descargas1/programas/manual\\_maestro\\_programa\\_escuela\\_Salud\\_dico8.pdf](http://www.promocion.salud.gob.mx/dgps/descargas1/programas/manual_maestro_programa_escuela_Salud_dico8.pdf)

### Propósito:

Identificar alternativas presentes y futuras que ofrece la localidad para el cuidado y promoción de la salud.

### Eje preventivo:

Proyecto de vida.

### Se vincula con:

Educación Física.

Asignatura	Bloque	Tema/Ámbito/ Eje temático	Aprendizajes esperados
Educación Física	II	Forma, espacio y medida/Ubicación espacial.	2.7. Leer mapas de zonas urbanas o rurales, conocidas o desconocidas.

## Introducción

Un proyecto de vida se alimenta de varias fuentes; por una parte las expectativas y metas individuales; y por otro, aquello que podemos planear con los demás, o sea, lo que queremos para nuestra vida en común. Acercarse a la comunidad en la que viven los niños, reconocer lo bueno y lo que necesita cambiar, es una forma de construir un sentido de futuro personal y colectivo. Es también una manera de entender el entorno como algo propio, que nos pertenece y al cual pertenecemos. Este sentido de pertenencia comunitaria —igual que sentirse parte de un grupo de amigos, de una familia, de un club, etcétera— es parte fundamental en un proceso preventivo, siempre y cuando dichos grupos de pertenencia brinden alternativas saludables y sean espacios de esperanza, en los que se puede participar para mejorar.



*Desarrollar un proyecto personal de vida, en el que se incluyan sueños, deseos, expectativas, metas, intenciones de cambio, es una de las principales protecciones contra el consumo de drogas.*

Una manera de alimentar la esperanza es imaginar juntos el futuro. Pensar en el mañana puede ser una tarea compleja para los niños, pero es una oportunidad para llevar la mente más allá de las acciones o la satisfacción inmediata: la vida no sólo es lo que hacemos este día o el fin de semana.

## Actividades sugeridas

### Inicio: *Nuestra comunidad*

1. Invite al grupo a cerrar los ojos e imaginarse con el mayor detalle posible su localidad: los lugares que la componen, los parques, edificios, hospitales o consultorios a los que acuden —en caso de que existan—, zonas de recreación, como la playa en el caso de zonas costeras. Que piensen en los lugares en los que han pasado momentos agradables y en los que no les gustan.

Puede vincular esta actividad con la ficha N° 1, para cuarto grado: “¿Dónde están y qué hacen”

2. Construyan un mapa colectivo —puede ser de todo el grupo o por equipos—, en los que se detengan en todos los detalles que quieran y puedan agregar. Aproveche para ello los aprendizajes derivados del *Bloque II de Matemáticas*, sobre: “Leer mapas de zonas urbanas o rurales conocidas o desconocidas”.

### Desarrollo: *¿Cómo será mañana?*

1. Pida que imaginen ahora cómo les gustaría que fuera su localidad en un año o dos, cuando ellos sean adolescentes y estén en la secundaria: ¿qué les gustaría que mejorara?, ¿qué les gustaría que cambiara?, ¿qué quisieran conservar?
2. Hagan cambios en el mapa que elaboraron, de modo que responda a las características que desean ver modificadas.

### Cierre: *Podemos ser parte del cambio*

1. Elijan en grupo uno de los elementos de cambio y reflexionen cómo podrían contribuir a su transformación:
  - Ahora.
  - Cuando sean un poco más grandes (adolescentes).
  - Cuando sean adultos.
2. Defina un compromiso que puedan cumplir en este momento. Invíteles a pensar en otros compromisos que pueden asumir y recordar durante las siguientes etapas de su vida.

## Evaluación

### *Con el grupo*

- Reflexionen sobre las preguntas: ¿de qué sirve pensar en el futuro?, ¿qué puede pasar si sólo pensamos en el día de hoy? Promueva llegar a conclusiones aplicables a otros aspectos de su vida, tanto individual como colectiva.

### *Para el docente*

- Identifique el grado de pertenencia que el grupo siente hacia su localidad: ¿la conocen?, ¿la sienten como propia?, ¿logran identificar espacios en los que se han sentido felices? Puede incentivar este aspecto haciendo visitas a lugares específicos, saliendo a caminar con sus alumnos o generando alguna experiencia agradable en un punto de la comunidad.

# Ficha 5 Un remedio para nuestros males: el uso cuidadoso de medicamentos

## Propósito:

Reconocer la importancia del uso de medicamentos bajo supervisión médica, como estrategia para el cuidado de la salud y para prevenir el contacto con sustancias que pueden afectarla.

## Eje preventivo:

Estilos de vida saludables.

## Se vincula con:

Ciencias Naturales.

Asignatura	Bloque	Tema/Ámbito/ Eje temático	Aprendizajes esperados
Ciencias Naturales	III	Cómo nos defendemos de las enfermedades.	Reconoce los riesgos de la automedicación y la importancia de la supervisión médica en el uso de medicamentos.

## Introducción

El consumo de sustancias que afectan la salud puede estar vinculado con ideas y consejos tales como: “no hace daño”, “si otros lo toman para sentirse bien debe ser bueno”; o bien se asocia con la poca o mala información sobre el contenido y efectos de lo que se autoreceta. Una posible vía para abordar el tema de las sustancias, de su uso y posible abuso, es a través de aquellas que les resultan más comunes a los niños: los medicamentos.

La reflexión en torno a su consumo, puede dar pie al análisis de situaciones en los que otras sustancias riesgosas están presentes (concretamente drogas).



*Es necesario que los alumnos comprendan que es importante el manejo cuidadoso de medicamentos, evitar la automedicación y buscar atención médica en caso necesario.*

## Actividades sugeridas

Inicio: ¿Tomar o no tomar?

1. Explore con el grupo las acciones más frecuentes en sus familias cuando alguien se enferma: ¿qué hacen?, ¿acuden a algún lugar?, ¿toman algo?, ¿quién decide qué hacer?

2. Muestre a continuación la siguiente situación y pida que, de manera individual, seleccionen la forma en que reaccionarían ante ella:

*Felipe lleva algunos días sintiéndose mal: justo desde que le avisaron que representará a la escuela en el campeonato de Matemáticas. No le duele nada en particular pero está siempre preocupado y por las noches no puede dormir bien. Su mamá lo ha notado pero a Felipe le da pena que sepa lo asustado que está y prefiere resolverlo solo. Ha visto que su abuelita tiene unas pastillas en el mueble de su cuarto. El médico se las recetó para que esté tranquila y duerma ¡y le funcionan de maravilla! Después de varios días de desvelo, Felipe decide...*

- Pedirle permiso a su abuelita para tomar una de sus pastillas y probar qué tal le funcionan.
- Tomar algunas sin avisarle a nadie, sólo mientras llega el día del campeonato.
- Reunir sus ahorros e ir a la farmacia, a ver si se las venden.
- Hablar con su mamá para contarle lo que le pasa y ver qué se puede hacer.

3. Comente las respuestas elegidas. Reflexione con el grupo sobre algunas consecuencias de elegir cualquiera de las opciones.

### Desarrollo: ¿Qué pasa si lo tomo mal?

Una vez que se ha explorado el tema, los alumnos pueden hacer una sencilla investigación que permite, de inicio, aprender a leer y comprender indicaciones de consumo, así como indagar lo que no se sabe para conocer con precisión las consecuencias del uso continuo o el abuso de ciertas sustancias.

1. Solicite a sus alumnos que, con apoyo de un adulto, revisen los medicamentos que tienen en casa. Deberán registrar, además del nombre,:
  - Para qué enfermedad fue recetado y quién lo hizo.
  - Lo que se señala en los empaques como “efectos” o “reacciones” secundarios; y otras advertencias que se incluyan para su consumo.
  - Si se prohíben para un grupo de población en particular: mujeres embarazadas o niños menores de cierta edad.
  - Si señalan que son medicamentos que se venden sólo con receta médica.
2. En clase, comenten algunos ejemplos de su indagación. Con ayuda de un diccionario, una enciclopedia de la Biblioteca de Aula o Escolar; o mediante el uso de *Enciclomedia*, investigue palabras o frases que no comprendan, por ejemplo: “taquicardia”,

“somnolencia”, etcétera, a fin de que comprendan mejor las consecuencias del mal uso de cada medicamento.

### Cierre: *Con cuidado es mejor*

1. A partir de la información obtenida, genere conclusiones con el grupo a partir de las siguientes preguntas:
  - ¿Por qué es importante ser cuidadosos en el uso y consumo de medicamentos?
  - ¿Qué puede ocurrir si los usamos sin la intervención de un médico y sin suficiente información?
  - ¿Cambiarían la elección de su respuesta en el caso de Felipe? ¿Por qué?

## Evaluación

### *Con el grupo*

- Invite al grupo a establecer relaciones entre los aprendizajes derivados de esta actividad y otras situaciones: ¿en qué otros casos es conveniente evitar el consumo de sustancias que conocemos?, ¿de qué nos sirve saber los efectos que puede tener una sustancia en nuestro cuerpo?

### *Para el docente*

- Contraste la elección inicial de respuesta al caso de Felipe, con la que se hace en la actividad de cierre. Identifique si la opción elegida después alude a la alternativa más conveniente a la salud pero, fundamentalmente, tome en cuenta si los argumentos expuestos revelan comprensión sobre el tema.

# Ficha 6 Encontrar ayuda y dar ayuda

1/2

## Propósito:

Reconocer la importancia de contar con una red de apoyo para superar las dificultades.

## Ejes preventivos:

Ambientes protectores y Habilidades para la vida.

## Se vincula con:

Geografía.

Asignatura	Bloque	Tema/Ámbito/ Eje temático	Aprendizajes esperados
Geografía	III	Países expulsores y países receptores de población.	Localiza los países con población inmigrante o emigrante y la dirección de los principales flujos migratorios.

## Introducción

La estructuración de una red de apoyo (es decir, un cierto número de personas con las que se puede contar en caso de necesidad) es un factor que ayuda a resolver problemas y a disminuir los estados de estrés. Sin embargo, muchas veces se pasa por alto el reconocer su importancia y se desconocen a los integrantes de esa red. Las redes positivas o de apoyo se construyen a base de reciprocidad, no es algo dado por sí mismo. Identificarla, alimentarla y mantenerla, ayuda al desarrollo social y a la resolución cotidiana de problemas.

## Actividades sugeridas

Inicio: *Todos nos necesitamos.*

1. Pida a los estudiantes que recuerden de qué personas han recibido un apoyo durante el día: prestando un material, recibiendo una orientación, ayudando a cargar algo, resolviendo una duda, etcétera. Haga notar que en la vida diaria siempre necesitamos de otros.

*De la misma manera en que un grupo de amigos pueden invitar a realizar actividades no saludables como fumar o tomar alcohol, los integrantes de una red positiva pueden ayudar a preservar la salud, obstaculizando el consumo, prestando apoyo y atención.*

### Desarrollo: *Identifica tu red ¡y cuídala!*

1. Cuente el cuento del ratón y el león: “un ratoncito jugando en un árbol cayó por accidente, pero justo abajo estaba un león dormido; con el golpe que le dio, lo despertó y enojó mucho. El ratoncito le pidió al león que no le hiciera daño, que él podría ayudarlo alguna vez. El león se rió, pero lo dejó ir. Tiempo después el león cayó en una red de cazadores. Por más que luchaba no lograba zafarse, pero el ratoncito lo escuchó. Se acordó de lo que le había dicho al león, así que fue por sus amigos, y entre todos mordisquearon la red, la rompieron y el león quedó libre”. Pregunte: ¿por qué es importante tener amigos y adultos que nos ayuden?
2. Pídeles que en una hoja de papel anoten su nombre encerrado en un círculo. Luego, en círculos afuera, los nombres de las personas que pueden ayudarlos a resolver problemas.
3. A continuación explique que una forma de cuidar esas redes es haciendo algo por esas personas (así como el león dejó ir al ratoncito). La red no nos ayudará cuando lo necesitemos si no la cuidamos. Es como tener un “ahorro emocional”: uno ayuda a las personas y en algún momento ellos nos ayudan a nosotros. Pida que imaginen lo que pueden hacer por esas personas. No necesita ser algo muy grande: puede ser una llamada por teléfono, decirles cuánto se les aprecia, agradecerles un favor, felicitarlos por su cumpleaños. Lo importante es ser sinceros y querer cuidar la relación que se tiene con ellos.

### Cierre: *Cuidar la red*

1. Solicite que le platiquen a un compañero cercano qué desean hacer por algún integrante de su red. Si el que escucha tiene alguna sugerencia, pida que la lleve a cabo.

## Evaluación

### Con el grupo

- Pregunte ¿por qué es importante darse cuenta de la red de apoyo que uno tiene?
- Pida que los estudiantes cuenten el número de personas que están en su red. Sugiera que incluyan más personas.
- Pregunte ¿quién les parece que sabe cuidar su red?, ¿cómo lo hace? Solicite ejemplos concretos.

### *Para el docente*

- Observe los dibujos de la red que realicen los estudiantes. Recuérdeles que en la red se encuentran familiares, amigos, personas que pueden o no vivir con ellos; personal administrativo, maestros, etc.

### *Al finalizar los estudiantes deberán:*

- Explicar en sus palabras qué es una red de apoyo.
- Elaborar un dibujo con su propia red de apoyo.
- Mencionar dos acciones que pueden hacer por su red.

# Ficha 7 Saber para hacer

## Propósito:

Mostrar a los estudiantes un método para la toma de decisiones.

## Eje preventivo:

Habilidades para la vida.

## Se vincula con:

Matemáticas.

Asignatura	Bloque	Tema/Ámbito/ Eje temático	Aprendizajes esperados
Matemáticas	IV	Manejo de la información.	4.9. Conocerá las convenciones de una representación en gráfica de barras y la utilizará para la lectura u organización de información.

## Introducción

Las investigaciones en prevención de adicciones han mostrado que la capacidad de tomar decisiones es un elemento importante para que los jóvenes se alejen del consumo de sustancias nocivas. Hay que recordar a los alumnos aquellos pasos que pueden tomar en la búsqueda de una decisión y que pueden ser útiles para resolver los problemas de la vida cotidiana. Aunque la toma de decisiones es un proceso complejo, es importante contar con un esquema que sirva de referencia para aplicarlo en diversas situaciones.

## Actividades sugeridas

**Inicio:** *En la vida hay problemas que resolver*

1. Aclare que en ocasiones es difícil saber qué hacer cuando hay que tomar una decisión. Pregunte algunas de las decisiones difíciles que necesitan tomar diariamente.



*Aprender a tomar decisiones de manera consciente, identificando los pros y los contras de cada alternativa, prepara a los alumnos para que elijan lo que les favorece y no lo que les daña.*

**Desarrollo:** *Pasos para tomar decisiones*

1. Señale que existe una forma general de tomar decisiones y que va a presentarla para que puedan usarla llegado el momento. Para ello, usará un ejemplo:

Los papás de Pepe le ofrecieron darle cien pesos con los que él podría comprar alguna mercancía, para poder venderla luego a sus amigos y así ganar un poco de dinero y completar el dinero que le falta para comprar unos tenis. ¿En qué debería invertir? ¿Qué adquirir para que sus compañeros se lo compren y no arriesgarse con cosas con las que no va a poder recuperar su inversión?

2. Propóngales que si ellos fueran amigos de Pepe, lo pueden orientar haciéndole preguntas con base en el siguiente método para tomar decisiones:
  - ¿Qué quieres? Ante esto uno puede preguntarse ¿qué le gustará vender a Pepe? y ¿dónde le gustaría venderlo?
  - ¿Qué opciones tienes? Sería útil que Pepe recogiera las opiniones de sus amigos para saber qué les gusta comprar y qué esté al alcance de Pepe según sus fondos.
  - ¿Qué te conviene más? Ayudarle a Pepe a analizar los pros y los contras de las opciones.
  - ¿Qué escoges? Permitir a fin de cuentas que Pepe tome una decisión.
  - ¿Hay algo que corregir? Preguntarle a Pepe si las cosas están saliendo como él esperaba o si es necesario hacer otras para corregir la decisión inicial.
1. Puede preguntar a los estudiantes sus propios gustos y organizar la información, para poder tener un diagrama de información que pudiera tomar en cuenta Pepe.

### Cierre: Aplicar los pasos

1. Pida a los chicos que piensen en un problema en el que puedan aplicar este procedimiento para tomar decisiones. Escoja alguno y realícelo junto con el grupo.

## Evaluación

### Con el grupo

- Solicite a los alumnos que enuncien las preguntas para la toma de decisiones.
- Pregunte a los estudiantes en qué ocasiones pueden aplicar este procedimiento.

### Para el docente

- Observe el tipo de problemas que los estudiantes plantean. Evite que ello se vuelva motivo de burla para otros. Felicite las ideas que surjan a partir de emplear el método.

# Ficha 8 ¿Cómo son los héroes?

## Propósito:

Reconocer el deseo de triunfar ante las adversidades y el tener una misión, como características de los héroes de la literatura.

## Ejes preventivos:

Resiliencia y Proyecto de vida.

## Se vincula con:

Español.

Asignatura	Bloque	Tema/Ámbito/ Eje temático	Aprendizajes esperados
Español	IV	Literatura . Hacer una obra de teatro con personajes prototípicos de cuentos.	2. Analizan las características de los personajes Al finalizar la lectura, cada equipo completa una tabla de personajes con sus características.

## Introducción

Las personas que evitan el consumo de drogas han mostrado que poseen la capacidad de sobreponerse a ambientes adversos, con inteligencia y perseverancia, además de que cuentan con metas que desean alcanzar, es decir, se dice que son resilientes ante los problemas. Es importante que los estudiantes reconozcan sus cualidades para afrontar la adversidad, así como el establecimiento de ciertos propósitos para conformar un proyecto de vida, es decir, una visualización de sí mismos al futuro, en donde el presente juegue un papel importante para alcanzar esa meta.

## Actividades sugeridas

### Inicio: ¿Cómo son los héroes?

1. Una vez que los estudiantes hayan leído diversos cuentos, pida que escriban las características de los héroes que han encontrado ahí.

### Desarrollo: Tú también puedes ser un héroe



*El arte y la literatura se convierten en una herramienta eficaz cuando se usan a favor de la prevención de adicciones.*

1. Pregunte al grupo las características identificadas. Enfatique algunas características como: ingenio para resolver problemas, amigos que ayudan, valor; capacidad para superar la

indecisión, para soportar sufrimientos y nunca quitar la vista de la meta. Mencione cómo hay supuestos héroes que bebiendo pocimas se transforman, pero cómo esas ayudas son momentáneas y a veces contradictorias. Incluso, los deportistas que han querido usarlas terminan descalificados de las competencias, además de avergonzados.

2. Solicite al grupo que recuerde si conoce personas reales que tengan esas características. Pida que las mencionen en voz alta junto con el por qué consideran que esas personas poseen esas facultades..
3. Pida que ellos imaginen también, como parte de un proyecto de vida (ahora y para cuando sean grandes), cuál les parece que sería una meta valiosa que quieran rescatar y que la anoten en su cuaderno; una meta que haga surgir el héroe que llevan dentro. Si bien ya no hay dragones ni damiselas, sí hay cosas reales por las que vale la pena hacer un esfuerzo: ayudar en casa, ser un profesionista que ayude a los más desfavorecidos; apoyar a algún compañero en situación complicada, etcétera. Recuerde que los actos heroicos no son exclusivos de los varones sino que en la realidad hay muchas mujeres que son heroínas. Mencione algunos ejemplos como las mujeres que pelearon junto a los revolucionarios; las que lucharon para poder tener derecho al voto. O tantas mujeres que tienen que ser papá y mamá a la vez, además de trabajar jornadas largas.

**Cierre:** *¿Cuáles son mis retos y mis habilidades de héroe?*

1. Pida que hagan un dibujo de su meta o la representen con un símbolo.
1. Una vez que lo hayan hecho, solicite que escriban las cualidades y recursos que poseen para lograr alcanzar esa misión.

## Evaluación

*Con el grupo*

- Pida a algunos estudiantes que en voz alta señalen cuál sería su meta y con qué cualidades y elementos cuentan para alcanzarla.

*Para el docente*

- Los estudiantes deben poder enunciar dos características de los héroes de la literatura o de los que conozcan en la vida cotidiana.
- Enfatique que el consumo o venta de droga no son opciones reales para vivir heroicamente sino que, por el contrario, pueden terminar con los proyectos y metas que se han planteado alcanzar.

# Ficha 9 Reconociendo las emociones

## Propósito:

Identificar diferentes tipos de emociones y emplear una fórmula para expresarlas.

## Eje preventivo:

Habilidades para la vida.

## Se vincula con:

Educación Artística.

Asignatura	Bloque	Tema/Ámbito/ Eje temático	Aprendizajes esperados
Educación Artística	Diseñarte.	Percepción estética.	Utilización de materiales didácticos para elaborar diferentes formas que describan los sentimientos y las sensaciones.

## Introducción

El reconocer las emociones como parte de la vida, ayuda a no verlas como sensaciones a evitar sino como algo a encauzar. La expresión de estas emociones, en las condiciones adecuadas, favorece que los estudiantes eviten el empleo de sustancias como método para facilitar la expresión de las mismas: sentir temor, dolor, amor, son características humanas y es necesario valorarlas. Mención especial merece el poder enfrentar el propio estrés y el enojo, mediante el control de la respiración y de los pensamientos que generan estas emociones. Los docentes cuentan a lo largo del ciclo escolar con diversas oportunidades para crear escenarios donde los estudiantes puedan entrenarse en estas habilidades.

## Actividades sugeridas

Inicio: *Las emociones de todos los días*

1. Pregunte a los estudiantes qué emociones conocen. Elabore una lista lo más larga posible.

*Saber “automonitorearse” identificando y expresando adecuadamente lo que se quiere y siente, es una habilidad afectiva que se convierte en un factor que ayuda a evitar el consumo de drogas.*

Pregunte cómo se dan cuenta de que sienten esas emociones, ya sea por reacciones físicas o pensamientos que los invaden y que se les ocurren cuando pasa esa emoción.

2. Pregunte si hay emociones diferentes de hombres y de mujeres. Mencione que todas las emociones son naturales, pero que es necesario saber mostrarlas de manera adecuada.

### Desarrollo: *Expresar las emociones*

1. Muéstreles la técnica *mensajes-yo*. Eso significa que las emociones son responsabilidad nuestra y que somos nosotros los que sentimos. Los *mensajes-yo* usan la fórmula: “Yo me siento\_\_\_\_\_ cuando tú\_\_\_\_\_ por lo que te pido\_\_\_\_\_”. Por ejemplo: “Yo me siento triste cuando tú te burlas cuando me equivoco, por lo que te pido por favor que no lo hagas”. Pida que escriban en su cuaderno esta frase o las que necesiten escribir.
2. Mencione que es bueno aprender a controlar una emoción que se conoce como estrés (o ansiedad). Para ello pueden:
  - Identificar cuando sientan el estrés (un “hoyo” en el estómago, sudoración, movimiento de las piernas).
  - Hablarse a sí mismos: “cálmate, necesitas relajarte para que todo salga mejor”; “oye, tranquilo, tú sabes hacerlo bien”, “muy bien, tranquila, un paso a la vez”
  - Respirar profundamente: concentrarse en imaginar el aire entrar por la nariz y salir por la boca. También sirve contar mentalmente del uno al cuatro mientras se inhala; otra vez del uno al cuatro conteniendo la respiración, para luego contar del uno al cuatro mientras se exhala.
  - Relajar los músculos: pida que en ese momento relajen sus piernas, sus manos; muevan los hombros hacia adelante y atrás.
  - Recuerden cómo han resuelto situaciones similares con anterioridad.

### Cierre: *Usando nuestras técnicas en otras situaciones*

1. Pida que imaginen en qué otro momento o con qué persona podrían aplicar estas técnicas.

## Evaluación

### Con el grupo

- Pregunte qué se siente cuando se logra expresar alguna emoción.
- Solicite que expliquen en sus palabras por qué es importante reconocer y expresar las propias emociones.

### Para el docente

- En ocasiones puede ser difícil para los estudiantes (y para los adultos) el simple hecho de nombrar emociones. Es importante por ello que los niños puedan distinguirlas. Verifique que puedan hacerlo.
- Observe si los estudiantes aplican la técnica *mensajes-yo*.
- Esté al pendiente de cuáles son los elementos que favorecen la aparición de enojo o estrés, para que usted pueda contribuir a erradicar, controlar o atenuar dichos elementos.

## Propósito:

Reconocer la importancia de tener reglas para la convivencia y el respetar dichas reglas; identificar cómo pueden sentirse otros cuando no respetamos sus derechos. Evitar la violencia como método para obtener beneficios.

## Ejes preventivos:

Ambientes protectores y Habilidades para la vida.

## Se vincula con:

Formación Cívica y Ética.

Asignatura	Bloque	Tema/Ámbito/ Eje temático	Aprendizajes esperados
Formación Cívica y Ética	V	Sección A3: Violencia de diversos tipos.	Rechaza las agresiones o la violencia como formas de resolver conflictos.

## Introducción

En ocasiones la violencia resulta un elemento que se percibe como “normal” y, por tanto, se hace invisible. Deja de llamar la atención que se pongan apodosos, se den golpes, se digan palabras humillantes, se escondan los útiles, etcétera. Muchas veces, la agresión deriva de situaciones diversas: estilos de hablar, color de piel, discapacidades, diferencias religiosas, aparente debilidad, entre otras. Prevenir el consumo de drogas implica crear ambientes protectores dentro de la escuela, lo que requiere estar libres de violencia y regirse por normas que son conocidas y respetadas por todos. Tales normas ayudarán a delimitar los derechos y obligaciones de cada uno. Es importante que los estudiantes reconozcan claramente esas normas.

## Actividades sugeridas

**Inicio:** *Por qué necesitamos reglas*

1. Pregunte a los estudiantes por qué se requieren reglas para convivir.
2. Señale que si hay acuerdos grupales, éstos deben ser respetados, tanto en lo que se refiere a derechos como a obligaciones.



*Cuando los alumnos comprenden que las normas sirven para regular los actos y para asegurar que los derechos de todos sean respetados, asimilan que en un ambiente regulado pueden sentirse seguros y protegidos.*

### Desarrollo: *Respetar a todos*

1. Comente al grupo que todas las niñas y todos los niños tienen derecho a una vida sin violencia.
2. Exponga al grupo un esquema como el siguiente:



3. Propicie la participación para completar el esquema con ejemplos, puede apoyarlos comentando que:
  - La violencia física se expresa a través de golpes, empujones o jalones de cabello.
  - La violencia verbal con apodos, burlas o groserías.
  - La violencia emocional con chantajes, humillaciones, daño a las pertenencias (mochila, útiles,), rechazo o difamación.
4. Comente que el respeto es fundamental para prevenir la violencia. Pida que redacten un compromiso para evitar actos violentos en el salón y en la escuela. Puede orientar la reflexión con las siguientes preguntas:
  - ¿Alguna vez te han lastimado física o emocionalmente?
  - ¿Qué piensas cuando le ponen a alguien un apodo?
  - ¿Cómo podemos lograr que nos respeten?

### Cierre: *Recordando nuestros derechos y deberes*

1. Pida que elaboren una lista de los acuerdos que ya se han tomado con anterioridad sobre cómo deben comportarse en el trato con los demás. Exponga en el pizarrón una tabla para que vayan anotando los acuerdos y solicite que anoten lo que haga falta. Puede seguir un ejemplo como el siguiente:

1. Hablarnos por el nombre y no por apodos.
2. Respetar las cosas de los demás.
3. Mantener limpio y en orden el salón.
4. Seguir las reglas.

1. Solicite que comenten qué apoyo necesitan por parte de las y los maestros para que se logren estos acuerdos.
2. Pida que en su cuaderno, escriban una reflexión y un dibujo sobre la importancia del respeto y el cumplimiento de reglas para poder convivir sin violencia.

## Evaluación

### Con el grupo

- Cuestione a los estudiantes sobre por qué es necesario evitar la violencia y establecer reglas de convivencia.
- Solicite que expongan sus reflexiones y dibujos al resto del grupo para ser comentadas.

### Para el docente

- Procure observar las reacciones en torno a la violencia. Ayude a que los estudiantes distingan los comportamientos violentos y pregunte qué puede suceder si siguen adoptándolos.
- Felicite o estimule las conductas pacíficas y de respeto a las normas.
- Retome el reglamento de convivencia para el salón de clases, pida que se escriba y se pegue en una pared para que esté a la vista de todos.

# Sexto

# grado

**Fichero de  
estrategias  
didácticas**

# Ficha 1 Las niñas se cuidan y los niños también

## Propósito:

Reconocer los daños producidos por el alcohol y el tabaco, además de que su uso no está relacionado con la edad o con el hecho de ser hombre o mujer.

## Ejes preventivos:

Estilos de vida saludables y Ambientes protectores.

## Se vincula con:

Ciencias Naturales y Formación Cívica y Ética.

Asignatura	Bloque	Tema/Ámbito/Eje temático	Aprendizajes esperados
Ciencias Naturales	I	Tema 1. Coordinación y defensa del cuerpo.	Explica cómo el sistema nervioso coordina los órganos y sistemas del cuerpo humano, con énfasis en la importancia de evitar acciones que puedan dañarlo mediante lesiones o infecciones.
Formación Cívica y Ética	I	Sección A2. Ser hombre, ser mujer. Nuevas oportunidades, retos compartidos.	Preguntas de reflexión: ¿Qué ideas y creencias se tienen en la actualidad sobre lo que pueden y deben hacer las niñas y los niños, las mujeres y los hombres?

## Introducción

En los últimos grados de primaria, los estudiantes están más expuestos al consumo de sustancias. Es importante hacer énfasis en que eviten el consumo de alcohol y tabaco, ya que, por ser drogas legales, están al alcance de los estudiantes. Comente también que su carácter legal es para los adultos y que cuando se les venden a menores de edad, como ellos, se está cometiendo un delito. Estas drogas son las más consumidas en nuestro país y son la puerta de entrada al consumo de drogas ilegales.



*La transición de primaria a secundaria que están a punto de experimentar los alumnos de sexto grado, es un cambio relevante en la dinámica cotidiana, por eso debemos enfatizar el valor de la construcción de un proyecto de vida y de la identificación de los factores que puede protegerlos.*

Algunas estrategias de prevención implican que los estudiantes identifiquen sus efectos en el organismo y sean conscientes de que no están obligados a consumirlos, pues su uso no incrementa la madurez, el atractivo físico, ni es una prueba de virilidad ni de

feminidad. Por ello, es importante señalar que para convertirse en un ambiente protector, que promueva la armonía y el apoyo, hay que tratar de evitar que alguien presione para consumir drogas sino, por el contrario, quienes nos rodean deben orientarnos para evitar el consumo.

## Actividades sugeridas

### Inicio. Reconociendo los efectos del alcohol y el tabaco

1. Señale que el alcohol y el tabaco tienen efectos dañinos en el organismo de los jóvenes y también de los adultos. Por ejemplo:
  - a) *Tabaco*: En los adolescentes evita el crecimiento pulmonar. En general, produce tos, dificultades al respirar y agitación cuando hacen ejercicio o suben escaleras. Produce adicción, es decir, que con pocas ocasiones de consumirlo puede ser difícil de dejar; en nuestro país una persona muere cada diez minutos por enfermedades derivadas de esta adicción.
  - b) *Alcohol*: En los niños y adolescentes deteriora la capacidad de la memoria, hace que bajen las calificaciones y que el cerebro no se desarrolle correctamente; en los adultos genera problemas de accidentes, legales o favorece que exista violencia contra otros.
2. Pregunte si ellos han observado estos daños en alguna persona cercana. Pídales que con respeto comenten sus observaciones.

### Desarrollo. *Hacen daño... y están cerca*

1. Mencione cómo en los medios de comunicación muchas veces no se muestran los daños derivados de beber o de fumar. Hasta pareciera ser que los hombres y mujeres son más “inteligentes”, “atractivos” o “libres”, si fuman o beben. Explique que, por su edad, algunos niños pueden desear “probar” el alcohol o tabaco, llevados por la curiosidad o por amigos; por influencia de los medios de comunicación y a veces por la de algunos familiares, como tíos o primos que les quieran “enseñar”.
2. Hágalos notar que hay niños que presionan a otros para que prueben el cigarro o el alcohol para demostrar que son “hombres” o “mujeres”, como reto o símbolo de amistad. En parejas relaten:
  - ¿Es realmente necesario beber o fumar para parecer más grande?
  - ¿En qué consiste ser “hombre” o ser “mujer”?
  - ¿Cómo influye la publicidad, los programas de tele o las películas, para hacernos creer que hay que fumar o beber?

3. Pregunte a algunos estudiantes qué respondieron a estas preguntas y haga algunos comentarios acerca de las respuestas: mencione que probar alcohol o tabaco no acelera el crecimiento ni los hace más maduros y no está relacionado con ser más “mujer” o ser “hombre”; señale que la publicidad lo que busca es vender por lo que evita mostrar los daños que produce el consumo de esos productos.

#### Cierre: *Cuidarnos entre todos*

1. Explique que ante tanta presión en la calle, las familias o los medios de comunicación, es importante que entre ellos se cuiden y eviten el consumo de estas sustancias; que no deben hacer burla o presentar como reto el “probar” estas sustancias, que si bien son dañinas para los adultos, lo son mucho más para los jóvenes, cuyo cerebro se desarrolla hasta los 20 ó 21 años, por lo que mientras más chicos empiecen a experimentar con esas drogas, corren mayores riesgos de convertirse en adictos a ellas.

## Evaluación

#### Con el grupo

- Solicite que los estudiantes enuncien efectos del consumo de alcohol y tabaco.
- Pida a los estudiantes que mencionen tres “mitos” o ideas equivocadas que favorecen que los jóvenes consuman drogas. Y que expliquen por qué esas ideas son erróneas.

#### Para el docente

- Identifique si en los ejemplos que ponen los estudiantes, hacen referencia al abuso del alcohol por parte de uno de sus padres o si en la familia alguien consume drogas ilegales. Si le parece oportuno, considere hacer comentarios a los padres del estudiante, invitándolos a buscar ayuda especializada.
- Ayude a los estudiantes a ver con mayor claridad los imaginarios sociales que pueden empujar a los hombres a demostrar “valentía” y a las mujeres “sofisticación” o “belleza”, consumiendo drogas como el alcohol y el tabaco.

## yo puedo escuchar a otros decir cómo se sienten.

### Propósito:

Reconocer los propios estados de ánimo y los de otros, así como emplear estrategias para la expresión de sentimientos.

### Eje preventivo:

Habilidades para la vida.

### Se vincula con:

Educación Artística y Formación Cívica y Ética.

Asignatura	Bloque	Tema/Ámbito/Eje temático	Aprendizajes esperados
Educación Artística	I	Expresión. Manifestar ideas, sentimientos, emociones y experiencias, mediante la apreciación de representaciones tridimensionales.	Expresa ideas, sentimientos y experiencias, empleando algunos elementos de la bidimensionalidad.
Formación Cívica y Ética	I	Sección A1. Nuestra sexualidad. Mi crecimiento y desarrollo.	Preguntas de reflexión: ¿Qué afectos, sensaciones y emociones siento ahora?

## Introducción

Se ha observado que el consumo de drogas está relacionado con la ansiedad o con sentimientos de tristeza. En ocasiones, también se utiliza el consumo de alcohol o tabaco como una forma de socializar con otros. En esta ficha se busca que los estudiantes sean capaces de expresar sus sentimientos y escuchar los de otros sin la necesidad de emplear drogas, desarrollando más bien habilidades para identificar lo que sienten y usar una estrategia para expresarlo. Es importante utilizar el tema para enseñar a controlar el enojo y el estrés, pues diversas investigaciones han señalado que aprender a hacerlo constituye un factor protector que evita el consumo de drogas.

*Las capacidades de escucha y de empatía, favorecen la sana convivencia, ayudan a que los alumnos construyan ambientes más sanos y se sientan con capacidad de interactuar, evitando que piensen que la “mejor forma” de hacer amigos es mediante el consumo de sustancias adictivas.*

## Actividades sugeridas

### Inicio: *¿Sabemos reconocer nuestras emociones?*

1. Pregunte a los estudiantes qué emociones conocen, como: enojo, miedo, tristeza, alegría, cariño, amor, ansiedad, preocupación, tranquilidad, etcétera). Escríbalas en el pizarrón. Solicite un número de estudiantes que serán actores. Pida que cada uno de ellos ejemplifique una de las emociones. Pida al resto del grupo adivinar qué emoción se está representando. Pida un aplauso para ellos. Pregunte al grupo en qué ocasiones se sienten esas emociones.

### Desarrollo. *Expresar nuestros sentimientos y escuchar cuando los demás expresan los suyos*

1. Mencione al grupo que es muy importante aprender a manejar el enojo o la ansiedad (estrés). Enséñeles una o varias de las siguientes técnicas:
  - Respiración. En situaciones estresantes la respiración se hace superficial. Es importante lograr respiraciones más profundas. Para lograrlo pueden sentarse, con las manos sobre los muslos y concentrarse en sentir cómo el aire entra desde su nariz hacia su pecho y luego cómo sale. Pueden contar de uno a cuatro para inhalar; de uno a cuatro para retener el aire y de uno a cuatro para exhalar.
  - Relajación de músculos. Sentados o parados, pídales sentir sus pies, mover sus dedos suavemente hasta relajarlos, que se ponen “flojitos”. Igualmente con las piernas; el abdomen y el pecho; los hombros y las manos.
  - Autoinstrucciones. En una situación estresante, decirse a ellos mismos frases que los ayuden a tranquilizarse: “ya lo he hecho bien antes”, “todo va a estar bien”, “estoy cada vez más tranquilo”, “encontraré la respuesta a cualquier problema”.
  - Buscar ayuda. Pensar en quién puede ayudarles a resolver el problema y acercarse a esa o esas personas y exponérselo. Algunos estudiantes pueden mencionar a quién recurrirían y por qué.

2. Mencione que es muy importante que aprendan a decirles a los otros como se sienten. Enséñeles la técnica de los *Mensajes-yo*: emplear la frase “Yo me siento\_\_\_\_\_ cada vez que tú\_\_\_\_\_ por eso te quiero (decir o pedir)\_\_\_\_\_”. Por ejemplo “Yo me siento contento cada vez que tú me ayudas con mi tarea, por eso te quiero dar las gracias”. Pida que empleen esta frase con los compañeros de al lado, para expresarles algún sentimiento de alegría.
3. Explique que tanto hombres como mujeres se pueden sentir alegres, tristes o con ganas de llorar; y que a nadie le gusta que se burlen de cómo se siente. Pídales usar los siguientes principios para escuchar mejor a otros:
  - Concentrarse en las personas: mirarlas a los ojos o al rostro, evitar distracciones.
  - Ser como un espejo: si la persona sonríe, tú también. Si llora, no pongas cara de burla o de risa.
  - Imaginar: Piensa cómo te sentirías si te pasara algo como a la otra persona.
  - Ofrecer ayuda: Si puedes ayudar, hazlo. Si no, sugiere pedir ayuda a alguien más.
  - Animar: Recuérdale a la otra persona lo lista que puede ser o cómo ya ha resuelto problemas antes.
1. Pida que en tres minutos, por parejas, un alumno cuente algún estado de ánimo y otro ponga en práctica las sugerencias para escuchar mejor. Pasados tres minutos, inviertan los papeles.

#### Cierre:

1. Para concluir pídale que le den las gracias a los compañeros por permitirles expresar sus sentimientos: frases como “muchas gracias por oírme”, “me siento mejor por habértelo dicho”, o algunas que a ellos se les ocurran, para que de esta manera se estimule que en otras ocasiones puedan expresar las emociones que les vayan surgiendo.

## Evaluación

### *Con el grupo*

- Pregunte si recuerdan qué técnicas pueden emplear cuando se sientan enojados o preocupados.
- Enuncien dos cosas que hay que hacer para escuchar mejor a otros.
- Pídales que expresen cómo se sintieron al poder decir a otros sus emociones y por haber escuchado a otros confesar las suyas.

### *Para el docente*

- Observe qué situaciones señalan como causa de enojo y estrés. Pídales que apliquen estas técnicas de control (u otras estrategias que hayan mencionado) en esas circunstancias.
- Felicite la correcta expresión de sentimientos.

# Ficha 3 Buscando nuestro futuro

1/2

## Propósito:

Los alumnos reconocen que pueden imaginar para ellos proyectos a futuro y pueden buscar ayuda para alcanzarlos, a pesar de las situaciones adversas.

## Ejes preventivos:

Resiliencia y Proyecto de vida.

## Se vincula con:

Historia y Formación Cívica y Ética.

Asignatura	Bloque	Tema/Ámbito/Eje temático	Aprendizajes esperados
Historia	II	Alejandro Magno, un niño nutrido por la cultura griega.	Describe el contexto en que vivió Alejandro Magno y su importancia para la difusión de la cultura.
Formación Cívica y Ética	II	A2. Mi Proyecto de vida para años venideros.	¿Cómo se imagina dentro de pocos años?

## Introducción

Muchas personas han superado situaciones adversas gracias a que han sido capaces de verse a sí mismos en situaciones futuras, han confiado en su capacidad para alcanzar sus metas y han buscado ayuda en otras personas para lograrlo; la resiliencia consiste en reconocer las capacidades personales para enfrentarse a los cambios y la adversidad, pero ello requiere de “sueños” o anhelos que guíen y ayuden a sobreponerse a los obstáculos, buscando el apoyo de otras personas. En este sentido, es importante señalar que el consumo de drogas, como el alcohol, tabaco u otras drogas ilegales, interfieren en el logro de metas, dado que dichas sustancias pueden causar enfermedades, problemas legales, escolares, familiares, etcétera. Así, aunque en el entorno exista la posibilidad de consumirlas, es mejor alejarse de ellas.



*Contar con el apoyo de adultos significativos, como padres y maestros, es un elemento clave para evitar el consumo de sustancias en la adolescencia porque favorece el desarrollo de la resiliencia y la definición de un proyecto de vida.*

## Actividades sugeridas

### Inicio: *Los sueños de algunas personas importantes*

1. Recordando a alguna persona importante.
  - Pida que los estudiantes mencionen a algún personaje famoso, señalando por qué lo admiran. Por ejemplo: Alejandro Magno, algún otro personaje histórico o una persona que conozcan y les llame la atención por algo.
  - Pregunte si reconocen qué habilidades tenía. También llévelos a reconocer si esa persona tenía algún sueño, anhelo o meta en particular que quisiera alcanzar.
  - Solicite que recuerden dificultades que esa persona haya tenido que enfrentar y cómo logró superarlas.

### Desarrollo. *Yo también tengo sueños y metas que alcanzar*

1. Explique que los sueños, los deseos de transformar algo o de que algo suceda, son el motor para ponerse en movimiento. Creer que es posible lograr nuestro propósito, a pesar de las adversidades, es el principio para que empiecen a hacerse realidad.
  - Solicite que ellos imaginen un sueño que les gustaría cumplir: cómo les gustaría ser de grandes; qué parte de la realidad les gustaría modificar; cómo les gustaría ser recordados si alguna vez un libro de historia hablara de ellos.
  - Que identifiquen con qué habilidades cuentan y qué cosas deberían aprender para lograrlos.
  - Hágales comprender que, en ocasiones, es importante recurrir a adultos que les puedan ayudar, por lo que tendrán que ensayar cómo pedir ayuda. Por lo tanto, en parejas ensayarán cómo contar su sueño para pedir orientación y ayuda a algún adulto. Si el adulto se burla o no lo comprende, deberá buscar apoyo en otros. El que escucha deberá dar alguna idea que crea que puede ayudar al otro a lograr su sueño. Posteriormente cambiarán de papeles.

2. Mencione que para lograr cualquier meta es importante cuidar la salud. Que cuando los jóvenes consumen alcohol, tabaco u otras drogas, pueden enfermarse, desviarse y cancelar la oportunidad de alcanzar sus sueños.
- Cuénteles que ha habido deportistas que, por querer alcanzar sus metas mediante las drogas, han terminado expulsados. Hable de gente que tuvo mucho dinero y lo perdieron por usar estas sustancias. Refiérase a las personas que creen que vendiendo drogas se harán más ricos y que viven con miedo, perseguidos por las leyes y arrastrando a sus familiares a situaciones desagradables.

**Cierre:** *Verse a sí mismo en el futuro.*

1. Para concluir puede realizar alguna de estas actividades:
  - a) Pedirles un dibujo donde estén ellos mismos efectuando la actividad que han soñado.
  - b) Alentarlos a imaginarse a ellos mismos en la situación deseada. Pídales cerrar los ojos y verse pidiendo ayuda algún adulto en su camino hacia lograr el sueño; que visualicen cómo se enfrentan a dificultades y cómo algunas personas los invitan a consumir una droga y ellos lo rechazan. Finalmente, ellos alcanzan esa meta y empiezan la búsqueda de otra.

## Evaluación

*Con el grupo*

- Pregunte a los estudiantes si alguna vez se habían puesto a pensar en la importancia de los sueños y si se habían imaginado alcanzándolos.
- Reflexione con ellos sobre cómo el consumo de alcohol, tabaco u otras drogas, podría interferir en lograr sus metas.

*Para el docente*

- Observe cómo los estudiantes ensayan pedir ayuda u orientación a un adulto. Retome sus comentarios y ofrézcales opciones sobre cómo preguntar o a quién acercarse. De esta manera, al ser más conscientes de que pueden recurrir a distintos adultos para la solución de problemas, se sentirán más confiados.

# Ficha 4 Reglas para convivir

## Propósito:

Identificar normas que ayuden a convivir pacíficamente, especialmente en la realización de actividades grupales.

## Ejes preventivos:

Ambientes protectores y Estilos de vida saludables.

## Se vincula con:

Español; Ciencias Naturales y Educación Física.

Asignatura	Bloque	Tema/Ámbito/Eje temático	Aprendizajes esperados
Español	II	Ámbito de la participación comunitaria y familiar. Hacer un manual de juegos de patio para alumnos de primer grado.	Hacen una lista de conocidos juegos de patio.
Ciencias Naturales	II	Tema 3. Relación de la contaminación del aire con el calentamiento global. Proyecto: Mejoremos Nuestro Ambiente.	Analiza posibles cambios en el clima generados por el calentamiento global, a fin de valorar algunas acciones cotidianas que pueden contribuir a reducir y prevenir la contaminación del aire.
Educación Física	II	Segunda secuencia de trabajo.	Propone cambios a los elementos estructurales de los juegos modificados como el espacio, las reglas, el compañero y el implemento.

## Introducción

El seguir reglas que orienten la convivencia pacífica es un factor que disminuye la incertidumbre y facilita la comunicación entre los estudiantes, la creación de redes de apoyo y el establecimiento de acuerdos para lograr proyectos conjuntos. De esta manera, la escuela y el salón de clases se pueden convertir en lugares de acción y creatividad, donde el niño puede dirigir su esfuerzo al aprendizaje, al juicio crítico y la transformación, en vez de verlo como



*La participación de los alumnos en proyectos colectivos favorece la toma de decisiones responsables y el sentido de pertenencia a un grupo, lo que refuerza su autoestima y su capacidad de colaborar en la construcción de ambientes protectores.*

un sitio donde debe cuidar de su integridad física, emocional y de que no le roben sus útiles escolares. Crear ambientes respetuosos y ordenados favorece el apego escolar, es decir, fomenta que los estudiantes se mantengan dentro del sistema educativo.

## Actividades sugeridas

### Inicio: *Influimos en el entorno*

1. Invite a los estudiantes a reflexionar si los trabajos que realizan en conjunto —cuando tienen que hacer una actividad como elaborar un periódico mural o folletos— tienen alguna utilidad (en términos de su aprendizaje, o de información útil a otros, como el cuidado del ambiente, etcétera). Pregunte cuál es la responsabilidad que tienen para con los demás al realizar este tipo de trabajos.

### Desarrollo: *Ventajas y desventajas de trabajar en equipo*

1. Una vez que reconozcan la importancia de su trabajo, pregunte a los estudiantes qué es aquello que les gusta trabajar en equipo. Después indague qué les disgusta de trabajar en equipo. Anote en el pizarrón los problemas, haciendo especial énfasis en lo relacionado con la convivencia como no respetar las ideas de otros, no colaborar, no cumplir acuerdos, burlarse del desempeño de los compañeros, descalificarlos, etc.
2. Pida tres voluntarios para que hagan una representación de esos problemas, también llamada “juego de roles” (*rol playing*). Déles unos minutos para que imaginen una situación y se pongan de acuerdo para representarla.
3. Pregunte a los estudiantes ¿cómo se sienten ante esos problemas?, ¿qué puede suceder si no se resuelven?, ¿qué podría hacerse para resolverlos? Puede referirse a:

Algunos problemas	Qué es importante señalar
Apodos, descalificaciones.	No te burles ¿te gustaría que nos burláramos de ti?
Saber manifestar el descontento.	Cada vez que doy una idea te ríes o haces muecas. No me gusta que se burlen de lo que digo. Yo no me burlo de tus ideas. Por favor, escúchame con atención.
Alguien no coopera o no cumple lo que dijo.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Oye, hace falta esto ¿podrías hacerlo tú? ¿quieres hacer esto?</li> <li>• Tú dijiste que lo harías ¿por qué no lo has hecho?, ¿tuviste algún problema?</li> <li>• Por favor, concéntrate en eso, porque se va a terminar el tiempo y no vamos a acabar.</li> </ul>
Alguien impone una solución.	Puede pedirse una opinión general antes de tomar una decisión.
No saben cómo resolver un problema.	<p>Sigan este plan:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Digan en sus palabras cuál es el problema y cómo se sienten. Mencionen qué les gustaría que sucediera.</li> <li>2) Expresen todas las opciones de solución que se les ocurran, sin pensar si se puede o no, o si les gustan o no. Consideren sus habilidades, apoyos, recursos materiales y fuentes de información.</li> <li>3) Piensen en las ventajas y desventajas de cada solución.</li> <li>4) Elijan entre todos.</li> <li>5) Apliquen y luego revisen si eso es lo que deseaban, si fue conveniente o si es necesario corregir alguna acción.</li> <li>6) Pidan la opinión del maestro o la opinión de un adulto.</li> </ol>

*Cfr. Noguera y otros (2001) y CIJ (2006)*

### Cierre: *Poniéndonos de acuerdo*

1. Pida que elaboren algunas reglas que se apliquen a cualquier situación de trabajo en grupo, por ejemplo:
  - Si alguien dice que hará algo, debe cumplirlo.
  - Todas las ideas deben considerarse importantes. No descalificar con palabras como: “esas son tonterías”.
  - Todos tienen derecho a estar en desacuerdo con algo.
  - A pesar de estar en desacuerdo con algo, todos deberán cooperar con lo que el grupo decida.

- Si la idea de alguien no se acepta, de todas formas debe cooperar. Más adelante habrá oportunidades de incluir las ideas de esa persona.
  - La solución siempre es hablar. No es válido golpear, insultar o humillar a otros; tampoco se vale no cooperar si no se está de acuerdo con la solución adoptada.
2. Pida a los estudiantes que representen algunas de las nuevas soluciones propuestas.
  3. Pida que imaginen cómo podrían aplicar estas reglas al proyecto más próximo.

## Evaluación

### Con el grupo

- Solicite que escriban en una hoja de papel —y luego peguen en una pared disponible—, algunas de las normas que consideran necesarias en la realización de actividades grupales.
- Pídales ejemplos donde la aplicación de estas normas les resulte de utilidad.

### Para el docente

- Registre algunos de los principales problemas que señalan los estudiantes. Enfatique las respuestas adecuadas a esos problemas.
- En trabajos subsiguientes, tome en cuenta las normas escritas y pídale ponerlas en práctica.
- Puede resultarle de utilidad el hacer un proyecto conjunto en las siguientes fechas:
  - 30 de enero: Día escolar de la no violencia y la paz.
  - 21 de marzo: Día Internacional para la eliminación de la discriminación racial.
  - 21 de septiembre: Día Internacional de la paz.
  - 16 de noviembre: Día Internacional de la tolerancia.

Cfr. <http://www.educacionenvalores.org/-Educacion-para-la-convivencia-.htm>

# Ficha 5 Educación en el pasado... ¿educación en mi futuro?

## Propósito:

Reconocer la importancia del estudio y la asistencia a la escuela, elementos fundamentales para su vida inmediata y futura.

## Ejes preventivos:

Proyecto de vida y Resiliencia.

## Se vincula con:

Matemáticas e Historia.

Asignatura	Bloque	Tema/Ámbito/Eje temático	Aprendizajes esperados
Matemáticas	III	Sentido numérico y pensamiento algebraico/Significado y uso de los números.	3.2. Compara fracciones y decimales, identifica diferencias entre el orden de los decimales y el orden de los números naturales al analizar la propiedad de densidad.
Historia	III	La educación de los incas.	Reconoce la importancia de la educación.

## Introducción

Permanecer en la escuela, evitando la deserción y tener un buen rendimiento académico, son factores que previenen el consumo de drogas. Que los niños visualicen un futuro que incluya el estudio puede ser un elemento que ayude a construir un proyecto de vida protector. Esto es un factor de gran importancia, si se considera que, según la Encuesta Nacional de Juventud (ENJ, 2005), realizada entre jóvenes de 12 a 29 años, las principales expectativas de los jóvenes son: tener trabajo, un buen empleo y familia e hijos (en rangos de 42% a 48%). Otros aspectos quedan lejos de estos objetivos, como la posibilidad de estudiar (9.1%), superación personal (8.2%), vivir en un país mejor y más justo (2.4%). Sin embargo, permanecer en el sistema educativo implica estar dispuesto a superar las condiciones que actualmente puedan obstruir su desempeño académico, requiriendo analizar las situaciones e imaginar diversas soluciones.



*Cuando un alumno tiene expectativas claras sobre su futuro, puede identificar con facilidad los factores que favorecen u obstaculizan el logro de sus metas.*

## Actividades sugeridas

*Inicio: ¿Para qué ir a la escuela?*

- Pregunte a los niños cuál ha sido la importancia de su asistencia a la escuela, el estudio de libros y otros textos para personas que han llegado a aportar algo a la sociedad. Por ejemplo, cuál era la importancia de la educación en la cultura inca; o los estudios que realizaron científicos, artistas, maestros. O bien, cuál es la experiencia de los profesionistas que hay en su propia familia.

*Desarrollo: La escuela me ayuda a lograr alcanzar mi futuro*

- Pídales que cierren los ojos y se imaginen a ellos mismos como profesionistas, trabajando y ayudando a otras personas, disfrutando lo que hacen y ganando dinero por medio de ello. Solicite que hagan un dibujo de esa actividad. Pida que algunos cuenten cómo es su sueño. Pregunte a qué escuela les gustaría asistir y qué cosas tendrían que hacer para lograr alcanzar su meta. También puede pedir que dibujen los lomos de cinco libros, que numerarán y en donde escribirán aquello sobre lo que les gustaría leer: Ciencias, Historia, Literatura; vida de personajes, cómo hacer un puente, cómo cuidar animales, cómo curar personas, etc.

*Cierre: Mejorar mi desempeño en la escuela*

- Pregunte qué consideran necesario para que mejore su rendimiento académico durante este periodo. Y qué hábitos o conductas les han servido para tener un buen desempeño en el pasado. Por parejas, solicite que compartan sus estrategias y soluciones.

## Evaluación

*Con el grupo*

- Pregunte a los estudiantes cómo la escuela puede ayudarles a alcanzar sus sueños.
- Invite a algunos estudiantes a mencionar cuáles son las estrategias útiles para mejorar su desempeño y otras soluciones que se les han ocurrido.

### *Para el docente*

Retome los comentarios que expongan en el grupo para reafirmar la importancia de diversos aspectos:

- Dormir las horas necesarias, evitando desvelos por la televisión o por hacer muy tarde la tarea.
- Cuidar lo que comen.
- Tener horarios fijos para hacer la tarea y para divertirse.
- Tener ordenados sus cuadernos y útiles —de preferencia en librerías—, así como acondicionar espacios adecuados en su casa para hacer la tarea y estudiar.
- Evitar distracciones mientras estudian.
- Alternar pequeños descansos con periodos de estudio más largos.
- Pedir apoyo a sus compañeros, así como apoyar a otros.
- Proponerse pequeñas mejoras en su promedio en cada periodo del año escolar.
- Darse pequeñas recompensas cuando alcancen metas diarias.
- Platicar los logros obtenidos con un adulto o con otro niño.
- Identificar un adulto a quién contarle lo que hacen en la escuela así como para pedirle ayuda en caso de no entender algo.
- Usar técnicas para aprender a memorizar: subrayar sólo palabras importantes, imaginar esas palabras o conceptos; tratar de decir lo que entendieron después de leer un párrafo, anotar dudas e investigar o preguntar, etc.

Incluya tácticas o estrategias que haya conocido de otros estudiantes. Mencione el interés que tenían por estudiar y cómo lograron vencer las adversidades. Esto constituirá un modelo para sus actuales alumnos.

## sienten otros

### Propósito:

Reconocer prejuicios que influyen en el comportamiento, dando como resultado maltrato y lejanía de los otros. Desarrollar la capacidad empática.

### Eje preventivo:

Habilidades para la vida.

### Se vincula con:

Formación Cívica y Ética; Educación Artística y Geografía.

Asignatura	Bloque	Tema/Ámbito/Eje temático	Aprendizajes esperados
Formación Cívica y Ética	III	A2. Diferentes tipos de discriminación.	No pensar que se tiene menos valor que el resto de la gente.
		A4. Revisamos costumbres: prejuicios y estereotipos.	Analiza de qué manera los prejuicios y estereotipos nos llevan a actuar de manera injusta.
Educación Artística	III	Interpretar un acto teatral participando activamente en una puesta en escena.	Teatro. Contextualiza. Analiza el entorno de la obra. Estudia el personaje a representar.
Geografía	III	Población y cultura.	Explica la diversidad de minorías culturales del mundo.

## Introducción

El comportamiento tiene un fuerte componente cognitivo: lo que pensamos de otros influye en el buen o mal trato que les damos: si pensamos que tenemos derecho a molestar a alguien por su aspecto, su forma de hablar, su condición socioeconómica; y que eso es lo “normal” y que todo mundo lo hace, se tienen entonces elementos suficientes para actuar en consecuencia. Estas ideas generalmente permean con facilidad, sin ser reflexionadas o cuestionadas. Simplemente se asumen como una verdad. Sin embargo, el maltrato y el mal clima, pueden fomentar el consumo de sustancias. El cuestionamiento de estas conductas



*Trabajar continuamente con los alumnos en el desarrollo de habilidades para la vida como la empatía y el pensamiento crítico, permite que puedan identificar los riesgos que pueden provocar el consumo de drogas.*

“automáticas” (mediante el pensamiento crítico) y el desarrollo de la empatía (“ponerse en los zapatos del otro”), facilitan la comunicación y el establecimiento de un ambiente más sano para el desempeño de las actividades de aprendizaje.

## Actividades sugeridas

### Inicio: *Diferentes creencias, diferentes costumbres*

1. Cuente a los estudiantes algunas costumbres que diferencian a los pueblos; por ejemplo: “¿Los hombres usan falda o no?... en un lugar llamado Escocia, hay hombres que lo hacen; ¿ustedes comerían ratas?... pues en China se acostumbra hacerlo; ¿ustedes comerían gusanos?... en nuestro país se acostumbra en distintos lugares, ya que son muy nutritivos. Lo que pasa es que hacemos o no hacemos cosas dependiendo de lo que creemos de ellas. Pero ¿que una persona tenga costumbres diferentes o sea de aspecto diferente, nos da derecho a maltratarla o a burlarnos de ella?”

### Desarrollo: *Los prejuicios*

1. Señale que los prejuicios son ideas que vamos escuchando por aquí o por allá; las creemos con facilidad de los amigos, familiares; las vemos en la TV, el cine o en otros medios de comunicación y pueden influir en nuestra opinión. Sin embargo, es importante que no nos dejemos llevar por esas influencias, porque podemos perdernos de un buen amigo o podemos hacer cosas injustas para otros, como maltratarlos, a causa de esos prejuicios o ideas sobre las personas, que nos llevan a creer que valen más o que valen menos. Solicite que enuncien algunos prejuicios que en realidad son ideas falsas.
2. Puede leerles el siguiente cuento (CIJ, 2006):

*Un sabio salió caminando de su pueblo y se dirigió al pueblo vecino. En eso se encontró a una persona que también caminaba pero en sentido contrario, rumbo al pueblo de donde él había salido. El viajero le preguntó sobre cómo eran las personas del pueblo al cual llegaría. Sin responder a la pregunta, el sabio preguntó:*

*—¿Cómo son las personas del pueblo de donde usted viene?*

*—Señor, las personas del pueblo de donde vengo son muy malas, egoístas, chismosas, conflictivas y envidiosas. ¿Por qué cree que me salí de ese pueblo?*

*—Bien –dice el sabio– lo lamento señor, pero las personas del pueblo a donde usted se dirige son exactamente iguales, son muy malas, egoístas, chismosas, conflictivas y envidiosas.*

El viajero siguió su camino muy preocupado.

Más adelante el sabio se encontró con otro viajero que venía del mismo pueblo que el anterior y que también se dirigía al pueblo del sabio. De la misma forma, preguntó cómo era la gente del pueblo al que llegaría. El sabio volvió a preguntar:

—¿Cómo es la gente del pueblo de donde usted viene?

—Mire señor las personas del pueblo de donde yo vengo son personas muy amables, consideradas, dispuestas siempre a ayudar: en fin, son muy buenas personas.

—Bien —le contestó el sabio— le tengo buenas noticias, las personas del pueblo a donde usted se dirige son exactamente iguales; son muy amables, consideradas, dispuestas siempre a ayudar.

3. Pregunte a los estudiantes: ¿Por qué los viajeros tenían opiniones diferentes sobre la forma de ser de la gente de su pueblo? ¿Por qué el sabio les contestó de diferente manera a cada uno de ellos? ¿Cuál considera que sea el mensaje central de la historia? ¿Qué papel juegan en todo esto las ideas que tenemos sobre los otros?
4. Mencione que es muy importante desarrollar la empatía, para tener una buena relación con los demás. La empatía significa ponerse en el lugar de otro y mirar las cosas como él las mira. Puede contarles el cuento de *El ratón que aprendió a ladrar*:

Un ratón que vivía en el campo observó a un viejo perro que se lamía una pata y que emitía un gemido que apenas se escuchaba. Pensó “¿le dolerá algo? ¿qué le habrá pasado? ¿cómo se sentirá solo en medio del bosque?”

¿Ustedes qué creen? ¿Le dolía algo? ¿Cómo se sentiría emocionalmente, si estaba herido y solo?

Entre los amigos del ratón se veía muy mal que los ratones hablaran con animales como los perros... ¡ellos eran amigos de los hombres, que cazaban a los ratoncitos! Le iba a dar pena que otros lo vieran hablando con aquel perro, y se imaginó que los otros dirían que se había convertido en un traidor. Siguió de largo, pero pensó: “si yo estuviera en el pueblo, con una pata lastimada, y solo, tal vez me sentiría adolorido y con miedo, y me gustaría que alguien me ayudara”. Así que, sin pensar en sus amigos sino en lo que podría sentir el perro, regresó. Efectivamente, el perro tenía una enorme astilla enterrada en la pata. El ratón le ayudó a sacarla y, usando hojas medicinales, puso un remedio sobre la herida, que le había enseñado su abuela. El perro, como no tenía nada que darle, le enseñó un truco: le enseñó cómo ladrar. “Eso te servirá contra los extraños”, le dijo el perro antes de irse, cojeando pero mucho más aliviado.

Al regresar a su casa, el ratón encontró a sus hermanos pequeños jugueteando, burlándose de él, como siempre. Él les dijo que le molestaba que se burlaran, y que debían dejar de hacer eso, si querían evitar tener problemas más adelante.

Los hermanos, como siempre, no le hicieron caso y salieron al campo. En esta ocasión se alejaron demasiado de su casa y se acercaron tanto al pueblo, que se encontraron con un gato —y nunca habían visto uno—. Se burlaron de su panza, de sus bigotes y orejas largas. El gato saltó sobre ellos, pero falló al querer atraparlos —“jajajá. ¡Qué tonto es!” y seguían burlándose de él.

El gato se enojaba más y más y empezó a perseguir a los ratones. Ellos, asustados, corrieron hasta su casa y se metieron, buscando a su otro hermano, temerosos que el gato les hiciera daño.

En cuanto se dio cuenta, el ratón recordó la enseñanza del perro: empezó a ladrar desesperadamente, y el gato, sin entender nada de lo que pasaba, en cuanto oyó los ladridos, corrió despavorido.

Cuando se fue, el ratón preguntó a sus hermanos qué había pasado. Cuando se enteró, les dijo: “ustedes se metieron en problemas por burlarse del gato, que no les hacía ningún daño; si pensaran más en cómo se sienten los otros y los ayudaran en vez de burlarse de ellos, les iría mucho mejor”.

Disponible en: <http://www.esmas.com/fundaciontelevisa/valores/pages/empatia-ratona.html>

### Cierre: Ser empático con todos

1. Pregunte a los estudiantes en qué momentos pueden ser más empáticos con sus compañeros de clase.

## Evaluación

### Con el grupo

- Pídales mencionar qué ideas nos pueden llevar a burlarnos de otros y cómo podemos evitar hacer caso a ellas.
- Solicite que, con sus palabras, expliquen qué es la empatía y qué se puede hacer para ser más empático.

### Para el docente

- Observe si los comentarios de los estudiantes se orientan hacia considerar la perspectiva del otro, las causas de que piense así. Deben de imaginar cómo se sentirían ellos en caso de vivir una situación semejante. Ayude a clarificar mitos que limitan a niños y niñas, como “los hombres no lloran”, “los hombres deben golpear”; “las niñas no pueden hacer esas cosas”, “los estudiosos son aburridos”, etc.

## saber juzgarlos

### Propósito:

Reconocer que existen mitos sobre la salud —especialmente en lo referente al consumo de alcohol y tabaco—, y que es importante estar informado para poder decir “no” ante la oferta.

### Ejes preventivos:

Estilos de vida saludable: evitar el consumo de alcohol y tabaco. Habilidades para la vida sociales: rechazo del consumo de sustancias.

### Se vincula con:

Español e Historia.

Asignatura	Bloque	Tema/Ámbito/Eje temático	Aprendizajes esperados
Español	IV	Ámbito de Estudio. Elaborar textos para contrastar información.	Platican sobre creencias populares acerca de la salud.
Historia	IV	Los tiempos de la peste.	Analiza las causas y consecuencias de las epidemias.

## Introducción

Prevenir el consumo de alcohol y tabaco es una prioridad en los últimos años de primaria y los primeros de secundaria, ya que diversas investigaciones han demostrado que el consumo de drogas ilegales —como la marihuana y la cocaína, entre otras—, en muchas ocasiones está precedido por drogas legales. Al ser drogas de uso tolerado por la sociedad, los estudiantes no reconocen sus riesgos: el consumo de alcohol está asociado con la muerte de muchos jóvenes, además de exponerlos a relaciones sexuales riesgosas, violencia y problemas familiares y académicos. Por otro lado, si bien en los adultos las estadísticas muestran que por cada dos hombres fumadores hay una mujer fumadora, el consumo de tabaco en jóvenes es de un hombre por una mujer. Esto es, el consumo en las mujeres jóvenes se ha incrementado, desconociendo que ellas son más vulnerables a los daños producidos por los efectos carcinógenos del tabaco; además de que la nicotina es una droga altamente adictiva, tanto para hombres como para mujeres, teniendo un enorme índice de mortalidad: en nuestro país hay sesenta mil decesos al año por enfermedades derivadas del consumo de tabaco, es decir, en promedio, cada nueve minutos muere una persona por esta causa.



*El desarrollo de habilidades para la vida, permite a los alumnos decir “no” ante el ofrecimiento de drogas.*

## Actividades sugeridas

### Inicio: *Qué es un mito*

1. Explique a los estudiantes el concepto de “mito” (creencia errónea; como creer que el origen de la peste era el castigo divino). De la misma forma, hoy existen muchos mitos sobre la salud: por ejemplo, pregunte si creen que el alcohol o el tabaco son drogas y si producen algún daño. Explique que sí son drogas y que muchos adultos no lo saben o no lo recuerdan, y al mencionar drogas, sólo piensan en marihuana, cocaína, etcétera. Pero no las relacionan con las drogas que están a la mano.

### Desarrollo. *Defenderte de los mitos sobre el tabaco y el alcohol*

1. Puede usted señalar algunos mitos relacionados con el alcohol:
  - Es falso que las personas sean más divertidas cuando beben. Al contrario, pueden ser más violentas y necias, así como están expuestas a tener accidentes. Cuidar a una persona que ha bebido hasta emborracharse, no es divertido.
  - Es una mentira creer que cuando uno crece, ya en la adolescencia, al salir de sexto o al estar en la secundaria, puede beber alcohol. El consumo de alcohol en estudiantes ha demostrado que produce mal rendimiento escolar. En parte esto se debe a que el cerebro de los humanos madura hasta los 20 ó 21 años, así que el uso de alcohol interfiere con su desarrollo normal.
  - No es cierto que cuando alguien bebe un poco, es un borracho. Para adquirir la enfermedad llamada “dependencia al alcohol” o “alcoholismo”, hace falta un tiempo. Sin embargo, el problema de beber alcohol es que modifica el funcionamiento del organismo, lo que expone a las personas a muchos riesgos: puede producir que las personas tengan accidentes, sean violentas o se aprovechen de ellas. Hay adultos que beben responsablemente y no se emborrachan, pero no se recomienda que los adolescentes consuman alcohol.
2. Exponga los mitos del tabaco:
  - a. Es falso que un cigarro no hace daño. Desde el primer cigarro que se fuma se

producen efectos, pues se han encontrado en cada uno más de 4 mil sustancias que pueden resultar dañinas. Además el tabaco produce adicción rápidamente.

- b. Es una mentira que todos los jóvenes fumen. La mayoría de los jóvenes no fuman. Sin embargo, la mayoría de los fumadores empezó a consumir en la adolescencia y ya no han podido dejarlo, aunque quisieran. Fumar produce una adicción tan fuerte que muchas personas requieren tratamiento médico y psicológico para dejarlo.
  - c. No es verdad que el cigarro haga que las personas se vuelvan más atractivas. El consumo de tabaco produce mal aliento, olor desagradable en la ropa y el cabello. A la larga puede producir el perder dientes, arrugas a una edad más temprana y un acné más intenso.
1. Explique que cuando una persona nos invita a consumir alcohol o tabaco es preciso decirle “no”. Diga que a continuación realizarán un ejercicio para aprender a decir “no”, cuando los presionen para fumar o beber, pues a veces los amigos o la familia te piden que, como muestra de que “has crecido” o “para cuidarte”, consumas alcohol o tabaco. Ya sabes que no es necesario hacerlo.
    - ¿Cómo podrías decir que “no”? Por parejas comenten qué estrategias pueden seguir si alguien insiste. Y que después compartan cómo se les ocurrió decir “no”

### Cierre: *Más sugerencias para evitar a los necios*

Ahora dígales algunas estrategias.

- Disco rayado: repetir cada vez que te ofrezcan: “no me gusta”, “no tengo ganas”.
- La técnica del “no importa”: aunque digas que no soy hombre, no pasa nada si no lo hago.
- La técnica de la libertad: “yo no te obligo a no-fumar o a no-beber... tú no quieras obligarme a mí a fumar o beber”.
- Alejarse de ahí.
- Hacer otras cosas (bailar, platicar, jugar).
- Juntarse con los que no beben o no fuman.

## Evaluación

### *Con el grupo*

- Pida a los estudiantes enunciar algunos mitos relacionados con el consumo de alcohol y otros relacionado con el consumo de tabaco.
- Solicite que representen algunas estrategias para rechazar el consumo de sustancias.

### *Para el docente*

- Retome las expresiones de los estudiantes para enriquecer las negativas a consumir alcohol o tabaco. Observe qué situaciones plantean y téngalas presentes para recordarlas en futuras ocasiones. Emplee expresiones de antiguos estudiantes suyos acerca del consumo de alcohol o tabaco para ilustrar mejor los mitos o bien las técnicas para rechazar los ofrecimientos ante el consumo.
- Observe si realmente existe una actitud de rechazo ante el consumo de estas sustancias.

## creativamente

### Propósito:

Reconocer la importancia de aplicar la creatividad en la resolución de problemas, a través de técnicas que les ayuden a fomentar el pensamiento creativo.

### Eje preventivo:

Habilidades para la vida.

### Se vincula con:

Ciencias Naturales.

Asignatura	Bloque	Tema/Ámbito/Eje temático	Aprendizajes esperados
Ciencias Naturales	IV	Proyecto. Construcción de artefactos para satisfacer necesidades.	Determina las características del producto, el proceso a desarrollar, los materiales y herramientas que necesita a partir de diseños existentes.

## Introducción

Aunque ya se ha señalado un método para la toma de decisiones, en esta ocasión se abordará la utilidad de ser creativos en la búsqueda de opciones, para de esta manera tener un conjunto de posibilidades más sólido y variado del cual los estudiantes puedan elegir. La creatividad es una habilidad que puede estimularse y aprenderse, lo que puede ayudar en la solución de problemas, en la disminución del impacto de situaciones adversas, y promueve el avance en dirección a las metas deseadas.

## Actividades sugeridas

Inicio: *La importancia de ser creativos*

1. Explique a los estudiantes la necesidad de ser creativos para la resolución de problemas. Mencione ejemplos de personas que han utilizado su ingenio para resolver grandes enigmas.



*Desarrollar la creatividad ayuda a los alumnos a encontrar más de una alternativa de solución cuando se encuentran en una situación crítica como la oferta de sustancias adictivas.*

- Señale que la creatividad es una habilidad que se entrena, y que consiste en ver con nuevos ojos las cosas que están a nuestro alrededor. Haga un ejercicio como *el objeto misterioso*: tome un objeto cualquiera y pregunte a los estudiantes para qué otra cosa puede servir, además de la utilidad que generalmente le dan. Muéstreles lo que tenga a mano, pues lo importante es generar una lista de usos, sin censurar ninguno.

### Desarrollo: *Pensando creativamente*

1. Anímelos a resolver creativamente los problemas que tienen a su alrededor. Por ejemplo, pídeles que imaginen cómo resolverían este problema: “Si estuvieras en un parque jugando con una pelota de plástico pequeña —como las de ping-pong— y se cayera en un hoyo en el que no cupiera tu mano ¿cómo la sacarías de ahí?” (CIJ, 2006). De igual manera, lo importante es que se genere la mayor cantidad de respuestas posibles, sin censurar ni descalificar ninguna. Algunas posibilidades son: succionando con una aspiradora, llenando el hoyo con agua, introduciendo un palo con un chicle, etc.

### Cierre: *Otras opciones para ser creativo*

1. Comparta estos procedimientos o algún otro que le parezcan útiles para ejercitar la creatividad:
  - Hacer mapas mentales: dibujar en el centro un círculo con el problema a resolver —escrito con una palabra o símbolo— y alrededor escribir las posibles soluciones, conectando con líneas aquellas cosas que estén relacionadas.
  - Preguntarse a sí mismo y preguntar a otros: con base en preguntas esenciales: ¿Qué? ¿Para qué? ¿Cómo? ¿Cuándo? ¿Dónde? ¿Con qué?
  - Buscar información sobre el tema: pida que imaginen de dónde obtener información para resolver un problema o conocer más de él. Pueden mencionar libros, Internet, revistas, maestros, familiares, amigos, programas de tv o radio, etc.
  - Relajación y visualización: díales que ante un problema, la solución puede encontrarse mejor cuando se relajan, estiran su cuerpo y respiran. También ayuda que se vean a ellos mismos resolviendo un problema, por complicado que parezca. Y que recuerden lo que se siente cuando han resuelto otros problemas.

## Evaluación

### *Con el grupo*

- Pregunte al grupo: ¿qué influirá para que las personas dejen de ser creativas? y ¿qué podría estimular la creatividad?
- Solicite que cuenten anécdotas en que sientan que hayan sido creativos para resolver un problema o hayan aportado una solución novedosa, aunque sea para un problema pequeño.

### *Para el docente*

Los estudiantes deben:

- Mencionar situaciones creativas a los problemas propuestos por el maestro.
- Señalar dos estrategias para desarrollar el pensamiento creativo.

# Ficha 9 Aprendiendo a escuchar

## Propósito:

Ejercitar técnicas para escuchar a otras personas.

## Ejes preventivos:

Habilidades para la vida y Resiliencia.

## Se vincula con:

Educación Física y Formación Cívica y Ética.

Asignatura	Bloque	Tema/Ámbito/Eje temático	Aprendizajes esperados
Educación Física	V	Proyecto: al rescate de las tradiciones.	Reconoce actividades en las que se rescaten las tradiciones de su región y las traslada al contexto escolar, con lo que adquiere identidad cultural.
Formación Cívica y Ética	V	A1. Los conflictos. Un componente de la convivencia.	Identifica conflictos en el lugar donde vive.

## Introducción

Una de las capacidades sociales más importantes es la escucha atenta. Es una habilidad que puede aprenderse y que facilita la comunicación y la solución de problemas. Los niños pueden mejorar sus relaciones con otras personas —incluyendo adultos— con movimientos simples pero significativos como: mirar a las personas, no interrumpirlas, mover la cabeza afirmativamente mientras se les oye. Son acciones que pueden ponerse en práctica para realizar una actividad

escolar, como por ejemplo, preguntar a otros adultos cómo son sus tradiciones. Escuchar ayuda a formar redes de apoyo dentro y fuera de la escuela; permite a los estudiantes sentir que son parte de un grupo y facilita la solución de problemas diversos, empleando los recursos obtenidos en dicha red.



*La escucha activa abre puertas, ventanas y mentes. Los preadolescentes necesitan saber que son escuchados y, para ello, tienen que aprender a escuchar. La comunicación es un factor de protección fundamental en la prevención de adicciones.*

## Actividades sugeridas

### Inicio: *La necesidad de escuchar*

1. Explique a los estudiantes que para realizar tareas como entrevistas a otros jóvenes o niños —o bien a adultos—, es importante saber preguntar y saber escuchar las respuestas. Mencione que a continuación realizarán actividades que facilitarán el que ellos desarrollen el arte de escuchar.

### Desarrollo: *Ser una buena compañía: escuchar atentamente*

1. Pregunte ¿en qué se nota que una persona está escuchando a otra y en qué se nota que no la está escuchando? Haga una lista en el pizarrón. Luego de ello, usted puede complementar la lista con algunas de las cualidades de una persona que sabe escuchar:
  - Mira a la persona que habla.
  - Sus gestos corresponden con lo que el otro cuenta: si es algo chistoso ríe; si es triste, está serio.
  - Asiente con la cabeza.
  - A veces repite lo último que dijo el otro: “Y entonces me tropecé con una muñeca”; “¿con una muñeca?”.
  - No enjuicia a la persona que está hablando: no está pensando “qué tonto”, “yo lo hubiera hecho así”.
  - Piensa en lo que le dicen y no se distrae con otros pensamientos.
  - Aunque escuche cosas que no le gustan, no interrumpe. Aprovecha una pausa del otro para preguntar o dar una opinión.
2. Haga un ejercicio en el que dos estudiantes ejemplifiquen cómo se comporta una persona que no sabe escuchar. Con otros dos estudiantes demuestre cómo se comporta alguien que sabe escuchar. Retroalimente a los alumnos para que les quede claro cómo poner en práctica lo que acaban de aprender.

1. Pida que formen tríos: uno de ellos contará a otro alguna cosa y el que escucha deberá realizar las técnicas señaladas. El tercer alumno anotará en una hoja las cosas que sí hace el que escucha. Al final del ejercicio, el que escucha dice lo que escribió y entre todos piensan que podría haber hecho para escuchar mejor.

#### Cierre: *Saber escuchar en todas partes*

1. Pídales que imaginen cómo aplicar estas técnicas en sus tareas escolares, en la relación con sus amigos y con los adultos con los que conviven.

## Evaluación

### *Con el grupo*

- Pregunte al grupo: ¿Qué sentirá una persona cuando alguien la escucha con atención?
- Pida que mencionen alguna técnica nueva que hayan aprendido para saber escuchar mejor.

### *Para el docente*

- Fomente que imaginen cómo aplicar esta habilidad en otros lugares.
- Pida a los estudiantes que mencionen las características de la persona que sabe escuchar.

# Ficha 10 Reconocer lo bueno de los otros... y de ti mismo.

1/2

## Propósito:

Ejercitar el reconocimiento de las cualidades propias, así como las de otros.

## Eje preventivo:

Habilidades para la vida.

## Se vincula con:

Educación Artística.

Asignatura	Bloque	Tema/Ámbito/Eje temático	Aprendizajes esperados
Educación Artística	V	Expresión corporal y danza.	Apreciación: Compartir su opinión sobre el trabajo de sus compañeros, valorándolo y respetándolo.
		Música.	Música. Contextualización. Apreciar improvisaciones y creaciones instrumentales realizadas en colectivo y a manera de <i>performance</i> .

## Introducción

El reconocimiento de la valía propia y de los otros, puede ser un elemento protector frente al consumo de drogas; sin embargo, muchos estudiantes generalmente son descalificados por su rendimiento escolar, por su comportamiento o su aspecto, olvidando las muchas otras cualidades positivas que poseen; el poder identificar dichas cualidades en sí mismo y en los otros, favorece la construcción de relaciones positivas y una convivencia más saludable. El ejercicio continuo del reconocimiento propio y de otros, acompañará a los estudiantes a lo largo de todo su desarrollo, siendo una herramienta importante en los contextos familiar, escolar y laboral.



*Una autoestima sólida se convierte en un escudo protector, sin embargo, para mantenerla es importante trabajar continuamente con los alumnos en la construcción de un autoconcepto positivo y en el reconocimiento de su propio valor.*

## Actividades sugeridas

### Inicio: Exagerar algunas cosas

1. Mencione a los estudiantes que en muchas ocasiones exageramos una característica negativa de una persona y olvidamos muchas cualidades positivas que tiene. Pregunte si les ha sucedido al juzgar a una persona, recordándole constantemente lo que no sabe hacer, en vez de alentarlo respecto a lo que sí sabe hacer.

### Desarrollo

1. Haga un ejercicio que favorecerá la expresión de las cualidades positivas de una persona.
  - El ejercicio se llama *un regalo de felicidad*, y consiste en escribir en un papel algo positivo sobre alguno de sus compañeros. Usted puede seleccionar parejas o bien pedir que cada quien elabore tres papeles para tres personas distintas. Una manera de empezar las frases es decir “De ti me gusta que...”; “Me agrada que...”; “Eres muy hábil para...”; “A veces creo que a mí me gustaría ser tan bueno como tú en...”.
  - Una vez que lo hayan escrito de manera individual, se levantarán a entregar ese papel. Se sugiere que se elijan compañeros cercanos, para no hacer mucho movimiento.
  - Pida a algunos de ellos comentar cómo se siente cuando otras personas reconocen las cualidades que uno posee.
  - Comente que todos tenemos cualidades y defectos; que no todos somos buenos para todo, y que no hay que sentirnos mal si hay cosas que no hacemos bien. En lugar de eso hay que reconocernos, aceptarnos y mejorar gradualmente en aquello que sea necesario. Puede contarles el cuento de *El animal más perfecto* (C1J, 2006):

Los animales del bosque se dieron cuenta un día de que ninguno de ellos era el animal perfecto: Los pájaros volaban muy bien, pero no nadaban ni escarbaban; la liebre era una estupenda corredora, pero no volaba ni sabía nadar... Y así todos los demás. ¿No habría manera de establecer una academia para mejorar la raza animal? Y así lo hicieron. En la primera clase de carrera el conejo fue una maravilla y todos lo calificaron sobresaliente; pero en la lección de vuelo subieron al conejo a la rama de un árbol y le dijeron: “¡Vuela, conejo!” y al hacerlo se estrelló contra el suelo, con tan mala suerte que se rompió dos patas y fracasó también en el examen final de carrera. Por su parte, el pájaro fue fantástico volando, pero le pidieron que excavara como el topo y al hacerlo se lastimó las alas y el pico y, en adelante, tampoco pudo volar, reprobando la prueba de excavación y la de vuelo.

2. Pídales hacer una lista de sus cualidades, de la misma manera como les pidió reconocer las cualidades de los otros. Procure que las listas sean lo más extensas posible. Pueden escribir formas de ser, logros, etcétera. Una vez que lo hayan hecho, pídales hacer un dibujo, con el animal con el que más se identifiquen, anotando junto a él las características positivas que hayan descubierto en sí mismos.

### Cierre: *Decir cosas positivas de mi familia y vecinos*

1. Solicite que durante el resto del día piensen en qué cualidades admiran de sus padres o hermanos, y que se las digan una vez que se encuentren en casa. Pídales recordar, que de ahora en adelante, procuren decir a las personas lo bueno que ven en ellas.

## Evaluación

### Con el grupo

- Pida a los estudiantes que expliquen qué es la autoestima con sus palabras.
- Pregunte ¿qué se siente cuando uno dice algo positivo de otros?, ¿qué se siente cuando otros reconocen las cualidades de nosotros?
- Pida que guarden su dibujo y lo vayan completando a lo largo del tiempo. Dígales que cuando se sientan mal o tristes —incluso si están contentos—, se acuerden de ver su dibujo y de tener presentes sus cualidades.

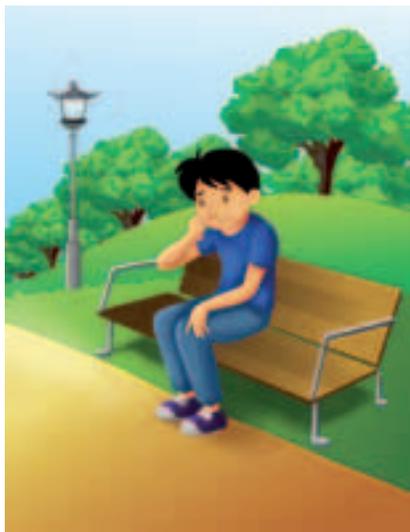
### Para el docente

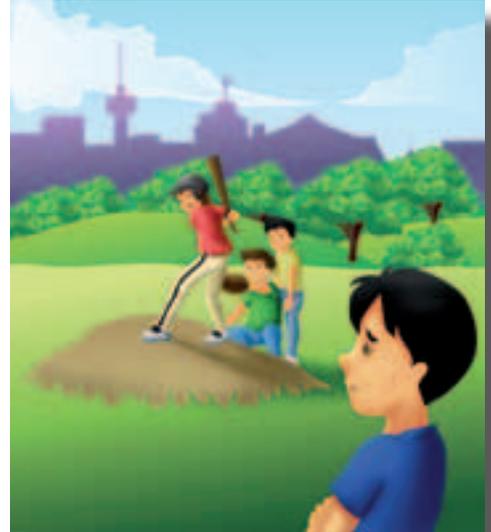
- Es posible que algunos estudiantes sean incapaces de reconocer sus cualidades positivas. Anímelos a identificarlas sin sentirse apenados o llevados por una falsa modestia. Trate de que todos puedan reconocer una cualidad. De lo contrario, ofrezca usted alguna, para que los estudiantes continúen haciendo su propia lista.



# Anexos

## Anexo 1 (Ficha 8 de Cuarto grado)







# Glosario

## Glosario

**A** **Adicción o dependencia:** Conjunto de fenómenos del comportamiento —cognoscitivos y fisiológicos—, que se desarrollan luego del consumo repetido de una o varias sustancias psicoactivas, hasta el punto de que quien las consume (denominado adicto o dependiente) está periódica o crónicamente intoxicado, muestra una compulsión por tomar una o varias sustancias, tiene gran dificultad para abandonar el consumo o modificar el uso de esas sustancias y trata de obtenerlas casi por cualquier medio. Generalmente, se produce tolerancia y puede aparecer el síndrome de abstinencia cuando se interrumpe el consumo.

**Alcoholismo:** Síndrome de dependencia o adicción al alcohol etílico.

**Ambientes protectores:** Un ambiente se puede definir como una situación o contexto social en el cual se desenvuelve un sujeto, individualmente o al establecer relaciones que favorecen o dañan su desarrollo personal; hablar de un ambiente protector es describir un contexto o situación el cual es supervisado y salvaguardado por padres, docentes o adultos cercanos a la persona, con el fin de que pueda desenvolverse física, mental, moral y socialmente, de manera conveniente.

**Asertividad:** Habilidad o conjunto de habilidades necesarias para expresar nuestros sentimientos, pensamientos y opiniones, en el momento oportuno y de la manera adecuada, sin negar o desconsiderar los derechos de los demás.

**Autocuidado:** Es un concepto que se asocia, en principio, a la prevención de enfermedades. En un sentido amplio puede considerarse como la capacidad de un individuo para realizar las actividades necesarias para vivir, es decir, para preservarse saludable mental y físicamente, contrarrestando los factores de riesgo que rodean al adolescente, como el uso de sustancias nocivas, el abuso de su potencial físico, la prevención de sufrir el acoso o la violencia ejercida en su contra.

**Autoestima:** Es la valoración emocional que se hace de la percepción de la propia imagen. Se refiere a la evaluación que uno hace de sí mismo, sobre su capacidad y valía. Y al sentimiento potencialmente positivo o negativo que se deriva de esta valoración.

**C** **Conducta de riesgo:** En general, es una forma específica de conducta que tiene relación con una proclividad notoria para una enfermedad específica o para un estado de salud deficiente (OMS, 1999).

**Consumo de sustancias psicoactivas (tabaco, alcohol y drogas):** Rubro genérico que agrupa diversos patrones de uso y abuso de estas sustancias, ya sean medicamentos o tóxicos naturales, químicos o sintéticos.



**Consumo perjudicial, uso nocivo o abuso de sustancias psicoactivas:** Patrón de consumo que ya está afectando la salud física —como en los casos de hepatitis por administración de sustancias psicotrópicas por vía parenteral— o mental; por ejemplo, los episodios de trastornos depresivos secundarios al consumo excesivo de alcohol. Se requiere que se haya afectado la salud mental o física de quien consume la sustancia psicoactiva.

**Dependencia (adicción) de sustancias psicoactivas (tabaco, alcohol y drogas):** De acuerdo con el DSM-IV, es un patrón desadaptativo de uso de una sustancia que conduce a un deterioro o a un malestar clínicamente significativos, y en el que se observan tres (o más) de los siguientes síntomas, presentados en un periodo de 12 meses: 1) Tolerancia; 2) Malestar por abstinencia; 3) La sustancia se toma a menudo en mayor cantidad o durante periodos más largos de los que se tenía intención; 4) Hay un deseo persistente o se realizan esfuerzos sin éxito para disminuir o controlar el uso de la sustancia; 5) Se gasta una gran cantidad de tiempo en actividades necesarias para obtener la sustancia, para administrársela o para recobrase de sus efectos; 6) Se renuncia o se reducen importantes actividades sociales, ocupacionales o recreativas por uso de la sustancia; 7) Se continúa usando la droga, a pesar de saber que se tiene un problema persistente o recurrente, físico o psicológico, que probablemente ha sido causado o exacerbado por su uso.

**Depresión:** Enfermedad caracterizada por un estado de ánimo deprimido, sentimientos de tristeza, desesperación y abatimiento. Estos síntomas permanecen al menos dos semanas e interfieren con las actividades y el desarrollo cotidiano de la persona.

**Desarrollo de competencias:** Si bien es un concepto aún en debate, actualmente se puede definir como *competencia*, los aprendizajes construidos por el sujeto y la movilización de los mismos. Están constituidos por conocimientos, habilidades y valores, es decir, el individuo muestra su competencia cuando es capaz de poner en acción lo que sabe al enfrentar la solución de un problema y además, al hacerlo, ha considerado las condiciones del contexto. “Crear una competencia es aprender a identificar y encontrar los conocimientos adecuados. Si estos ya están presentes, organizados y designados por el contexto” (Perrenoud, 1999). El desarrollo de competencias se formula a lo largo de una educación integral, sea esta escolarizada o no.

**Droga:** Es aquella sustancia que modifica la percepción, la sensación, el estado de ánimo y las actividades tanto físicas como mentales. Existen drogas legales e ilegales.

D



**Drogas de diseño o síntesis (son ilegales):** Sustancias de estructura química semejante y efectos psicoactivos parecidos, sintetizadas en laboratorios. Se ha realizado una división en 4 grupos: a) Estimulantes (éxtasis); b) Otros estimulantes; c) Alucinógenos (ácidos, como el LSD), y d) Opioides. Los efectos que producen son taquicardia, insomnio, pérdida del apetito, sudoración anormal, náuseas, merma de la capacidad de concentración, cambios en la percepción de los colores, crisis de ansiedad y trastornos psicóticos de tipo paranoide.

**Drogas ilegales:** Llamadas también no-médicas o duras, se definen como aquellas sustancias cuyo uso médico es nulo o no comprobado, pero se consumen para alterar intencionalmente el funcionamiento del sistema nervioso central. Entre ellas se incluyen: la marihuana, cocaína, opiáceos, tranquilizantes, sedantes, barbitúricos, anfetaminas, alucinógenos, inhalables, heroína y metanfetaminas.

**E Educación para la Salud:** Se trata fundamentalmente de la actividad educativa diseñada para ampliar el conocimiento de la población en relación con la salud y para desarrollar la motivación y las habilidades personales que la promueven. No se dirige solamente a los individuos, sino también a los grupos, organizaciones y a la comunidad en general. Es una herramienta que forma parte de las estrategias contempladas en la Promoción de la Salud (OMS, 1999).

**Entrenamiento en habilidades para la vida:** Constituye uno de los componentes principales en programas efectivos de prevención, especialmente entre los de educación sobre drogas. Generalmente, tales programas incluyen asertividad general (mostrar desacuerdo, hacer peticiones, habilidades de confrontación); asertividad específicamente orientada a los iguales, y asertividad para resistir la presión de éstos hacia el uso de drogas, así como otras habilidades más generales, como el establecimiento de metas, auto refuerzo, toma de decisiones, solución de problemas, pensamiento crítico, habilidades de análisis y destrezas para conocer gente y hacer amigos. El entrenamiento en estas habilidades aumenta el sentimiento de autoeficacia y capacita a las personas para enfrentarse a las situaciones vitales que se les plantean.

**Esquizofrenia:** Trastorno de la personalidad que distorsiona el pensamiento de quien la padece y provoca sentimientos de persecución o control por fuerzas extrañas. Impide un adecuado contacto con la realidad ya que existe una negación inconsciente.

**Estilo de vida:** El estilo de vida es una forma de vivir, basada en patrones de comportamiento que definen e identifican a una persona o un grupo, a través de lo que se hace y expresa. Se genera en la familia, la escuela y otros sitios de convivencia, mediante la socialización, proceso diario en el

que se interactúa con los padres, las autoridades y la comunidad. El estilo de vida puede ejercer un efecto profundo en la salud de una persona y en la de quienes le rodean. Si las actuaciones preventivas pretenden mejorar la salud y/o la calidad de vida, facilitando a los individuos cambiar sus estilos de vida, la acción preventiva debe ir dirigida no solamente al individuo, sino también a las condiciones sociales que interactúan para producir y mantener estos patrones de comportamiento.

**Estrategia didáctica:** Proceso organizado y sistemático con el cual se busca orientar a las personas a reforzar, modificar o sustituir, conductas nocivas por aquellas que son saludables, ya sea en lo individual, lo familiar y lo colectivo, o en su relación con el medio ambiente.

**Factor protector:** Atributo o rasgo individual, familiar o sociocultural, que inhibe, reduce o atenúa el riesgo de que un individuo inicie o continúe un proceso adictivo.

**Factor de riesgo:** Atributo o exposición de una persona o población, que está asociado a una probabilidad mayor del uso y abuso de sustancias psicoactivas.

**Factores de riesgo en el contexto escolar:** Uno de los principales impulsores del consumo de sustancias psicoactivas es el fracaso escolar. Aunque este fracaso está influido en gran medida por las experiencias de los individuos durante su primera infancia dentro del ámbito familiar y durante los años de educación infantil o preescolar, algunos factores relacionados con la escuela pueden exacerbar problemas y disposiciones preexistentes. Entre estos factores cabe citar la existencia de un clima escolar negativo, indisciplinado e inseguro, las bajas expectativas de los profesores respecto al rendimiento de los alumnos y la falta de políticas claras en la escuela en relación al consumo de drogas.

**Habilidades para la vida:** Son capacidades y recursos personales, interpersonales, cognitivos, emocionales y físicos, que permiten a las personas controlar y dirigir sus vidas, desarrollando la capacidad para vivir con su entorno y lograr que éste cambie. Como ejemplos de habilidades para la vida individuales se pueden citar las estrategias para la toma de decisiones y la solución de problemas, las habilidades de comunicación y de relación interpersonal y la facultad para manejar las emociones y el estrés.

**Influencia de los pares.** Referida al consumo de drogas, la influencia de los pares puede ser descrita como una de las presiones ambientales de carácter social que tiene mayor influencia en la experimentación o en el mantenimiento del consumo de drogas. Esta influencia incluye factores

F

H

I



cognitivos, tales como la percepción de la conducta de los iguales (modelado) y las normas sobre el uso de drogas percibidas en el grupo de pares, así como factores situacionales tales como la presión directa y la importancia de la socialización y la conformidad en los grupos.

**M** **Mariguana:** Alucinógeno leve que induce un sentimiento de relajación, desinhibición emocional, distorsiones perceptuales y sensoriales, inhabilidad cognitiva y motora.

**P** **Proyecto de vida:** El proyecto de vida es la conjugación de aspectos personales y sociales, puestos en un esquema de futuro mediano o inmediato, con el fin de vislumbrar y hacer posible la realización personal y profesional, *se basa en el derecho de toda persona a la libertad y al desarrollo integral de su personalidad*; está constituido por metas, propósitos y sueños; lo que la persona disfruta hacer y la posibilidad de hacerlo.

**Prevención de adicciones:** Puede definirse, en sentido amplio, como la acción y el efecto de las intervenciones diseñadas para cambiar los determinantes individuales, sociales y ambientales, referentes al abuso de drogas legales e ilegales, incluyendo la prevención del inicio del uso de drogas y la progresión a un consumo más frecuente o regular, entre poblaciones en situación de riesgo. Se realiza a través de un conjunto de acciones dirigidas a impedir o reducir el consumo no médico de sustancias psicoactivas, disminuir situaciones de riesgo y limitar los daños asociados al uso de esas sustancias.

**Promoción de la salud.** La promoción de la salud constituye un proceso político y social global, que abarca no solamente las acciones dirigidas a fortalecer las habilidades y capacidades de los individuos con el fin de que incrementen el control, dirigidas a modificar las condiciones sociales, ambientales y económicas, con el fin de mitigar su impacto en la salud pública e individual. En este proceso, la participación social e individual desempeñan un papel fundamental (OMS, 1999).

**Proyecto.** Un conjunto de actuaciones y actividades dirigidas al logro de unos objetivos determinados, realizado dentro del marco de un programa y con un menor alcance que éste.

**R** **Resiliencia:** Conjunto de factores internos y externos que protegen contra el estrés social o el riesgo a la pobreza, la ansiedad o el abuso. Si un niño cuenta con factores protectores fuertes, podrá resistir las conductas poco saludables que a menudo resultan de estos elementos de estrés o de riesgo. Los factores de protección interna incluyen la autoestima y el control interno, mientras que los factores externos son principalmente el apoyo social de la familia y la comunidad, tales como modelos positivos o servicios de salud.



**Riesgo:** Probabilidad de que ocurra un hecho; por ejemplo, desarrollar algún problema relacionado con el uso de drogas, dentro de un periodo o edad determinados. Asimismo, es un término no técnico que comprende diversas medidas acerca de la probabilidad de un desenlace desfavorable.

**Salud:** La constitución de la OMS, de 1948, define la salud como un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de enfermedad o dolencia. Dentro del contexto de la promoción de la salud, ésta ha sido considerada no como un estado abstracto sino como un medio para llegar a un fin, como un recurso que permite a las personas llevar una vida individual, social y económicamente gratificante y productiva (OMS, 1999).

**Sustancia psicoactiva:** Es una sustancia que, ingerida, afecta los procesos mentales, por ejemplo la cognición o los afectos. Este término es equivalente a droga psicotrópica y es el término más neutral y descriptivo para toda la clase de sustancias, tanto legales como ilegales, que son de interés para la política sobre drogas. El término psicoactivo no implica necesariamente que produzca dependencia, y en el lenguaje común se deja como tácito o no expresado, por ejemplo, en expresiones como “uso de drogas” o “abuso de sustancias”. Los productos incluyen estupefacientes y psicotrópicos clasificados en la Ley General de Salud: los de uso médico; los de uso industrial; los derivados de elementos de origen natural; los de diseño, así como el tabaco y las bebidas alcohólicas.

**Tabaco (nicotina, *tabacum*):** Es una planta que presenta propiedades narcóticas, gracias a un alcaloide denominado nicotina y se utiliza para fumar, masticar o aspirar. Produce efectos estimulantes en el sistema nervioso central.

**Tabaquismo:** Dependencia o adicción al tabaco.

**Tolerancia:** Necesidad de recurrir a cantidades crecientes de la sustancia para alcanzar la intoxicación —o el estado deseado— o una notable disminución de los efectos de la sustancia con su uso continuado en las mismas dosis.

**Tratamiento o intervención:** Conjunto de acciones que tienen por objeto conseguir la abstinencia y, en su caso, la reducción del consumo de las sustancias psicoactivas; reducir los riesgos y daños que implican el uso o abuso de dichas sustancias; abatir los padecimientos asociados al consumo e incrementar el grado de bienestar físico, mental y social, tanto del que usa, abusa o depende de sustancias psicoactivas, como de su familia.

S

T



# Bibliografía

## Bibliografía

- Acero y cols. (s/f). *Programa de aprendizaje y desarrollo de habilidades sociales Atenea*. Disponible en: [http://www.pnsd.msps.es/Categoria2/publica/pdf/atenea\\_monitor.pdf](http://www.pnsd.msps.es/Categoria2/publica/pdf/atenea_monitor.pdf)
- Aguilera-García, M A, Muñoz-Abundez, G y Orozco-Martínez, A. (2007). *Disciplina, violencia y consumo de sustancias nocivas a la salud en escuelas primarias y secundarias de México*. México: INEE, SEP. Disponible en: [http://www.inee.edu.mx/images/stories/documentos\\_pdf/Publicaciones/Libros\\_Informes/violencia/disciplina\\_violencia\\_y\\_consumo6.pdf](http://www.inee.edu.mx/images/stories/documentos_pdf/Publicaciones/Libros_Informes/violencia/disciplina_violencia_y_consumo6.pdf).
- Alonso, C; Cembrados, F; Lamata, R y Medina, JA. (2001). *Programa integral de desarrollo educativo*. Madrid: Fundación de Ayuda contra la Drogadicción; FIDE.
- Ayala, Pedroza, Morales Chaparro y Barragán. (2002). *Factores de Riesgo, Factores Protectores y Generalización del comportamiento agresivo en una muestra de niños en edad escolar*. Revista Salud Mental. Imbiomed. Disponible en: <http://www.imbiomed.com/invitacion.html>
- Becoña-Iglesias, E (1999). *Bases teóricas que sustentan los programas de prevención de drogas*. Madrid: Universidad de Santiago de Compostela. Ministerio del Interior, Delegación del Gobierno para el Plan Nacional sobre Drogas.
- Becoña-Iglesias, E. (2002). *Bases científicas de la prevención de las drogodependencias*. Madrid: Universidad de Santiago de Compostela. Ministerio del Interior, Delegación del Gobierno para el Plan Nacional sobre Drogas.
- Cánovas, G. (1994), *Adolescentes y alcohol : ¿cómo son?, ¿qué inquietudes tienen?, ¿por qué razones beben?, ¿qué hay detrás?, ¿cómo prevenir desde el hogar? recomendaciones para padres y educadores*, Colección Biblioteca de educación y acción social. Barcelona: Ed. Mensajero.
- Cascón, Paco y Beristain, Carlos. (2000). *La alternativa del Juego I*. Madrid: La Catarata/El Perro sin mecate.
- CIJ. (2006). *Habilidades para la vida. Una guía para educar con valores*. México: Centros de Integración Juvenil, A.C. Disponible en: <http://www.cij.gob.mx/Paginas/MenuIzquierdo/Publicacioneslinea/Publicaciones/habilidadesvida/habilidadesvida.asp>
- CONADIC (2008) *Guía para el promotor de Nueva Vida.. Estrategias para la prevención de las adicciones*. México: CONADIC



\_\_\_\_\_, SEP, SSA (2008) Lineamientos para la prevención del consumo de drogas en la escuela mexicana. Comisión Interinstitucional de Prevención. México.

\_\_\_\_\_, INPRFM, DGE, INEGI (2006). Encuesta Nacional de Adicciones 2002.

Conyers, B. (2006). *La adicción en la familia: Historias de pérdidas, esperanzas y recuperación*. México: PROMEXA

Diego, J. A. (1995) *Educación para la salud: drogadependencias*, Col. Materiales para educadores. Madrid: Editorial Ccs.

Feldman-Fine, F (2006). *Escuela y Prevención de las Adicciones*. Antología. México: Liberaddictus.

Hansen (1992) "School-based substance abuse prevention: a review of the state of the art in curriculum, 1980-1990". *Health Education Research*, 7, 403-430; en Becoña (2002) *Bases científicas de la prevención de las drogadependencias*. Madrid: Universidad de Santiago de Compostela.

IMJ. (2005). *Encuesta Nacional de Juventud. Resultados preliminares*. México: Instituto Mexicano de la Juventud.

Kohlberg, Lawrence, et.al (1997). *La educación moral según Lawrence Kohlberg*. Madrid: Editorial Gedisa.

Kotliarenco, M.A. y cols. (1997). *Estado del Arte en resiliencia*. OMS. Disponible en: <http://www.paho.org/Spanish/HPP/HPF/ADOL/Resil6x9.pdf>

López Lugo E. K., Medina Mora M.A., Villatoro Velázquez J., Juárez García F., Berenzon Gorn, S. (1996). "Factores relacionados al consumo de drogas y al rendimiento académico en adolescentes" en *La psicología social en México*, Vol. VI. México.

Mangrulkar y cols. (2001) *Enfoque de habilidades para la vida para un desarrollo saludable de niños y adolescentes*. USA: Organización Panamericana de la Salud.

Melillo, A, Suárez-Ojeda, (compiladores). (2001). *Resiliencia. Descubriendo las propias fortalezas*. Buenos Aires, Paidós. Disponible en: <http://www.elpsicoanlisis.org.ar/numero1/resilienciacomentario1.htm>

Mendes, F. (1999). *Drogadicción y prevención familiar: una política para Europa*. *Adicciones*. Disponible en: <http://www.adicciones.es/files/mendes.pdf>



Moreno M. (2003) *Drogas: las 100 preguntas más frecuentes*. México. Centros de Integración Juvenil, A. C. Disponible en: [www.cij.gob.mx](http://www.cij.gob.mx)

Moreno M. (2006) *Habilidades para la vida. Guía para educar con valores*. México. Centros de Integración Juvenil, A. C. Disponible en: [www.cij.gob.mx](http://www.cij.gob.mx)

Moreno M. (2009) *Metanfetaminas. Lo que los padres deben saber*. México. Centros de Integración Juvenil, A. C. Disponible en: [www.cij.gob.mx](http://www.cij.gob.mx)

NIDA (2004) *Cómo Prevenir el Uso de Drogas en los Niños y los Adolescentes. Una guía con base científica para padres, educadores y líderes de la comunidad*. USA: Departamento de Salud y Servicios humanos de los Estados Unidos.

Noguera et al. (2001) *Estrategias de educación en valores*. Organización de Estados Iberoamericanos para la Educación, la Ciencia y la Cultura.

OMS. (1999). *Partners in Life Skills Education. Conclusions from a United Nations Inter-Agency Meeting*.

OMS. (1997). *Life skills education in schools*. Génova: Organización Mundial de la Salud .

ONU. (2006). *Sistema subregional de información e investigación sobre drogas. Jóvenes Y Drogas En Países Sudamericanos: Un Desafío Para Las Políticas Públicas. Primer estudio comparativo sobre uso de drogas en población escolar secundaria de Argentina, Bolivia, Brasil, Colombia, Chile, Ecuador, Paraguay, Perú y Uruguay*.

Pérez Bodeguero, D. (1999) *Prevención educativa de drogodependencias en el ámbito escolar*. Colección Monografías Escuela Española, Educación al día Programa para la intervención. España: Editorial Praxis.

Perrenoud, P. (1999), *Construir competencias desde la escuela*. Santiago de Chile: Dolmen Ediciones.

\_\_\_\_\_ (1999), *Diez nuevas competencias para enseñar*. Biblioteca para la actualización del maestro. México: SEB.

Sanz, Alonso y colaboradores. (2004). *Prevención de la A a la Z. Glosario sobre prevención del abuso de drogas*. Madrid: CEPS.

SEP (2009), *Plan de Estudios 2009. Educación Básica. Primaria*. México: SEB-SEP.



- \_\_\_\_\_ (2009), *Programas de Estudios 2009. Primer Grado, Educación Básica. Primaria*. México: SEB-SEP.
- \_\_\_\_\_ (2009), *Programas de Estudios 2009. Segundo Grado, Educación Básica. Primaria, Etapa de prueba*. México: SEB-SEP.
- \_\_\_\_\_ (2009), *Programas de Estudios 2009. Tercer Grado, Educación Básica. Primaria, Etapa de prueba*. México: SEB-SEP.
- \_\_\_\_\_ (2009), *Programas de Estudios 2009. Cuarto Grado, Educación Básica. Primaria, Etapa de prueba*. México: SEB-SEP.
- \_\_\_\_\_ (2009), *Programas de Estudios 2009. Quinto Grado, Educación Básica. Primaria, Etapa de prueba*. México: SEB-SEP.
- \_\_\_\_\_ (2009), *Programas de Estudios 2009. Sexto Grado, Educación Básica. Primaria*. México: SEB-SEP.
- \_\_\_\_\_, SSA (2008). *Orientaciones para la prevención de adicciones en escuelas de educación básica. Manual para profesores de Secundaria*. México: Alianza por la calidad de la Educación. Programa Nacional Escuela Segura. México: SEB-SEP.
- \_\_\_\_\_, SSA, CONADIC. (2006). *“Lineamientos para la prevención del consumo de drogas en la escuela mexicana”*. México: SEP.
- Sepúlveda Alzúa, M (2000), *Construye tu vida sin adicciones. Guía del modelo de prevención*. Biblioteca para la Actualización del Maestro. México: SEB.
- SSA, CONADIC, (2003b), *Modelos preventivos*. México: SSA.
- SSA, Consejo Nacional contra las Adicciones, Instituto Nacional de Psiquiatría, Instituto Nacional de Salud Pública. (2008). *Encuesta Nacional de Adicciones 2008*. México: SSA.
- Touze, G. (2005). *Prevención de Adicciones. Un Enfoque Educativo*. Buenos Aires: Editorial Troquel.
- Velasco Fernández, R. (2007). *Las adicciones: manual para maestros y padres*. México: Trillas.
- Villatoro, J. Gutiérrez, M. Quiroz, N., Moreno, M., Gaytán, L., Gaytán, F., Amador, N. y Medina-Mora, ME. (2007), *Encuesta de Consumo de Drogas en Estudiantes 2006*. México: Instituto Nacional de Psiquiatría Ramón de la Fuente Muñiz.

## Sitios de Internet

Secretaría de Educación Pública	<a href="http://www.sep.gob.mx">www.sep.gob.mx</a>
Subsecretaría de Educación Básica	<a href="http://basica.sep.gob.mx">http://basica.sep.gob.mx</a>
Dirección General de Desarrollo de la Gestión e Innovación Educativa	<a href="http://basica.sep.gob.mx/dgdgie">http://basica.sep.gob.mx/dgdgie</a>
Programa Nacional Escuela Segura	<a href="http://basica.sep.gob.mx/escuelasegura">http://basica.sep.gob.mx/escuelasegura</a>
Dirección General de Formación Continua de Maestros en Servicio	<a href="http://formacioncontinua.sep.gob.mx">http://formacioncontinua.sep.gob.mx</a>
Secretaría de Salud	<a href="http://www.salud.gob.mx">http://www.salud.gob.mx</a>
Consejo Nacional contra las Adicciones	<a href="http://www.conadic.gob.mx">www.conadic.gob.mx</a>
Centros de Integración Juvenil	<a href="http://www.cij.gob.mx">www.cij.gob.mx</a>
Instituto Nacional de Psiquiatría	<a href="http://www.inprf.org.mx">http://www.inprf.org.mx</a>
Sistema Nacional para el Desarrollo Integral de la Familia (DIF)	<a href="http://dif.sip.gob.mx">http://dif.sip.gob.mx</a>
Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF)	<a href="http://www.unicef.org/mexico">www.unicef.org/mexico</a>
Organización Mundial de la Salud	<a href="http://www.who.int/countries/mex/es">http://www.who.int/countries/mex/es</a>
Organización Panamericana de la Salud	<a href="http://www.mex.ops-oms.org">www.mex.ops-oms.org</a>
Comisión Interamericana para el Control del Abuso de Drogas (CICAD)	<a href="http://www.cicad.oas.org">www.cicad.oas.org</a>



# Directorios

## Directorio del Programa Nacional Escuela Segura

<b>Coordinación Nacional</b>	<b>Viaducto Río Piedad N° 507 3er. piso Col. Granjas México Del. Iztacalco México, D.F. 08400</b>	<b>0155 3601 4000 0155 3601 1000 Ext. 23885, 23818, 23897 y 23921</b>
<b>Coordinaciones estatales</b>		
<b>ESTADO</b>	<b>DIRECCIÓN</b>	<b>TELÉFONO OFICINA</b>
<b>Aguascalientes</b>	Avenida Tecnológico, No. 601, Fraccionamiento Ojo Caliente. C.P. 20190 Aguascalientes, Ags.	014999105600 014499105676 Ext. 376 y 124
<b>Baja California</b>	Av. Obregón, No. 573, entre México y Morelos, Zona Centro, C.P. 21100 Mexicali, BC	016865518524 016865518525
<b>Baja California Sur</b>	Esquina de Morelos y Marcelo Rubio. Audit. Jorge Campos, Colonia Centro, C.P. 23000 La Paz, BCS	016121656268
<b>Campeche</b>	Av. Maestros campechanos s/n Col. Sasalum. C.P. 24095 Campeche, Camp.	019818139253 018130635259 019818130660
<b>Coahuila</b>	Fco. Coss y Av. Magisterio s/n, Zona Centro, C.P. 25000 Saltillo, Coah.	018444118936
<b>Colima</b>	Av. Gonzalo de Sandoval 760 Col. Las víboras C.P. 28040 Colima, Col.	013123161548
<b>Chiapas</b>	Unidad Administrativa de Gobierno, Edificio B 1er piso, Col. Maya, C.P. 29000, Oficina de Programas Especiales. Tuxtla Gutiérrez, Chis.	019616129757 019616188300 Ext. 40220
<b>Chihuahua</b>	Julián Carrillo y 10ª. N° 807, Col. Centro, C.P. 31000 Chihuahua, Chih.	016144158538



<b>Distrito Federal</b>	Parroquia N° 1130, 4to. piso, Col. Santa Cruz Atoyac, Delegación Benito Juárez, C.P. 03310 México, D.F.	015536011000 Ext. 21301, 21449, 21442, 21502
<b>Durango</b>	Blvd. Domingo Arrieta N° 1700 Fracc. Domingo Arrieta C.P. 34180 Durango, Dgo.	016188290423 016188290424 016188290414
<b>Estado de México</b>	<i>Subsistema estatal:</i> Lerdo poniente 101, puerta 403, Col. Centro, C.P. 50000 Toluca, Estado de México	017222146860 017222141796
	<i>Subsistema Federal:</i> Agripín García Estrada N° 1306 Col. Santa Cruz Azcapotzaltongo C.P. 50030 Toluca, Estado de México	017222797738 017222797700 Ext. 7538 7566
<b>Guanajuato</b>	Conjunto Administrativo Pozuelos s/n, Colonia Centro, C.P. 36000. Guanajuato, Gto.	014737351028 Ext. 1432
<b>Guerrero</b>	Calle Foro Libre #19, Col. Tribuna Nacional, C.P. 39060 Chilpancingo, Gro.	017474728114 017474721468 017474783376 Ext. 8505
<b>Hidalgo</b>	Blvd. Luis Donaldo Colosio No. 202, Col. Ampliación Santa Julia, C.P. 42080 Pachuca, Hgo.	017717108529
<b>Jalisco</b>	Avenida Ávila Camacho No. 1015, 4to piso, Colonia Miraflores, C.P. 44280 Guadalajara, Jal.	013338549431 013338195951
<b>Michoacán</b>	Batalla de Cerro Gordo N° 411, Col. Chapultepec Sur, C.P. 58260 Morelia, Mich.	014433142039
<b>Morelos</b>	Av. Teopanzolco y Nueva Italia. Col. Recursos Hidráulicos C.P. 62240 Cuernavaca, Mor.	017773170165
<b>Nayarit</b>	Av. Del Parque y Av. De la Cultura s/n Cd. Del Valle. C.P. 63157 Tepic, Nay.	013112135014 013112132624
<b>Nuevo León</b>	Nueva Jersey N° 4038 Fracc. Industrial Lincoln C.P. 64310 Monterrey, N.L.	018120205455 018120205310 018120205311



<b>Oaxaca</b>	3ª Privada de cañada 304, Fracc. San José la Noria, C.P. 68120 Oaxaca, Oax.	019511448510
<b>Puebla</b>	Av. Jesús Reyes Heróles s/n Col. Nueva Aurora C.P. 72070 Puebla, Pue.	012222296976
<b>Querétaro</b>	Av. Del Magisterio N° 1000, Col. Colinas del Cimatario, C.P. 76090 Querétaro, Qro.	014422386047 014422386009
<b>Quintana Roo</b>	Insurgentes N° 600 Col. Gonzalo Guerrero C.P. 77010 Chetumal, Q. Roo	019838350770 019888982366 Ext. 4578
<b>San Luis Potosí</b>	Manuel Gómez Azcárate N° 150, Col. Himno Nacional 2a Sección, C.P. 78269 San Luis Potosí, S.L.P.	014444998020
<b>Sinaloa</b>	Blvd. Pedro Infante Cruz 2200 Pte., Col. Recursos Hidráulicos, C.P. 80129 Culiacán, Sin.	016677585165
<b>Sonora</b>	Ayuntamiento s/n, entre Luis Orci y Enrique Quijada, Col. El Choyal. C.P. 83130 Hermosillo, Son.	016622366346 016622897600 016622604203
<b>Tabasco</b>	Calle Héroes del 47 s/n, Col. El Águila, C.P. 86080 Villahermosa, Tab.	019933582100 019933157558 Ext. 2117 y 2145
<b>Tamaulipas</b>	16 Hidalgo y Juárez s/n Col. Centro C.P. 87020 Cd. Victoria, Tamps.	018343186675 018343186676 018343186677
<b>Tlaxcala</b>	Boulevard Guillermo Valle n° 72, Col. Centro, C.P. 90000 Tlaxcala, Tlax.	012464622545
<b>Veracruz</b>	Km. 4.5 carretera federal Xalapa-Veracruz, Col. SAHOP C.P. 91190 Xalapa, Ver.	012288125786 012288417700 Ext. 7429
<b>Yucatán</b>	Calle 11 s/n, por 4 y 8, Fracc. Prado Norte, C.P. 97139 Mérida, Yuc.	019999427170 019999303669 Ext. 56002
<b>Zacatecas</b>	Andador 5 N° 124, Fracc. Fuentes del Bosque, C.P. 98067 Zacatecas, Zac.	014929234748

## Directorio de Consejos Estatales contra las Adicciones

AGUASCALIENTES					
CONSEJO ESTATAL CONTRA LAS ADICCIONES			SISTEMA ESTATAL DIF		
DOMICILIO	TELÉFONO	E-mail	DOMICILIO	TELÉFONO	Página Web
Artillero Mier 905, Ciudad Satélite Morelos, C.P. 20272, Aguascalientes, Ags.	(01 449) 977 15 58, 977 52 40	ceca.aguascalientes@gmail.com	Av. de la Convención Sur s/n, Col. España Aguascalientes, Ags. C.P. 20210	CONMUTADOR: 01 449 9 10 25 85	<a href="http://www.aguascalientes.gob.mx/dif">http://www.aguascalientes.gob.mx/dif</a>
Centro de Atención Primaria en Adicciones "Nueva Vida"					
MUNICIPIO	LOCALIDAD		DOMICILIO		
Jesús María	Fracc. Lomas de Jesús María		Calle Uxmal s/n, Fracc. Lomas de Jesús María, Jesús María		
Rincon de Romos	Fracc. Estancia Chora		Calle Tlatoani esquina Caxcan, Fracc. Estancia de Chora, Rincon de Romos		
Calvillo	Fracc. Independencia		Av. Vaquería esquina Presa Peña Blanca, Fracc. Independencia, Calvillo		
Aguascalientes	Cd. Satélite		Artillero Mier 905 Cd. Satélite Morelos		
BAJA CALIFORNIA					
CONSEJO ESTATAL CONTRA LAS ADICCIONES			SISTEMA ESTATAL DIF		
DOMICILIO	TELÉFONO	E-mail	DOMICILIO	TELÉFONO	Página web
Calle 11 y Río Papaloapan s/n, Fracc. Villaverde, C.P. 21395, Mexicali, B. C.	(01 686) 555 53 05, 561 03 15, 557 19 81 Ext. 103, 106	ldorantes@baja.gob.mx	Av. Obregón No. 1290 Esq. Calle "E" No. 1290 Col. Nueva Mexicali, B. C. C.P. 21100	CONMUTADOR: 01 686 5 51 66 00, 5 53 56 34	<a href="http://www.bajacalifornia.gob.mx">http://www.bajacalifornia.gob.mx</a>
Centro de Atención Primaria en Adicciones "Nueva Vida"					
MUNICIPIO	LOCALIDAD		DOMICILIO		
Tijuana	Lomas Verdes 8050		Calle Loma Bonita Mz. 3 S/N, Col. Lomas Verdes		
Tijuana	Fracc. Valle Verde		Bld. Valle Verde S/N y Arroyo Poniente, Fracc. Valle Verde		
Tijuana	Col. Durango		Camino Verde S/N y Calle Canal Col. Durango		
Tijuana	Centro		Av. Quintana Roo No. 110 Local 42		
Tecate	Centro		Av. Juárez y calle Río Balsas No.719 Plaza Victoria, local 7 Zona Centro		
Ensenada	Ejido Chapultepec		Fraccionamiento Chávez Negrete Calle Cerrada S/N Ex Ejido Chapultepec		
Ensenada	Poblado Maneadero		Calle Tijuana y Carretera Transpeninsular km22 Poblado Maneadero		
Ensenada	Fracc. Villa Floresta , Delegación del Sauzal		Av. Crisantemo y Bugambilia Fracc. Villa Floresta, Delegación del Sauzal		
Ensenada	Col. Vicente Guerrero		Av. Vicente Guerrero Entre Av. Misión de Santo Domingo Calle Miguel Hidalgo, Col. Vicente Guerrero		
Ensenada	Centro		Calle Séptima No. 561, entre Gastelum y Miramar Zona Centro		
Mexicali	Santoraes		Calzada Presidente Europeo entre Calles Arroyo Huatamote y Calle del Refugio Fracc. Las misiones (Santoraes)		
Mexicali	Col. Gonzalez Ortega		Av. Río Nazas S/N Entre Octava y Séptima, Col. González Ortega		
Mexicali	Fracc. Conjunto Urbano Orizaba		Av. España entre Calle Birmania y Calle China Fracc. Conjunto Urbano Orizaba		
Mexicali	Col. Ciprés		Av. Caoba y Calle Gardenia S/N, Colonia Cipres		
Mexicali	Centro Cívico		Av. Pioneros casi esquina con Anahuac No. 1162, Centro Cívico		
Rosarito	Centro		Calle Ensenada No. 37 Fracc. Machado. Zona Centro		
Playas de Rosarito	Col. Chulavista		Calle Vista Panorámica y Vista Encantada, Manzana 107 Lote 1, Frac. Chulavista		
BAJA CALIFORNIA SUR					
CONSEJO ESTATAL CONTRA LAS ADICCIONES			SISTEMA ESTATAL DIF		
DOMICILIO	TELÉFONO	E-mail	DOMICILIO	TELÉFONO	Página web
Durango 2420, Col. Los Olivos, C. P. 23040 La Paz, B.C.S.	(01 612)122 46 59, 122 53 25, (045 612)140 44 51	cecabajacaliforniasur@salud.gob.mx	Carretera al Norte Km. 4.5 Entrada Cecytem Col. El Conchalito La Paz, B.C.S. C.P: 23090	CONMUTADOR: 01 612 1 24 29 23, 1 24 29 24	<a href="http://www.bcs.gob.mx">http://www.bcs.gob.mx</a>
Centro de Atención Primaria en Adicciones "Nueva Vida"					
MUNICIPIO	LOCALIDAD		DOMICILIO		
Comondú	Ciudad Constitución, Col. Santa Cecilia		Candelaria E/ Punta Belcher y Punta Baja, Col. Santa Cecilia		
Mulegé	Santa Rosalía		Centro Tecnológico de Santa Rosalía. Fracc. Los Frailes.		
La Paz	Col. Agustín Olachea		Francisco King Entre Durango y Callejón No. 2, Col Agustín Olachea		
Los Cabos	Cangrejos		Col. Cangrejos No. 330 Col. Arcos del Sol		
Loreto	Col. Centro		Calle Salvatierra No. 68, Col. Centro		
Mulegé	Guerrero Negro		Bld. Emiliano Zapata		

<b>CAMPECHE</b>					
<b>CONSEJO ESTATAL CONTRA LAS ADICCIONES</b>			<b>SISTEMA ESTATAL DIF</b>		
<b>DOMICILIO</b>	<b>TELÉFONO</b>	<b>E-mail</b>	<b>DOMICILIO</b>	<b>TELÉFONO</b>	<b>Página web</b>
Calle 24 s/n, Col. Lázaro Cárdenas, Kila Lerma, C.P. 24500, Campeche, Camp.	(01 981) 812 06 92, 812 06 90 Ext. 102 y 103	ceca_campeche@hotmail.com	Calle 10 No. 584 Col. Mansión Carvajal, Centro Histórico, San Francisco De Campeche, Camp. C.P. 24000	CONMUTADOR: 01 981 8 16 74 19, 8 11 54 52	<a href="http://www.difcampeche.gob.mx">http://www.difcampeche.gob.mx</a>
<b>Centro de Atención Primaria en Adicciones "Nueva Vida"</b>					
<b>MUNICIPIO</b>	<b>LOCALIDAD</b>		<b>DOMICILIO</b>		
Campeche	Col. Minas San Francisco de Campeche		Calle Topacio s/n entre andador Queretaro y Andador Nayarit, Col. Minas San Francisco de Campeche		
Carmen	Col. Petrolera		Av. 56, S/N. Col. Petrolera, interior del Hospital General, Cd. Carmen		
Escárcega	Col. Carlos Salinas de Gortari		Calle 50-B s/n Col. Carlos Salinas de Gortari, Escárcega		
Candelaria	Col. Independencia		Av. 1o. De Julio S/N, Col. Independencia, interior del Hospital General, Candelaria		
<b>COAHUILA</b>					
<b>CONSEJO ESTATAL CONTRA LAS ADICCIONES</b>			<b>SISTEMA ESTATAL DIF</b>		
<b>DOMICILIO</b>	<b>TELÉFONO</b>	<b>E-mail</b>	<b>DOMICILIO</b>	<b>TELÉFONO</b>	<b>Página web</b>
Calle Victoria Poniente 312, Zona Centro, C.P. 25000, Saltillo, Coah.	(01 844) 438 83 30, 438 83 34 Exts: 4635, 4690, 4797	luticegtc@hotmail.com	Paseo De Las Arboledas y Jaime Torres Bodet S/N Col. Chapultepec, Saltillo, Coah. C.P. 25050	CONMUTADOR: 01 844 4 17 37 00	<a href="http://www.difcoahuila.gob.mx">http://www.difcoahuila.gob.mx</a>
<b>Centro de Atención Primaria en Adicciones "Nueva Vida"</b>					
<b>MUNICIPIO</b>	<b>LOCALIDAD</b>		<b>DOMICILIO</b>		
San Pedro	San Pedro de las Colonias		Av. Diana Laura Riojas Esq. Con la calle de Antoni		
Acuña	Fracc. Las Aves		Libramiento Sur-Poniente y Calle Toledo, Fracc. Las Aves		
Piedras Negras	Col. Lazaro Cárdenas		Av. Miguel Garza No.2607, Col. Lazaro Cárdenas		
Saltillo	Parque Las Maravillas		Blvd. Perez Treviño S/N, Parque Las Maravillas		
Nueva Rosita	Prolongación Juárez		Prolongación Juárez S/N		
Monclova	Col. Guadalupe		Calle Jamaica No.1401.Col.Guadalupe		
Torreón	Calle Transporte		Calle Transporte S/N entre Calle Agroindustrial y Calle Muebles		
Matamoros	Matamoros		Av Chapultepec 626 Poniente C.P. 27446		
<b>COLIMA</b>					
<b>CONSEJO ESTATAL CONTRA LAS ADICCIONES</b>			<b>SISTEMA ESTATAL DIF</b>		
<b>DOMICILIO</b>	<b>TELÉFONO</b>	<b>E-mail</b>	<b>DOMICILIO</b>	<b>TELÉFONO</b>	<b>Página web</b>
Tikal 29, Fracc. Puerta del Sol, Z.P. 28017, Colima, Col.	(01 312) 323 66 26	cecaprevencion@gmail.com	Calz. Galvan Norte Esq. Emilio Carranza S/N Col. Centro Colima, Col. C.P. 28030	CONMUTADOR: 01 312 3 16 31 00 AL 07	<a href="http://www.dif.col.gob.mx">http://www.dif.col.gob.mx</a>
<b>Centro de Atención Primaria en Adicciones "Nueva Vida"</b>					
<b>MUNICIPIO</b>	<b>LOCALIDAD</b>		<b>DOMICILIO</b>		
Manzanillo	Salagua		Amado Nervo s/n a espaldas del Hospital General Nuevo Salagua, Salagua Manzanillo		
Tecomán	Col. Primavera del Real		Laguna del Jabalí, esq. Laguna de Juluapan, Col. Primavera del Real, Tecomán		
Tecomán	Col. Primavera del Real		Calle Rio Colima Esq. Rio Jazmin Col. Primavera del Real		
Colima	Col. Mirador de la Cumbre		República de Cuba, Esq. Av. República, Col. Mirador de la Cumbre		
<b>CHIAPAS</b>					
<b>CONSEJO ESTATAL CONTRA LAS ADICCIONES</b>			<b>SISTEMA ESTATAL DIF</b>		
<b>DOMICILIO</b>	<b>TELÉFONO</b>	<b>E-mail</b>	<b>DOMICILIO</b>	<b>TELÉFONO</b>	<b>Página web</b>
Av. Nakum 277, Col. Maya, C.P. 29007, Tuxtla Gutiérrez, Chis.	(01 961) 613 18 36	cecachis@gmail.com	Libramiento Nte. Ote Salomón González Blanco Esq. Paseo Limon Col. Patria Nueva Tuxtla Gutierrez, Chis. C.P. 29045	CONMUTADOR: 01 961 6 17 00 20	<a href="http://www.difchiapas.gob.mx">http://www.difchiapas.gob.mx</a>

## CHIAPAS

### Centro de Atención Primaria en Adicciones "Nueva Vida"

MUNICIPIO	LOCALIDAD	DOMICILIO
Tuxtla Gutiérrez	Libramiento Norte	Libramiento Norte S/N. esquina Presa Mazatepe
Comitán de Domínguez	Col. Joyas del Pedregal	Av. Diamante, entre Turquesa y Zafiro, Col. Joyas del Pedregal
Frontera Comalapa	Col. El Mirador	Carretera Frontera Comalapa-Paso Hondo, Col. El Mirador
Palenque	Palenque	Carretera Palenque Copalha s/n. Cerca del Juzgado Civil y la comisión Federal de Electricidad
San Cristóbal de las Casas	Col. Belisario Domínguez	Calle Julián Villagrán, esquina Jaime Sabines, Col. Belisario Domínguez
Tapachula	Fracc. La Antorcha VI Etapa	Calle Vicente Guerrero S/N, esquina Boulevard Príncipe Akichino, Fracc. La Antorcha VI Etapa
Tapachula	Tapachula	3°. Sur No. 19, a un costado del Hospital Civil de Tapachula Carretera antiguo Aeropuerto S/N.
Tonalá	Fracc. Jardines de Tónala	Innominada, frente a la Nueva Casa de la Cultura, Fracc. Jardines de Tónala

## CHIHUAHUA

### CONSEJO ESTATAL CONTRA LAS ADICCIONES

### SISTEMA ESTATAL DIF

DOMICILIO	TELÉFONO	E-mail	DOMICILIO	TELÉFONO	Página web
Calle Aldama 1903, Col. Centro, C.P. 31000, Chihuahua, Chih.	(01 614) 429 33 00 Exts. 15170 y 15171	adicionesfomentosocial@gmail.com	Av. Tecnológico No. 2903 Col. Altavista Chihuahua, Chih. C.P. 31310	01 614 CONMUTADOR 2 14 40 00	<a href="http://www.chihuahua.gob.mx">http://www.chihuahua.gob.mx</a>

### Centro de Atención Primaria en Adicciones "Nueva Vida"

MUNICIPIO	LOCALIDAD	DOMICILIO
Ciudad Juárez	Col. Águilas de Zaragoza	Calle Tezozomoc s/n y Puerto Dunquerque, Col. Águilas de Zaragoza
Ciudad Juárez	Col. Altavista	C. Hidrógeno y Gardenias N° 110, Col. Altavista
Ciudad Juárez	Col. Azteca II	Calle Olmeca N° 6535, Col. Azteca II
Chihuahua	Col. Villa Juárez	Francisco R. Almada entre Tomás Urbina y Genaro Vázquez, Col. Villa Juárez
Chihuahua	Col. Revolución	Calle Córdova y Vicente Guerrero, Col. Revolución
Cuauhtémoc	Col. Tierra Nueva	Periférico Heriberto González y Nezahualcóyotl, Col. Tierra Nueva
Delicias	Sector Sur	Av. de las Torres N° 6144, Sector Sur, entre Av. 17 Sur y Av. 16 Sur
Guadalupe y Calvo	Guadalupe y Calvo	Calle Paseos de Ciprés s/n, Col. Arboledas del Moínora
Hidalgo del Parral	Col. Almanzaña	Calle Dos Repúblicas, s/n, Col. Almanzaña
Nuevo Casas Grandes	Col. Héroes de la Reforma	Calle Belisario Domínguez y Lerdo de Tejada, Col. Héroes de la Reforma

## DISTRITO FEDERAL

### CONSEJO ESTATAL CONTRA LAS ADICCIONES

### SISTEMA ESTATAL DIF

DOMICILIO	TELÉFONO	E-mail	DOMICILIO	TELÉFONO	Página web
Xoconogo 225- 3er piso, Col. Transito, Del. Cuauhtémoc, 06820, México, D.F.	57 41 20 83, 57 41 36 66 y 57 41 33 90 y 57 41 20 83	citallimm@aol.com	San Francisco No. 1374 - 7 Piso Esq. Tlacoquemécatl. Col. Del Valle Deleg. Benito Juárez 03100 México, D. F.	55 75 35 97, 55 75 32 99 ó ext. 1002	<a href="http://www.dif.df.gob.mx">http://www.dif.df.gob.mx</a>

### Centro de Atención Primaria en Adicciones "Nueva Vida"

MUNICIPIO	LOCALIDAD	DOMICILIO
Álvaro Obregón 1	Col. Lomas de la Era	Trébol y Nogal S/N Col. Lomas de la Era C.P. 01860, Deleg. Álvaro Obregón. C.S. T-III Lomas de La Era
Álvaro Obregón 2	Col. Ampliación Presidentes	J. F. Kenedy S/N Esq. T. Jefferson Col. Ampliación Presidentes, C.P. 01290, Deleg. Alvaro Obregon. C.S. T-III Ampliación Presidentes
Azcapotzalco 1	Col. Tezozomoc	Rafael Buelna S/N Esq. Amusgos Col. Tezozomoc C.P. 02450, Deleg. Azcapotzalco. C.S. T-II Tezozomoc
Azcapotzalco 2	Col. Santiago Ahuizotla	Camino A Nextengo S/N Esq. Rosas Moreno, Col. Santiago Ahuizotla C.P. 02750, Deleg. Azcapotzalco. C.S. T-II Santiago Ahuizotla
Benito Juárez	Col. San Simon Ticumac (Portales)	Av. San Simon N° 94 Col. San Simon Ticumac C. P. 03660, Deleg. Benito Juárez. C.S. T-III Portales
Coyoacán 1	Col. Carmen Serdán	María Solorzano Entre María Pistolas Y Gertrudis Bocanegra, Col Carmen Serdán C.P. 04910, Deleg. Coyoacan. C.S. T-III Carmen Serdán



## DISTRITO FEDERAL

### Centro de Atención Primaria en Adicciones "Nueva Vida"

MUNICIPIO	LOCALIDAD	DOMICILIO
Coyoacán 2	Col. Santa Úrsula Coapa (Gustavo Rovirosa)	San Gabriel 517 Esq. San Alberto Col. Sta. Ursula Coapa C.P. 04650, Deleg. Coyoacan. C.S. T-III Gustavo Rovirosa
Cuajimalpa de Morelos	Col. San Mateo Tlaltenango	La Zanja S/N Esq. San Fernando Col. San Mateo Tlaltenango C.P. 05600, Deleg. Cuajimalpa. C.S. T-I San Mateo
Cuauhtémoc 1	Col. Asturias (Jose Ma. Rodríguez)	Calz San Antonio Abad 350 Col. Asturias C.P. 06850, Deleg. Cuauhtémoc. C.S. T-III Jose Maria Rodríguez
Cuauhtémoc 2	Col. Centro (Clínica No. 5)	Arcos de Belén No. 17 Col. Centro C.P. 06070, Deleg. Cuauhtémoc. Clínica N° 5
Gustavo A. Madero 1	Col. Loma La Palma (Valle Madero)	Av. Tecnológico S/N Esq. Estado de Mexico, Col. Loma La Palma, C.P. 07190. Deleg. Gustavo A. Madero. C.S. T-II Valle Madero
Gustavo A. Madero 2	Col. Malinche	Norte 94 S/N Entre Oriente 82 Y Ote. 85 Col. Malinche C.P. 07880, Deleg. Gustavo A. Madero. C.S. T-II Malinche
Gustavo A. Madero 3	Col. Felipe Barriozabal	4° Cda. Apango S/N Y Felipe Ángeles, Col. Felipe Barriozabal C.P. 07180, Deleg. Gustavo A. Madero. C.S. T-I Felipe Barriozabal
Gustavo A. Madero 4	Col. Tlaxpexco	Sauces S/N Col. Tlaxpexco C.P. 07188, Deleg. Gustavo A. Madero. C.S. T-I Tlaxpexco
Iztacalco	Col. Cuchilla Ramos Millán (Predio la Fortaleza)	Calle Oriente 116 Esq. Con Puente Juan Carbonero, Col. Cuchilla Ramos Millan, Deleg. Iztacalco. Predio La Fortaleza
Iztapalapa 1	Col. Ex Ejido de los Reyes	Tetlepalquetzaltzin S/N, Lote 5, Mza. 727 - A, Zona 47, Col Ex Ejido De Los Reyes Culhuacan, C.P. 09840, Deleg. Iztapalapa. C.S. T-II Ejidos Los Reyes
Iztapalapa 2	Col. Chinampac de Juárez	Av. Telecomunicaciones S/N Entre Casas Geo Y Eje 5 Col. Chinampac de Juarez C.P. 09225, Deleg. Iztapalapa. C.S. T-III Chinampac De Juarez
Iztapalapa 3	Col. 2ª Ampliación Santiago Acahualtepec	Retama S/N Esq. 5 De Febrero Col. 2ª Ampliación Santiago Acahualtepec C.P. 09609, Deleg. Iztapalapa. C.S. T-II Santiago Acahualtepec
Iztapalapa 4	Col. San Miguel Teotongo	Genaro Vazquez Esq. José María Huerta Col. San Miguel Teotongo C.P. 09630, Deleg. Iztapalapa. C.S. T-II San Miguel Teotongo
Iztapalapa 5	Col. San Lorenzo Tezonco (Guillermo Roman y Carrillo)	Desposorios Esquina Sur 1 Col. San Lorenzo Tezonco C.P. 09790, Deleg. Iztapalapa. C.S. T-III Dr. Guillermo Roman Y Carrillo
La Magdalena Contreras 1	Col. Pueblo San Bernabé Ocoatepec (El Oasis)	Av. San Jeronimo N. 2625. Col. Pueblo San Bernabé Ocoatepec C.P. 10300, Deleg. Magdalena Contreras. C.S. T-III El Oasis
La Magdalena Contreras 2	Col. San Bernabé Ocoatepec	Calle Emiliano Zapata S/N, Col. San Bernabé Ocoatepec, Cp 10300, Deleg. Magdalena Contreras. C.S. San Bernabe
Miguel Hidalgo	Col. Anáhuac (México España)	Av. Mariano Escobedo No. 148 Col. Anáhuac. C.P. 11320, Deleg. Miguel Hidalgo. C.S. T-III México España
Milpa Alta	Col. Villa Milpa Alta (Gaston Melo)	Av. Nuevo León S/N, Col. Villa Milpa Alta, C.P. 12000, Deleg. Milpa Alta. C.S. T-II Gastón Melo
Tláhuac 1	Col. Miguel Hidalgo	Fidelio Espinoza S/N Esq. Deodato Col. Miguel Hidalgo, C.P. 13200, Deleg. Tláhuac. C.S. T-III Miguel Hidalgo
Tláhuac 2	Col. Olivos (13 de Septiembre)	Calle Cisne S/N, Col. Olivos, C.P. 13210, Deleg. Tláhuac, C.S. T-II 13 De Septiembre
Tlalpan 1	Col. San Andres Totoltepec	Camino Real Al Ajusco S/N, Col. San Andres Totoltepec, C.P.14400, Deleg. Tlalpan. C.S. T-III San Andres Totoltepec
Tlalpan 2	Col. Sto. Tomas Ajusco (Dr. Gerardo Varela Mariscal)	Allende y Matamoros S/N Col. Sto. Tomas Ajusco, C.P. 14710, Deleg. Tlalpan. C.S. T-III Dr. Gerardo Varela Mariscal
Venustiano Carranza 1	Col. El Arenal 4a. Sección	Av. Xocoyote S/N Esq. Xanicho Xaltocan Col. El Arenal 4a. Sección. C.P. 15600, Deleg. Venustiano Carranza. C.S. T-II El Arenal 4a. Sección
Venustiano Carranza 2	Col. Aquiles Serdán (Romero Rubio)	Manchuria No. 8 y Traansval, Col. Aquiles Serdán, C.P. 15430, Deleg. Venustiano Carranza. C.S. T-III Romero Rubio
Xochimilco 1	Col. San Sebastián Tulyehualco	Av. Tláhuac S/N Y Río Ameca Col. San Sebastián Tulyehualco C.P. 16730, Deleg. Xochimilco. C.S. T-iii Tulyehualco
Xochimilco 2	Pueblo Santa María Nativitas (Nativitas)	Carretera Vieja Xochimilco Tulyehualco S/N, Pueblo Santa María Nativitas C.P.16700, Deleg. Xochimilco. C.S. T-ii Nativitas

## DURANGO

CONSEJO ESTATAL CONTRA LAS ADICCIONES			SISTEMA ESTATAL DIF		
DOMICILIO	TELÉFONO	E-mail	DOMICILIO	TELÉFONO	Página web
Aquiles Serdán 119 Pte., Zona Centro, C.P. 34000, Durango, Dgo.	(01 618) 811 57 87, 813 48 30	saludmentaldgo@salud.gob.mx	Blvd. Heroico Colegio Militar No. 101 Y Cap. Francisco De Ibarra S/N Col. Nueva Vizcaya Durango Dgo. C.P. 34080	01 618 CONMUTADOR 8 29 14 00	http://www.difdurango.gob.mx



## DURANGO

### Centro de Atención Primaria en Adicciones "Nueva Vida"

MUNICIPIO	LOCALIDAD	DOMICILIO
Gómez Palacio	Fracc. Rinconada Villa Nápoles	Calle Padua esq. Rinconada de las Azaleas s/n, Fracc. Rinconada Villa Nápoles
Durango	Fracc. Ciudad Industrial (Durango Norte)	Calle Litio esq. Circuito Plata s/n, Fracc. Ciudad Industrial
Durango	Col. División del Norte (Durango Sur)	Calle Toma de Zacatecas s/n, Col. División del Norte
Santiago Papasquiaro	Fracc. PROFORMEX (Santiago Papasquiaro)	Cedros esq. Nardos s/n, Fracc. PROFORMEX

## GUANAJUATO

### CONSEJO ESTATAL CONTRA LAS ADICCIONES

### SISTEMA ESTATAL DIF

DOMICILIO	TELÉFONO	E-mail	DOMICILIO	TELÉFONO	Página web
Tamazuca 4, Zona Centro, C.P. 36000, Guanajuato, Gto.	(01 473) 735 27 00 Ext. 240	eldavillalobosu@gmail.com	Paseo De La Presa No. 89 A Col. Centro Guanajuato, Gto. C.P. 36000	01 473 CONMUTADOR: 7 35 33 00	<a href="http://www.dif.guanajuato.gob.mx">http://www.dif.guanajuato.gob.mx</a>

### Centro de Atención Primaria en Adicciones "Nueva Vida"

MUNICIPIO	LOCALIDAD	DOMICILIO
León	Col. La Joya	Sastre 601. Col. La Joya (Centro de Salud La Soledad)
León	León II	Mariano Leal No. 401
Celaya	Col. Valle del Real	Gobernador Víctor Lizaldi, esq. Juan B. Castellazo, Col. Valle del Real, 38060
Dolores Hidalgo	Col. San Antonio del Pretorio	Carretera Dolores Hidalgo al Xoconoxtle N° 750, Col. San Antonio del Pretorio, 37800
Guanajuato	Col. Los Alcaldes	Carretera de Cuota Guanajuato-Silao Km. 6.5, Col. Los Alcaldes, 36000
Irapuato	Col. Fraccionamiento Colón	Diego de Velázquez S/N, Col. Fraccionamiento Colón, 36597
Salamanca	Salamanca	Av. de los Deportes S/N
San Miguel de Allende	Col. Fracc. Ignacio Ramírez	Calle 1° de mayo N° 37, Col. Fraccionamiento Ignacio Ramírez
Silao	Col. Fracc. Brisas de los Ríos	Boulevard San Bernarndo N° 39, Fraccionamiento Brisas de los Ríos

## GUERRERO

### CONSEJO ESTATAL CONTRA LAS ADICCIONES

### SISTEMA ESTATAL DIF

DOMICILIO	TELÉFONO	E-mail	DOMICILIO	TELÉFONO	Página web
Av. Ruffo Figueroa 6, Esq. Eje Central, Col. Burócratas, C.P. 39090, Chilpancingo, Gro.	(01 747) 494 31 00 Ext. 13184	cea_gro@hotmail.com	Gabriel Leyva Esq. Ruffo Figueroa Col. Burócratas Chilpancingo, Gro. C.P. 39090	01 747 CONMUTADOR 4 72 55 95, 4 72 56 72	<a href="http://www.guerrero.gob.mx/dif">http://www.guerrero.gob.mx/dif</a>

### Centro de Atención Primaria en Adicciones "Nueva Vida"

MUNICIPIO	LOCALIDAD	DOMICILIO
Acapulco de Juárez	Col. Renacimiento	Av. Juan R. Escudero s/n Col. Renacimiento, Acapulco
Acapulco de Juárez	Fracc. Farallón del Obispo	Av. Ruben Figueroa s/n antes Av. Farallón del Obispo Fracc. Farallón del Obispo s/n, Acapulco
Chilpancingo de los Bravo	Col. 20 de Noviembre	Calle Principal s/n Col. 20 de Noviembre
Coyuca de Benítez	Cerro del Fortín	Calle Josefa Ortiz de Domínguez numero 6, Cerro del Fortín. A un costado del Centro de Salud
Iguala de la Independencia	Av. Insurgentes	Av. Insurgentes s/n
José Azueta	Col. Progreso, Zihuatanejo	Calle Cuauhtémoc s/n. Col. Progreso, El Coacoayul
Ometepec	Col. El Polvorín	Colonia El Polvorín, domicilio conocido
Taxco de Alarcón	Col. Cantarranas	Entronque –Libramiento. Col. Cantarranas. Barrio del Santo
Pungarabato	Col. Río Balsas (Ciudad Altamirano)	Calle Río del Oro esquina Río Cuirío. Col. Río Balsas
Tlapa de Comonfort	Col. El Polvorín	Colonia El Polvorín, domicilio conocido
San Marcos	Col. El Aterrizaje	Ampliación, col. El Aterrizaje



## HIDALGO

CONSEJO ESTATAL CONTRA LAS ADICCIONES			SISTEMA ESTATAL DIF		
DOMICILIO	TELÉFONO	E-mail	DOMICILIO	TELÉFONO	Página web
Av. Madero 405, P. A. Esq. Dr. Manuel Gea González, Fracc. Ex-Hacienda de Gpe., C.P. 42059, Pachuca Hgo	(01 771) 717 02 25 Ext. 2212	saludpublicahgo@yahoo.com.mx	Salazar No. 100 Col. Centro Pachuca, Hgo. C.P. 42000	01 771 CONMUTADOR 7 17 31 00	http://dif.hidalgo.gob.mx

### Centro de Atención Primaria en Adicciones "Nueva Vida"

MUNICIPIO	LOCALIDAD	DOMICILIO
Tula de Allende	Montecillo	Calle Diaz Mirón S/N localidad de Montecillo
San Felipe Orizatlán	Col. Centro	Calle Niños Heroes esquina con Francisco Márquez Col. Centro
Ixmiquilpan	Taxhado	Carretera Mex-Laredo km 148 localidad Taxhado

## JALISCO

CONSEJO ESTATAL CONTRA LAS ADICCIONES			SISTEMA ESTATAL DIF		
DOMICILIO	TELÉFONO	E-mail	DOMICILIO	TELÉFONO	E-mail
Lago Tequesquitengo 2600, Entre Laguna de Pescadores y Lago Superior, Col. Lagos del Country, C.P. 45177, Zapopan, Jal.	(01 33) 38 23 20 20, 38 54 60 77, 38 54 60 88	cecaj10@hotmail.com	Av. Alcalde No. 1220, Sector Hidalgo, Col. Miraflores Guadalajara, Jal. C.P. 44270	01 33 CONMUTADOR 30 30 38 00	felipe.valdez@jalisco.gob.mx

### Centro de Atención Primaria en Adicciones "Nueva Vida"

MUNICIPIO	LOCALIDAD	DOMICILIO
Colotlán	Colotlán	Domicilio conocido a un constado del Hospital Regional
Lagos de Moreno	Calle de las Rosas	Calle de las Rosas, a tres cuadas del Hospital General
San Juan de los Lagos	Calle Rosales	Calle Rosales, entre Gardenias y Margaritas
Tepatitlán de Morelos	Av. Manuel Gómez Morin	Av. Manuel Gómez Morin entre las Calles Gonzalo Curiel, Octavio Paz y Amado Nervo
Arandas	Calle José Luis López Verdía	Calle José Luis López Verdía y Calle 12 de Octubre
Ocotlán	Ocotlán	Entre las Calles de J. Luis Verdía y Flor de Coral, cruza con calle 12 de octubre
Tamazula de Gordiano	Col. Obrera	Av. Lic. Benito Juárez, Col. Obrera
Zapotlán el Grande	Ciudad Guzmán	Calle Ignacio Aldama González entre Ignacio Alcaráz y Pedro de Gante
Autlán	Autlán de la Grana	Calle Jaime Llamas García, entre Prolong. Escobedo y calle Galeana
La Huerta	La Huerta	Gómez Farias con calle Mango y calle Limón
Puerto Vallarta	Col. Coapinole	Calle Ecuador Colinda N° 650, entre 21 de marzo y Pablo Franco, Col. Coapinole, Delegación Pititall
Mascota	Mascota	Calle 5 de febrero y Hda. de Mirandillas
Ameca	Ameca	Av. de Los Mezquites y Allende
Tlaquepaque	Col. San Pedrito	Calle Tamiahua y Cabo San Lucas, Col. San Pedrito
Tlajomulco de Zúñiga	Tlajomulco de Zúñiga	Entre las calles de Belmopan, Blvd. Hoduras, San Pedro y San José
Zapopan	Col. del Vergel	Col. del Vergel, Jardín de las Palmas, donde cierra calle Jardín de los Jazmines
Zapopan	Zapopan	Periférico y Av. Guadalupe
Tonalá	Col. Rey Xolot	Entre Rey Chichimeca y Rey Kukulcan en la Col. Rey Xolot
Tonalá	Col. Rancho de la Cruz	Prados de los Abedules y Prado de los Mesquites, Col. Rancho de la Cruz
Guadalajara	Col. Agua azul	Calle Violeta con 5 de Mayo Col. Agua Azul
Guadalajara	Col. 18 de Marzo	Miguel López Delgaspi entre Jiménez de Quezada y Francisco de Orellana en la Col 18 de Marzo



## ESTADO DE MÉXICO

CONSEJO ESTATAL CONTRA LAS ADICCIONES			SISTEMA ESTATAL DIF		
DOMICILIO	TELÉFONO	E-mail	DOMICILIO	TELÉFONO	Página web
Isabel la Católica 211-A, Col. Santa Clara, C.P. 50070, Toluca, Edo. de Méx.	(01 722) 213 50 63, 213 49 08	imcontra_adicciones@salud.gob.mx	Paseo Colon Esq. Tollocan S/N Col. Isidro Fabela Toluca, Edo. De México C.P. 50170	01 722 CONMUTADOR : 2 17 39 00	<a href="http://www.edomex.gob.mx/difem/">http://www.edomex.gob.mx/difem/</a>

### Centro de Atención Primaria en Adicciones “Nueva Vida”

MUNICIPIO	LOCALIDAD	DOMICILIO
Ecatepec	Chiconautla 3000	Avenida Escritores s/n Barrio III Cd. Cuauhtémoc, Chiconautla 3000
Ecatepec 1	Cd. Cuauhtémoc	Cda. Tlaltelolco s/n Secc. Cuitlahuac. Cd. Cuauhtémoc
Ecatepec 2	San Juan Ixhuatpec	Vicente Guerrero esq. Ignacio Zaragoza. Col. Urbana Ixhuatpec
Ecatepec 3	Ampl. Tulpetlac (Chamizal)	Nuevo León S/N esq. Miguel A. Valdéz
Ecatepec 4	San Agustín	Av. Sta. Rita y Sur 90
Ecatepec 5	Col. Héroes de Granaditas	Calle Villa Victoria s/n. Col. Héroes de Granaditas
Ecatepec 6	Ruiz Cortínez	Norte 3 esq. Oriente 3. Adolfo Ruiz Cortínez
Ixtapaluca	Zoquiapan	Carretera Federal México-Puebla Km 34.5 Zoquiapan
Ixtapaluca	Col. Alfredo del Mazo	Casino de la Selva s/n. Col. Alfredo del Mazo, entre Av. Central y Casino de la Selva
Chimalhuacan	Barrio Transportista	Av. México s/n, esquina Av. Rivapalacio, Barrio Transportistas, Chimalhuacan
Cuautitlán	Cuautitlán	Av. Juan Pablo II, Esq. Av. Teyahualco, Km 3 Carr. Cuautitlán-Tultepec
Atizapán de Zaragoza	Atizapán de Zaragoza	Calle Mandarina s/n entre Nochebuena y Laurel. Col. Lomas de San Miguel
Valle de Chalco	Valle de Chalco	Oriente 6 esquina Sur 19-A, San Miguel Xico
Naucalpan 1	Independencia	Camino Arenero esq. Av. Río Hondo
Naucalpan 2	Olimpiada 68	Av. Emiliano Zapata esq. Mina e Izcalli
Naucalpan 3	HG Dr. Maximiliano Ruiz C.	Av. Ferrocarril Acambaro s/n Esq. Av. 1ro de mayo
Nezahualcóyotl 1	Manantiales	Miguel Alemán s/n esq. 24 de Febrero, Col. Manantiales
Nezahualcóyotl 2	Estado de México	Av. Cuauhtemoc s/n entre 4a. Av. Y 5a. Av.
Nezahualcóyotl 3	Pirules	Av. Cuatro s/n esq. Plateros Col. Los Pirules
Nezahualcóyotl 4	Jardines de Gpe.	Av. Independencia s/n. entre C. Victoria y Chihuahua
Los Reyes La Paz	La Paz	Calle Morelos s/n Col. La Magdalena Atlipac
Téjupilco	Téjupilco	Rincón de Carmen Téjupilco
Tlanepantla de Baz 1	Cuauhtémoc El Tenayo	Deportivo Cuauhtémoc en El Tenayo
Tlanepantla de Baz 2	Pueblo de San Rafael	Parajes en el Pueblo de San Rafael
Tlanepantla de Baz 3	C.A. Cristina Pacheco	Adjunto al Centro Administrativo “Cristina Pacheco”
Toluca 1	Col. Pueblo Nuevo	Independencia s/n Col Pueblo Nuevo
Toluca 2	San Mateo Otzacatipan	Lázaro Cárdenas s/n San Mateo Otzacatipan
Capulhuac	Capulhuac	Avenida Niños Héroes S/N Capulhuac
Valle de Bravo	Valle de Bravo	Carretera Valle de Bravo Temascaltepec Km 3, Junto a CS Cuadrilla de DIs.
Atlaquilco	Atlaquilco	Col. Nueva España, Santa Cruz Bombatevi



<b>MICHOACÁN</b>					
<b>CONSEJO ESTATAL CONTRA LAS ADICCIONES</b>			<b>SISTEMA ESTATAL DIF</b>		
<b>DOMICILIO</b>	<b>TELÉFONO</b>	<b>E-mail</b>	<b>DOMICILIO</b>	<b>TELÉFONO</b>	<b>Página web</b>
Benito Juárez 223, Centro, C.P. 58000, Morelia, Mich.	(01 443) 317 50 00 al 03 Ext. 239	cecamicoacan@hotmail.com	Av. Acueducto 447 Esq. Ventura Pte. Bosque Cuauhtémoc, Col. Centro Morelia, Mich. C.P. 58000	01 443 CONMUTADOR 3 13 35 40,42 Y 93	<a href="http://www.dif.michoacan.gob.mx">http://www.dif.michoacan.gob.mx</a>
<b>Centro de Atención Primaria en Adicciones “Nueva Vida”</b>					
<b>MUNICIPIO</b>	<b>LOCALIDAD</b>		<b>DOMICILIO</b>		
Uruapan	Frac. Taximacuaro		Esquina J. Múgica y Paseo Laureles, Frac. Taximacuaro		
Lázaro Cárdenas	Col. Tinoco Rubí		Av. Paseo de los Frutales Equina Prolongación 5 De Febrero, Col. Tinoco Rubí		
Zitácuaro	Col. La Joya		Avenida Morelia, Dr. Emilio García y Decreto de Hidalgo en la Colonia La Joya		
Morelia	Poblado de Ocolusen		Miguel Arreola No. 450, Poblado de Ocolusen		
<b>MORELOS</b>					
<b>CONSEJO ESTATAL CONTRA LAS ADICCIONES</b>			<b>SISTEMA ESTATAL DIF</b>		
<b>DOMICILIO</b>	<b>TELÉFONO</b>	<b>E-mail</b>	<b>DOMICILIO</b>	<b>TELÉFONO</b>	<b>Página web</b>
No Reelección 7, 4° piso, Desp. 401, Anexo “B” Edif. Bellavista, Col. Centro, C.P. 62000, Cuernavaca, Mor.	(01 777) 73 14 51 88, 73 10 38 22, 73 14 20 95 Ext. 1619		Calle Cuauhtemotzin N° 1 esq. Plutarco Elías Calles, Col. Club de Golf, C.P. 62030, Cuernavaca, Morelos.	01 777 CONMUTADOR: 3 62 77 40 EXT. 205	<a href="http://www.difmorelos.gob.mx">http://www.difmorelos.gob.mx</a>
<b>Centro de Atención Primaria en Adicciones “Nueva Vida”</b>					
<b>MUNICIPIO</b>	<b>LOCALIDAD</b>		<b>DOMICILIO</b>		
Cuautla	Cuautla		Campo denominado Segundo de la Palma perteneciente al ejido de Cuautla		
Cuernavaca	Col. Lomas de la Selva		Av. Leandro Valle s/n Col. Lomas de la Selva		
Zacatepec	Zacatepec		Cuaautotolapan No.6 Zacatepec, Morelos		
Temixco	Col. Temixco		Cerrada Margaritas s/n, Col. Temixco		
Xochitepec	Xochitepec		Leopoldo Mendoza s/n Cambio de Terreno antes Jantetelco		
Jiutepec	Col. Paraíso		Camino Real a Yauatepec s/n Col. Paraíso		
<b>NAYARIT</b>					
<b>CONSEJO ESTATAL CONTRA LAS ADICCIONES</b>			<b>SISTEMA ESTATAL DIF</b>		
<b>DOMICILIO</b>	<b>TELÉFONO</b>	<b>E-mail</b>	<b>DOMICILIO</b>	<b>TELÉFONO</b>	<b>Página web</b>
Boulevard Tepic Xalisco 346, Col. Miravalles, C.P. 63184, Tepic, Nay.	(01 311) 214 42 05, 214 41 73	cecanyarit@salud.gob.mx	Bld. Luis Donaldo Colosio No. 93 Col. Cd. Industrial Tepic, Nayarit C.P. 63200	01 311 CONMUTADOR: 1 29 51 00	<a href="http://www.dif.nayarit.gob.mx">http://www.dif.nayarit.gob.mx</a>
<b>Centro de Atención Primaria en Adicciones “Nueva Vida”</b>					
<b>MUNICIPIO</b>	<b>LOCALIDAD</b>		<b>DOMICILIO</b>		
Ixtlán del Río	Ixtlán del Río		Calle Manzano entre Ciprés y Amapa		
Bahía de Banderas	El Tondoroque		Carr. San Vicente-Tondoroque No. 71		
Tepic	Fracc. Ciudad Industrial		Ciudad de la Salud Av. Aguamilpa esq. Con Niño Obrero, Fracc. Ciudad Industrial		
Compostela	Col. Aviación		Calle Alejo Rojas Rodríguez entre Ricardo Flores Magón y Esteban Baca Calderón, Col. Aviación		
San Blas	Col. La Higuera y la Vaca		Calle Guerrero esq. Emiliano Zapata, Col. La Higuera y la Vaca		
Tuxpan	Tuxpan		Calle Eduardo Aurelio casi esq. con Simón Sánchez frente a la colonia Emiliano Zapata		



## NUEVO LEÓN

CONSEJO ESTATAL CONTRA LAS ADICCIONES			SISTEMA ESTATAL DIF		
DOMICILIO	TELÉFONO	E-mail	DOMICILIO	TELÉFONO	Página web
Matamoros 520 Ote. piso 3, entre Zaragoza y Escobedo, Col. Centro, C.P. 64000, Monterrey, N. L.	(01 81) 8130 7051, 8130 7065, 8130 7179, 8130 7000 Ext. 7065		Av. Morones Prieto No. 600 Ote. Col. Independencia Monterrey, N.L. C.P. 64720	01 81 CONMUTADOR 20 20 84 00, 20 02 84 04	<a href="http://www.dif.nl.gob.mx/?P=dif">http://www.dif.nl.gob.mx/?P=dif</a>
Matamoros 520 Ote., Zona Centro, C. P. 6400 Monterrey, N. L.	(01 81) 81 30 70 69, 81 30 70 51, 81 30 7179	jsalazarv@ssnl.gob.mx			

### Centro de Atención Primaria en Adicciones "Nueva Vida"

MUNICIPIO	LOCALIDAD	DOMICILIO
Escobedo	Col. Las Encinas	Coahuila 103 Col. Las Encinas
Benito Juárez	Benito Juárez	Camino a Rancho El Curro, Col. Fuentes de Juárez, Juárez, N. L.
Dr. Arroyo	Dr. Arroyo	Juárez con Matehualita Col. Centro
Gral. Escobedo	Gral. Escobedo	Unidad Deportiva Poniente en el Parque Industrial Mariano Escobedo, Escobedo, N.L.
Guadalupe	Guadalupe	Valle del Colibrí s/n, Col. Valle Soleado, Guadalupe, N. L.
Guadalupe	Guadalajara	Lázaro Cárdenas 450, Col. Vivienda Popular
Linares	Linares	Reforma s/n Col. Fovissste
Sabinas Hidalgo	Sabinas Hidalgo	Lucio Blanco s/n Fernando García y Jorge Guevara Col. Eulogio Reyes
Santa Catarina	Santa Catarina	Valle de las Brisas cruz con Nogales Col. Fomerrey 29
Cadereyta	Carlos Salinas de Gortari	Col. Nueva Madero, Cadereyta, N. L.
Cerralvo	Cerralvo	Guerrero y Victoria, Cabecera Municipal
China	China	Juárez # 410 entre Madero y Pino Suárez, Cabecera Municipal
Anáhuac	Anáhuac	Allamo esquina con Flores Magón Col. Ampliación Obrero
Apodaca	Col. Pueblo Nuevo	Río Nilo S/N, Col. Pueblo Nuevo, Apodaca, N. L. C.P. 66846
García	García	San Luis s/n cruz Río Santa Catarina Col. Colinas del Río C.P. 66005
Montemorelos	Montemorelos	Calle 16 de septiembre entre la Calle Diez y Calle Nueve, Col. Morelos I
Monterrey 1	La Alianza	Soldadores y Traileros, Col. La Alianza, 5° Sector
Monterrey 2	San Bernabé	Balanza s/n entre Pirámide y Can Mayor, Col. Fomerrey 105
Monterrey 3	La Estanzuela	Tesorería s/n entre Asistencia y Congreso, Col. Nueva Estanzuela
San Nicolás de los Garza	Constituyentes del 17	Nicéforo Zambrano # 130, Col. Constituyentes del 17 C.P. 66410
San Pedro Garza García	Lucio Blanco	San Luis s/n cruz Río Santa Catarina Col. Colinas del Río C.P. 66005
Allende	Allende	Dr. Julian Montemayor s/n
Galeana	Galeana	Carretera Galeana-Linares Km. 1

## OAXACA

CONSEJO ESTATAL CONTRA LAS ADICCIONES			SISTEMA ESTATAL DIF		
DOMICILIO	TELÉFONO	E-mail	DOMICILIO	TELÉFONO	Página web
Miguel Cabrera 514, Col. Centro, C.P. 68000, Oaxaca, Oax.	(01 951) 501 50 20 Exts. 431 y 456	cecaoax@gmail.com	Av. Gral. Vicente Guerrero No. 114 Col. Miguel Alemán Oaxaca, Oax. C.P. 68000	01 951 CONMUTADOR 5 01 50 50 Y 5 01 50 51	<a href="http://dif.oaxaca.gob.mx">http://dif.oaxaca.gob.mx</a>

### Centro de Atención Primaria en Adicciones "Nueva Vida"

MUNICIPIO	LOCALIDAD	DOMICILIO
Oaxaca de Juárez	Santos Reyes Mantecón	Carretera Oaxaca Sola de Vega km 18.5 Santos Reyes Mantecón Oaxaca
Oaxaca de Juárez	Oaxaca de Juárez	Trinidad de Villega s/n Oaxaca
San Pedro Mixtepec	Puerto Escondido	Calle Raúl Gutiérrez s/n, Fracc. La Parota
Santo Domingo Tehuantepec	Santo Domingo Tehuantepec	Av. Universidad s/n Barrio Sta Cruz Tagolaba
Santa Cruz Xoxocatlán	Santa Cruz Xoxocatlán	Calle Progreso Esq. Hornos
San Juan Bautista Tuxtepec	San Juan Bautista Tuxtepec	Camino a Loma Alta s/n, Col. Del Bosque
Huajuapán de León	Huajuapán de León	Calle Vicente Suárez lotes 1,2,3 y 4, Col El Rosario
Pinotepa Nacional	Pinotepa Nacional	Camino a Fracc La Parota s/n Km. 1, carretera Pinotepa Nacional - Puerto Escondido



PUEBLA					
CONSEJO ESTATAL CONTRA LAS ADICCIONES			SISTEMA ESTATAL DIF		
DOMICILIO	TELÉFONO	E-mail	DOMICILIO	TELÉFONO	Página web
Km 71/2 Carretera a Valsequillo, Puebla, Pue	(01 222) 229 83 00 Ext. 2304, 216 22 04		5 De Mayo No. 1606 Col. Centro Puebla, Pue. C.P. 72000	01 222 CONMUTADOR 2 29 52 00 y 07	<a href="http://www.dif.pue.gob.mx">http://www.dif.pue.gob.mx</a>
Centro de Atención Primaria en Adicciones "Nueva Vida"					
MUNICIPIO	LOCALIDAD		DOMICILIO		
Puebla	Col. La Loma		Calle 9 Norte y 80 Poniente s/n Col. La Loma Puebla		
Puebla	Col. Agua Santa		Antiguo Camino a Guadalupe Hidalgo No. 11430 Col. Agua Santa		
San Martín Texmelucan	Col. El Moral		Domicilio conocido, Colonia El Moral camino a Moral s/n		
San Pedro Cholula	Col. Centro		Calle 2 Poniente no. 1504, Col. Centro Cholula de Rivadavia		
Tehuacán	Tehuacán		Prolongación Oaxaca s/n Ex Hacienda El Riesgo		
Zacatlán	Zacatlán		Carretera Huauchinango, Chignahuapan Libramiento Zacatlán		
Libres	Libres		2da. Sección Cholco de Cabecera Municipal		
Tepeaca	Tepeaca		Camino a San Menextepc y entronque con Autopista		
Cd. Serdán	Cd. Serdán		Calle 5 Norte No. 74520		
QUERÉTARO					
CONSEJO ESTATAL CONTRA LAS ADICCIONES			SISTEMA ESTATAL DIF		
DOMICILIO	TELÉFONO	E-mail	DOMICILIO	TELÉFONO	Página web
Independencia 97, Centro Histórico, C.P. 76000, Querétaro, Qro.	(01 442) 212 96 87, 212 02 36 y 212 04 08	cconsejo_estatal@hotmail.com	Calle Pasteur Sur N° 6 altos Casa de Escala Centro C.P. 76000, Querétaro, Qro.	01 442 CONMUTADOR 2 38 51 09	<a href="http://www.difqueretaro.gob.mx">http://www.difqueretaro.gob.mx</a>
Centro de Atención Primaria en Adicciones "Nueva Vida"					
MUNICIPIO	LOCALIDAD		DOMICILIO		
San Juan del Río	Col. Arrayanes		Pról. Agustín Melgar S/N; Col. Arrayanes; San Juan del Río Querétaro		
Tequisquiapan	Tequisquiapan		Domicilio conocido Barrio de la Magdalena S/N; Tequisquiapan, Querétaro		
Corregidora	Los Olvera		Camino los Olvera S/N, Los Olvera Corregidora Qro		
Querétaro 1	Col. La Peña		Carretera a Mompaní S/N (entre Peña Lisa y Camino de San Diego) Col. La Peña CTM; Delegación Félix Osore Sotomayor, Querétaro		
Querétaro 2	Col. Reforma Agraria		Av. José María Lozano S/N; Col. Reforma Agraria; Del. Josefa Vergara y Hernández		
Querétaro 3	Santa María Magdalena		Av. Estrella Polar (entre Jardín del Jazmín y Jardín de la Esperanza); Santa María Magdalena; Delegación Felipe Carrillo Puerto		
QUINTANA ROO					
CONSEJO ESTATAL CONTRA LAS ADICCIONES			SISTEMA ESTATAL DIF		
DOMICILIO	TELÉFONO	E-mail	DOMICILIO	TELÉFONO	Página web
Av. Héroes de Chapultepec 267, Esq. J. M. Morelos, Col. Centro, C.P. 77000, Chetumal, Q. Roo.	(01 983) 833 93 65, 835 19 30 Ext. 4847		Av. Adolfo López Mateos No. 441 Col. Campestre Chetumal, Q. Roo C.P. 07030	01 983 CONMUTADOR 8 32 22 24 – 8 32 13 69 ext. 118	<a href="http://www.dif.qroo.gob.mx">http://www.dif.qroo.gob.mx</a>
Centro de Atención Primaria en Adicciones "Nueva Vida"					
MUNICIPIO	LOCALIDAD		DOMICILIO		
Othon P. Blanco	Chetumal		Av. Andrés Quintana Roo, esq. Isla Cancún, a un costado del Hospital General Chetumal		
Benito Juárez	Cancún		Región 221, Mz. 32, Lote 1, a un costado del Centro de Salud Urbano N° 14		
Benito Juárez	Cancún I		Región 516, Mz. 14, Lote 2 a un costado del Centro de Salud Urbano N° 13		
Cozumel	Cozumel		Av. 11 con Avenida 20, frente al Hospital General		
Felipe Carrillo Puerto	Felipe Carrillo Puerto		Calle 53 entre Av. Benito Juárez y calle 68 a un costado de la jurisdicción 3		
José María Morelos	José María Morelos		Calle Gonzalo Guerrero Esquina Huaymax s/n		
Solidaridad	Playa del Carmen		29 av norte entre calle 106 norte y 104 norte colonia Luis Donaldo Colosio		
Tulum	Tulum		Ontario esq. Kukulcan		



## SAN LUIS POTOSÍ

CONSEJO ESTATAL CONTRA LAS ADICCIONES			SISTEMA ESTATAL DIF		
DOMICILIO	TELÉFONO	E-mail	DOMICILIO	TELÉFONO	Página web
Jesús Goytortúa 340-5° piso, Fracc. Tangamanga, C.P. 78269, San Luis Potosí, S.L.P.	(01 444) 811 41 83, 813 71 06 Ext. 1245, 203 y 204	fposadas@salud.gob.mx	Nicolás Fernando Torres N° 500 Esq. Fray A. de la Cruz, Col. Jardín C.P. 78270, San Luis Potosí, S.L.P.	01 444 CONMUTADOR 1 51 50 00	<a href="http://www.difslp.gob.mx">http://www.difslp.gob.mx</a>

### Centro de Atención Primaria en Adicciones “Nueva Vida”

MUNICIPIO	LOCALIDAD	DOMICILIO
Ciudad Valles	Ciudad Valles	Calle Victoria Esquina con San Luis de La Paz, Fracc. Rosas del Tepeyac
San Luis Potosí	Fraccionamiento Anáhuac	Av. Curie Esq. con Blas Pascal S/N, Fraccionamiento Anáhuac
San Luis Potosí	Blass Pascal No. 200 Esq. Av. Kurie Fracc. Anahuac	Blass Pascal No. 200 Esq. Av. Kurie Fracc. Anáhuac
Río Verde	Fracc. Los Olivos	Fracc. Los Olivos, domicilio conocido
Matehuala	Col. Hoyerías	Camino Nacional Esquina con Daniel Reyes, Col. Hoyerías
Tamazunchale	Rancho La Pitaya	Carretera Tamazunchale-San Martín Chalchicuautla, Rancho La Pitaya
Soledad de Graciano Sánchez	Soledad de Graciano Sánchez	Av. Rivas Guillén 405, Col. Genoveva Rivas Guillén Soledad de Graciano Sánchez C.P. 78436
Salinas de Hidalgo	Salinas	Himno Nacional s/n Salinas de Hidalgo, C.P. 78620

## SINALOA

CONSEJO ESTATAL CONTRA LAS ADICCIONES			SISTEMA ESTATAL DIF		
DOMICILIO	TELÉFONO	E-mail	DOMICILIO	TELÉFONO	Página web
Bld. Ciudades Hermanas No. 610 Poniente, Culiacán, Sin.	(01 667) 715-91-74, 212 94 08	cecasinaloa@salud.gob.mx	Ignacio Ramírez Y Rivapalacio No. 580 Poniente Col. Jorge Almada Culiacan, Sin. C.P. 80200	01 667 CONMUTADOR 7 13 23 23	<a href="http://www.difsinaloa.gob.mx">http://www.difsinaloa.gob.mx</a>

### Centro de Atención Primaria en Adicciones “Nueva Vida”

MUNICIPIO	LOCALIDAD	DOMICILIO
Culiacán	Col. Rincón del Humaya	Bld. Lola Beltran #365 Pte., Col. Rincón del Humaya, 80400, Flores Sarmiento y Bld. Nevado de Toluca
Mazatlán	Col. El Rincón	Av. Las Américas y Av. Ferrocarril, S/N, Col. El Rincón
Mazatlán	Col. Jaripillo	Calle Quintana Roo 39 Col Jaripillo
Ahome	Col. Anahuac	José María Ochoa y Constitución S/N, Col. Anáhuac, 81280, entre Almada y Niños Héroeas
Sinaloa de Leyva	Col. Centro	Benito Juárez S/N, Col. Centro, 81900, entre Avenida No. 10
Culiacán	Col. La Huerta	Calle Las Lichis S/N, Col. La Huerta, Bld. El Dorado y Camino Hacienda de Redo
Escuinapa	Col. Paredones	Carretera Federal #15 al Entronque a la Autopista de Escuinapa, Col. Paredones
Guasave	Col. Lomas del Mar	Bld. Ruiz Payán y Canal 27, Col. Lomas del Mar, entre Predio de la Jurisdicción Sanitaria No. 2
Navolato	Col. El Rincón	Bld. Roque Espinosa S/N, Col. El Rincón, 80320

## SONORA

CONSEJO ESTATAL CONTRA LAS ADICCIONES			SISTEMA ESTATAL DIF		
DOMICILIO	TELÉFONO	E-mail	DOMICILIO	TELÉFONO	Página web
Luis Donaldo Colosio Final y Carlos Quintero Arce s/n, Col. El Llano, C.P. 83230, Hermosillo, Son.	(01 662) 218 32 13 Ext. 105, 101, 102 y 260 65 39	fhuiguera@salud.gob.mx	Bld. Luis Encinas Y Monteverde Col. San Benito, Hermosillo, Son. C.P. 83190	01 662 CONMUTADOR 2 89 26 00 ext. 103	<a href="http://www.difson.gob.mx">http://www.difson.gob.mx</a>

### Centro de Atención Primaria en Adicciones “Nueva Vida”

MUNICIPIO	LOCALIDAD	DOMICILIO
Hermosillo	Fracc. Floresta	Calle Pedro Ascencio y Prof. Fca. Maytorena Fracc. Floresta
Hermosillo (1)	Col. Adolfo de La Huerta	Calzada Progreso y Bld. Libertad, Col. Adolfo de La Huerta
Caborca	Col. Industrial	Av. Sonora y Calle 12, Col. Industrial



## SONORA

### Centro de Atención Primaria en Adicciones "Nueva Vida"

MUNICIPIO	LOCALIDAD	DOMICILIO
Cajeme 1	Col. Real del Norte, Cd. Obregón (Norte)	Calle Abelardo L. Rodríguez No. 1520, Col. Real del Norte
Cajeme 2	Col. Centro, Cd. Obregón (Sur)	Calle Tabasco No.5850 Sur, entre Ejército Nacional y Comonfort, Col. Centro
Guaymas	Col. Diana Laura Colosio	Calle Mar de Cortés y Diana Laura, Col. Diana Laura Colosio
Puerto Peñasco	Col. Centro	Calle Simón Morua y Av. Juan de la Barrera, Col. Centro
Navojoa	Col. Constitución	Talamante Prolongación Sur Vías del Mayo S/N, Col. Constitución
Nogales	Col. El Greco	Bvld. del Greco y Calle Zeus S/N, Col. El Greco
San Luis Río Colorado	Col. Campestre	Ave. Vicente Guerrero esq. con Calle 32 S/N Col. Campestre
Agua Prieta	Col. Centro	Calle Cuarta y Avenida 9, Col. Centro

## TABASCO

### CONSEJO ESTATAL CONTRA LAS ADICCIONES

### SISTEMA ESTATAL DIF

DOMICILIO	TELÉFONO	E-mail	DOMICILIO	TELÉFONO	Página web
Retorno Vía 5 # 104, 3er Piso, Col. Tabasco 2000, C.P. 86035, Villahermosa, Tab.	(01 993) 317 70 49, 316 34 88 al 92 Exts. 165 y 166	a.madriral@saludtab.gob.mx	Calle Lic. Manuel A. Romero No. 203 Col. Pensiones Villahermosa, Tab. C.P. 86170	01 993 CONMUTADOR 3 51 09 12 Y 3 51 09 85	<a href="http://diftabasco.gob.mx">http://diftabasco.gob.mx</a>

### Centro de Atención Primaria en Adicciones "Nueva Vida"

MUNICIPIO	LOCALIDAD	DOMICILIO
Centro	Col. El Recreo (Villahermosa)	Calle el Macayo S/N, Col. El Recreo, entre calle 1 y Av. Universidad, CP. 86020, Villahermosa
Cárdenas	Col. Centro	Prolongación Emilio Ruiz Rojas S/N, Centro, C.P. 86500. Cárdenas
Cunduacán	Col. Centro	Calle Ramón Mendoza S/N, Centro, C.P. 86690, Cunduacán
Emiliano Zapata	Col. Centro	Calle Francisco Javier Mina S/N, Centro, C.P. 86981, Emiliano Zapata
Tacotalpa	Col. Centro	Calle Sebastián Lerdo de Tejada No. 36, Centro, C.P. 86870, Tacotalpa
Tenosique	Col. Luis Gómez Z	Calle Jalapa S/N, Colonia Luis Gómez Z., C.P. 86901, Tenosique
Huimanguillo	Col. Centro	Calle Simón Sarlat S/N, Centro, C.P. 86400, Huimanguillo
Centla	Col. Centro	Calle Gregorio Méndez s/n Col Centro C.P.86751 Frontera Tabasco
Jonutla	Jonutla	Carretera Jonutla- Palisada Km. 1 +500 C.P. 86781 Jonutla Tabasco
Paraíso	Col. La Seiva Paraíso	Manuel R. Domínguez s-n Col. La Seiva Paraíso

## TAMAULIPAS

### CONSEJO ESTATAL CONTRA LAS ADICCIONES

### SISTEMA ESTATAL DIF

DOMICILIO	TELÉFONO	E-mail	DOMICILIO	TELÉFONO	Página web
Calle Francisco I. Madero 414, Col. Centro, C.P. 87000, Ciudad Victoria, Tamps.	(01 834) 318 63 00 Ext.20628 y 20521	infoadicciones@tamaulipas.gob.mx	Calz. Gral. Luis Caballero No. 297 Cd. Victoria, Tamps. C.P. 87060	01 834 CONMUTADOR 3 18 14 00- 3 18 14 06	<a href="http://www.difataulipas.gob.mx">http://www.difataulipas.gob.mx</a>

### Centro de Atención Primaria en Adicciones "Nueva Vida"

MUNICIPIO	LOCALIDAD	DOMICILIO
Ciudad Victoria	Victoria	Calle Urano s/n Col. Nuevo amanecer entre San Salvador y Francisco Barberena
Nuevo Laredo	Nuevo Laredo	Calle Roma y Lisboa s/n Col. Voluntad y Trabajo III
Altamira	Altamira	Av. Ornatos s/n Col. Emiliano Zpata
Ciudad Madero	Ciudad Madero	Calle Feliciano Domínguez esq. Con Alfredo Cuarón. Col. Emiliano Zapata
Ciudad Mante	El Mante	Ave. Juan de Dios Villarreal con libramiento Victoria - Valles
Hidalgo	Hidalgo	Calle Fco. Javier Mina con B, Juárez s/n zona centro C.P. 87800
Juamave	Juamave	Calle Bravo y Méndez Esquina s/n
Matamoros	Matamoros	Calle Sonora #20 con calle Torreón. Col. Esperanza
Miguel Alemán	Miguel Alemán	Calle Eulalio González s/n con Calle 3a.
Reynosa 1	Reynosa 1	Calle Fco. Marquez No. 609 Col. Satelite II
Reynosa 2	Reynosa 2	Calle Ferrocarril No. 2311 Colonia La Curva
Río Bravo	Río Bravo	Calle Milagros s/n entre Alamo y Nogales Colonia Monterreal
San Fernando	San Fernando	Calle Independencia y Primera de Septiembre M-17 Col. Independencia



## TAMAULIPAS

### Centro de Atención Primaria en Adicciones "Nueva Vida"

MUNICIPIO	LOCALIDAD	DOMICILIO
Soto la Marina	Soto la Marina	Calle Felipe de la Garza con Álvaro Obregón
Tampico	Tampico	Calle Belisario Domínguez #600 Col. del Pueblo
Valle Hermoso	Valle Hermoso	Calle Juárez No. 505 pte. Zona Centro

## TLAXCALA

### CONSEJO ESTATAL CONTRA LAS ADICCIONES

### SISTEMA ESTATAL DIF

DOMICILIO	TELÉFONO	E-mail	DOMICILIO	TELÉFONO	E-mail
Av. Guillermo Valle 13, Col. Centro, C.P. 90000, Tlaxcala, Tlax.	(01 246) 462 34 39, 462 10 60 Exts. 700, 701 y 704	cecatlax@gmail.com	Av. Morelos No. 4 Col. Centro Tlaxcala, Tlax. C.P. 90000	01 246 CONMUTADOR , 4 62 02 10 4	diftlax01@prodigy.net.mx

### Centro de Atención Primaria en Adicciones "Nueva Vida"

MUNICIPIO	LOCALIDAD	DOMICILIO
Calpulalpan	Col. Francisco Sarabia	Portillo Bonilla s/n Col. Francisco Sarabia, Calpulalpan
Huamantla	Huamantla	Av. Hidalgo Poniente No. 63
San Pablo del Monte	Villa Vicente Guerrero	Adolfo López Mateos No. 1 Barrio de San Bartolomé. San Pablo del Monte
Zacatelco	Zacatelco	Privada del Deporte s/n Sección 4ta Municipio de Zacatelco

## VERACRUZ

### CONSEJO ESTATAL CONTRA LAS ADICCIONES

### SISTEMA ESTATAL DIF

DOMICILIO	TELÉFONO	E-mail	DOMICILIO	TELÉFONO	Página web
Soconusco 31, Col. Aguacatal, C.P. 91130, Xalapa, Ver.	(01 228) 842-30-11 y 842 30 00 Ext. 3408	cecaveracruz@salud.gob.mx	Av. Miguel Alemán No. 109 Col. Federal Jalapa, Ver. C.P. 91140	01 228 CONMUTADOR: 8 42 37 37	<a href="http://www.difver.gob.mx">http://www.difver.gob.mx</a>

### Centro de Atención Primaria en Adicciones "Nueva Vida"

MUNICIPIO	LOCALIDAD	DOMICILIO
Coatzacoalcos	Col. Centro	Bravo. No. 801 Esq. Zaragoza S/N
Coatzacoalcos	Col. Teresa Morales	Calle Templo Mayor No. 37, Col. Centro
Veracruz	Col. Centro	Av. 20 de Noviembre 1074 Col. Centro
Veracruz	Col. Pescadores	Av. Veracruz No.4 Col. Pescadores
Córdoba	Córdoba	Prol. Av. 1 Blvd. Córdoba Peñuela
Cosamaloapan de Carpio	Cosamaloapan de Carpio	Ejido Carlos A. Carrillo S/N
Martínez de la Torre	Martínez de la Torre	Libramiento S/N Km 55 Carretera Federal Tlapacoyan - Martínez
Minatitlán	Minatitlán	Av. 18 Esq. Av. Yucatán
Orizaba	Col. Centro	Calle Sur 23 S/N Zona Centro
Pánuco	Col. Maza	Juan de la Luz Enríquez No. 19 Col. Maza
Papantla	Fracc. Ofelia	Circuito Mario Trueba Maza S/N Fracc. Ofelia
Poza Rica de Hidalgo	Col. Morelos	Pozo No. 174 Col. Morelos
San Andrés Tuxtla	Col. Buena Vista	Prol. Aquiles Serdán S/N Col. Buena Vista
Tierra Blanca	Col. Centro	Libertad No. 215 Col. Centro
Túxpan	Col. Centro	Álvaro Obregón No. 123 Zona Centro
Xalapa 1	Col. Loma de Oro	Prol. Esteban Mascareñas Esq. Calle Unidos S/N, Col. Loma de Oro
Xalapa 2	Xalapa 2	Herminio Cabañas León, Manuel M. Contreras Y Abraham Cabañas, Col. Rafael Lucio.



## YUCATÁN

CONSEJO ESTATAL CONTRA LAS ADICCIONES			SISTEMA ESTATAL DIF		
DOMICILIO	TELÉFONO	E-mail	DOMICILIO	TELÉFONO	Página web
Calle 20 No 344 X 27, Col. Miguel Alemán, C.P. 97000, Mérida, Yuc.	(01 999) 926 80 29	cecayucatan@salud.gob.mx	Av. Miguel Aleman No. 355 Col. Itzimna Merida, Yuc. C.P. 97100	01 999 CONMUTADOR 9 42 20 30 EXT. 14303	<a href="http://www.yucatan.gob.mx">http://www.yucatan.gob.mx</a>

### Centro de Atención Primaria en Adicciones "Nueva Vida"

MUNICIPIO	LOCALIDAD	DOMICILIO
Mérida	Col. Bojórquez	Calle 59 x 116 Col. Bojórquez
Mérida 2	Dzununcan	Dzununcan "La Amistad" Calle 94 x 187 y 187A
Mérida 2	Col. Mayapán	Calle 27 x 8 y 16 Col. Mayapán
Tizimín	Tizimín	Calle 46A S/N Tizimín
Valladolid	Yotzonot	Valladolid polígono Yotzonot
Ticul	Las Tinajas	Calle 48A Tab. Cat. 482 x 17 y 19 Fracc. Las Tinajas Ticul

## ZACATECAS

CONSEJO ESTATAL CONTRA LAS ADICCIONES			SISTEMA ESTATAL DIF		
DOMICILIO	TELÉFONO	E-mail	DOMICILIO	TELÉFONO	Página web
Av. González Ortega s/n, Esq. Dr. José Castro Villagrana, Col. Centro, C.P. 98000, Zacatecas, Zac.	(01 492) 923 94 94 Ext. 2207, 2224	rajarena@salud.gob.mx	Paseo "La Encantada" s/n domicilio conocido Zacatecas, Zac. C.P. 98060	01 492 CONMUTADOR 9 25 68 05 ext. 1024	<a href="http://dif.zacatecas.gob.mx">http://dif.zacatecas.gob.mx</a>

### Centro de Atención Primaria en Adicciones "Nueva Vida"

MUNICIPIO	LOCALIDAD	DOMICILIO
Zacatecas	Col. Isabélica	Calle Ing. Mariano Garza Sela S/N, Col. Isabélica. Zacatecas, Zacatecas. C.P. 96000
Fresnillo	Fresnillo	Carretera A Valparaiso, Zacatecas Km. 4
Río Grande	Campo Olímpico	Calle 2 de Abril. Campo Olímpico. Río Grande, Zacatecas
Nochistlán	Col. Gral. Enrique Estrada	Calle Alemania, Colonia Gral. Enrique Estrada, Nochistlán, Zacatecas
Loreto	Loreto	Calle Isidro Parada, Esq. Ignacio Zaragoza. Loreto, Zacatecas.
Tlaltenango	Tlaltenango	Calle Antonio Plaza S/N, Tlaltenango, Zacatecas
Jerez	Jerez	Calle estrella No. 39 A Centro Jerez Zacatecas

## Orientaciones para la prevención de adicciones en escuelas de educación primaria

Guía para docentes de 4°, 5° y 6°

Se imprimió por encargo de la Subsecretaría de Educación Básica,  
a través de la Comisión Nacional de Libros de Texto Gratuitos  
en los talleres de (nombre del taller)  
con domicilio en (domicilio)  
el mes de (fecha)

El tiraje fue de (número de ejemplares) ejemplares.

---

