

PROPUESTAS LUDICO ALTERNATIVAS PARA PREVENIR RIESGOS BIOPSIKOSOCIALES EN LA JUVENTUD DE LA I.E LA INMACULADA DE GUARNE

La Institución Educativa La Inmaculada Concepción del Municipio de Guarne pretende a través del presente proyecto motivar, estimular y trabajar en pro del desarrollo y la participación activa de propuestas lúdico alternativas que reduzcan: el embarazo, el consumo de drogas y alcohol así como el intento de suicidio en los estudiantes. Para ello aprovecha la oportunidad de trabajar con los estudiantes estas temáticas al interior de las áreas como educación física y ética y la realización de los proyectos de grado de los estudiantes del grado once, en aras de profundizar en el conocimiento de estos temas y prevenir su aparición o fortalecimiento de estas problemáticas entre nuestros jóvenes.

Desarrollar propuestas lúdico alternativas en la juventud de la Institución Educativa La Inmaculada Concepción, como estrategias de prevención de riesgos biopsicosociales implica:

- Identificar los riesgos biopsicosociales a que se encuentran expuestos los jóvenes
- Recopilar las actividades lúdicas presentadas por los estudiantes del grado once de la Institución para la aplicación de la propuesta y como proyección social.
- Crear un espacio virtual, que consolide las actividades estratégicas a través de las redes sociales.
- Diseñar un espacio “aula lúdica” donde los jóvenes puedan desarrollar actividades como: observación de videos, lectura de artículos, espacios de conferencias, momentos de reflexión entre otros.

PALABRAS CLAVE:

Lúdica, alternativa, estrategia, prevención, biopsicosocial.

ABSTRACT

La Institution Educative of the municipality of Guarne aims through this research motivate, stimulate the development and the active participation of playful alternative proposals that reduce: pregnancy, drug, alcohol, attempted suicide in young students to take advantage of the opportunity given in degree projects that each student of 11th grade must present.

This type of project represents undoubtedly an excellent investment alternative on the human quality of our people and social reward of the private company that believes that education is the best tool for advancement of peoples and follows planting hope in mankind, with unbroken faith in the possibility of the realization of dreams.

Key words

Leisure, alternative, strategy, prevention, biopsychosocial.

INTRODUCCIÓN

El fenómeno de la drogadicción, suicidio, alcoholismo han estado presente en la sociedad, generando cada día la pérdida de valores morales, vidas, educación, autoestima entre otros, hecho que se agudiza por la expansión urbana.

Los niños y jóvenes de la Institución **Educativa la Inmaculada Concepción** se encuentra expuesta a una serie de riesgos biopsicosociales, relacionados con la descomposición familiar, el abuso de las drogas, el embarazo adolescente, la depresión y el suicidio. Todo esto es producto de una sociedad cada vez más degradada, donde lo material parece haber desplazado la necesidad espiritual del ser humano.

Estos problemas surgen principalmente en los jóvenes que empiezan su etapa en la adolescencia, y la sociedad, la familia, las amistades y la educación juegan un papel fundamental al momento de brindar soportes efectivos y caminos para que el joven se identifique y tome la opción de estilos de vida saludables.

Basados en el análisis de dichas problemáticas se realiza esta investigación, con la finalidad no solo de explicar los factores que influyen en los problemas biopsicosociales de los jóvenes y si no también de actuar decididamente en la posible solución de estos desde una propuesta lúdica.

En esta perspectiva el proyecto cuenta con tres grandes líneas de acción, cada una diferenciada por sus estrategias, pero a la vez unida bajo el objetivo común de prevención biopsicosocial.

Estas tres grandes líneas son:

1. **Habilidades para la vida:** en la que se abordará la atención biopsicosocial del estudiante, consejería personal y familiar además del fortalecimiento continuo de la espiritualidad y de la armonía interior.
2. **Deporte y cultura:** en esta línea se trabajará la conformación y fortalecimiento de grupos y actividades deportivas, lúdicas y culturales, en las que los estudiantes puedan ocupar su tiempo libre y desarrollen sus habilidades de expresión corporal, relación grupal e inteligencia artística.
3. **Investigación y Emprendimiento:** Se trata de potenciar en los estudiantes diversas habilidades de descubrimiento del entorno a través de la indagación y el cuestionamiento permanente, con miras a desarrollar proyectos productivos, mediante los cuales se visualice la capacidad de autogestión y liderazgo.

Teniendo presente dichas líneas de intervención, la institución asume continuar trabajando como se ha hecho hasta el momento en las habilidades para la vida por medio de los orientadores escolares y su acompañamiento a los jóvenes, y los diferentes espacios lúdicos que se manejan en la institución, asimismo se plantea fortalecer dicho trabajo ampliando el espectro de intervención en las problemáticas juveniles desde la óptica de las tecnologías, brindándole así a los estudiantes diversos espacios alternativos en los cuales fortalecer su compromiso con la vida.

Y coadyuvando en un marco integral al acompañamiento de orientación desde los siguientes aspectos:

- Creación de un espacio virtual, que consolide las actividades estratégicas a través de las redes sociales.
- Diseñar un espacio “aula lúdica” donde los jóvenes puedan desarrollar diferentes actividades como la observación de videos, lectura de artículos, espacios de conferencias, momentos de reflexión entre otros.

MARCO LEGAL

EL proyecto toma como referencia legal el Código de Infancia y adolescencia, especialmente el artículo 40 y 42, nos habla de las obligaciones de la sociedad y de las instituciones educativas en la preservación de los derechos de los niños, niñas y adolescentes:

En el artículo 40: obligaciones de la sociedad: “En cumplimiento de los principios de corresponsabilidad y solidaridad, las organizaciones de la sociedad civil, las asociaciones, las empresas, el comercio organizado, los gremios económicos y demás personas jurídicas, así como las personas naturales, tienen la obligación y la responsabilidad de tomar parte activa en el logro de la vigencia efectiva de los derechos y garantías de los niños, las niñas y los adolescentes” En este sentido, y como estamento oficial educativo debemos:

Conocer, respetar y promover estos derechos y su carácter prevalente.

Responder con acciones que procuren la protección inmediata ante situaciones que amenacen o menoscaben estos derechos.

Participar activamente en la formulación, gestión, evaluación, seguimiento y control de las políticas públicas relacionadas con la infancia y la adolescencia.

La misma norma en su numeral 6, nos remite a crear más acciones que sean necesarias para asegurar el ejercicio de los derechos de los niños, las niñas y los adolescentes.

Más particularmente el artículo 42 habla de las obligaciones especiales de las instituciones educativas: Para cumplir con su misión las instituciones educativas tendrán entre otras las siguientes obligaciones:

Brindar una educación pertinente y de calidad.

Respetar en toda circunstancia la dignidad de los miembros de la comunidad educativa.

Organizar programas de nivelación de los niños y niñas que presenten dificultades de aprendizaje o estén retrasados en el ciclo escolar y establecer programas de orientación psicopedagógica y psicológica.

Respetar, permitir y fomentar la expresión y el conocimiento de las diversas culturas nacionales y organizar actividades culturales extracurriculares con la comunidad educativa para tal fin.

Estimular las manifestaciones e inclinaciones culturales de los niños, niñas y adolescentes, y promover su producción artística, científica y tecnológica.

El párrafo 1º: Párrafo adicionado por el artículo 94 de la Ley 1453 de 2011. Hace énfasis en establecer medios que contribuyan a disminuir las causas de la violencia intrafamiliar y sus consecuencias como: consumo de sustancias psicoactivas, embarazo en adolescentes, deserción escolar, agresividad entre otros.

MARCO DE REFERENCIA DEL ESTUDIO

Desde un marco general la propuesta lúdico alternativa para prevenir riesgos biopsicosociales, tiene en cuenta una serie de referentes conceptuales que guían la comprensión de los problemas a los cuales nos enfrentamos y caracterizan al tiempo los conflictos que nuestros estudiantes afrontan en su día a día.

Nuestros jóvenes se enfrentan a múltiples factores de riesgo en particular lo que tiene que ver con la influencia de los medios de comunicación en sus conductas y la falta de patrones de comportamiento que a través de sus hogares les brinden unos valores sólidos y formas de asumir la vida de forma positiva.

Lo anterior resulta en embarazos a temprana edad, enfermedades de transmisión sexual, consumo de drogas, alcohol entre otros. Comportamientos que a su vez se encuentran asociados a anormalidades en los esquemas de asistencia escolar y otros patrones de comportamiento alterados como vandalismo, mentiras y robos¹.

¹¹ Zapata, Mario Alberto. Consumo de drogas y riesgos asociados en jóvenes escolarizados de la ciudad de Medellín, Revista Salud Pública de Medellín. Volumen 3 No. 2, julio - diciembre de 2008. Pág. 8-10.

A este contexto se añade que en el municipio de Guarne es frecuente observar en el acompañamiento de los jóvenes asuntos tales como: la ausencia familiar y social, familias con pobres vínculos entre sus miembros; proyectos de vida débiles o nulos, a lo que se aúna que los padres, por lo general los jóvenes en su mayoría, viven o han vivido la misma situación.

Teniendo en cuenta lo anterior se indican a continuación los elementos que se tienen en cuenta para la comprensión profunda del problema social que nos ocupa y posteriormente se analizan los tópicos teóricos del proyecto.

VULNERABILIDAD SOCIAL

Es el efecto de los factores que se relacionan con la persona y con el ambiente que le rodea por lo anterior: el cuidado de su salud, el ejercicio de la sexualidad, ciertos estilos de vida que pueden ser riesgosos en el uso del tiempo libre, consumo de sustancias, práctica de hechos antisociales que se van viendo en una sociedad permisiva, como normales, frente a estos mismos acontecimientos se encuentra la reducción o eliminación de la habilidad de una persona o grupos de personas para enfrentarse a amenazas externas o presiones sobre sus medios de vida y su bienestar².

En el municipio de Guarne, se va a manifestar como la salida de los jóvenes frente a diversas dificultades que se les presentan y que son producto de vivencias erróneas o decisiones mal tomadas.

Dichas conductas pueden redundar en trastornos psicológicos y enfermedades mentales crónicas, en adicciones, en patrones de relación interpersonal inadecuados donde prevalezcan la violencia y la victimización. Degrada a las personas, impide su desarrollo humano pleno y lesiona el tejido social.

De ahí que el estudio de la vulnerabilidad biopsicosocial debe ocupar un lugar de prioritario para diseñar las políticas de bienestar y salud tanto como de educación desarrollo social.

PREVENCIÓN DE RIESGOS BIOPSIOSOCIALES

La prevención biopsicosocial: si la prevención psicosocial consiste en ofrecer a pequeños colectivos –familias, escuelas, vecindarios, grupos especiales de las competencias, habilidades y saberes prácticos que permitan modificar sus estilos de vida, enfrentar eventos significativos de manera adecuada y manejar emociones y hacer un espacio en su vida diaria para el auto cuidado de su cuerpo, su mente y su espíritu.

La institución educativa la Inmaculada en Guarne, se propone que cada joven estudiante, puede hacer algo por sí mismo; pueda aprovechar espacios de resocialización, motivación a la participación en programas diseñados para prevenir en riesgos que, llegados de las comunas de Medellín son prototipo de contagio social.

² Adamo, Susana. Taller Nacional sobre Desastre, Gestión de Riesgo y Vulnerabilidad: Fortalecimiento de la Integración de las Ciencias Naturales y Sociales con los Gestores de Riesgo. Buenos Aires, 31 de Julio de 2012. Pág. 7.

FACTOR DE RIESGO EN LA ADOLESCENCIA

Actitudes, hábitos, hechos unidos a una elevada probabilidad de producir daño.

Para la investigación que nos ocupa, se sabe que una adolescente tiene mayor probabilidad que una mujer adulta de dar a Luz a un niño de bajo peso; si además, esta niña estudia, hace parte de un hogar como los comunes de nuestro medio; vive sola, en ambiente social del consumo de sustancias alucinógenas, alcohol estos son factores de riesgo.

FACTORES PROTECTORES

Contrario a lo anterior, los factores protectores son las condiciones o los entornos capaces de favorecer el desarrollo de individuos o grupos y, en muchos casos, de reducir los efectos de circunstancias desfavorables.

Las propuestas lúdico alternativas para la juventud de la I.E la inmaculada Concepción de Guarne pretenden ser estrategias protectoras que ayuden a prevenir, contener, y si es posible tratar y hasta superar dichas circunstancias desfavorables.

ESTILOS DE VIDA

En lo material, el estilo de vida³, está referido a brindar escenarios en los que los jóvenes puedan compartir entre sí y logren reemplazar los largos tiempos de soledad a los que habitualmente son sometidos en su casa logrando mejoras sustanciales en lo que respecta a su calidad de vida; con lo que a su vez se pretende mejorar el aspecto social, estructura organizativa de Municipio y familia que no le favorece para un estado de vida saludable, de ahí las consecuencias ideológicas a las que las nuevas culturas urbanas les somete y de las que a través de las propuestas lúdico alternativas se les procure arrebatarse.

ESTILOS DE VIDA SALUDABLES

Definidos como los procesos sociales, que conlleven a la satisfacción de las necesidades humanas para alcanzar el bienestar y la vida, las propuestas lúdico alternativas, serán oportunidad – pretexto, para motivar y retener a los jóvenes de la Inmaculada en cualquiera de los programas afines a su personalidad, situación y edad.

Según lo anterior, para que los jóvenes estudiantes de la Inmaculada, tengan estilos de vida saludables, debe buscar mejorar o afianzar, los siguientes elementos, factores que al asumirlos con entereza ayudan a aminorar desajustes personales, familiares y sociales, algunos de estos factores protectores o estilos de vida saludables podrían ser:

- Proyecto de vida y satisfacción con la existencia
- Cultivar la autoestima y por ende identidad personal, la responsabilidad de: cultivarse, dignificarse, auto disciplinarse y auto cuidarse; el control entonces de factores de riesgo como son: tabaquismo, alcoholismo, sedentarismo, entre otros.

³Begoña, E. Vázquez, F. & Oblitas, L. (2004). "Promoción de los estilos de vida saludables". En Investigación en Detalle Número 5. [En línea]. ALAPSA. Bogotá.

- El ocio productivo y disfrute en el mismo
- Participación activa en programas de bienestar, cultura y recreación.

Así, la generación de estrategias lúdicas, culturales y formativas dentro de la I.E. La Inmaculada Concepción de Guarne, pretende generar en adolescente y jóvenes, hábitos de vida saludables a partir del aprovechamiento de los espacios de capacitación, intervención y uso del tiempo libre que contribuyan a la reducción en los intentos de suicidio, y en los índices de drogadicción y alcoholismo.

Así, la generación de estrategias lúdicas, culturales y formativas dentro de la I.E. La Inmaculada Concepción de Guarne, propende generar en los estudiantes, docentes y acudientes, hábitos de vida saludables a partir del aprovechamiento de los espacios de capacitación, intervención y uso del tiempo libre que contribuyan a la reducción en los intentos de suicidio, y en los índices de drogadicción y alcoholismo. Para desarrollar estos estilos de vida saludables, se requiere del compromiso individual y colectivo para la mejora de la calidad de vida y alcanzar la dignidad de cada sujeto.

FACTORES DE RIESGO EN LA ADOLESCENCIA

Nuestros jóvenes se enfrentan a múltiples factores de riesgo en particular lo que tiene que ver con la influencia de los medios de comunicación en sus conductas y la falta de patrones de comportamiento que a través de sus hogares les brinden unos valores sólidos y formas de asumir la vida de forma positiva. Lo anterior resulta en embarazos a temprana edad, enfermedades de transmisión sexual, consumo de drogas, alcohol entre otros. Comportamientos que a su vez se encuentran asociados a anormalidades en los esquemas de asistencia escolar y otros patrones de comportamiento alterados como vandalismo, mentiras y robos⁴. A este contexto se añade que en el municipio de Guarne es frecuente observar en el acompañamiento de los jóvenes asuntos tales como: la ausencia familiar y social, familias con pobres vínculos entre sus miembros; proyectos de vida débiles o nulos, a lo que se aúna que los padres, por lo general jóvenes en su mayoría, viven o han vivido la misma situación.

ADOLESCENCIA E IDENTIDAD

Según la teoría de Erik H. Erickson "El concepto de desarrollo psicosocial se refiere básicamente a cómo la interacción de la persona con su entorno está dada por unos cambios fundamentales en su personalidad"⁵.

Los cambios en la personalidad están marcados por una particular crisis o especial susceptibilidad de la persona a algo. La resolución de una crisis está influida por el ambiente y puede ser positiva o negativa, en la instrucción educativa se pretende con la aplicación de

Zapata, Mario Alberto. Consumo de drogas y riesgos asociados en jóvenes escolarizados de la ciudad de Medellín, Revista Salud Pública de Medellín. Volumen 3 No. 2, julio - diciembre de 2008. Pág. 8-10.
RICE,F.P."Adolescencia. [Desarrollo](#), relaciones y [cultura](#)".[Madrid](#): Editorial Prentice. 1999.

las propuestas lúdico alternativas la resolución positiva, que como tal impliquen un crecimiento de las capacidades de la persona (su personalidad) para interactuar con su ambiente y como tal, a la vez influenciarlo.

En la adolescencia uno de los cambios más significativos que supone esta etapa, es el paso desde la vida familiar a la inserción en la vida social, se espera del adolescente:

Asumir independencia y desarrollo de roles en coherencia con las habilidades personales, los deberán estar de acuerdo con las probabilidades ambientales. El joven procura que sus sentimientos de adecuación y seguridad provengan de sus propias realizaciones, las que confronta frecuentemente con su grupo de pares.

En la adolescencia temprana se tiende a establecer una relación cercana de amistad con uno o más amigos del mismo sexo. Este vínculo es estrecho y el contacto con miembros del otro sexo suele hacerse en grupo, hay una fuerte desidealización de las figuras de autoridad, tendiendo al distanciamiento, desobediencia y evitación de dichas figuras, es aquí donde se concluye por que la rebeldía y apatía al adulto, propia del adolescente.

En la adolescencia el grupo de amistades por edades iguales cobran mayor relevancia. Es por ello que cobra importancia el pertenecer a un grupo del barrio, grupos deportivos, grupos de amigos etc. Estas pertenencias desempeñan variadas funciones, siendo las principales:

- Espacio para relacionarse con los pares
- Constituir relaciones sociales
- Lograr destrezas e intereses propios de la edad.
- Participar de los problemas y sentimientos comunes.
- Por compartir más tiempo con los pares se tiende a asumir los valores, normas y lenguajes del grupo de ellos, lo que aumenta la distancia con los padres y adultos.

Llega a ser tan fuerte este orgullo de pertenecer a los grupos que cumplan con las anteriores características que en nuestro medio: el pasar la noche (con pijama), el fin de semana, camping con los círculos de amistades más cercanos se está volviendo una oportunidad para evadir la familia, hasta atreverse a preferir el grupo por su núcleo familiar.

FACTORES DE PROBLEMÁTICA A TRABAJAR

EMBARAZO EN ADOLESCENTES

Como si fuera poco, se ha evidenciado que va disminuyendo la edad de inicio de la vida sexual y es lo que en la Institución se ratifica hacia los años 2009 y 2010 con los embarazos en adolescentes. Desde el año 2011 se viene evaluando en la institución el embarazo adolescente como una situación compleja en la que influyen diversos factores que hay que analizar para poder prevenir.

En el presente proyecto los casos que se han presentado en su mayoría provienen de niñas donde los padres poseen poca educación, desplazadas del oriente lejano, sin figura paterna. También se considera que un factor importante es la influencia de los

medios de comunicación en la sexualidad adolescente, máxime las redes sociales, que como nuevas herramientas de información han tomado tanto auge en la vida infantil y juvenil.

En la institución donde se desarrolla el presente estudio se ha evidenciado que:

En un comienzo del embarazo las jóvenes no dimensionan las reales implicaciones que trae consigo tener un hijo y mantenerlo, las manifestaciones de entusiasmo temprano se encuentran asociadas a una concepción positiva de la maternidad en general.

La mayoría de las veces los jóvenes se llenan de temores y no son capaces de acompañar a las futuras madres en este proceso, ni menos permanecer al lado de estas como una pareja consolidada, lo anterior acrecienta los temores y riesgos de las madres jóvenes.

La familia del adolescente así estén dispuestos a acompañarle y apoyarle, en los comienzos de ésta etapa, mantienen una actitud condenatoria, lo que la adolescente vive con mucha culpa y de auto desprecio; en cambio entre sus compañeros de clase encuentra gran aceptación y hasta beneplácito, a tal punto que sus más cercanas amigas se arrojan el título de “tías”.

La familia entre tanto se ve abocada a sufrir otra crisis: diferencias de criterio de los adultos en cuanto a la aceptación o rechazo del embarazo, decidir sobre el tratamiento que le darán a la hija, grados de apoyo económico y exigencias al respecto frente al progenitor y otras más.

En líneas generales la experiencia con las madres jóvenes al interior de la institución muestra las siguientes características:

1. Los padres terminan no solo por aceptar, sino por gozar la nueva etapa que comienza en la familia con un nuevo bebe.
2. Las madres interrumpen formalmente los procesos propios de la adolescencia y la mayoría siente nostalgia por las vivencias que tuvieron que dejar a un lado.
3. La madre rompe el proceso académico para dedicarse al hijo y /o reduce ostensiblemente los resultados en la escuela.
4. La escolaridad es terminada en un centro para adultos.
5. Después del parto la adolescencia por lo general: termina viviendo marginadamente de sus amigos o compañeros de estudio, pues debe dedicarse buscar sustento para su hijo; en otras ocasiones el progenitor asume “Se organiza” con la madre o lo peor estando aún en casa de los padres, la joven pareja reinicia la vida sexual provocando un segundo embarazo.

DEPRESIÓN DE ADOLESCENTES

La depresión es reacción a un suceso, fracaso o frustración, tales como: discordancias con los adultos, muerte de un amigo o pariente, la ruptura con la novia o novio o el fracaso en la escuela. Los adolescentes que muestran baja autoestima, que son muy autocríticos o que perciben poco sentido de control sobre los eventos negativos, presentan un riesgo particular de deprimirse cuando experimentan eventos generadores de estrés.

El desconocimiento sobre la depresión en la infancia y adolescencia y la falta de comunicación abierta sobre este tema hace que la gente joven que necesita tratamiento o sus familias no busque ayuda. Entre las características más frecuentes que presentan los jóvenes en dicho estado son:

- Irritabilidad (enfadarse fácilmente).
- Ganas de llorar sin motivo aparente.
- Pérdida de energía o cansancio.
- Problemas de sueño: tener problemas para quedarse dormido por la noche o no querer levantarse por la mañana.
- Aumento o disminución del apetito.
- Dificultad para concentrarse o problemas de memoria, que afecta al rendimiento escolar.
- Sentimientos de inutilidad o culpa.
- Pensamientos negativos, excesivas críticas hacia uno mismo.
- Ideas suicidas: querer morirse o irse para siempre.
- Síntomas físicos como dolor de cabeza, palpitaciones cardíacas o molestias abdominales. A veces estos síntomas son el único motivo de consulta al médico.
- Preocupaciones constantes, lo que les puede producir ansiedad y miedos infundados.

Con la depresión también coexisten frecuentemente problemas como el consumo de drogas, alcohol y cigarrillo. Por lo general son personas solas, de bajos recursos económicos o por el contrario, cuando se cuenta con cierta posición social, el abandono de los padres, termina siendo una de las causas para el intento de suicidio o suicidio. De ahí que en nuestro medio se presenten casos reiterados de estos dos fenómenos especialmente en nuestros jóvenes como una alternativa en la búsqueda por llamar la atención u obligar al cariño y cuidado.

ALCOHOLISMO EN ADOLESCENTES

El alcohol es una de las drogas, que por lo fácil de acceder a él, su poderosa propaganda y aceptación social, se ha convertido en un verdadero problema social en casi todos los países y en todas las edades a partir de la adolescencia. Su consumo entre nuestros adolescentes es visto como socialmente aceptable y esta circunstancia les abre el camino a conductas impropias y estilos de vida que a largo plazo pueden verse afectados.

Para cualquier joven que habita en el municipio de Guarne se facilita más el consumo dada la particularidad de esta localidad, por tradición histórica ha sido productor de tapetusa, ya que por su alta producción casera se hace más asequible tal sustancia y por ende el uso y abuso de drogas, estas últimas con la influencia de las comunas de Medellín y las barras bravas que hacen presencia permanente en la localidad.

DROGADICCIÓN EN ADOLESCENTES

Probablemente, los alucinógenos no se anuncien ni tengan la propaganda que tiene el alcohol, pero en la actualidad son distribuidas en casi todos los países del mundo escapando al control estatal. Para nadie es desconocido que la drogadicción es un grave problema

social. El adolescente, su familia, amistades y la comunidad donde se desarrolla éste son los principales perjudicados por esta actividad. Existe una estrecha relación entre los problemas de las drogas y el alcohol, él cual es claramente el más grande problema de estupefacientes que existen actualmente.

En la institución se ha venido presentando con mayor frecuencia casos de estudiantes consumidores inducidos por factores externos o por la presión de sus mismos compañeros. Esto redundo en bajo desempeño escolar, rebeldía y apatía generalizada a las normas sociales. Este es un problema acuciante para trabajar y prevenir en la institución.

IDEAS DE SUICIDIO E INTENTO DE SUICIDIO

Considerar las actitudes y pensamientos que llevan a nuestros jóvenes a plantear el suicidio como una alternativa a la solución de sus problemas, o una forma de abordar la desesperanza que les genera la vida, ha sido un motivo constante de reflexión en la institución. Toda vez que se han experimentado varios casos en los que los estudiantes han intentado acudir a dicha práctica.

Lo anterior ha llevado a discriminar algunas conductas frecuentes que permitan identificar a los estudiantes que están en peligro de quitarse la vida, para ello se ha tomado en cuenta las investigaciones referentes a dicho tema y podemos observar como patrones:

Amenazan con dañarse o matarse, buscan medios para suicidarse o hablan de un plan de suicidio, hablan o escriben sobre la muerte, el morir o el suicidio (sobre todo cuando esto no era propio de la persona o era muy raro), expresan sentimientos de desesperanza, expresan sentimientos de ira, rabia o venganza, expresan sentimientos de estar atrapado, de no ver una salida, incrementan el uso de alcohol u otras drogas, se retiran o evitan el contacto con amigos, familias o su entorno, se muestran ansiosos o agitados y dicen que no hay razones para vivir o que la vida es un despropósito.⁶

Esto permite idear y plantear estrategias específicas de acción al interior de la institución en el caso que desde el aula de clases se detecte dicho comportamiento o que se manifieste en conversaciones con otros miembros de la comunidad educativa.

Entre las estrategias de acción se plantea:

Actuar con rapidez

Identificar el tipo de ideas que rondan al joven para plantear acciones inmediatas

Proyectar los riesgos a los que está sometido

Darle importancia correspondiente a cada suceso del joven

Buscar ayuda institucional, familiar, profesional

En: Guía práctica clínica de prevención y tratamiento de la conducta suicida. La conducta suicida. Información para pacientes, familiares y allegados. Madrid: Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad. 2010. Pág. 143 144.

Identificar las causas que han conllevado tal tipo de comportamiento

Brindar un campo de apoyo en el que el joven se sienta acogido plenamente por su institución y su familia

METODOLOGÍA

La metodología que desarrolló el proyecto es la una investigación-acción⁷ la cual se centró en el descubrimiento, resolución de problemas y el mejoramiento de los mismos mediante la intervención participativa⁸. Dicha metodología permite abrir un espacio de reflexión en relación a las problemáticas juveniles desde la óptica de los implicados y los involucra de forma participativa tanto en el resultado como en el análisis de los informes de investigación.

Se buscó por lo tanto realizar diagnósticos comprensivos y asertivos de nuestras realidades y al tiempo promover desde el comienzo una red de intercambios entre todos aquellos que se van sumando a este esfuerzo de realizar un proceso serio en favor de los estados saludables para la juventud de la I.E la Inmaculada.

Como punto de partida se tomó la identificación de los riesgos psicosociales más latentes en la población infantil y juvenil, datos que son conocidos por situaciones presentadas y tratadas por los docentes orientadores que prestan sus servicios en la institución a través del aula de apoyo. A la par se toman proyectos de investigación que los estudiantes del grado once han venido sustentando afín de cumplir un requisito para graduarse.

DISEÑO METODOLOGICO

La investigación-acción se relaciona con los problemas prácticos cotidianos, en vez de con los "problemas teóricos" definidos por los investigadores puros en el entorno de una disciplina del saber.

la investigación-acción considera la situación desde el punto de vista de los participantes, describirá y explicará "lo que sucede" con el mismo lenguaje utilizado por ellos; o sea, con el lenguaje de sentido común que la gente usa para describir y explicar las acciones humanas y las situaciones sociales en la vida diaria.

En: <http://plataforma.upnmazatlan.com/sites/default/files/180/ELLIOT%20John.pdf>

Eliot, John. La investigación acción en educación. Ediciones Morata. 2000. Pág. 5.

Crf: Blasco Mira, Josefa. La investigación acción. La investigación colaborativa como medio de aprendizaje de los profesores en prospectiva y de desarrollo profesional: estudio de caso. Tesis. En:<http://biblioteca.universia.net/>

FUENTES DE INFORMACIÓN

La metodología que desarrolló el proyecto es una investigación-acción, en la que se promueve, desde el comienzo una red de intercambios entre todos aquellos que se van sumando a este esfuerzo de realizar un proceso serio en favor de los estados saludables para la juventud de la I.E la Inmaculada.

Ya instituciones como comisaría y personería Municipal realizaban talleres y seminarios de reflexión a los que el hospital local se unía con personal idóneo para temas tales como: droga, embarazos, intento de suicidio y suicidio; pero cada entidad por separado y puntualmente abordaba temática y no se sabía más del asunto.

En la presente investigación se tuvo como punto de partida una identificación de los riesgos psicosociales más latentes en la población infantil y juvenil, datos que son conocidos por situaciones presentadas y tratadas por los docentes orientadores que prestan sus servicios en la institución a través del aula de apoyo. A la par se toman proyectos de investigación que los estudiantes del gado once han venido sustentando afín de cumplir un requisito para graduarse.

Se inicia una serie de encuentros con orientadores, estudiantes de la educación media afín de tratar el tema de los riesgos biopsicosociales más presentes en la juventud de la Inmaculada, conversatorios que dejan una serie de inquietudes y tareas que luego son insumos para el diseño de estrategias de intervención, donde se propone sean alternativas lúdicas para el fomento de hábitos de vida saludables.

Con un gran equipo liderando unas y otras ideas que de las diferentes tertulias quedan como resultado, se procede a la difusión de las mismas a través de los medios locales (radio, televisión, prensa) y una vez es informada la comunidad Guarneña, se avanza en la implementación de las estrategias con la participación de la comunidad estudiantil y con el apoyo de entidades públicas pertinentes a la problemática abordada.

FUENTES

Con el equipo líder: candidatos a personería y consejo estudiantil, orientadores escolares (aula de apoyo), docente de ética y por pertinencia a tipologías encontradas, se inician estudios y análisis de datos arrojados por recientes encuestas realizadas por la Universidad Nacional, Secretaría de salud Municipal y otros datos diagnósticos que en comisaría y personería Municipal reposan.

Los resultados de los anteriores estudios luego serán confrontados con la realidad institucional y derivaciones que arroja tabulación de encuesta, diseñada y aplicada por la institución educativa.

En los acompañamientos y remisiones que por función realizan los orientadores escolares y que está contenido en la hoja clínica de los estudiantes se encuentran datos que son base para estructurar la encuesta, de ahí que desde el comienzo de la investigación se cuente con cuatro grandes líneas de acción, ellas son:

1. Habilidades para la vida: en la que se aborda la atención psicosocial del estudiante, consejería personal y familiar además del fortalecimiento continuo de la espiritualidad y de la armonía interior.
2. Deporte y cultura: en esta línea se trabajó la conformación y fortalecimiento de grupos y actividades deportivas, lúdicas y culturales, en las que los estudiantes puedan ocupar su tiempo libre y desarrollen sus habilidades de expresión corporal, relación grupal e inteligencia artística.
3. Investigación y emprendimiento: Se trató potenciar en los estudiantes diversas habilidades de descubrimiento del entorno a través de la indagación y el cuestionamiento permanente, con miras a desarrollar proyectos productivos, mediante los cuales se visualizó la capacidad de autogestión y liderazgo.
4. Fortalecer en la línea lúdica alternativa la investigación y el diseño de propuestas, que favorezcan los estados de vida saludable y que por parte de los estudiantes del grado once sean lideradas en la Institución educativa, la Inmaculada.

Las cuatro líneas de acción del proyecto, atravesaron por tres etapas fundamentales:

1. Recolección de información mediante la aplicación de encuestas que arrojaron resultados reales y actuales sobre los riesgos psicosociales de los niños y jóvenes, identificando sus entornos familiares y las posibles oportunidades que le ofrece el medio, a partir de los datos arrojados en la encuesta se evidencian las actividades que mejor responden a las necesidades y expectativas de los estudiantes.
2. Aplicación de las diversas estrategias de impacto, con retroalimentaciones periódicas; unas son lideradas por equipo líder (profesionales y docentes del aula de apoyo) y los estudiantes del grado once, otras son desarrolladas por personal profesional idóneo a cada problemática por parte del hospital, personería, comisaría Municipal, entre otros.
3. Evaluación permanente y retroalimentación de las estrategias, analizando los resultados concretos, medibles en disminución de casos de embarazo adolescente, disminución de consumo de drogas y de intentos de suicidio, aumento de proyectos productivos e investigativos, además de percepción de estabilidad y armonía en los adolescentes, visible en hábitos de vida saludable.

De otro lado surge a la vez el trabajo con estudiantes, especialmente entre los que cursan los grados 8° y 9° en lo que tiene que ver con: asesoría a estudiantes respecto a interrogantes que le surgen en la vida cotidiana: sexualidad, dificultades académicas, familiares y relaciones interpersonales, como posibles causas de embarazos, consumo de droga, alcohol, intento de suicidio y suicidio.

PROCEDIMIENTOS PARA RECOLECTAR LA INFORMACIÓN

Para la recolección de la información se procedió a lo siguiente: conocedores de todo el cúmulo de diagnósticos que, tanto a nivel institucional como municipalmente existen de 6 y 7 años atrás, en que la dirección local de salud inició una serie de planes de choque afín de contener brotes alarmantes de aborto, suicidio o intento del mismo, a lo que se vino sumando cuadros preocupantes de drogadicción y alcoholismo, frente a lo que no se ha realizado procesos de impacto positivo.

Lo realizado hasta el momento por parte de los entes gubernamentales ha sido solo planes y programas de gobierno, que como tal no son tomados en cuenta para continuar y fortalecer procesos, de ahí lo novedoso del presente trabajo: reunir estudios y procesos realizados, sistematizar resultados de los mismos en los últimos años y tomarlos como base para el inicio de ésta investigación.

Se procede entonces a recuperar y sistematizar dichos diagnósticos; compararlos, socializarlos con personal idóneo: sicólogos, trabajadores sociales, orientadores escolares, quienes tienen a su cargo: acompañar y prevenir riesgo psicosociales en los estudiantes y quienes darán el valor agregado a sus funciones, después de aplicadas las propuestas lúdico alternativas.

Los orientadores escolares una vez ahonden en situaciones de estudiantes, quienes a su vez son remitidos por los docentes, a su vez expiden diagnósticos a los diferentes profesionales, a quienes compete, con el fin de mejorar y encaminar su proceso de aprendizaje.

Con respecto a la prevención de embarazos a temprana edad, se brindan herramientas para una sexualidad enmarcada en el respeto y el amor, se procede a desarrollar charlas y talleres con el objetivo de generar consciencia en estudiantes, padres y/o acudientes, referente al ejercicio responsable de la sexualidad, con temáticas como:

1. Salud sexual y reproductiva.
2. Anatomía y fisiología de los aparatos genitales femenino y masculino, y su relación con la conducta sexual y sus consecuencias (embarazo, enfermedades de transmisión sexual, establecimiento de relaciones afectivas; entre otras).
3. Consultorio amigable de sexualidad con el apoyo de la Enfermera de Salud Pública del Hospital La Candelaria.

Después de este despliegue informativo se detectan tipologías en riesgos biopsicosociales que obligan proceder con: remisiones de estudiantes a diferentes profesionales (psicología, neurología y neuropsicología), con el fin de mejorar y encaminar su transcurso en el aprendizaje que es influenciado por dichos riesgos.

De otro lado surge a la vez el trabajo con estudiantes: asesoría al respecto a interrogantes que le surgen en la vida cotidiana: sexualidad, dificultades académicas, familiares y relaciones interpersonales.

Cartelera informativa sobre la promoción de la sexualidad responsable y la prevención de enfermedades de transmisión sexual y de embarazos a temprana edad.

Establecimiento de relaciones entre la Institución Educativa y Entidades Públicas y Privadas del Municipio: presencia en el Grupo Funcional de Salud Mental Municipal, Mesa de Infancia y Adolescencia y Caminos de Libertad, con el propósito de realizar una intervención holística a cada uno de los estudiantes de la Institución Educativa.

Se inicia con el equipo interdisciplinario un ciclo de encuentros en los que se socializa propuesta de investigación – acción, se recoge entre ellos informaciones tales como: elementos en los que se identifican riesgos psicosociales de la juventud en la Inmaculada, clasificación y tipificación de los mismos; aclarando en estos dos primeros pasos que a este trabajo se ha venido vinculando dos años atrás instituciones locales que tienen que ver con el tema: comisaría, hospital y Personería municipal; como también se ha ampliado el radio de información con los padres de familia a través de las escuelas de padres dirigidas por los orientadores integrantes del aula de apoyo. Para dar cumplimiento a unos de los objetivos se motiva y crea link para colgar todo tipo de avances al respecto.

Una vez se identifica, clasifica y tipifican estos riesgos psicosociales se procede a motivar espacios para que la juventud conozca causas y consecuencias de la droga, alcohol, embarazo, intento de suicidio y suicidio. Foros, tertulias, campañas electorales

(personería escolar y representación al gobierno escolar), son entre otras, estrategias en las que, además recogen una serie de propuestas para contener, prevenir, tratar estos tipos de riesgos.

Finalmente se implementan dichas estrategias que convergen en diseñar proyecto hacia gestión - consecución de recursos para acceder a un espacio lúdico alternativo, en el que los jóvenes puedan estar y superar situaciones límite de soledad, angustia y vacío.

Conclusiones y perspectivas

La tarea dentro de esta investigación y su aplicación es ardua, ya que se poseen factores externos sociales y culturales que contrarrestan en gran medida la labor que se desarrolla en pro de lograr en el joven estados de vida saludables, pero es de vital importancia reconsiderar la postura de la pedagogía, en la cual afirma que “sin educación la sociedad no progresa”.

Una de las campañas que se han realizado en los últimos días tiene que ver con la conciencia, frente a un adolescente "no se transforma necesariamente en adulto debido a su embarazo". Las intervenciones deben tener como propósito ayudar a la adolescente a crecer y desarrollarse y a apoyar a la familia para que la ayude en ese proceso. Con este fin puede ser necesario contribuir a que los padres superen el sentimiento de fracaso personal y familiar que los embarga y facilitar el diálogo entre padres e hija.

Igual tarea queda a padres y maestros en las ideas o intento de suicidio ya que como bien está ratificado los intentos fallidos, vuelven a repetirse hasta querer lograr el objetivo: suicidio.

Para escuela y familia persiste ahora más que nunca el compromiso de mantener diálogo con escucha, entendimiento y acogida a cada situación juvenil, lo que no significa que se deba “aguantarles, permitirles” todo lo que quieran hacer, así dentro del sentido común estos hechos juveniles hayan sido catalogados incorrectos.

Siendo común la expresión por parte de los padres: “es que la educación de ahora es diferente, o peor la de los jóvenes: “ahora todo está permitido” es necesario recordar a la familia que es a ella a quien corresponde engendrar y formar para estilos de vida saludables; a la escuela le incumbe estimular y fortalecer dichos enseñanzas y si ellos no lo han aprendido es porque no se les ha motivado de uno y otro lado lo suficiente, vacíos que son aprovechados por corrientes de las nuevas culturas urbanas para atraparles en los riesgos biopsicosociales.

Es indudable que las nuevas generaciones están absorbidas por el cúmulo de riesgos biopsicosociales que en moda, música, farándula; redes sociales, entre otras les comunica, y que llenar sus tiempos de ocio con solo orientaciones que suena para ellos a cantaleta pasada de moda; es chocar, de ahí la urgencia.

Finalmente, el desarrollo de prácticas lúdico alternativas permitió abrir espacios de permanente comunicación en diferentes medios: redes sociales, actualización permanente de avances y logros en la página institucional www.inwdinco.edu.co, publicaciones en revistas locales, entre otros. Lo anterior ayudó al reconocimiento por parte de la empresa privada de tan significativa labor, lo que propicio la vinculación de la misma apoyando financieramente dichas propuestas.

El presente proyecto cuenta ya entonces con un “hijo” cuyo nombre es filosofía del desarrollo comunitario y habilidades para la vida”, el que se encuentra en proceso de aprobación por parte de la cooperativa John F Kennedy, La propuesta parte de entender la importancia que tiene para la sociedad en general y en especial para la juventud las herramientas informáticas, pues más del 95% de los jóvenes al llegar a la edad de los 15 años han tenido contacto con algún dispositivo tecnológico, casi todos tienen su propio

Facebook, twitter, blog, casillero virtual y correo electrónico, pero muy pocos han analizado las implicaciones éticas y sociales que tiene la participación en estas redes sociales.

El fenómeno de la drogadicción, suicidio, alcoholismo han estado presente en la sociedad, generando cada día la pérdida de valores morales, vidas, educación, autoestima entre otros, hecho que se agudiza por la expansión urbana.

La idea, es utilizar estas herramientas tecnológicas como un puente de comunicación hacia los jóvenes. La motivación de un joven hacia las nuevas tecnologías, será el enlace directo para captar su atención y transformar sus vidas.

RESULTADOS

El cúmulo de estudios realizados no tienen continuidad, de ahí que ha sido fácil iniciar la investigación, por lo sobre diagnosticado que estaba la situación en lo relacionado con la problemática de riesgos biopsicosociales en la juventud, esto planteo un nuevo objetivo: establecer y asegurar estrategias permanentes para prevenir y tratar tales riesgos.

Así mismo ha sido posible hasta el momento analizar las siguientes situaciones:

Cuando se inicia un trabajo con la familia, afín de establecer con ellos compromisos de acompañamiento con los hijos, para prevenir o tratar los riesgos sicosociales a los que ellos se ven expuestos, es preocupante constatar la ignorancia de la misma en estos temas, el temor a tratar los mismos con ellos o peor, la inasistencia de la familia en la vida del joven, cuando no es la negación a reconocer tan penosa situación.

Muy a pesar de todo lo que en los medios se escucha de los riesgos psicosociales en la juventud, el estado y sus organismos representativos en cada localidad, no cuentan con proyectos lúdicos alternativos para contenerlos o prevenirlos. Como si fuera poco, universidades y demás instituciones que tocan las puertas de cualquier colegio con el objetivo de desarrollar encuestas, dictar charlas, dar todo tipo de orientaciones al respecto, lo ejecutan como actividades aisladas que como tal no arrojan impactos y por tanto no comprometen procesos.

Cuando se habla de la necesidad de poner las situaciones en riesgo en manos de un equipo interdisciplinario, se encuentra con que en el hospital mental y local, el personal es contratado por un tiempo limitado y como tal los procesos son interferidos con los cortes presupuestales y contractuales, como si fuera poco un caso en un año puede ser tratado por tres sicólogos que pasan por la misma función. Las anteriores situaciones hacen de Guarne un Municipio vulnerable ante situaciones, que ponen en riesgo la salud pública y como tal no se cuenta con la infraestructura, menos aún con el personal idóneo para prevenir, menos tratar estas problemáticas sociales.

Intenciones formativas

La puesta en común de la problemática en mención entre profesionales e instituciones locales, pertinentes al tema de investigación: riesgos psicosociales en la juventud de la I. E la Inmaculada, arroja las siguientes perspectivas:

La alta credibilidad que tiene la Institución frente a procesos realizados en pro de estados de vida saludable, si bien, facilita la implementación de estrategias para prevenir: drogadicción, embarazos, alcohol, intento de suicidio y suicidio, también es un reto mayor: dar un valor agregado, a todo plan y propuesta que se presente a favor de ello; de ahí que constatar que:

- La drogadicción se hace más vulnerable a los jóvenes entre 7° y 8°.
- Los embarazos se presentan entre las estudiantes de 9° y 10°
- Los intentos de suicidio entre los de 9°, 10° y años atrás en los de grado 11°

Comprobar lo anterior, implica diseñar planes y proyectos direccionados por edades – grados, hacer seguimientos a los mismos y reajustar periódicamente dichas estrategias. De otro lado confirmamos que el alcoholismo, aún no se ha agudizado en la institución, aunque si, se hace evidente en eventos sociales y / en festividades municipales.

Una vez se identificados con claridad dichos riesgos psicosociales se procede al interior de la institución a motivar espacios para que la juventud conozca las causas y consecuencias de la droga, alcohol, embarazo, intento de suicidio y suicidio.

Lo anterior se hace mediante espacios como foros, tertulias, campañas electorales (personería escolar y representación al gobierno escolar), entre otras, que se han convertido en estrategias de divulgación y comprensión de dicho asunto. Al mismo tiempo se ha motivado a los estudiantes para reflexionar sobre estos asuntos y que estos planteen también desde la comprensión y vivencia de estos temas una serie de propuestas para contener, prevenir, tratar estos tipos de riesgos.

Finalmente una vez analizadas e incorporadas las problemáticas más acuciantes de la población juvenil de la institución, se implementan estrategias que convergen en diseñar proyecto enfocado hacia: la gestión - consecución de recursos para acceder a un espacio lúdico alternativo, en el que los jóvenes puedan estar y superar situaciones límite de soledad, angustia y vacío.

Lo significativo de la presente investigación es que logra articular todo programa a favor de prevenir o tratar los riesgos psicosociales, direccionar planes y procesos en esta línea y como tal generar un valor agregado a todo lo que particular y comunitariamente se hace como esfuerzo.

Se logró identificar alcances de los procesos de orientación vocacional y profesional en los estudiantes de la media y estos son:

1. Existe una cultura de emprendimiento e investigación que, ayuda a generar un ocio productivo en los tiempos libres del joven.
2. La lúdica, máximo en el contexto alternativo permite estimular la participación en propuestas para lograr estados de vida saludable y con ello favorecer el liderazgo de los estudiantes mayores en la institución en campañas permanentes a favor de dichos estados; de ahí la política institucional de prolongar el tiempo para convivencias y retiros en la educación media: (hasta tres días, dos noches para once, dos días y una noche para grado decimo).
3. Experiencias como: convivencias lúdico alternativas, noches zanahorias, aún en los retiros (propios en el grado once) son altamente participados y enriquecidos con la apertura y el disfrute que los estudiantes los realizan, a tal punto que dichos planes que hasta el 2011 eran solo para estudiantes del último grado ya se realizaron en el 2012 y con gran éxito en los grados décimo.

Se atribuye a ello que en estos dos niveles los riesgos biopsicosociales sean de menor impacto, pues ellos han venido aprendiendo a disfrutar lo que hacen, lo que da razón a las lúdicas que se han desarrollado y lo que además de recrear, divertir, alegrar; enseñan para la vida.

4. Los excelentes resultados en temas de información - motivación, arrojados en los anteriores espacios permitieron iniciar con los estudiantes de la educación media planes y propuestas en pro de la llamada "jornada de autoridad" que consiste en que dichos jóvenes realicen talleres, tertulias, foros estudiantiles con los de educación básica en torno a temáticas de formación para el logro de estados de vida saludable.

Ahora bien los resultados en reducción en el consumo de droga son a largo plazo, dado el flagelo del mismo y el tiempo que llevan los estudiantes en el consumo de dicha sustancia.

ANALISIS DE RESULTADOS RESULTADOS DE LA ENCUESTA SOBRE LOS COMPONENTES ALCOHOLISMO, DROGADICCION, SUICIDIO, Y RELACCIONES SEXUALES

**POBLACION: BASICA Secundaria INEDINCO,
Guarne, Antioquia.**

MUESTRA ALEATORIA

Estudiantes de grado octavo y noveno (43 estudiantes)

ITEM	NUMERO DE ESTUDIANTES	PORCENTAJE (%)
CONSUMO DE ALCOHOL	38	88%
SEXO MASCULINO	28	65%
SEXO FEMENINO	15	35%
SEXUALIDAD ACTIVA	21	49%
SEXUALIDAD INACTIVA	22	51%
EDAD PROMEDIO	14.5	
EMBARAZOS ANTERIOR	2	4%
CAPACITACION TEMAS SEXUALES	SI: 30 NO: 13	69% 31%
USO DE ANTICONCEPTIVOS	SI: 18 NO: 25	42% 58%
CONSUMO DE DROGAS	SI 18 NO: 0	42% 58%
DROGA MAS CONSUMIDA	MARIHUANA	50%
SUICIDIO COMO SOLUCION	SI: 16 NO: 27	37% 62%